Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Горно-Алтайский государственный университет»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины: **Ритмика**
Уровень основной образовательной программы: **бакалавриат**
Рекомендуется для направления подготовки
44.03.05 Педагогическое образование
профиль **Дошкольное образование и иностранный язык**

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование

профиль «Дошкольное образование и иностранный язык» (утвержден от 09 февраля 2016 г. N 91) и учебного плана по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (профиль Дошкольное образование и иностранный язык), утвержденного Ученым советом ГАГУ (от 31.03.2016, протокол № 4).

Рабочая программа утверждена на заседании кафедры теории и методики физического воспитания и спорта 17.04.2016 года, протокол № 10

2016

1 Цели и задачи дисциплины

Цель дисциплины:

обучение студентов основам преподавания дисциплины, к которым относятся: методика; формы; средства; методические особенности; приемы и принципы ритмической гимнастики.

Задачи дисциплины:

- *в области учебно-воспитательной деятельности:*

планирование и проведение учебных занятий нетрадиционной физической культурой в соответствии с учебным планом для повышения уровня учебно-воспитательного процесса;

использование современных научно обоснованных приемов, методов и средств обучения;

в области научно-методической деятельности:

анализ собственной деятельности с целью ее совершенствования и повышения своей квалификации;

в области социально-педагогической деятельности:

планирование и проведение мероприятий по социальной профилактике в процессе обучения и воспитания; оказание помощи в социализации дошкольников; в области культурно-просветительной деятельности:

формирование общей культуры обучающихся;

в области организационно-управленческой деятельности:

укрепление и сохранение здоровья дошкольников, рациональная организация учебного процесса;

обеспечение охраны жизни и здоровья дошкольников во время образовательного процесса;

организация контроля за результатами обучения и воспитания.

2 Место дисциплины в структуре ООП

Дисциплина «Ритмика» относится к профессиональному циклу (Б1.В.ДВ.7.1).

Для освоения дисциплины «Ритмика» обучающиеся используют знания, умения, навыки, способы деятельности и установки, сформированные в ходе изучения дисциплин «Педагогика», «Теоретические основы содержания и организации дошкольного образования», «Теории и технологии физического развития детей» (ПК-4).

Освоение дисциплины «Ритмика» является необходимой основой для последующего изучения дисциплины «Методика обучения и воспитания в области дошкольного образования», «Преддошкольная подготовка детей», (ПК-1); «Преддошкольная подготовка детей», «Ритмика», «Развитие двигательной активности у дошкольников» (ПК-4); прохождения практик: «Учебно-ознакомительной», «По получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности», «Педагогической», «Преддипломной» и подготовки к «Итоговой государственной аттестации».

Междисциплинарные связи разделов и (или) тем дисциплины с обеспечиваемыми (последующими) дисциплинами

Наименование разделов (темы) данной дисциплины, необходимых для изучения обеспечиваемых (последующих) дисциплин	дисциплины

	Методика обучения и воспитания в области дошкольного образования	Преддошкольная подготовка детей	Учебно-ознакомительная практика	Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности	Педагогическая практика	Преддипломная практика	Итоговая государственная аттестация
Научные основы ритмики.	+	+	+	+	+	+	+
Методика проведения занятий ритмикой.	+	+	+	+	+		+
Методика составления комплекса упражнений**.**	+	+	+	+	+		+

3 Требования к результатам освоения дисциплины

В совокупности с другими дисциплинами вариативной части профессионального цикла ФГОС ВПО дисциплина Ритмика обеспечивает формирование следующих компетенций бакалавра:

- готовностью реализовывать образовательные программы по предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов (ПК-1);
- Способностью работать в команде, толерантно воспринимать социальные, культурные и личностные различия (ОК-5).

В результате освоения содержания дисциплины студент должен:

знать:

- теорию и методику по курсу «Ритмика»;
- образовательные программы по предмету.

уметь:

- осуществлять процесс обучения в соответствии с образовательной программой и спецификой контингента обучаемых;
- рационально организовывать учебный процесс, направленно влиять на укрепление и сохранение здоровья школьников и других категорий населения;
- использовать современные научнообоснованные средства и методы физического воспитания для формирования двигательных навыков и развития физических качеств;

применять:

- знания, полученные в курсе ритмики, в практике преподавания физической культуры в учреждениях дошкольного образования;
- навыки работы в команде, толерантно воспринимать социальные, культурные и личностные различия.

4 Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов / зачетных единиц	Семестр
		6
Аудиторные занятия (всего)	30/0,8	30
В том числе:	-	

Лекции	-	
Лабораторные работы (ЛР)		
Семинары (С)	30/0,8	30
Из них интерактивные формы обучения	семинары - 16	16
Самостоятельная работа (всего)	42	42
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	зачёт	зачёт
Общая трудоемкость часы	72/2	72
зачетные единицы	2	2

Матрица соответствия компетенций и разделов (тем) дисциплины

Наименование раздела (темы) дисциплины	Всего часов	Компетенции		Сумма компетенций
		ПК-1	ОК-5	
Научные основы ритмики.	28	+	+	2
Методика проведения занятий ритмикой.	22	+	+	2
Методика составления комплекса упражнений**.**	22	+	+	2
зачёт	72			

5 Содержание дисциплины

5.1 Содержание разделов дисциплины

1. Научные основы фитнесса.

Влияние занятий ритмической гимнастикой на организм занимающихся. Работа над осанкой, анатомо-физиологические особенности организма разных возрастных групп. Основные движения и терминология базовой аэробики.

2. Методика проведения занятий ритмической гимнастики.

Правила выполнения упражнений для развития силы, гибкости, выносливости, общей физической работоспособности. Контроль и самоконтроль. Пульсовая диагностика.

Контроль физического развития занимающихся. Режим физической активности. Основы стретчинга, структура построения урока аэробики и принципы питания при занятиях ритмической гимнастикой.

3. Методика составления комплекса упражнений.

Типовая структура комплекса занятий ритмической гимнастикой. Физиологическая характеристика комплексов. Технология составления комплексов упражнений. Формы проведения занятий. Овладение двигательными упражнениями и навыками сложнокоординационных упражнений под музыку.

5.2 Разделы и (или) темы дисциплины и виды занятий (технологическая карта)

№ п/п	Темы	Всего часов	Аудиторные занятия		Самост. работа	компетенции
			лекции	практ. занятия		
1.	Научные основы ритмики.	28		10	18	ПК-1, ОК-5
2.	Методика проведения занятий ритмикой.	22		10	12	ПК-1, ОК-5
3.	Методика составления	22		10	12	ПК-1,

	комплекса упражнений**.**					ОК-5
Форма итогового контроля		зачёт				

5.3 Семинарские занятия
Содержание семинарских занятий

Тема дисциплины	Содержание тем	Трудоемкость в часах	компетенции
Научные основы ритмики.	Влияние занятий ритмической гимнастикой на организм занимающихся. Работа над осанкой, анатомо-физиологические особенности организма разных возрастных групп. Основные движения и терминология базовой аэробики.	10	ПК-1, ОК-5
Методика проведения занятий ритмикой.	Правила выполнения упражнений для развития силы, гибкости, выносливости, общей физической работоспособности. Контроль и самоконтроль. Пульсовая диагностика. Контроль физического развития занимающихся. Режим физической активности. Основы стретчинга, структура построения урока аэробики и принципы питания при занятиях ритмикой.	10	ПК-1, ОК-5
Методика составления комплекса упражнений**.**	Типовая структура комплекса занятий ритмикой. Физиологическая характеристика комплексов. Технология составления комплексов упражнений. Формы проведения занятий. Овладение двигательными упражнениями и навыками сложнокоординационных упражнений под музыку.	10	ПК-1, ОК-5

5.4 Самостоятельная работа

Наименование темы	Содержание работы	Количество часов	Форма отчетности	Срок контроля	компетенции
1. Научные основы ритмики.	Реферат	10	Проверка реферата	декабрь	ПК-1, ОК-5
	Подготовка к зачёту	4	Опрос	На зачёте	ПК-1, ОК-5
	Подготовка к практическому занятию	4	Обсуждение проблемных вопросов	Практическое занятие № 1-5	ПК-1, ОК-5
2. Методика проведения занятий ритмикой.	Подготовка к практическому занятию	6	Обсуждение проблемных вопросов	Практическое занятие № 6-10	ПК-1, ОК-5
	Подготовка к тестированию	2	Тестирование в середине курса	Середина курса	ПК-1, ОК-5
	Подготовка к зачёту	4	Опрос	На зачёте	ПК-1, ОК-5

3. Методика составления комплекса упражнений.	Подготовка к практическому занятию	6	Обсуждение проблемных вопросов	Практическое № 11-15	ПК-1, ОК-5
	Подготовка к тестированию	2	Тестирование в середине курса	Середина курса	ПК-1, ОК-5
	Подготовка к зачёту	4	Опрос	На зачёте	ПК-1, ОК-5
ИТОГО:		42 ч			

6. Примерные темы рефератов

1. История возникновения аэробики.
2. Научные основы фитнесса.
3. Влияние фитнесса на организм человека.
4. Музыка на занятиях ритмической гимнастики.
5. Современные виды нетрадиционной физической культуры.
6. Правильная осанка.
7. Разработка методики развития отдельных двигательных способностей в процессе обучения ритмике.
8. Совершенствование методики проведения учебных занятий по ритмике в дошкольных учреждениях.
9. Методика проведения занятий по гимнастике в дошкольных учреждениях.
10. Организация занятий ритмикой в дошкольных учреждениях.
11. Особенности физического развития дошкольников.
12. Ритмика в системе подготовки педагога дошкольного образования.

7. Учебно-методическое обеспечение дисциплины

7.1 Рекомендуемая литература

7.1.1 Основная литература

1 Микляева, Н.В. Дошкольная педагогика [Электронный ресурс] / Н.В. Микляева, Ю.В. Микляева. - М. : Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2008. - 264 с. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=55845(24.03.2016).

7.1.2 Дополнительная литература

1. Теория и практика физической культуры. (2014-2018гг.)
2. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка (2014-2018гг.).
3. Физкультура и спорт(2014-2018гг.).

7.1.3 Периодические издания

1. Теория и практика физической культуры. (2014-2018гг.)
2. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка (2014-2018гг.).
3. Физкультура и спорт(2014-2018гг.).

8. Образовательные технологии

8.1 Использование информационных технологий

Программное обеспечение и Интернет-ресурсы

Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

1. Электронная Библиотека Диссертаций Российской государственной библиотеки ЭБД РГБ. Включает полнотекстовые базы данных диссертаций. http://diss.rsl.ru
2. www.iqlib.ru Электронная библиотека образовательных и научных изданий Iqlib.
3. http://www.cir.ru Университетская информационная система Россия. УИС РОССИЯ.
4. www.public.ru Интернет-библиотека СМИ Public.ru.

8.2 Применение активных методов обучения

Интерактивные методы обучения – это способы активизации учебно-познавательной деятельности студентов, которые побуждают их к активной мыслительной и практической деятельности в процессе овладения материалом, когда активен не только преподаватель, но активны и студенты. Активные методы обучения предполагают использование такой системы методов, которая направлена главным образом, не на изложение преподавателем готовых знаний и их воспроизведение, а на самостоятельное овладение студентами знаний в процессе активной познавательной деятельности. В настоящее время не существует единого взгляда на проблему классификации методов активного обучения, и любая из классификаций имеет как преимущества, так и недостатки, которые необходимо учитывать на стадии выбора и в процессе реализации конкретных методов обучения. Чаще всего их делят на имитационные и неимитационные, игровые и неигровые методы. Среди них: активная (проблемная) лекция, лекция-визуализация, круглый стол, деловая игра, дискуссия, пресс-конференция, мозговая атака, программированное обучение, игровое проектирование, анализ конкретных ситуаций, поисковая лабораторная работа, коллективная мыслительная деятельность, метод проектов и т.д.

№	Тема	Форма	Всего часов	Аудиторные занятия	
				лекции	семин. занятия
1.	Научные основы ритмики	поисковая лабораторная работа	2		2
2.	Методика проведения занятий ритмикой	анализ конкретных ситуаций.	2		2
		программированное обучение	4		4
3.	Методика составления комплекса упражнений.	поисковая лабораторная работа	4		4
		анализ конкретных ситуаций.	4		4
ИТОГО:			16		16

9 Материально-техническое обеспечение учебного процесса

Для проведения занятий используется специализированная аудитория, оснащенная следующим оборудованием: мультимедийный проектор, экран, наглядный материал.

№ п/п	Наименование	Кол-во	Форма использования
1	мультимедийный проектор, экран	1	Демонстрация материалов семинарских, практических занятий, учебных и научных видеоматериалов
2	Музыкальный центр	2	Прослушивание музыкальных аудиозаписей. Проведение занятий под музыку
3	Комплект наглядных пособий	1	На семинарских занятиях

10 Контроль знаний студентов

10.1 Формы текущего контроля

Обсуждение вынесенных в планах семинарских занятий вопросов тем и контрольных вопросов, выполнение заданий самостоятельной работы, реферата.

10.2 Вопросы к зачету

- готовностью реализовывать образовательные программы по предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов (ПК-1);
- способностью использовать возможности образовательной среды для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами преподаваемого учебного предмета (ПК-4).

Перечень вопросов к зачёту	Формируемые компетенции
	ПК-1, ОК-5
1. История возникновения ритмики.	+
2. Современные виды аэробики.	+
3. Принципы и методы обучения на занятиях ритмикой.	+
4. Требования к проведению занятий ритмической гимнастики.	+
5. Режим тренировок и дозирование нагрузки на занятиях ритмикой.	+
6. Противопоказания для занятий ритмикой.	+
7. Техника безопасности на занятиях ритмикой.	+
8. Требования к одежде на занятиях ритмикой.	+
9. Инвентарь на занятиях ритмикой.	+
10. Музыкальное сопровождение на занятиях ритмикой.	+
11. Контроль и самоконтроль на занятиях ритмической гимнастики.	+
12. Дневник самоконтроля на занятиях ритмикой.	+
13. Учет индивидуальных особенностей на занятиях ритмикой.	+
14. Типы телосложений. Их коррекция на занятиях ритмикой.	+
15. Профилактика заболеваний на занятиях ритмики..	+
16. Правильное питание при занятиях ритмики.	+
Методика составления комплекса для занятий ритмикой.	+
17. Режим физической активности.	+
18. Влияние занятий ритмикой на развитие дыхательной системы.	+
19. Влияние занятий ритмикой на развитие сердечно-сосудистой системы.	+
20. Влияние занятий ритмикой на развитие опорно-двигательного аппарата.	+
21.Стретчинг на занятиях ритмической гимнастикой	+

Составитель: старший преподаватель Гараева Р.В.

Заведующий кафедрой
теории и методики физического воспитания и спорта П.Я. Захаров