

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МИКОЛАЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ В. О. СУХОМЛИНСЬКОГО**

Кафедра теорії та методики фізичної культури

ЗАТВЕРДЖУЮ

Проректор із науково-педагогічної
роботи _____ Н. І. Василькова

05 вересня 2018 р.

**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
РИТМІКА ТА ХОРЕОГРАФІЯ**

СТУПІНЬ БАКАЛАВРА

Галузь знань 01 Освіта/Педагогіка

Код та найменування спеціальності 014 Середня освіта

Предметна спеціалізація 014.11 Середня освіта (Фізична культура)

Освітні програми Фізична культура, спортивно-масова робота та туризм

Фізична культура та Захист Вітчизни

Факультет фізичної культури та спорту

2018 - 2019 навчальний рік

Робоча програма навчальної дисципліни «Ритміка та хореографія» для студентів: галузі знань 01 Освіта/Педагогіка спеціальності 014.11 Середня освіта (Фізична культура) освітніх програм Фізична культура, спортивно-масова робота та туризм та Фізична культура та Захист Вітчизни. Мова викладання – українська.

Розробник: Борецька Наталія Олександрівна, доцент кафедри теорії та методики фізичної культури, доктор філософії в галузі управління та адміністрування.

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри теорії та методики фізичної культури.

Протокол від «27» серпня 2018 року № 1

Завідувач кафедри _____ (Литвиненко О. М.)

«27» серпня 2018 р.

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		<i>денна форма навчання /заочна форма навчання</i>	
Кількість кредитів – 5	Галузь знань Ф01 Освіта/Педагогіка	Нормативна	
	014 Середня освіта		
Індивідуальне науково-дослідне завдання –	014.11 Середня освіта (Фізична культура) Освітні програми: Фізична культура, спортивно-масова робота та туризм; Фізична культура та Захист Вітчизни	Рік підготовки:	
		1	1
Загальна кількість годин -150		Семестр	
		1	1
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 3 самостійної роботи студента – 5.5	Ступінь бакалавра	Лекції	
		4	2
		Практичні, семінарські	
		46	8
		Лабораторні	
		-	-
		Самостійна робота	
100	140		
		Вид контролю: екзамен	

Примітка.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної та індивідуальної роботи становить:

для денної форми навчання – 150 год.: 50 год. - аудиторні заняття, 100 год. - самостійна робота (33.3 %– 66.7%). ;

для заочної форми навчання – 150 год.: 10 год. - аудиторні заняття, 140 год. – самостійна робота (6,6 %– 93,4%).

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

2.1. Метою викладання навчальної дисципліни «Ритміка та хореографія» є професійна підготовка студентів до практичної діяльності в якості вчителя фізичної культури в учбових закладах середньої освіти.

2.2. Основними *освітніми завданнями* вивчення дисципліни «Ритміка та хореографія» є :

- вивчення теоретичних основ ритміки , хореографії, ритмічної гімнастики;
- оволодіння технікою виконання танцювальних вправ, вправ ритміки, хореографії, ритмічної гімнастики, танцювальних вправ;
- оволодіння методикою навчання танцювальних вправ, вправ ритміки, хореографії, ритмічної гімнастики; методикою проведення уроку ритміки і хореографії, згідно з програмою загальноосвітніх середніх навчальних закладів;
- оволодіння методикою та навиками проведення культурно – спортивних заходів у ЗОШ.

Оздоровчі завдання:

- розвиток функціональних систем організму та зміцнення здоров'я студентів;
- формування правильної постави;
- розвиток фізичних якостей студентів;
- забезпечення високого рівня працездатності.

Виховні завдання:

- сприяння соціальному формуванню особистості;
- виховання працелюбності, наполегливості, витримки, сили волі;
- формування почуття патріотизму.

2.3. Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студент оволодіває такими компетентностями:

Загальні компетенції (ЗК):

ЗК 2. Здатність працювати в команді та автономно.

ЗК 4. Здатність застосовувати набуті знання в практичних ситуаціях.

ЗК 6. Здатність до самовдосконалення та саморозвитку.

ЗК 11. Здатність учитися; володіти високою мотивацією до підвищення свого культурного і професійного рівня.

Фахові компетенції (ФК):

ФК 9. Здатність здійснювати профілактику травматизму, забезпечувати охорону життя і здоров'я дітей.

ФК 10. Здатність самостійно проводити навчальні заняття з фізичної культури з дітьми шкільного віку та учнями в загальноосвітніх установах, освітніх закладах середньої та професійної освіти, позакласну спортивно-масову роботу з учнями.

ФК 17. Здатність до ініціативності, відповідальності та навичок до безпечної

діяльності відповідно до майбутнього профілю роботи, галузевих норм і правил, а також необхідного рівня індивідуального та колективного рівня безпеки у надзвичайних ситуаціях.

Програмні результати навчання (ПРН)

ПРН 5. Демонструє знання правил профілактики травматизму та надання першої медичної допомоги; володіє основними методами захисту населення від можливих наслідків аварій, катастроф, стихійних лих.

ПРН 6. Демонструє знання законів і принципів розучування рухових умінь і навичок, володіє теорією і методикою розвитку рухових умінь і навичок в базових видах рухової активності.

ПРН 18. Виявлена здатність вчитися упродовж життя і вдосконалюватися, з високим рівнем автономності, набутої під час навчання кваліфікації.

ПРН 22. Здатність самостійно проводити навчальні заняття з фізичної культури з дітьми шкільного віку та учнями освітніх закладів загальної середньої, середньої та професійної освіти, позакласну спортивно-масову роботу з учнями.

У результаті вивчення курсу студенти повинні:

знати :

- основи техніки танцювальних кроків, вправ ритміки, хореографії, ритмічної гімнастики;
- основи методики навчання танцювальним крокам, вправам ритміки, хореографії, ритмічної гімнастики ;
- техніку виконання та методика навчання танцювальних елементів;
- зміст та методика організації й проведення занять з ритміки і хореографії у загальноосвітній школі;
- забезпечення місць та безпеку проведення занять з ритміки та хореографії, ритмічної гімнастики;
- організацію та проведення культурно – спортивних заходів;

вміти :

- технічно вірно виконати всі вивчені танцювальні елементи, вправи ритміки та хореографії, ритмічної гімнастики, показуючи при цьому результати, що відповідають програмним контрольним нормативам;
- організувати та провести культурно-спортивний захід у ЗОШ.

2. Програма навчальної дисципліни

Кредит 1. Загальні основи теорії ритміки і хореографії

Тема 1. Основи музично – ритмічного та хореографічного виховання.

Тема 2. Музичне забезпечення занять та проведення різних видів вправ з музичним супроводженням.

Тема 3. Педагогічний контроль під час проведення занять з ритміки і хореографії.

Тема 4. Методика формування правильної постави.

Кредит 2. Техніка виконання та методика навчання танцювальних елементів.

Тема 5. Техніка виконання та методика навчання па галопу та танцювальних фігур.

Тема 6. Техніка виконання та методика навчання па польки та танцювальних фігур.

Тема 7. Техніка виконання та методика навчання елементам бального танцю вальс.

Тема 8. Техніка виконання та методика навчання елементам танцю мазурка.

Кредит 3. Техніка виконання та методика навчання елементів українського народного танцю.

Тема 9. Техніка виконання та методика навчання елементів українського народного танцю.

Кредит 4. Забезпечення місць та безпека проведення занять з ритміки та хореографії

Тема 10. Характеристика місць занять ритмікою і хореографією та їх обладнання.

Кредит 5. Організація та проведення культурно – спортивних заходів.

Тема 11. Особливості організації та проведення культурно – спортивних , танцювальних заходів у молодших, середніх та старших класах школи.

4. Структура навчальної дисципліни

4.1. Розподіл годин навчальної дисципліни денної форми навчання

Назви кредитів і тем	Кількість годин					
	усь го	у тому числі				
		л	п	лаб	інд	ср
1	2	3	4	5	6	7
Кредит 1. Загальні основи теорії ритміки і хореографії						
Тема 1. Основи музично – ритмічного та хореографічного виховання.	9		4			5
Тема 2. Музичне забезпечення занять та проведення різних видів вправ з музичним супроводженням.	7		2			5
Тема 3. Педагогічний контроль під час проведення занять з ритміки і хореографії.	7		2			5
Тема 4. Методика формування правильної постави.	7		2			5
Усього годин:	30		10			20
Кредит 2. Техніка виконання та методика навчання танцювальних елементів.						
Тема 5. Техніка виконання та методика навчання па галопу та танцювальних фігур.		0.5	6			0.5
Тема 6. Техніка виконання та методика навчання па польки та танцювальних фігур.		0.5	6			0.5
Тема 7. Техніка виконання та методика навчання елементам бального танцю вальс.		0.5	8			0.5
Тема 8. Техніка виконання та методика навчання елементам танцю мазурка.		0.5	6			0.5

Усього годин:	30	2	26			2
Кредит 3. Техніка виконання та методика навчання елементів українського народного танцю.						
Тема 9. Техніка виконання та методика навчання елементів українського народного танцю.	30		6			24
Усього годин:	30		6			24
Кредит 4. Забезпечення місць та безпека проведення занять з ритміки та хореографії						
Тема 10. Характеристика місць занять ритмікою і хореографією та їх обладнання.	30		2			28
Усього годин:	30		2			28
Кредит 5. Організація та проведення культурно – спортивних заходів.						
Тема 11. Особливості організації та проведення культурно – спортивних, танцювальних заходів у молодших, середніх та старших класах школи.	30	2	2			26
Усього годин:	30	2	2			26
Усього годин:	150	4	46			100

4.2. Розподіл годин навчальної дисципліни заочної форми навчання

Назви кредитів і тем	Кількість годин					
	усьо го	у тому числі				
		л	п	лаб	інд	сп
1	2	3	4	5	6	7
Кредит 1. Загальні основи теорії ритміки і хореографії						
Тема 1. Основи музично – ритмічного та хореографічного виховання.	8		1			7
Тема 2. Музичне забезпечення занять та проведення різних видів вправ з музичним супроводженням.	8		1			7
Тема 3. Педагогічний контроль під час проведення занять з ритміки і хореографії.	7					7
Тема 4. Методика формування правильної постави.	7					7
Усього годин:	30		2			28
Кредит 2. Техніка виконання та методика навчання танцювальних елементів.						
Тема 5. Техніка виконання та методика навчання па галопу та танцювальних фігур.	7.5	0.5	1			6
Тема 6. Техніка виконання та методика навчання па польки та танцювальних фігур.	7.5	0.5	1			6
Тема 7. Техніка виконання та методика навчання елементів бального танцю вальс.	7.5	0.5	1			6
Тема 8. Техніка виконання та методика навчання елементів танцю мазурка.	7.5	0.5	1			6
Усього годин:	30	2	4			24
Кредит 3. Техніка виконання та методика навчання елементів українського народного танцю.						
Тема 9. Техніка виконання та методика	30		2			28

навчання елементів українського народного танцю.						
Усього годин:	30		2			28
Кредит 4.Забезпечення місць та безпека проведення занять з ритміки та хореографії						
Тема 10.Характеристика місць занять ритмікою і хореографією та їх обладнання.	30					30
Усього годин:	30					30
Кредит 5.Організація та проведення культурно – спортивних заходів.						
Тема11.Особливості організації та проведення культурно – спортивних , танцювальних заходів у молодших, середніх та старших класах школи.	30					30
Усього годин:	30					30
Усього годин:	150	2	8			140

5.Теми лекцій

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		денна	заочна
1	Тема 5. Техніка виконання та методика навчання па галопу та танцювальних фігур.	0.5	0.5
	Тема 6. Техніка виконання та методика навчання па польки та танцювальних фігур.	0.5	0.5
	Тема 7. Техніка виконання та методика навчання елементам бального танцю вальс.	0.5	0.5
	Тема 8. Техніка виконання та методика навчання елементам танцю мазурка.	0.5	0.5
2	Тема11.Особливості організації та проведення культурно – спортивних , танцювальних заходів у молодших, середніх та старших класах школи.	2	0
	Разом	4	2

6. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		денна	заочна
	Кредит 1.Загальні основи теорії ритміки і хореографії		
1.	Тема 1. Основи музично – ритмічного та хореографічного виховання.	4	1
2.	Тема 2. Музичне забезпечення занять та проведення різних видів вправ з музичним супроводженням.	2	1
3.	Тема 3. Педагогічний контроль під час проведення занять з ритміки і хореографії.	2	
4.	Тема 4. Методика формування правильної постави.	2	
	Кредит 2.Техніка виконання та методика навчання танцювальних елементів.		
5.	Тема 5. Техніка виконання та методика навчання па галопу та танцювальних фігур.	6	1

6.	Тема 6. Техніка виконання та методика навчання па польки та танцювальних фігур.	6	1
7.	Тема 7. Техніка виконання та методика навчання елементам бального танцю вальс.	8	1
8.	Тема 8. Техніка виконання та методика навчання елементам танцю мазурка.	6	1
	Кредит 3. Техніка виконання та методика навчання елементів українського народного танцю.		
9.	Тема 9. Техніка виконання та методика навчання елементів українського народного танцю.	6	2
	Кредит 4. Забезпечення місць та безпека проведення занять з ритміки та хореографії		
10.	Тема 10. Характеристика місць занять ритмікою і хореографією та їх обладнання.	2	
	Кредит 5. Організація та проведення культурно – спортивних заходів.		
11.	Тема 11. Особливості організації та проведення культурно – спортивних , танцювальних заходів у молодших, середніх та старших класах школи.	2	
Разом:		46	8

7. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		денна	заочна
	Кредит 1. Загальні основи теорії ритміки і хореографії		
1.	Тема 1. Основи музично – ритмічного та хореографічного виховання.	5	7
2.	Тема 2. Музичне забезпечення занять та проведення різних видів вправ з музичним супроводженням.	5	7
3.	Тема 3. Педагогічний контроль під час проведення занять з ритміки і хореографії.	5	7
	Тема 4. Методика формування правильної постави.	5	7
4.	Кредит 2. Техніка виконання та методика навчання танцювальних елементів.		
5.	Тема 5. Техніка виконання та методика навчання па галопу та танцювальних фігур.	0.5	6
6.	Тема 6. Техніка виконання та методика навчання па польки та танцювальних фігур.	0.5	6
7.	Тема 7. Техніка виконання та методика навчання елементам бального танцю вальс.	0.5	6
	Тема 8. Техніка виконання та методика навчання елементам танцю мазурка.	0.5	6
8.	Кредит 3. Техніка виконання та методика навчання елементів українського народного танцю.		
9.	Тема 9. Техніка виконання та методика навчання елементів українського народного танцю.	24	28

10.	Кредит 4.Забезпечення місць та безпека проведення занять з ритміки та хореографії		
11.	Тема 10.Характеристика місць занять ритмікою і хореографією та їх обладнання.	28	30
12.	Кредит 5.Організація та проведення культурно – спортивних заходів.		
	Тема11.Особливості організації та проведення культурно – спортивних , танцювальних заходів у молодших, середніх та старших класах школи.	26	30
Разом:		100	140

9. Індивідуальне навчально-дослідне завдання

Підготувати доповідь на студентську наукову конференцію з тематики дисципліни «Ритміка та хореографія».

10. Методи навчання

Із метою забезпечення максимального засвоєння студентами матеріалу курсу використовуються наступні методи навчання:

- словесні (лекція-монолог, лекція-діалог, бесіда);
- метод проблемного викладу матеріалу;
- наочні (презентація, ілюстрація);
- індуктивно-дедуктивний;
- метод стимулювання і мотивації навчально-пізнавальної діяльності;
- методи усного, письмового, тестового контролю та самоконтролю.

11. Методи контролю

Контрольні роботи, усне опитування, творчі роботи, експрес – тести, виконання індивідуального завдання та самостійної роботи, перевірка конспектів музичної грамоти, танцювальних вправ, танцювальних комбінацій, складених студентами.

12. Розподіл балів, які отримують студенти

№ кредиту	Номер теми	Номер практичного заняття	Аудиторна робота на заняттях		Самостійна робота	Реферування або презентація	Тестування	Контрольна робота	Участь у науково – практичних конференціях з тематики ритміки та хореографії або творчий доробок	екзамен
			Усна відповідь	Робота на занятті						
Кредит 1. Загальні основи теорії ритміки і хореографії	1	1	5	5			10			
		2	5	5						
	2	3	5	5						
	3	4	5	5						
	4	5	5	5						
Разом за кредит			25	25			10			40

Кредит 2. Техніка виконання та методика навчання танцювальни х елементів.	5	6		5						
		7		5						
		8		10	5					
	6	9		5						
		10		5	5					
		11								
	7	12								
		13		5						
		14		5	5					
		15								
	8	16								
		17								
		18		5						
	Разом за кредит			45	15					40
	Кредит 3. Техніка виконання та методика навчання елементів українського народного танцю.	9	19	5					20	
20			5	15	10					
21			5							
Разом за кредит			15	15	10			20		40
Кредит4. Забезпечення місць та безпека проведення занять з ритміки та хореографії	10	22	15		10	15	20			
Разом за кредит			15		10	15	20			40
Кредит5. Організація та проведення культурно – спортивних	11	23	15		10	15		20		

заходів.									
Разом за кредит			15		10	15		20	40
			70	85	45	30	30	40	
Аудиторна робота - 155					Самостійна робота - 145				
									300
									200
									500

КРИТЕРІЇ ОЦІНКИ НАВЧАЛЬНИХ ДОСЯГНЕНЬ СТУДЕНТІВ З ДИСЦИПЛІНИ: «Ритміка та хореографія»

Для оцінювання використовується національна чотирьохбальна шкала: відмінно, добре, задовільно, незадовільно; європейська шкала: А, В, С, D, E, FX.

Шкала оцінювання: національна та ECTS

ОЦІНКА ECTS	СУМА БАЛІВ	ОЦІНКА ЗА НАЦІОНАЛЬНОЮ ШКАЛОЮ	
		екзамен	залік
A	90-100	5 (відмінно)	5/відм./зараховано
B	80-89	4 (добре)	4/добре/ зараховано
C	65-79	3 (задовільно)	3/задов./ зараховано
D	55-64		
E	50-54		
FX	35-49	2 (незадовільно)	Не зараховано

13. Методичне забезпечення

1. Навчально-методичний комплекс.

14. Рекомендована література

Базова

1. Ваганова А. Я. «Основы классического танца» .-С.-П., 2000.
2. Вільчковський Е.С., Курок О.І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: Навч. посіб. - Суми: ВТД «Університетська книга», 2004. - 428 с.
3. Добовчук С.В. «Ритмическая гимнастика: учебное пособие». - М.: МГИУ, 2008.
4. Пустовойтова М.Б. «Ритмика для детей: учебно-методическое пособие» -М.: ВЛАДОС, 2008.
5. Ротерс Т.Т. Музыкально – ритмическое воспитание и художественная гимнастика: Учеб. Пособие для учащихся пед. уч-щ по спец.№1910 «Физ. культура».- М.: Просвещение, 1989.- 175 с.: ил.
6. Фирилева, Ж.Е., Сайкина, Е.Г. Са-фи-дансе. «Танцевально-игровая гимнастика для детей: учебно-методическое пособие» - СПб.: Детство-пресс, 2001.

Допоміжна

1. Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренировки и уроки здоровья: 1-5 классы». - М.: ВАКО, 2007.
2. Закон України «Про вищу освіту» // Освіта України. - № 17. - 26 лютого 2002. - С. 2-8.
3. Закон України «Про внесення змін до Закону України «Про фізичну культуру і спорт» (від 18 червня 1999 року) // Голос України. - 1999. - 17 липня.
4. Закон України «Про фізичну культуру і спорт». - К., 1994. - 22 с.
5. «Игровые и рифмованные формы физических упражнений». Автор-составитель С.А. Авилова, Т.В. Калинина - Волгоград: Учитель, 2008.
6. Ковалько В.И. «Школа физкультурминутки: 1-4 классы». - М.: ВАКО, 2009.
7. Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту. – К., 2004. - 16с.
8. Кеннет Купер.»Аэробика для хорошего самочувствия». – Москва: «физкультура и спорт», 1989.
9. Вінокурва Л. Ритмічна гімнастика – краса і здоров'я. Молода спортивна наука України: Зб.наук.праць з галузі фізичної культури та спорту. Вип.6: У2-х т.- Л.: Вид.дім «Панорама», 2002.-Т.1.-с.181-183.
10. Тараканова В.К., Борецька Н.О., Тараканов С.В. Ефективність застосування хореографічних вправ в спортивній практиці. Фізична культура. Спорт та здоров'я нації // Зб.Наук.пр./ Редкол.: О.С.Куц (голова) та ін.-Київ – Вінниця: ДОВ «Вінниця», 2001.- с.153-155.
11. Санюк В. Формування правильної постави в школярів засобами гімнастики на уроках фізичного виховання. Фізична культура. Спорт та здоров'я нації // Зб.Наук.пр./ Редкол.: О.С.Куц (голова) та ін.-Київ – Вінниця: ДОВ «Вінниця», 2001.- с.402-404.

15. Інформаційні ресурси:

1. http://uk.wikipedia.org/wiki/Ритмічна_гімнастика
2. http://uk.wikipedia.org/wiki/Еміль_Жак-Далькроз
3. http://geo.mdpu.org.ua/index.php?option=com_mtree&task=viewlink&link_id=1384&Itemid=0
4. <https://www.youtube.com/watch?v=jGLiVUIXmEo>