

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное учреждение
высшего профессионального образования
"Казанский (Приволжский) федеральный университет"
Институт фундаментальной медицины и биологии



УТВЕРЖДАЮ

Проректор по образовательной деятельности КФУ

Проф. Таюрский Д.А.

_____ 20__ г.

подписано электронно-цифровой подписью

Программа дисциплины

Профессионально-ориентированная музыка для занятий физической культуры ФТД.Б.2

Направление подготовки: 034300.62 - Физическая культура

Профиль подготовки: Спортивная тренировка в избранном виде спорта (легкая атлетика)

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: очное

Язык обучения: русский

Автор(ы):

Лопатин Л.А.

Рецензент(ы):

-

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий(ая) кафедрой: Газизов Ф. Г.

Протокол заседания кафедры No ____ от " ____ " _____ 201__ г

Учебно-методическая комиссия Института фундаментальной медицины и биологии:

Протокол заседания УМК No ____ от " ____ " _____ 201__ г

Регистрационный No 81378117

Казань
2017

Содержание

1. Цели освоения дисциплины
2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы
3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины /модуля
4. Структура и содержание дисциплины/ модуля
5. Образовательные технологии, включая интерактивные формы обучения
6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов
7. Литература
8. Интернет-ресурсы
9. Материально-техническое обеспечение дисциплины/модуля согласно утвержденному учебному плану

Программу дисциплины разработал(а)(и) доцент, к.н. (доцент) Лопатин Л.А. Кафедра теории и методики физической культуры, спорта и ЛФК Отделение физической культуры, педагогического образования и фармации, Leonid.Lopatin@kpfu.ru

1. Цели освоения дисциплины

способствовать формированию у студентов знаний, умений и навыков проведения физических упражнений, подвижных игр, упражнений с предметами с музыкальным сопровождением.

2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы высшего профессионального образования

Данная учебная дисциплина включена в раздел "ФТД.Б.2 Факультативы" основной образовательной программы 034300.62 Физическая культура и относится к базовой (общепрофессиональной) части. Осваивается на 4 курсе, 7 семестр.

способствует формированию знаний, умений и навыков студентов в проведении различных видов упражнений с музыкальным сопровождением, воздействует на повышение общей и специальной физической подготовленности, развитию ритmicности, координации, культуры движений.

3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины /модуля

В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

Шифр компетенции	Расшифровка приобретаемой компетенции
ОК-2 (общекультурные компетенции)	умеет оценивать физические способности и функциональное состояние обучающихся.
ОК-5 (общекультурные компетенции)	готов к кооперации с коллегами, работе в коллективе
ПК-3 (профессиональные компетенции)	применяет на практике основные умения в области физической культуры
ПК-4 (профессиональные компетенции)	умеет разрабатывать учебные планы и программы конкретных занятий
ПК-5 (профессиональные компетенции)	Самостоятельно проводит учебные занятия по физической культуре
ОПК-1 (профессиональные компетенции)	умеет логически верно, аргументированно и ясно строить устную и письменную речь

В результате освоения дисциплины студент:

1. должен знать:

возможность использования бесконечных вариаций движений (по форме, структуре, последовательности выполнения) в зависимости от создаваемого образа что позволяет студентам расширить представления о двигательных возможностях организма;
- закономерности движений во взаимосвязи с музыкой и осуществлять связь между умственным образованием и физическим воспитанием;

- элементы музыкальной грамоты;
- технику упражнений художественной гимнастики.

2. должен уметь:

- выполнять движение в соответствии со средствами музыкальной выразительности;
- уметь вести вариативный подсчет (по восьмеркам, четвертям, половинам, по тактам) по ходу выполнения занимающихся упражнений в соответствии с размером и темпом исполнения различных музыкальных произведений;
- подавать команды к началу, окончанию и переходу с одного упражнения на другое соотнося их с музыкальной фразировкой;
- составлять упражнения в соответствии с музыкой;
- выполнять танцевальные комбинации на шагах галопа, польки или вальса на 32 такта;
- выполнять контрольные упражнения с предметами (с мячом, со скакалкой, с обручем, с лентой).

3. должен владеть:

- подавать команды к началу, окончанию и переходу с одного упражнения на другое соотнося их с музыкальной фразировкой;
- составлять упражнения в соответствии с музыкой;

4. должен демонстрировать способность и готовность:

- выполнять танцевальные комбинации на шагах галопа, польки или вальса на 32 такта;
- выполнять контрольные упражнения с предметами (с мячом, со скакалкой, с обручем, с лентой).

4. Структура и содержание дисциплины/ модуля

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных(ые) единиц(ы) 72 часа(ов).

Форма промежуточного контроля дисциплины зачет в 7 семестре.

Суммарно по дисциплине можно получить 100 баллов, из них текущая работа оценивается в 50 баллов, итоговая форма контроля - в 50 баллов. Минимальное количество для допуска к зачету 28 баллов.

86 баллов и более - "отлично" (отл.);

71-85 баллов - "хорошо" (хор.);

55-70 баллов - "удовлетворительно" (удов.);

54 балла и менее - "неудовлетворительно" (неуд.).

4.1 Структура и содержание аудиторной работы по дисциплине/ модулю

Тематический план дисциплины/модуля

N	Раздел Дисциплины/ Модуля	Семестр	Неделя семестра	Виды и часы аудиторной работы, их трудоемкость (в часах)			Текущие формы контроля
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	
1.	Тема 1. Тема1	7	1	0	4	0	
2.	Тема 2. Тема2	7	1	0	4	0	
3.	Тема 3. Тема3	7	1	0	4	0	

N	Раздел Дисциплины/ Модуля	Семестр	Неделя семестра	Виды и часы аудиторной работы, их трудоемкость (в часах)			Текущие формы контроля
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	
4.	Тема 4. Тема4	7	2	0	4	0	
5.	Тема 5. Тема5	7	2	0	4	0	
6.	Тема 6. Тема6	7	3	0	4	0	
7.	Тема 7. Тема7	7	3	0	4	0	
8.	Тема 8. Тема8	7	4	0	4	0	
9.	Тема 9. Тема9	7	4	0	4	0	
	Тема . Итоговая форма контроля	7		0	0	0	Зачет
	Итого			0	36	0	

4.2 Содержание дисциплины

Тема 1. Тема1

практическое занятие (4 часа(ов)):

Основы обучения музыкально ? ритмического воспитания Обучение музыкально- ритмическим упражнениям- это прежде всего педагогический процесс. Он требует планомерный и методически правильной организации действий преподавателя и студента. Студенты должны научиться правильно понимать музыку и выполнять движения в соответствии со средствами музыкальной выразительности, а преподаватель должен организовать и вести обучение движениям. В процессе освоения курса музыкально- ритмического воспитания решаются следующие основные задачи: - всестороннее, гармоническое развитие форм тела и функций организма человека, направленное на совершенствование физических способностей, укрепление здоровья; - формирование важных музыкально ? двигательных умений, навыков и вооружение специальными знаниями; - воспитание морально, волевых, эстетических качеств, развитие памяти, внимания, умственного кругозора, общей культуры поведения.

Тема 2. Тема2

практическое занятие (4 часа(ов)):

Методы и методические приемы обучения в музыкально- ритмическом воспитании В курсе музыкально ? ритмического воспитания применяются традиционные методы обучения : использования слова, наглядного и практические. Методы использования слова- универсальный метод обучения. С его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой и др. Методы наглядного восприятия способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению студентами программы курса музыкально- ритмического воспитания, повышению интереса к изучаемым упражнениям. Практические методы основаны на активной деятельности самих учащихся. Это метод целостного освоения упражнений, метод обучения посредством расчленения их, а также игровой метод.

Тема 3. Тема3

практическое занятие (4 часа(ов)):

Взаимосвязь упражнений и музыки Идеино- эмоциональное содержание музыкального произведения композитор передает с помощью средств музыкальной выразительности ? мелодии, гармонии, темпа, ритма и др. совокупность всех этих средств создаются музыкальные образы, содержание которых отражает замысел композитор. С первых занятий следует учить занимающихся понимать содержание музыки, вникать в ее сущность. Мелодия ? это одноголосое выражение музыкальной мысли. Она представляет собой чередование звуков, находящихся в определенном соотношении по высоте и имеющих определенный темп и ритм. Совокупность движения мелодии вверх. Вниз и на месте называется мелодическим рисунком.

Тема 4. Тема4

практическое занятие (4 часа(ов)):

Ритм и размер музыкального сопровождения Ритм- одно из главных выразительных средств музыки. Это последовательное сочетание музыкальных звуков различных длительностей. Чередование звуков различных длительностей образует ритмический рисунок мелодии. Воспроизведение ритмического рисунка движениями развивает музыкальную память, координацию движений, быстроту реакции. Для закрепления умения воспроизводить ритмический рисунок движениями можно выполнить следующие и провести игру.

Тема 5. Тема5

практическое занятие (4 часа(ов)):

Построение музыкального произведения Учить занимающихся выполнять упражнения в соответствии с построением музыкального произведения следует постепенно. - прослушать музыкальное произведение и отделить один период о другого хлопком. - Построить занимающихся в колонну по два. - Прослушав музыкальное произведение ? лирическое по содержанию со слитым характером звучания. Для закрепления умения выполнять упражнения в соответствии с построение музыкальных произведений можно провести музыкальную игру.

Тема 6. Тема6

практическое занятие (4 часа(ов)):

Хореографические упражнения На занятиях музыкальной ритмикой применяют средства хореографии (позиции рук, ног, основные положения по позициям) для формирования движений, совершенствования координации, развитие ритмичности движений, укрепления мышц ног и туловища, а также как основные исходные положения.

Тема 7. Тема7

практическое занятие (4 часа(ов)):

Основные танцевальные упражнения Танцевальные упражнения способствуют формированию правильной осанки, красивой походки; развитию ритмичности и координации движений, выносливости, скоростно - силовых качеств. Выполнение танцевальных упражнений под музыку вызывает у студентов ощущение радости, поднимает эмоциональное состояние, общую культуру поведения. Приставной шаг, шаг галопа, переменный шаг, шаг польки, шаг вальса.

Тема 8. Тема8

практическое занятие (4 часа(ов)):

Проведение различных видов упражнений с музыкальным сопровождением - комплексы упражнений без предмета (общеразвивающих); - комплексы упражнений из элементов художественной гимнастики и хореографии; - комплексы упражнений, составленных из ?? форм ходьбы, бега, прыжков; - комплексы упражнений классической аэробики; - комплексы упражнений с использованием базовых шагов; - комплексы упражнений с использованием различных современных танцевальных стилей и направлений (рок, диско, фанк, хип-хоп); - комплексы упражнений аэробики с использованием предметов и приспособлений; - стретчинг (гимнастика поз); - калланетика (гимнастика статических упражнений); - шейпинг.

Тема 9. Тема9

практическое занятие (4 часа(ов)):

Элементы музыкальной грамоты Основным свойством музыкального звука является его высота. Высота звука определяется длиной волны и числом колебаний в секунду. Музыкальный звук имеет четыре свойства: высоту, громкость, тембр и длительность. Основу музыки составляет мелодия, т.е. последовательность звуков определенной высоты и длительности. Различной длительности звука в записи соответствует различная форма нот. В любом музыкальном произведении отдельные звуки имеют ударения, т.е. звучат более громко и отчетливо. Знание структуры музыкальных произведений, умение на слух определять начало и конец не только крупных музыкальных построений ? периодов, но также предложений и фраз, является тем необходимым критерием, без которого невозможно грамотное проведение занятий под музыкальное сопровождение.

4.3 Структура и содержание самостоятельной работы дисциплины (модуля)

N	Раздел Дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды самостоятельной работы студентов	Трудоемкость (в часах)	Формы контроля самостоятельной работы
1.	Тема 1. Тема1	7	1	самостоятельное изучение дополнительной литературы, конспектов практических занятий	4	устный ответ
2.	Тема 2. Тема2	7	1	самостоятельное изучение дополнительной литературы, конспектов практических занятий	4	устный ответ
3.	Тема 3. Тема3	7	1	самостоятельное изучение дополнительной литературы, конспектов практических занятий	4	устный ответ
4.	Тема 4. Тема4	7	2	самостоятельное изучение дополнительной литературы, конспектов практических занятий	4	устный ответ
5.	Тема 5. Тема5	7	2	самостоятельное изучение дополнительной литературы, конспектов практических занятий	4	устный ответ
6.	Тема 6. Тема6	7	3	самостоятельное изучение дополнительной литературы, конспектов практических занятий	4	устный ривет
7.	Тема 7. Тема7	7	3	самостоятельное изучение дополнительной литературы, конспектов практических занятий	4	устный ответ

N	Раздел Дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды самостоятельной работы студентов	Трудоемкость (в часах)	Формы контроля самостоятельной работы
8.	Тема 8. Тема8	7	4	самостоятельное изучение дополнительной литературы, конспектов практических занятий	4	устный ответ
9.	Тема 9. Тема9	7	4	самостоятельное изучение дополнительной литературы, конспектов практических занятий	4	устный ответ
	Итого				36	

5. Образовательные технологии, включая интерактивные формы обучения

Лекции, практические занятия с использованием методических материалов, инновационные образовательные технологии с использованием активных и интерактивных форм проведения занятий, самостоятельная работа студентов

6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов

Тема 1. Тема1

устный ответ , примерные вопросы:

Основы обучения музыкально ? ритмического воспитания Обучение музыкально- ритмическим упражнениям- это прежде всего педагогический процесс. Он требует планомерный и методически правильной организации действий преподавателя и студента. Студенты должны научиться правильно понимать музыку и выполнять движения в соответствии со средствами музыкальной выразительности, а преподаватель должен организовать и вести обучение движениям. В процессе освоения курса музыкально- ритмического воспитания решаются следующие основные задачи: - всестороннее, гармоническое развитие форм тела и функций организма человека, направленное на совершенствование физических способностей, укрепление здоровья; - формирование важных музыкально ? двигательных умений, навыков и вооружение специальными знаниями; - воспитание морально, волевых, эстетических качеств, развитие памяти, внимания, умственного кругозора, общей культуры поведения.

Тема 2. Тема2

устный ответ , примерные вопросы:

Методы и методические приемы обучения в музыкально- ритмическом воспитании В курсе музыкально ? ритмического воспитания применяются традиционные методы обучения : использования слова, наглядного и практические. Методы использования слова- универсальный метод обучения. С его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой и др. Методы наглядного восприятия способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению студентами программы курса музыкально- ритмического воспитания, повышению интереса к изучаемым упражнениям. Практические методы основаны на активной деятельности самих учащихся. Это метод целостного освоения упражнений, метод обучения посредством расчленения их, а также игровой метод.

Тема 3. Тема3

устный ответ , примерные вопросы:

Взаимосвязь упражнений и музыки Идейно- эмоциональное содержание музыкального произведения композитор передает с помощью средств музыкальной выразительности ? мелодии, гармонии, темпа, ритма и др. совокупность всех этих средств создаются музыкальные образы, содержание которых отражает замысел композитор. С первых занятий следует учить занимающихся понимать содержание музыки, вникать в ее сущность. Мелодия ? это одноголосое выражение музыкальной мысли. Она представляет собой чередование звуков, находящихся в определенном соотношении по высоте и имеющих определенный темп и ритм. Совокупность движения мелодии вверх. Вниз и на месте называется мелодическим рисунком.

Тема 4. Тема4

устный ответ , примерные вопросы:

Ритм и размер музыкального сопровождения Ритм- одно из главных выразительных средств музыки. Это последовательное сочетание музыкальных звуков различных длительностей. Чередование звуков различных длительностей образует ритмический рисунок мелодии. Воспроизведение ритмического рисунка движениями развивает музыкальную память, координацию движений, быстроту реакции. Для закрепления умения воспроизводить ритмический рисунок движениями можно выполнить следующие и провести игру.

Тема 5. Тема5

устный ответ, примерные вопросы:

Построение музыкального произведения Учить занимающихся выполнять упражнения в соответствии с построением музыкального произведения следует постепенно. - прослушать музыкальное произведение и отделить один период о другого хлопком. - Построить занимающихся в колонну по два. - Прослушав музыкальное произведение ? лирическое по содержанию со слитым характером звучания. Для закрепления умения выполнять упражнения в соответствии с построение музыкальных произведений можно провести музыкальную игру.

Тема 6. Тема6

устный ривет, примерные вопросы:

Хореографические упражнения На занятиях музыкальной ритмикой применяют средства хореографии (позиции рук, ног, основные положения по позициям) для формирования движений, совершенствования координации, развитие ритмичности движений, укрепления мышц ног и туловища, а также как основные исходные положения.

Тема 7. Тема7

устный ответ, примерные вопросы:

Основные танцевальные упражнения Танцевальные упражнения способствуют формированию правильной осанки, красивой походки; развитию ритмичности и координации движений, выносливости, скоростно - силовых качеств. Выполнение танцевальных упражнений под музыку вызывает у студентов ощущение радости, поднимает эмоциональное состояние, общую культуру поведения. Приставной шаг, шаг галопа, переменный шаг, шаг польки, шаг вальса.

Тема 8. Тема8

устный ответ, примерные вопросы:

проведение различных видов упражнений с музыкальным сопровождением - комплексы упражнений без предмета (общеразвивающих); - комплексы упражнений из элементов художественной гимнастики и хореографии; - комплексы упражнений, составленных из ?? форм ходьбы, бега, прыжков; - комплексы упражнений классической аэробики; - комплексы упражнений с использованием базовых шагов; - комплексы упражнений с использованием различных современных танцевальных стилей и направлений (рок, диско, фанк, хип-хоп); - комплексы упражнений аэробики с использованием предметов и приспособлений; - стретчинг (гимнастика поз); - калланетика (гимнастика статических упражнений); - шейпинг.

Тема 9. Тема9

устный ответ, примерные вопросы:

Элементы музыкальной грамоты Основным свойством музыкального звука является его высота. Высота звука определяется длиной волны и числом колебаний в секунду. Музыкальный звук имеет четыре свойства: высоту, громкость, тембр и длительность. Основу музыки составляет мелодия, т.е. последовательность звуков определенной высоты и длительности. Различной длительности звука в записи соответствует различная форма нот. В любом музыкальном произведении отдельные звуки имеют ударения, т.е. звучат более громко и отчетливо. Знание структуры музыкальных произведений, умение на слух определять начало и конец не только крупных музыкальных построений ? периодов, но также предложений и фраз, является тем необходимым критерием, без которого невозможно грамотное проведение занятий под музыкальное сопровождение.

Тема . Итоговая форма контроля

Примерные вопросы к зачету:

Предмет и задачи музыкально-ритмического воспитания;

2. Место и значение музыкально-ритмического воспитания в системе физического 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;

6. Методы и методические приемы обучения в музыкально-ритмическом воспитании;

7. Связь упражнений с мелодией и регистром звучания музыки;

8. Ритм и размер музыкального сопровождения;

9. Темп и динамические оттенки музыки;

10. Построение музыкального произведения;

11. Ходьба и бег;

12. Хореографические упражнения;

13. Ритмическая гимнастика;

14. Танцевальные упражнения;

15. Упражнения художественной гимнастики;

16. Методические указания к проведению занятий;

17. Структура занятий;

7.1. Основная литература:

Гимнастика: учебник для студ. высш. пед. учеб. заведений. Под редакцией М.Л. Журавина, Н.К. Меньшикова. ? М.: издательский центр Академия, 2006.- 448 с.

7.2. Дополнительная литература:

Физическая культура: Программа для средних общеобразовательных учреждений. - Казань, Магариф, 2005. - 55 с.

2. Физическое воспитание в специальных медицинских группах. Программа для учащихся 1-11 классов образовательных учреждений. - Екатеринбург. Издательство Дом учителя. 2004. - 64 с.
3. Копылов Ю.А., Верхлин В.Н. Третий урок физической культуры: методические рекомендации. - М.: Чистые пруды, 2005. - 64 с.
4. Физкультура.: поурочные планы / авт.-сост. М.В.Видякин, В.И.Виненко. - Волгоград: учитель, 2005 г. - 184 с.
5. Спортивная гимнастика: примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ. - М.: Советский спорт, 2005 г. - 420 с.
6. Шлыков В.П. Гимнастика в средней и старшей школе. - М.: Чистые пруды, 2007 г. - 32 с.

7.3. Интернет-ресурсы:

<http://gimnastika.ru/> - <http://gimnastika.ru/>
<http://rossport.ru> - <http://rossport.ru>
<http://sportcom.ru> - <http://sportcom.ru>
<http://www.gymshow.ru/> - <http://www.gymshow.ru/>
<http://www.sportgymrus.ru/> - <http://www.sportgymrus.ru/>

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины(модуля)

Освоение дисциплины "Профессионально-ориентированная музыка для занятий физической культуры" предполагает использование следующего материально-технического обеспечения:

Для обеспечения данной дисциплины необходимы: спортивный зал, гантели с различными весами; аудитории; доступ к библиотечным фондам; мультимедийные, аудио- и видео материалы.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВПО и учебным планом по направлению 034300.62 "Физическая культура" и профилю подготовки Спортивная тренировка в избранном виде спорта (легкая атлетика) .

Автор(ы):

Лопатин Л.А. _____

"__" _____ 201__ г.

Рецензент(ы):

"__" _____ 201__ г.