

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ  
ИМЕНИ АЛЕКСАНДРА СЕМЕНОВИЧА РОЗАНОВА»**

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА В ОБЛАСТИ  
ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА  
«ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ТВОРЧЕСТВО»**

**ПРЕДМЕТНАЯ ОБЛАСТЬ  
ПО.01. ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ИСПОЛНИТЕЛЬСТВО**

**ПРОГРАММА ПО УЧЕБНОМУ ПРЕДМЕТУ  
ПО.01.УП.02. «РИТМИКА»**

**г. Кировск, 2017**

ПРИНЯТО  
Педагогическим советом  
МБУДО «ДШИ им. А.С. Розанова»  
Протокол № 07  
«30» мая 2017г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
МБУДО «ДШИ им. А.С. Розанова»  
\_\_\_\_\_ М.Г. Ващенко  
«30» мая 2017г.

Разработчик – Степанова Светлана Николаевна, преподаватель хореографических дисциплин, заведующая хореографическим отделением МБУДО «ДШИ им. А. С. Розанова»

Рецензент – Копликова Виктория Александровна, преподаватель хореографических дисциплин, заведующая хореографическим отделением МБОУДО «Детская школа искусств № 2» города Мурманска

Рецензент – Некрасова Анна Владимировна, преподаватель хореографических дисциплин МБУДО «ДШИ им. А. С. Розанова»

## **Структура программы учебного предмета «Ритмика» ДПОП «Хореографическое творчество»**

### **I. Пояснительная записка:**

- характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе;
- срок реализации учебного предмета;
- объем учебного времени, предусмотренный учебным планом;
- форма проведения учебных аудиторных занятий;
- цель и задачи учебного предмета;
- обоснование структуры программы учебного предмета;
- методы обучения;
- описание материально-технических условий реализации учебного предмета;

### **II. Содержание учебного предмета:**

- сведения о затратах учебного времени;
- годовые требования по классам.

### **III. Требования к уровню подготовки обучающихся.**

### **IV. Формы и методы контроля, система оценок:**

- аттестация: цели, виды, форма, содержание;
- критерии оценок

### **V. Методическое обеспечение учебного процесса.**

- методические рекомендации педагогическим работникам;
- рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся

### **VI. Список рекомендуемой учебно-методической литературы.**

## I. Пояснительная записка

### 1. Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе

Программа учебного предмета «Ритмика» разработана на основе и с учетом федеральных государственных требований к дополнительной предпрофессиональной общеобразовательной программе в области хореографического искусства «Хореографическое творчество».

Органическое соединение движения, музыки, игры способствует формированию положительных эмоций у детей, помогающих в их раскрепощении, создании естественности и привлекательности поведения любого ребенка. Приобщение к искусству танца включает ознакомление учащихся с источниками танцевальной культуры, искусством классического и народного танцев, музыкально-ритмическим складом мелодий.

На занятиях по ритмике происходит непосредственное и всестороннее обучение ребенка на основе гармоничного сочетания музыкального, двигательного, физического и интеллектуального развития.

Уроки ритмики развивают такие музыкальные данные как слух, память, ритм, помогают выявлению творческих задатков учеников, знакомят с теоретическими основами музыкального искусства. Дети получают возможность самовыражения через музыкально-игровую деятельность. Помимо этого, на уроках ритмики происходит формирование разносторонней творческой личности, ориентированной на ее духовное становление и совершенствование.

Изучение предмета «Ритмика» тесно связано с изучением предметов «Слушание музыки и музыкальная грамота», «Танец», «Классический танец», «Народно-сценический танец».

### 2. Срок реализации учебного предмета «Ритмика»

Срок освоения программы «Ритмика» для детей, поступивших в образовательное учреждение в первый класс в возрасте с шести лет шести месяцев до девяти лет, составляет 2 года.

### 3. Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию предмета «Ритмика»:

#### Срок реализации учебного предмета «Ритмика» составляет 2 года

Классы/количество часов	1 класс	2 класс
	Количество часов	Количество часов
Максимальная нагрузка	130	
Количество часов на аудиторную нагрузку	64	66
Недельная аудиторная нагрузка	2	2
консультации	2	2

**4. Форма проведения учебных аудиторных занятий:** мелкогрупповая (от 4 до 10 человек). Продолжительность урока - 40 минут.

## **5. Цель и задачи учебного предмета**

### **Цели:**

- развитие музыкально-ритмических и двигательно-танцевальных способностей учащихся через овладение основами музыкально-ритмической культуры;
- развитие стойкого интереса к хореографическому искусству;
- освоение учащимися основ хореографии и базовых знаний, качеств и исполнительских навыков с учетом возрастных особенностей;
- расширение кругозора, образовательно-художественного восприятия мира;
- воспитание общей культуры, гуманного отношения к людям.

### **Задачи:**

- овладение основами музыкальной грамоты;
- формирование танцевальных умений и навыков в соответствии с программными требованиями;
- воспитание важнейших психофизических качеств, двигательного аппарата в сочетании с моральными и волевыми качествами личности – силы, выносливости, ловкости, быстроты, координации;
- развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности;
- приобщение к здоровому образу жизни;
- формирование правильной осанки;
- укрепление суставно-двигательного и связочного аппарата;
- развитие творческих способностей;
- развитие темпо - ритмической памяти учащихся;
- развитие координации хореографических движений;
- развитие основ музыкальной культуры.

## **6. Обоснование структуры учебного предмета «Ритмика»**

Обоснованием структуры программы являются требования ФГТ, отражающие все аспекты работы преподавателя с учеником.

Программа содержит следующие разделы:

- сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета;
- распределение учебного материала по годам обучения;
- описание дидактических единиц учебного предмета;
- требования к уровню подготовки обучающихся;
- формы и методы контроля, система оценок;
- методическое обеспечение учебного процесса.

В соответствии с данными направлениями строится основной раздел программы «Содержание учебного предмета».

## 7. Методы обучения

Для достижения поставленных целей и реализации задач предмета используются следующие методы обучения:

*а). наглядный:*

- наглядно-слуховой прием;
- наглядно-зрительный прием;
- показ движения педагогом;
- образец-показ движения лучшим исполнителем (учеником);
- подражание образам окружающей действительности;
- прием тактильно-мышечной наглядности;
- использование наглядных пособий.

Исполнение музыки должно сопровождаться показом. Показ движения нужно заранее хорошо продумать: сравнительно легко продемонстрировать действия отдельных персонажей-образов и намного сложнее развернуть сюжет игры или различные хороводные построения.

*б). словесный:*

- рассказ;
- объяснение;
- инструкция;
- лекция;
- беседа;
- анализ и обсуждение;
- словесный комментарий педагога по ходу исполнения движения;
- прием раскладки хореографического движения.

Беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение, рассказ, напоминание, оценка и т. д. Этот метод широко применяется в процессе обучения ритмике как самостоятельный, так и в сочетании с наглядным и практическим методами.

Применение его своеобразно тем, что состоит в выборе отдельных приемов и в дозировке их в зависимости от формы занятий и возраста детей. Так, к образно-сюжетному рассказу чаще прибегают при разучивании игры (особенно в младшей группе); к объяснению, напоминанию — в упражнениях, танцах.

*в). практический:*

- игровой прием;
- детское «сотворчество»;
- соревновательность;
- сравнение и контрастное чередование движений и упражнений;
- прием пространственной ориентации;

- хореографическая импровизация;
- фиксация отдельных этапов хореографических движений
- развитие основ пластических линий.

При использовании практического метода (многократное выполнение конкретного музыкально-ритмического движения) особенно важно предварительно «отрабатывать» в подводящих, подготовительных упражнениях элементы бега, поскоков, подпрыгиваний манипуляций с предметами и т.д., а затем уже включать их в игры, пляски и хороводы.

*г). психолого-педагогический метод:*

- педагогическое наблюдение;
- прием проблемного обучения и воспитания;
- индивидуальный дифференцированный подход к каждому учащемуся;
- прием воспитания подсознательной деятельности;
- педагогическая оценка исполнения учащимся упражнений;
- прием контрастного чередования психофизических нагрузок и восстановительного процесса (отдыха, релаксации).

Предложенные методы работы являются наиболее продуктивными при реализации поставленных целей и задач учебного предмета и основаны на проверенных методиках и сложившихся традициях в хореографическом образовании.

## **8. Описание материально-технических условий реализации учебного предмета**

Материально-техническая база образовательного учреждения должна соответствовать санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

Материально-технические условия, необходимые для успешной организации образовательного и воспитательного процесса:

- наличие танцевальных залов;
- наличие оборудованных гардеробов и раздевалок для занятий;
- наличие концертного зала;
- наличие репетиционной и концертной одежды.

## II. Содержание учебного предмета

### 1. Сведения о затратах учебного времени

Срок обучения 2 года

№п/п	Наименование раздела	Вид учебного занятия	Объем времени в часах		
			Максимальная учебная нагрузка	Аудиторные занятия первого года обучения	Аудиторные занятия второго года обучения
1	2	3	4	5	6
			130	64	66
I.	Основы музыкальной грамоты	урок	37	19	18
II.	Упражнения на ориентировку в пространстве	урок	8	4	4
III.	Хореографическая азбука	урок	12	6	6
IV.	Танцевальные движения	урок	67	32	35
V.	Музыкально-ритмические игры	урок	12	10	10
	Контрольные уроки	урок	2	1	1

Аудиторная нагрузка по учебному предмету распределяется по годам обучения с учетом общего объема аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет ФГТ.

Учебный материал распределяется по годам обучения – классам. Каждый класс имеет свои дидактические задачи и объем времени, предусмотренный для освоения учебного материала.

### 2. Содержание разделов

В данной программе весь материал систематизирован в разделы, которые в той или иной степени взаимосвязаны друг с другом, что позволяет достичь необходимых результатов в комплексном развитии учащегося.

#### *Первый раздел «Основы музыкальной грамоты»*

Главная цель - научить ребенка слушать и слышать музыку и эмоционально откликаться на нее. Умение слышать музыку и понимать музыкальный язык развивается в разных видах деятельности - пении, движении под музыку, исполнительской деятельности. Учащиеся усваивают понятия "ритм", "счет", "размер" и узнают, что музыка состоит из тактов и музыкальных фраз, при этом дети овладевают навыками различения понятий «вступление» и «основная часть, тема», что позволяет ребенку вступать в танец с начала музыкальной фразы.

*Второй раздел «Упражнения на ориентировку в пространстве»* основан на обучении ребенка ориентироваться на танцевальной площадке, с легкостью перестраиваться из рисунка в рисунок, работая сообща в коллективе детей. Умение

овладевать разнообразными рисунками танца в дальнейшем позволяет ребенку свободно чувствовать себя на сцене.

*Третий раздел «Хореографическая азбука»* предусматривает упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов, опорно-двигательного аппарата. Упражнения для различных частей тела: головы, шеи, плечевого пояса, рук, корпуса, ног. Подбор упражнений, способствующих разогреву мышц, развитию координации, скорости мышечных реакций. Ритмическая основа упражнений должна соответствовать музыкальному материалу.

*Четвертый раздел «Танцевальные движения»* является основой данного курса и подготовкой к последующим большим выступлениям ребенка на сцене. В ритмике используются несложные элементы народных плясок, хороводов, которые составляют основу современных детских композиций.

*Пятый раздел «Музыкально-ритмические игры»* включает важные и неотъемлемые для полноценного развития ребенка задачи. Форма игры создает условия для раскрытия эмоционального мира каждого ребенка и усвоения им необходимых знаний, понятий, формирования навыков в обстановке эмоционального комфорта. В процессе игры создаются условия для общения детей в паре, в группе, проявляются личностные качества, а педагог в процессе игры имеет возможность корректировать отношения между детьми, активизировать творческую деятельность группы, создавать условия для наиболее полного проявления каждого ребенка в рамках заданных правил.

### 3. Требования по годам обучения

(Срок обучения 2 года)

#### 1 год обучения

№ п/п	Наименование тем
1	2
<b>I.</b>	<b>Основы музыкальной грамоты</b>
1.	Оркестровая окраска. Понятие о звуке (низкие, средние, высокие)
2.	Характер музыки: - грустный, печальный и т.д - веселый, радостный, задорный и т.д.
3.	Динамические оттенки: - громко; - тихо.
4.	Музыкальный размер 2/4; 4/4
5.	Знакомство с длительностью звуков (ноты): - целая - половинная - четвертная - восьмая
6.	Музыкальный темп: - быстрый; - медленный;

7.	Понятие «сильная доля»
8.	Понятие «музыкальная фраза»
<b>II.</b>	<p><b>Упражнения на ориентировку в пространстве:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- нумерация точек в классе;</li> <li>- линия, шеренга;</li> <li>- колонна;</li> </ul> <p><i>Виды фигур:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- круг;</li> <li>- «воротца»;</li> <li>- сужение и расширение круга.</li> </ul>
<b>III.</b>	<p><b>Хореографическая азбука</b></p> <p><i>Упражнения для головы, шеи и плечевого пояса:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наклоны головы вперед, назад и в стороны;</li> <li>- повороты головы вправо, влево;</li> <li>- круговые движения головой по полукругу и по целому кругу;</li> <li>- вытягивание шеи вперед и в стороны;</li> <li>- подъем и опускание плеч вверх, вниз, вместе и поочередно;</li> <li>- круговые движения плечами вперед и назад, двумя вместе и поочередно.</li> </ul> <p><i>Упражнения для рук:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подъем и опускание вверх-вниз,</li> <li>- разведение в стороны;</li> <li>- сгибание рук в локтях;</li> <li>- круговые движения «мельница»;</li> <li>- круговые махи одной рукой и двумя вместе;</li> <li>- отведение согнутых в локтях рук в стороны.</li> </ul> <p><i>Упражнения для кистей рук:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сгибание кистей вниз, вверх;</li> <li>- отведение вправо, влево;</li> <li>- вращение кистей наружу, внутрь,</li> </ul> <p><i>Упражнения для корпуса:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наклоны вперед, в сторону;</li> <li>- повороты корпуса «пилка»;</li> <li>- расслабление и напряжение мышц корпуса (ронять корпус)</li> </ul> <p><i>Упражнение для ног:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- полуприседания;</li> <li>- подъем на полупальцы;</li> <li>- подъем согнутой в колене ноги;</li> <li>- разгибание и сгибание ноги в коленном суставе вперед в сторону</li> </ul> <p><i>Упражнение для ступней ног:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- отведение стопы наружу в суставе, внутрь;</li> <li>- круговые движения ног.</li> </ul> <p><i>Прыжки:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- на обеих ногах;</li> <li>- на одной (по два, четыре, восемь на каждой);</li> <li>- прыжок с просветом (из 6 позиции на 2 позицию и обратно);</li> </ul>
<b>IV.</b>	<b>Танцевальные движения.</b>
1.	<p><u>Поклон:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- простой;</li> <li>- поясной;</li> <li>- с demi-plie в VI и I свободной позициях</li> </ul>
2.	<p><u>Шаги:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- танцевальный ход с носка;</li> <li>- шаг с пятки;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- приставочный шаг;</li> <li>- шаг на полуприседаниях;</li> <li>- маршевый шаг;</li> <li>- галоп;</li> <li>- легкий бег с отбрасыванием ног назад, согнутых в коленях;</li> <li>- бег лошадки.</li> </ul>
3.	<p><u>Элементы классического танца.</u> Изучаются на середине зала при неполной выворотности ног. Постановка корпуса, ног, рук, головы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- позиции ног: 1, 2, 3;</li> <li>- постановка стоп;</li> <li>- позиции рук: подготовительное положение, постановка кисти, 1, 3, 2 (изучаются последней, как наиболее трудная), музыкальный размер: 4/4 - 1 такт, 3/4 - 4 такта;</li> <li>- battement tendu 1 позиции, все направления, музыкальный размер: 4/4 - 2 такта;</li> <li>- demi-plié в 1 позиции, музыкальный размер: 4/4 – 2 такта;</li> <li>- наклон корпуса вперед, в сторону;</li> <li>- трамплинные прыжки;</li> <li>- понятие en face.</li> </ul>
4.	<p><u>Элементы народного танца.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- положение рук на поясе;</li> <li>- положения рук в паре (в русском, белорусском танце);</li> <li>- шаг с приставкой;</li> <li>- шаг с подскоком;</li> <li>- притоп одинарный, тройной;</li> <li>- галоп;</li> <li>- подскок;</li> <li>- хлопки в ладоши;</li> <li>- полька;</li> <li>- простейшие хлопушки;</li> <li>- вращение по точкам класса на месте.</li> </ul>
V.	<p><b>Музыкально-ритмические игры (по выбору преподавателя):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- «Музыкальная шкатулка»;</li> <li>- «Небо, воздух, земля»;</li> <li>- «По водицу»</li> </ul>

### **Основные требования к знаниям и умениям учащихся 1 года обучения:**

Ученики должны иметь следующие знания, умения, навыки:

- определять характер музыки словами (грустный, веселый, спокойный, плавный, изящный);
- правильно определять сильную долю в музыке и различать длительности нот;
- знать различия «народной» и «классической» музыки;
- уметь грамотно исполнять движения;
- выполнять основные движения упражнений с предметами и без них под музыку преимущественно на 2/4 и 4/4;
- начинать и заканчивать движение вместе с музыкой;
- уметь координировать движения - рук, ног и головы, при ходьбе, беге, галопе;
- уметь ориентироваться в пространстве: выполнять повороты, двигаясь по линии танца;

- четко определять право и лево в движении и исполнении упражнения с использованием предметов;
- хорошо владеть движениями с платком и обручем;
- уметь свободно держать корпус, голову и руки в тех или иных положениях;
- уметь работать в паре и синхронизировать движения.

### Примерные требования к контрольным урокам:

За время обучения учащиеся должны приобрести ряд практических навыков:

1. Уметь выполнять комплексы упражнений.
2. Уметь сознательно управлять своими движениями.
3. Владеть упражнениями на развитие музыкальности, метроритма.
4. Уметь координировать движения.
5. Владеть изученными танцевальными движениями разных характеров и музыкальных темпов.

## 2 год обучения

№ п/п	Наименование тем
1	2
<b>I.</b>	<b>Основы музыкальной грамоты</b>
1.	Музыкальный размер 2/4; 4/4; 3/4; 6/8
2.	Жанры в музыке: - песня; - танец; - марш
3.	Понятие «сильная доля»
4.	Понятие «Затакт»
5.	Знакомство с куплетной формой
6.	Понятие «музыкальная фраза»
7.	Характер музыки. Тоника: - мажор - минор
8.	Музыкальные паузы: - половинная; - четвертная; - восьмая
9.	Музыкальный темп: умеренный
10.	Музыкальные штрихи: - легато - стаккато
<b>II.</b>	<b>Упражнения на ориентировку в пространстве:</b> - змейка; - цепочка; - диагональ. <i>Виды фигур:</i> - квадрат; - зигзаг; - круг в круге; - «звездочка»
<b>III.</b>	<b>Хореографическая азбука</b> <i>Упражнения для головы, шеи и плечевого пояса:</i>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- наклоны головы вперед, назад и в стороны;</li> <li>- повороты головы вправо, влево;</li> <li>- круговые движения головой по полукругу и по целому кругу;</li> <li>- вытягивание шеи вперед и в стороны;</li> <li>- подъем и опускание плеч вверх, вниз, вместе и поочередно;</li> <li>- круговые движения плечами вперед и назад, двумя вместе и поочередно.</li> </ul> <p><i>Упражнения для рук:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подъем и опускание вверх-вниз,</li> <li>- разведение в стороны;</li> <li>- сгибание рук в локтях;</li> <li>- круговые движения «мельница»;</li> <li>- круговые махи одной рукой и двумя вместе;</li> <li>- отведение согнутых в локтях рук в стороны.</li> </ul> <p><i>Упражнения для кистей рук:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сгибание кистей вниз, вверх;</li> <li>- отведение вправо, влево;</li> <li>- вращение кистей наружу, внутрь,</li> </ul> <p><i>Упражнения для корпуса:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наклоны вперед, в сторону;</li> <li>- повороты корпуса «пилка»;</li> <li>- круговые движения в поясе;</li> <li>- смещение корпуса от талии в стороны;</li> <li>- расслабление и напряжение мышц корпуса (ронять корпус)</li> </ul> <p><i>Упражнение для ног:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- полуприседания;</li> <li>- подъем на полупальцы;</li> <li>- подъем согнутой в колене ноги;</li> <li>- разгибание и сгибание ноги в коленном суставе вперед в сторону</li> <li>- то же с приседанием;</li> <li>- отведение ноги, выпады вперед и в стороны;</li> <li>- разворот согнутой в колене ноги.</li> </ul> <p><i>Упражнение для развития стоп:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- отведение стопы наружу в суставе, внутрь;</li> <li>- круговые движения стопой.</li> </ul> <p><i>Прыжки:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- на обеих ногах;</li> <li>- на одной (по два, четыре, восемь на каждой);</li> <li>- прыжок с просветом (из 6 позиции на 2 позицию и обратно);</li> <li>- перескоки с одной нога на другую с отведением работающей ноги на носок или пятку вперед и в стороны;</li> <li>- подскоки;</li> <li>- легкий бег.</li> </ul>
<b>IV.</b>	<b>Танцевальные движения.</b>
1.	<p><u>Поклон:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- простой;</li> <li>- поясной;</li> <li>- с demi-plié в VI и I свободной позициях</li> </ul>
2.	<p><u>Шаги:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- танцевальный ход с носка;</li> <li>- шаг с пятки;</li> <li>- приставочный шаг;</li> <li>- шаг на полуприседаниях;</li> <li>- маршевый шаг;</li> <li>- галоп;</li> <li>- легкий бег с отбрасыванием ног назад, согнутых в коленях;</li> </ul>

	- бег лошадки.
3.	<p><u>Элементы классического танца.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- позиции ног: 1, 2, 3;</li> <li>- позиции рук: подготовительное положение, постановка кисти, 1, 3, 2 (изучаются последней, как наиболее трудная), музыкальный размер: 4/4 -1 такт, 3/4 - 4 такта;</li> <li>- battement tendu 1 и 3 позициях, все направления, музыкальный размер: 4/4 - 2 такта;</li> <li>- demi-plie в 1 и 3 позициях, музыкальный размер: 4/4 – 2 такта;</li> <li>- battement tendu et demi-plie в 1 и 3 позициях, музыкальный размер: 4/4 – 2 такта, (1 такт на каждое движение);</li> <li>- постановка корпуса, ног у станка (лицом к станку) в полувыворотных позициях;</li> <li>- preparation для руки у станка (держась одной рукой за станок);</li> <li>- наклон корпуса вперед, в сторону;</li> <li>- трамплинные прыжки;</li> <li>- понятие en face.</li> </ul>
4.	<p><u>Элементы народного танца.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- положение рук на поясе;</li> <li>- руки «за юбку»</li> <li>- положения рук в паре (в русском, белорусском танце);</li> <li>- шаг с приставкой;</li> <li>- шаг с подскоком;</li> <li>- притоп одинарный, тройной;</li> <li>- галоп;</li> <li>- подскок;</li> <li>- «ковырялочка»;</li> <li>- гармошка;</li> <li>- хлопки в ладоши;</li> <li>- полька;</li> <li>- простейшие хлопушки;</li> <li>- вращение по точкам класса на месте.</li> </ul>
V.	<p><b>Музыкально-ритмические игры (по выбору преподавателя):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- «Музыкальная шкатулка»;</li> <li>- «Мыши и мышеловка»;</li> <li>- «Волшебная шапочка»</li> </ul>

### **Основные требования к знаниям и умениям учащихся 2 года обучения:**

Учащиеся должны иметь следующие знания, умения, навыки:

- термины: громко—тихо, высоко—низко, характер музыки (бодрый, веселый, печальный, грустный), темп музыки и движения (быстро, медленно, умеренно, подвижно), музыкальные размеры, длительности, понятия «затакт», «сильная доля», «фраза», музыкальные жанры – песня, танец, марш;
- знать названия общеразвивающих упражнений пройденных в течение двух лет обучения;
- знать названия простых танцевальных шагов, а также уметь их правильно исполнить (мягкий, на полу пальцах, приставной, переменный, галоп, полька).
- выполнять основные движения упражнений с предметами и без них под музыку на 2/4, 4/4, 3/4; 6/8;
- слышать изменения звучания музыки и передавать их изменением движения;

- повторять на инструменте простейший ритмический рисунок;
- выполнять с более четким исполнением подражательные движения;
- уметь танцевать в ансамбле;
- уметь правильно ориентироваться на сценической площадке;
- уметь замечать свои ошибки и ошибки других учеников;
- уметь свободно и правильно держать корпус, голову в тех или иных позах, согласно выполнению движения или комбинации.

### **Примерные требования к контрольным урокам:**

За время обучения учащиеся должны приобрести ряд практических навыков:

1. Уметь выполнять комплексы упражнений.
2. Уметь сознательно управлять своими движениями.
3. Владеть упражнениями на развитие музыкальности, метроритма.
4. Уметь координировать движения.
5. Владеть изученными танцевальными движениями разных характеров и музыкальных темпов.

### **III. Требования к уровню подготовки обучающихся**

Результатом освоения программы «Ритмика», является приобретение обучающимися следующих знаний, умений и навыков:

- знания основных понятий, связанных с метром и ритмом, темпом и динамикой в музыке;
- знания понятия лада в музыке (мажор и минор) и умение отображать ладовую окраску в танцевальных движениях;
- первичные знания о музыкальном синтаксисе, простых музыкальных формах;
- представление о длительности нот в соотношении с танцевальными шагами;
- умение согласовывать движения со строением музыкального произведения;
- навыки двигательного воспроизведения ритмических движений посредством воспроизведения ударом в ладоши и музыкального инструмента;
- навыки сочетания музыкально-ритмических упражнений с танцевальными движениями;
- навыки игры на музыкальных инструментах в сочетании с музыкально-танцевальными упражнениями.

### **IV. Формы и методы контроля, система оценок**

#### **1. Аттестация: цели, виды, форма, содержание**

Оперативное управление учебным процессом невозможно без осуществления контроля знаний, умений и навыков обучающихся. Именно через контроль осуществляется проверочная, воспитательная и корректирующая функции.

Оценка качества реализации программы "Ритмика" включает в себя текущий контроль успеваемости, промежуточную аттестацию обучающихся.

Успеваемость учащихся проверяется на различных выступлениях: контрольных уроках, концертах, просмотрах и т.д.

Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных уроков, Контрольные уроки в рамках промежуточной аттестации проводятся на завершающих полугодие учебных занятиях в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

## 2. Критерии оценок

Для аттестации обучающихся создаются фонды оценочных средств, которые включают в себя методы контроля, позволяющие оценить приобретенные знания, умения и навыки.

### Критерии оценки качества исполнения

По итогам исполнения программы на контрольном уроке выставляется оценка по пятибалльной системе:

Оценка	Критерии оценивания выступления
5 («отлично»)	Технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения
4 («хорошо»)	Отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом, так и в художественном плане)
3 («удовлетворительно»)	Исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотное и невыразительное исполнение движения, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, слабое знание методики исполнения изученных движений
2 («неудовлетворительно»)	Комплекс недостатков, являющийся следствием нерегулярных занятий, незнание порядка и правил исполнения движений и комбинаций, невыполнение программы учебного предмета
«зачет» (без отметки)	Отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения

Текущие оценки и оценки промежуточной аттестации могут быть дополнены системой «+» и «-», что даст возможность более конкретно отметить ответ учащегося.

Фонды оценочных средств призваны обеспечивать оценку качества приобретенных выпускниками знаний, умений и навыков, а также степень готовности учащихся выпускного класса к возможному продолжению профессионального образования в области хореографического искусства.

При выведении итоговой (переводной) оценки учитывается следующее:

- оценка годовой работы ученика;
- оценка на экзамене;
- другие выступления ученика в течение учебного года.

Оценки выставляются по окончании каждой четверти и полугодий учебного года.

## **V. Методическое обеспечение учебного процесса**

### **1. Методические рекомендации педагогическим работникам.**

При организации и проведении занятий по предмету «Ритмика» необходимо руководствоваться следующими принципами, которые отражают основные требования к организации педагогической деятельности, указывают ее направление, в конечном итоге, помогая творчески подойти к педагогическому процессу:

- принцип обучения и воспитания детей в коллективе, который предполагает оптимальное сочетание коллективных, групповых и индивидуальных форм организации учебного процесса;
- принципы преемственности, последовательности и систематичности, направленные на закрепление ранее усвоенных знаний, умений, навыков, необходимых для танцевальной деятельности, а также личностных качеств, их последовательное развитие и совершенствование;
- принцип сознательности и активности, который предусматривает, прежде всего, воспитание осмысленного овладения техникой танца; заинтересованности и творческого отношения к решению поставленных задач;
- принцип наглядности, который предусматривает использование при обучении комплекса средств и приемов: личная демонстрация приемов, видео и фотоматериалы, словесное описание нового приема и т.д. Наглядность может применяться на всех этапах педагогического процесса;
- принцип доступности, который требует, чтобы перед учеником ставились посильные задачи. В противном случае у обучающихся снижается интерес к занятиям. От преподавателя требуется постоянное и тщательное изучение способностей учеников, их возможностей в освоении конкретных элементов, оказание помощи в преодолении трудностей;
- принцип уважения к личности ребенка в сочетании с разумной требовательностью к нему. Этот принцип вытекает из сущности гуманистического воспитания. Требовательность является своеобразной мерой уважения личности ребенка. Воспитательный потенциал требовательности возрастает, если она объективно

целесообразна, продиктована потребностями воспитательного процесса, задачами всестороннего развития личности.

Процесс обучения музыкально-ритмическим движениям включает три этапа.

На первом этапе ставятся задачи:

- ознакомления детей с новым упражнением, пляской, хороводом или игрой;
- создания целостного впечатления о музыке и движении;
- разучивания движения. Методика обучения состоит в следующем: педагог прослушивает вместе с детьми музыкальное произведение, раскрывает его характер, образы и показывает музыкально-ритмическое движение, стремясь пробудить в детях желание разучить его. Показ должен быть точным, эмоциональным и целостным.

На втором этапе задачи расширяются, продолжают:

- углубленное разучивание музыкально-ритмического движения,
- уточнение его элементов и создание целостного образа, настроения музыкального произведения.

Педагог дает необходимые разъяснения, напоминает последовательность действий, своевременно, доброжелательно оценивает достижения детей.

Задача третьего этапа заключается в том, чтобы закрепить представления о музыке и движении, поощряя детей самостоятельно выполнять разученные движения.

Методика закрепления и совершенствования музыкально-ритмического движения нацелена на работу над его качеством. Преподаватель, напоминая последовательность, используя образные сравнения, отмечая удачное исполнение, создает условия для эмоционального выполнения детьми музыкально-ритмических движений.

## **2. Структура и содержание урока ритмики.**

Урок ритмики является частью целостного педагогического процесса в обучении детей искусству хореографии. Исходя из этого, он имеет свои цели, задачи, содержание, методы и средства.

Урок ритмики имеет свою структуру, и состоит из организационной, вводной, основной и завершающей частей. Все эти части урока находятся во взаимосвязи, несмотря на самостоятельность своих задач и содержания.

### ***Организационная часть урока.***

Основная задача организационной части – настроить детей на занятие, создать им положительную установку. Эта ситуация требует от педагога большого внимания, способности с первого взгляда понять эмоциональное настроение детей, их самочувствие, умение перенастроить себя с учетом полученной путем наблюдения за детьми информации.

Организация начала занятия заслуживает особого внимания в зависимости от физического и эмоционального состояния детей, а также этапа обучения и опыта деятельности.

Форма и содержание организационной части урока зависит и от количества детей в группе, от активности группы в целом, соотношения количества мальчиков и девочек.

Традиционно урок начинается с ввода детей в хореографический класс и их расстановки в классе. Важно, чтобы каждый ученик знал и помнил место, на котором он стоит в учебном помещении.

**Вводная часть урока** нацелена на формирование двигательных навыков и подготовку детей к работе во время основной части урока. Урок следует начинать с поклона, который является приветствием и одновременно настраивает учащихся на работу на уроке. За поклоном следует комплекс упражнений, который вводит в работу все группы мышц учащегося. Здесь важен подбор разминочных упражнений, которые включают движения всех частей тела. Данная часть урока может быть составлена в образно-игровой форме.

**Основная часть урока.** Здесь главной задачей является формирование и закрепление исполнительских навыков. В содержание основной части урока входит изучение различных движений, освоение знаний музыкальной грамоты, упражнения на ориентировку в пространстве и т.д.

Заключительная часть урока зависит от всего урока в целом. На этом этапе подводятся итоги работы класса в целом и отдельно каждого ученика. В случае изучения какого-то теоретического материала, его целесообразно кратко повторить. Необходимо дать краткий анализ урока, отметить наиболее успешных учеников. Обязательным элементом завершения урока является поклон, исполняя который ученики благодарят друг друга, педагога и концертмейстера за работу.

### **3. Музыкально-ритмические игры**

#### 1) «Музыкальная шкатулка»

Описание:

Дети стоят спиной в круг, в центре круга – один из детей, у которого в руках музыкальный инструмент. По указанию преподавателя он начинает играть на инструменте, а остальные дети слушают его. Затем определяют, что за инструмент прозвучал. Кто угадал, становится в круг, и преподаватель дает ему новый инструмент и игра продолжается заново.

Игра развивает:

музыкальный слух, при прослушивании музыки музыкального инструмента; чувство ритма, когда ребенок исполняет игру на инструменте в разнообразном ритмическом рисунке; быстроту мышления, чтобы первым определить и стать лидером.

#### 2) «Небо, земля, воздух»

Цель игры: научить переключать слуховое внимание, развивая слух и быстроту двигательной реакции.

Описание:

Дети двигаются под марш по кругу. На слово «Земля» дети приседают, касаясь руками пола. На слово «Небо» - поднимают руки вверх, «Воздух» - руки – в стороны. Движения выполняются без остановок. Шаг равен доле четкого марша. После усвоения задания в ритме размеренной ходьбы, его можно проводить в чередовании с легким бегом.

3). «По водицу».

Цель: развивать слуховое внимание и ощущение соотношения половинных и четвертных длительностей.

Описание:

Дети двигаются по кругу хороводным шагом, руки изображают коромысло, на котором висят ведра с водой. Перед движениями проговаривается текст:

Воду в ведрах мы несем

И ни капли не прольем.

По дорожке мы шагаем,

Как устанем – отдыхаем.

На четвертные ноты дети шагают. В конце музыкальной фразы на половинные длительности приседают.

4) «Мыши и мышеловка»

Описание:

Дети становятся в один общий круг, держась за руки. Далее по команде преподавателя они производят расчет на «первый», «второй» (это делается затем, чтобы дети и преподаватель могли определить, кто будет являться «мышками», а кто – «мышеловкой»). Далее все участники, являющиеся «первыми», делают шаг в круг и смыкают его, взяв друг друга за руки, образуя замкнутую «мышеловку». А «вторые», т.е. «мышки» становятся за пределы «мышеловки».

Начинается игра. Звучит музыка. На вступление «мыши» еще не двигаются и только потом, когда зазвучала основная мелодия «мыши» пробегают посередине «мышеловки» и проскакивают в воротца, которые образуют игроки «мышеловки», подняв сцепленные руки вверх. Как только музыка обрывается, игроки «мышеловки» опускают руки и закрывают «мышеловку». Оставшиеся «мышки» внутри, считаются пойманными. Они становятся в общий круг, присоединятся к «мышеловке». Игра продолжается. Можно провести игру 3-4 раза. А затем поменять игроков местами. «Вторые» становятся «мышеловкой», а «первые» - мышками.

Игра развивает и учит:

координацию движения ребенка;

умение ориентироваться в пространстве;

формировать рисунок танца – круг;

коллективной работе, находясь в роли «мышеловки»;

развивает музыкальность (так как начало и окончание движения связано с музыкой).

## VI. Список рекомендуемой методической литературы

1. Анисимова Г.И. 100 музыкальных игр для развития дошкольников. Старшая и подготовительная группы. Ярославль. 2008;
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. М. 2000;
3. Бекина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движение. Упражнения, игры, пляски для детей 6-7 лет. Ч.1 и Ч. 2. М. 1981;
4. Бриске И.Э. Основы детской хореографии. Челябинск. 2012;
5. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. СПб. 2000;
6. Горшкова Е. В. От жеста к танцу. М.«Гном и Д». 2004;
7. Играем сначала. Гимнастика, ритмика, танец. М. 2007;
8. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике в I и II классах музыкальной школы. Выпуск 1. «Музыка». М. 1972;
9. Конорова Е.В. Занятия по ритмике в III и IV классах музыкальной школы. Выпуск 2. «Музыка». М. 1973;
10. Конорова Е. В. Танец и ритмика. М. Музгиз. 1960;
11. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике. Занятия по ритмике в подготовительных классах. Выпуск 1. М. Музгиз, 1963, 1972, 1979;
12. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов. М. 2000;
13. Климов А. Основы русского народного танца. М. «Московского государственного института культуры». 1994;
14. Лифиц И. Франио Г. Методическое пособие по ритмике. М. 1987;
15. Пустовойтова М.Б. Ритмика для детей. Учебно-методическое пособие. М. «ВЛАДОС». 2008;
16. Программы для хореографических школ искусств. Составитель – Бахтов С. М. М.1984;
17. Руднева С., Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение. М. Просвещение. 1972;
18. Ткаченко Т.С. Народные танцы. М. 1975;
19. Франио Г.С. Ритмика в детской музыкальной школе. М. 1997;
20. Франио Г. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей. М.1989;
21. Шершнева В.Г. От ритмики к танцу. М. 2008;
22. Школа танца для юных. СПб. 2003;
23. Чибрикова-Луговская А.Е. Ритмика. М., Издательский дом «Дрофа». 1998;

### Интернет ресурсы

1. <http://piruet.info>
2. <http://www.monlo.ru/time2>
3. [www.psychlib.ru](http://www.psychlib.ru)
4. [www.horeograf.com](http://www.horeograf.com)
5. [www.balletmusic.ru](http://www.balletmusic.ru)
6. <http://pedagogic.ru>

7. <http://spo.1september.ru>
8. <http://www.fizkultura-vsem.ru>
9. <http://www.rambler.ru/>
10. [www.google.ru](http://www.google.ru)
11. [www.plie.ru](http://www.plie.ru)
12. <http://horeograf.ucoz.ru/>
13. <https://sites.google.com>