

Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования  
«ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ № 2»  
муниципального образования  
город – курорт Анапа

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
В ОБЛАСТИ РАННЕГО ЭСТЕТИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ**

**ПРОГРАММА**  
**ПО УЧЕБНОМУ ПРЕДМЕТУ**  
**РИТМИКА И ТАНЕЦ**

Анапа 2017 г.

**Принято:**  
Педагогическим советом

МБУ ДО ДШИ№2  
МО г-к Анапа

Протокол № 1 от 30.08.17г

**Утверждаю:**

Директор  
МБУ ДО ДШИ№2  
МО г-к Анапа



Г.В. Кириллова

«02» 09 2017 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа в  
области хореографического искусства «Ритмика и танец»

Преподаватель хореографии С. Г. Мартянова

Составитель: преподаватель высшей категории С. Г. Мартянова

Рецензенты:

- преподаватель высшей категории МБУ ДО ДШИ№2 МО г-к Анапа

В.В. Аветикова

- зав. отделом, преподаватель высшей категории МБУ ДО ДШИ№2

МО г-к Анапа Е.П. Пилипчук

## Структура программы учебного предмета

### **I. Пояснительная записка**

- Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе
- срок реализации учебного предмета
- Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательной организации на реализацию учебного предмета
- Сведения о затратах учебного времени
- Форма проведения учебных аудиторных занятий
- Цель и задачи учебного предмета
- Структура программы учебного предмета
- Методы обучения
- Описание материально-технических условий реализации учебного предмета

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

- Учебно-тематический план
- Годовые требования

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

- требования к уровню подготовки на различных этапах обучения

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

- Аттестация: цели, виды, форма содержание
- Критерии оценки

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

### **VI. Список литературы и средств обучения**

- Методическая литература
- Учебная литература
- Средства обучения

## **I. Пояснительная записка**

Программа учебного предмета «Ритмика и танец» разработана на основе «Рекомендаций о организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств», направленных письмом Министерства культуры Российской Федерации от 21.11.2013 №191-01-39/06-ГИ а также с учетом многолетнего педагогического опыта в области хореографического искусства в детских школах искусств.

Ритмика как самостоятельная дисциплина входит в систему обучения отдела раннего эстетического развития. Она направлена на всестороннее гармоническое развитие детей дошкольного возраста.

В данной программе предлагается развитие музыкально - ритмичных упражнений, в качестве средства психологического раскрепощения ребёнка, через освоение своего собственного тела как выразительного инструмента.

### **Актуальность программы**

Занятия ритмикой с элементами гимнастики помогают детям снять психологические зажимы, выработать чувство ритма, уверенность в себе. Они воспитывают выносливость, корректируют осанку. Координацию, постановку корпуса, что необходимо не только для занятий танцем, но и для здоровья в целом. Они также хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и в целом повышают жизненный тонус ребёнка.

### **Педагогическая целесообразность**

Хореография обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного духовного и физического развития. Занятия ритмикой оказывают на учащихся значительное воспитательное воздействие. В процессе занятий у детей развивается чувство ответственности, коллективизма и взаимовыручки, воспитывается активность и инициатива.

**Новизна программы** состоит в том, что занятия танцем формируют у учащихся внимательное отношение к собственным возможностям, включают в активную организаторскую практику, учат анализировать собственную творческую деятельность.

**Цель программы** заключается в содействии воспитанию гармонически развитой личности через приобщение к танцу.

**Задачи:**

**Образовательные:**

- формирование необходимых двигательных навыков;
- развитие музыкального слуха и чувства ритма;
- развитие координации движения, пластики, танцевальных навыков.

**Развивающие:**

- развитие психических познавательных процессов: память, внимание, мышление, воображение;
- развитие творческого мышления, творческой активности, артистизма и музыкальности;
- развитие опорно-двигательного аппарата, формирование осанки, профилактика плоскостопия;
- формирование здорового образа жизни.

**Воспитательные:**

- нравственное и культурно-эстетическое развитие у детей;
- воспитание чувства коллективизма и взаимовыручки;
- формирование навыков культуры поведения, общения на занятиях и в жизни.

**Срок реализации программы: 1 год (34 ч.)**

1-й год обучения – 34 часа в год, в неделю – 1 час

**Возраст учащихся: 3,6-4,6 лет.**

Содержание процесса обучения на уроках гимнастики имеет воспитывающий характер и базируется на дидактических **принципах сознательности и активности, наглядности, доступности, систематичности и последовательности, прочного освоения основ предмета.**

Каждый из этих принципов реализуется в соответствии с задачами и содержанием учебной программы по предмету «Ритмика».

**Принцип воспитывающего обучения** подразумевает воспитание таких качеств, как организованность дисциплинированность, чёткость, аккуратность. У учащихся воспитываются важнейшие психофизические качества двигательного аппарата в сочетании с моральными и волевыми качествами личности – сила, выносливость, ловкость, быстрота, настойчивость, творческая инициатива, координация, выразительность.

**Принцип наглядности** помогает учащимся увидеть образ движения. Зрительное восприятие и память воспитываются и закрепляются именно при помощи наглядности. Показ движения на этапе анализа его структуры полезен, но бесполезен и даже вреден на уровне стабилизации двигательного навыка. Поэтому однократный показ целесообразен – он помогает понять структуру движения; кроме того, он требует от учащегося предельной собранности внимания и стимулирует развитие его двигательной памяти.

**Доступность** предлагаемых упражнений – очень важное условие правильного обучения. Следует учитывать трудность каждого упражнения и соразмерять с уровнем технической и волевой подготовленности учащихся. Нарастание трудности изучаемого материала идёт по принципу от простого к сложному, от малого к большому. В этом состоит основное условие доступности, без которого невозможен успех в освоении упражнений повышенной трудности.

В практике освоения хореографических движений применяется **принцип систематичности и принцип последовательности.** Постепенное наращивание учебного материала, последовательное добавление нового к

тому, что уже хорошо усвоено, обеспечивает наиболее активную, точную, экономную, без лишней напряжённости мышечную работу.

**Принцип прочного владения** материала упражнений так же помогает освоению свободы, лёгкости и точности выполнения изучаемых движений. Многократное и осознанное повторение движений приводит к образованию устойчивого навыка. Совершенство, достигнутое в изученных движениях, благотворно влияет на развитие двигательной памяти, которая, в свою очередь, немало способствует процессу овладения новыми навыками.

**Принцип индивидуально - дифференцированного подхода** обеспечивает разнообразие форм обучения, позволяющих максимально учитывать индивидуальные особенности обучающихся, их интересы, склонности, возможности, ценностные и профессиональные ориентации.

## **II. Содержание учебного предмета**

### **Организация образовательного процесса**

Основной формой учебной и воспитательной работы является урок, проводимый в форме групповых занятий (группа 4-10 чел.) преподавателя с учащимися 1-го и 2-го года обучения 1 раз в неделю, продолжительность занятий составляет 30 минут, за год – 34 часа.

Учитывая особенности каждого учащегося, преподаватель находит наиболее подходящие методы работы, позволяющие максимально развить музыкальные и двигательные способности ученика. Творчество как выражение здоровья личности проецируется на весь мир и скрашивает всякую деятельность, в которой участвует ребёнок. Основным законом детского творчества заключается в том, что ценность его следует видеть не в результате, не в продукте творчества, но в самом процессе. Важно не то, что создадут дети, важно то, что они создают, творят, упражняются в творчестве, воображении и его воплощении. Исходя из этого закона, очень необычна структура урока. Занятия включают чередование различных видов

деятельности: музыкально - ритмические упражнения и игры, слушание музыки, танцевальные элементы и движения, творческие задания. Особенности урока: насыщенность, динамичность, яркая эмоциональность, игровая форма урока – не дать заскучать на уроке, ибо без интереса, без удовольствия невозможно добиться у занимающихся полного сокращения мышц, волевого усилия при исполнении движений, без чего нельзя привить новый навык. **С каждым, как с избранным**, и это несмотря на то, то ещё не ясно, станут ли занятия танцем будущей профессией, серьёзным увлечением или почти забудутся. Игра – ведущая роль в развитии ребёнка на уроках ритмики. Детское творчество проявляется в замысле игры и поиске средств в его реализации. Игра всегда эмоциональна, она будит у играющих сильные и яркие чувства. Игра – это практика развития для ребёнка. В детстве игра образует важнейшую форму активности и занимает центральное место в жизни ребёнка, гармонично развивая его физические и душевные силы.

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

#### **Ожидаемые результаты**

**На первом году обучения учащийся должен знать:**

- основные понятия, связанные с ритмом и метром;
- понятия лада в музыке и умение отражать ладовую окраску в танцевальных движениях;
- характер музыкального произведения, его темп.

**Должен уметь и владеть:**

- уметь согласовывать движения со строением музыкального произведения;
- владеть навыками двигательного воспроизведения ритмических рисунков.

**На втором году обучения учащийся должен знать:**



-знать и правильно выполнять упражнения для развития и укрепления опорно-двигательного аппарата

-знать сильные и слабые доли;

-знать танцевальные элементы на основе ритмики.

**Должен уметь и владеть:**

-воспринимать эмоциональное содержание музыки;

-правильно исполнять танцевальные элементы, разновидности шагов, подскоков, прыжковых упражнений;

-ориентироваться в пространстве;

-уметь определять ритм своих движений.

**Формы и виды контроля**

Открытые и зачётные уроки в конце учебного года. Концертные выступления для родителей, участие в мероприятиях хореографического отделения, школы искусств, праздниках города.

В конце 2 года обучения - экзамен

# УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

## Первый год обучения

№/п	Название темы	Кол-во часов
1.	Введение в программу	
1.1	Организационный период. Вводное занятие.	1 час
2.	Азбука музыкального движения	21 час
2.1	Элементы музыкальной грамоты	
2.2	Навыки выразительного движения	
2.3	Комплекс обще-развивающих упражнений	
3.	Детская хореография	10час.
3.1	Музыкально-пространственные композиции	
3.2	Танцевальные композиции	
4	Итоговый раздел	
4.1	Подведение итогов.	2 час.
	<b>Итого</b>	<b>34 часа.</b>

## Содержание

### 1. Введение в программу:

Учащиеся знакомятся с предметом «Ритмика».

Беседа о целях и задачах, правилах поведения на уроках ритмики.

### 1.1 Организационный период:

Комплектование групп. Решение организационных вопросов

### 2. Азбука музыкального движения

#### 2.1 Элементы музыкальной грамоты

Ученику необходимо не только уметь слушать музыку, проникаться ее содержанием, но и любить ее, понимать, чувствовать. Особое внимание

8. Этюд «Бабочки»

9. Этюд «Пчёлки».

### **2.3 Комплекс обще-развивающих упражнений (партерная гимнастика)**

Упражнения для развития стопы и укрепления голеностопного сустава:

- сокращения стоп из положения сидя
- вращения стоп по часовой и против часовой стрелки в положении сидя
- раскрытия стоп в выворотное положение и обратно

Упражнения для укрепления мышц живота:

- «маятник»
- «ножницы»

Упражнения для развития выворотности и подвижности тазобедренного сустава:

- поза «бабочка»
- поза «лягушка»

Упражнения для укрепления мышц спины и развития гибкости:

- поза «кобра»
- поза «кузнечик»
- поза «лягушка»

## **3. Детская хореография**

### **3.1 Музыкально-пространственные композиции**

1. «Игра в домики»

2. «Клумба»
3. «Тихие воротца»
4. «Улицы и бульвары»
5. «Кружки и стайки»
6. «В походе»
7. «Лошадки»
8. «Кружки и стайки»
9. «Паровозики»

### **3.2 Танцевальные композиции**

1. «Цапля»
2. «Лиса и зайцы»
3. «Кот и мыши»
4. «Рыбачёк»
5. «Карусель»
6. «Танец солнечных лучиков»

## **4. Итоговый раздел**

### **4.1 Контрольные занятия**

Проводятся в конце каждой четверти. Подведение итогов.

#### IV. Методическое обеспечение

*Чтобы воспитание и обучение носило творческий, развивающий характер используются три основных метода – наглядный, словесный и практический* и каждый из них применяется с нарастанием проблемности: от прямого воздействия (объяснительно-иллюстративный метод) через закрепление, упражнения (воспроизводящие и творческие), создание поисковых ситуаций. Педагогические методы тесно связаны между собой, взаимодополняют друг друга.

*Наглядный метод в хореографическом воспитании имеет две разновидности: наглядно-слуховой и наглядно-зрительный.* Выбор методов и приёмов определяет и этап работы на уроке ритмики. На первом этапе работы идёт прослушивание мелодии, словесное объяснение педагога (ведущее место занимает *наглядно-слуховой и словесный* методы). На втором этапе, когда дети осваивают способы исполнительства, возрастает роль практического метода, показа приёмов исполнения в сочетании с другими методами – наглядным, словесным. Часто используется *тактильно-мышечная наглядность*, т. е. прикосновение к ребёнку, чтобы уточнить положение головы, отдельных частей туловища, выпрямить осанку и т. д. Этот приём характерен для детей младшего школьного возраста.

**Словесный метод** имеет универсальный характер. Организуя внимание детей, передаются определённые знания, исполнительские и творческие умения и навыки. С помощью слова можно углубить восприятие музыки и движения, сделать его более образным, осмысленным. **Беседа, рассказ, пояснение, разъяснение - разновидности этого метода в хореографическом обучении.** Одно из направлений беседы - характеристика эмоционально - образного содержания музыки, так как движение - выражение художественного образа, запечатлённого в музыке. Дать словесное толкование каждому этюду, объяснить, почему именно эти движения соответствуют содержанию избранной музыки, не всегда возможно. Надо проникнуться музыкой изнутри, ощутить её всей душой, всем телом, пережить всем существом человека. Каждое движение должно стать необходимым элементом целостной формы, т. е. совокупности ритмических движений, выражающих содержание музыкального произведения. Эти пояснения музыки и движений являются важнейшими для понимания детьми сущности её содержания.

Большое значение в хореографическом воспитании имеет тон речи педагога, манера его обучения с детьми. Меняя окраску речи, педагог

переключает внимание детей, регулирует их эмоциональные проявления, усиливая или ослабевая их.

**Практический** метод отличается тем, что в деятельности учащихся преобладает применение полученных знаний к решению практических задач, умение использовать теорию на практике. Данный метод выполняет функцию углубления знаний, умений, а также способствует решению задач контроля и коррекции, стимулированию познавательной деятельности. При использовании практического метода (многократное выполнение конкретного музыкально-ритмического движения) сначала отрабатываются в подготовительных упражнениях элементы бега, шагов, подскоков, подпрыгиваний и т.д., а затем уже включаются в танцевальные игры, этюды, композиции. Такое построение занятий облегчает освоение навыка и учащийся может сосредоточить внимание на образах, настроении музыки и передаче её в выразительную форму, используя при этом **игровой и разговорно-игровой приемы**. Игра – спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Игра как эмоционально - образное средство влияния на детей, пробуждает у них интерес, воображение, добиваясь активного выполнения игровых действий. При разговорно - игровом приёме возникает триединство, где речь, движение и музыка взаимно дополняют друг друга, собираясь в восприятии ребёнка в целостный многосторонний образ.

Одним из эффективных практических приёмов развития у детей музыкального восприятия является **передача характера музыки в движении**. **Приём сравнения** активизирует процесс восприятия, делает его более дифференцированным, осмысленным. **Приём контрастного сопоставления**, при исполнении различных движений, позволяет в проблемной форме показать, как правильно это делать.

## Техническое оснащение программы

№	Наименование	Количество
1.	Хореографический зал, оборудованный балетными станками и зеркалами	1
2.	Стенка гимнастическая	1
3.	Фортепиано	1
4.	Шумовые инструменты (ложки, трещётки, бубны, маракасы)	По необходимости
5.	CD-плеер, DVD-плеер	1
6.	Нотный материал (музыкальные хрестоматии для уроков ритмики)	2
7.	Гимнастические коврики	10
8.	Мячи	10
9.	Игрушки	10
10.	Скакалки	10
11.	Зонты	8-10
12.	Платки	10
13.	Балетная обувь (тапочки)	По необходимости





## **V. Литература для преподавателя**

1. Базарова Н, Мей В. Азбука классического танца. П.: Искусство, 1983
2. Балет: Энциклопедия. М.: Советская энциклопедия, 1981
3. Бахрушин Ю.А. История русского балета. М.:Просвещение, 1973
- 4.Барышникова Т. Азбука хореографии Москва, 2000.
- 5.Ваганова А. Я. Основы классического танца. П.:Искусство, 1980
- 6.Ерохина О. В. Школа танцев для детей. Ростов на Дону, 2003
- 7.Мошкова Е.И. Ритмика и бальные танцы. Москва, 1987
8. Палютинская В. М. Волшебный мир танца. М.:Просвещение ,1985
9. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать. Москва, 2004
- 10.Руднева С., Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение. М.:Просвещение,1972
11. Ткаченко Т. С. Народные танцы. Москва, 1975

## **Литература для детей и родителей**

- 1.Барышникова Т. Азбука хореографии. Москва, 2000
2. Ерохина О.В. Школа танцев для детей. Ростов на Дону, 2003
3. Мошкова Е. И. Ритмика и бальные танцы. Москва, 1987
- 4.Палютинская В. М. Волшебный мир танца. М. Просвещение, 1985
- 5.Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать.

## РЕЦЕНЗИЯ

на учебную программу «Ритмика и танец» на отделении раннего эстетического развития в детской школе искусств, составленную преподавателем хореографии МБУ ДО ДШИ №2 муниципального образования город-курорт Анапа Мартьяновой Светланой Геннадьевной

Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа в области раннего эстетического развития по ритмике выполнена преподавателем Мартьяновой С.Г. в соответствии с требованиями к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей.

Актуальность составления данной программы очевидна в связи с большим вниманием, уделяемым раннему эстетическому развитию детей. Программа рассчитана на детей от 3,6 до 4,6 лет, на курс обучения в течении одного года.

Цель данного предмета заключается в содействии воспитанию гармонически развитой личности, формированию умения достигать цели и навыков самостоятельного выражения движений. Поставленные задачи, способы их решения согласованы между собой и направлены на достижение указанной цели. В программе выдержаны все структурные компоненты. Стиль изложения материала логичный и ясный. Качество содержательного раздела подачи учебного материала выполнено системно и методически грамотно.

Стоит отметить, что данная программа решает важную задачу дошкольного обучения – создание творческой образовательной среды на основе применения начальных хореографических знаний, что является залогом развития творческого потенциала и свободы самовыражения учащихся.

Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа в области раннего эстетического развития «Ритмика и танец» апробирована в МБУ ДОД ДШИ № 2 муниципального образования город-курорт Анапа и может быть рекомендована к применению в Детской школе искусств.

Заведующая хореографическим отделением, преподаватель  
высшей категории МБУ ДО ДШИ №2  
муниципального образования город-курорт Анапа



Е.П. Пилипчук

## РЕЦЕНЗИЯ

на учебную программу «Ритмика и танец» на отделении раннего эстетического развития в детской школе искусств, составленную преподавателем хореографии МБУ ДО ДШИ №2 муниципального образования город-курорт Анапа Мартьяновой Светланой Геннадьевной

Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа в области раннего эстетического развития по ритмике выполнена преподавателем Мартьяновой С.Г. в соответствии с требованиями к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей.

Актуальность составления данной программы очевидна в связи с большим вниманием, уделяемым раннему эстетическому развитию детей. Программа рассчитана на детей от 3,6 до 4,6 лет, на курс обучения в течении двух лет.

Цель данного предмета заключается в содействии воспитанию гармонически развитой личности, формированию умения достигать цели и навыков самостоятельного выражения движений. Поставленные задачи, способы их решения согласованы между собой и направлены на достижение указанной цели. В программе выдержаны все структурные компоненты. Стиль изложения материала логичный и ясный. Качество содержательного раздела подачи учебного материала выполнено системно и методически грамотно.

Стоит отметить, что данная программа решает важную задачу дошкольного обучения – создание творческой образовательной среды на основе применения начальных хореографических знаний, что является залогом развития творческого потенциала и свободы самовыражения учащихся.

Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа в области раннего эстетического развития «Ритмика и танец» апробирована в МБУ ДО ДШИ № 2 муниципального образования город-курорт Анапа и может быть рекомендована к применению в Детской школе искусств.

Преподаватель хореографии высшей категории  
МБУ ДО ДШИ №2  
муниципального образования город-курорт Анапа



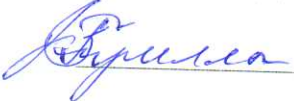
В.В. Аветикова

**Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования  
«Детская школа искусств №2»  
муниципального образования  
город-курорт Анапа**

Рассмотрено и одобрено на заседании  
Методического совета МБУ ДО ДШИ №2

Протокол № 1 от «30» 08 2017 г.

Утверждаю  
Директор МБУ ДО ДШИ №2

 Кириллова Г.В.  
от «02» 09 2017 г.

**Лист изменений**

<b>Образовательная программа</b>		
Направленность	Художественная	
Уровень освоения	базовая	
Возраст детей	3.6-4.6 лет	РЭР
Срок реализации (общее количество часов)	1 год	
<b>Структура образовательной программы</b>	<b>Пояснительная записка</b>	
	направленность	общеразвивающая
	Новизна	
	Актуальность	
	Педагогическая направленность	
	Характеристика группы учащихся для обучения которых предназначена программа	
	Срок реализации программы	
	Форма и режим уроков	
	Прогнозируемые результаты и способы определения их результативности	
	Виды и формы контроля	
	Учебно-тематический план	
	Содержание программы	
		Вводим в занятия упражнения с предметами: мячи, платочки, ленты.
	Методическое обеспечение Мячи, платочки, ленты.	

	Вводим в занятия упражнения с предметами: мячи, платочки, ленты.
Список литературы для преподавателя	<p style="text-align: center;"><b>Список литературы</b></p> Каплунова И. Новоскольцева И. «Топ-топ, каблук»: муз.пособие - Издательство «Композитор», Санкт-Петербург 2005 Барышникова Т. «Азбука хореографии»: Айрис Пресс Рольф, Москва 1999 «Буратино»: Популярные детские песни в легком переложении- Издательство «Композитор», Санкт-Петербург 2005 N/ Shtempel «Music for Classical ballet class»: муз.пособие - Издательство «Композитор». Санкт-Петербург 2014
Список литературы для обучающихся и родителей	
	<b>План</b>
	Дополнен план с возможностью для преподавателя вносить в него изменения, связанные с тематикой конкурсов детского творчества, обязательно с учетом психолого - возрастных особенностей обучающихся.

07.06.17г.

(Дата заполнения листа преподавателя)



Марьянова С.Т.

(Подпись преподавателя)

Согласовано  
Заведующим МО

« 30 » августа 2017 г.

