

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

**Предметная область
ПО.01. ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ИСПОЛНИТЕЛЬСТВО**

**Программа по учебному предмету
ПО.01. УП.01. (5(6)-летний срок обучения)
ПО.01. УП.02. (8(9)-летний срок обучения)**

РИТМИКА

с.Ташла
2025 г.

ПРИНЯТО

Педагогическим советом
МБУДО «Ташлинская детская
школа искусств»
Протокол № 01
от « 29 » августа 2025 г.

СОГЛАСОВАНО

с Методическим советом
МБУДО «Ташлинская
детская школа искусств»
Протокол № 01
от « 29 » августа 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУДО «Ташлинская
детская школа искусств»

С.В. Шмакова
Приказ № 80
от « 29 » августа 2025 г.

Разработчик

Тишкова Галина Григорьевна

преподаватель высшей квалификационной категории отделения
хореографии МБУДО «Ташлинская детская школа искусств»

Рецензент

Камалиева Оксана Камилевна

преподаватель ПК «Хореографическое творчество»
ГБПОУ «Оренбургский областной колледж культуры и искусств»

Рецензент

Ляшева Елена Васильевна

преподаватель высшей квалификационной категории

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 образовательного учреждения на реализацию учебного предмета;
- 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;
- Содержание разделов;
- Требования по годам обучения.

III. Требования к уровню подготовки обучающихся

IV. Формы и методы контроля, система оценок

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

V. Методическое обеспечение учебного процесса

- Методические рекомендации педагогическим работникам;
- Музыкально-ритмические игры;

VI. Список методической литературы

- Список методической литературы;
- Интернет ресурсы

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».

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.

Изучение предмета «Ритмика» тесно связано с изучением предметов «Слушание музыки и музыкальная грамота», «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.

Срок освоения программы «Ритмика» для детей, поступивших в образовательное учреждение в первый класс в возрасте с десяти до двенадцати лет, составляет 1 год.

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

***Срок реализации учебного предмета «Ритмика» 1 год
(5(6)-летний срок обучения***

Таблица 1

	Распределение по годам обучения
класс	1
Продолжительность учебных занятий (в неделях)	33
Количество часов на аудиторные занятия (в неделю)	2
Общее максимальное количество часов на аудиторные занятия	66

Общий объем времени на консультации	4
-------------------------------------	---

**Срок реализации учебного предмета «Ритмика» 2 года
8(9)-летний срок обучения**

Таблица 2

	Распределение по годам обучения	
класс	1	2
Продолжительность учебных занятий (в неделях)	32	33
Количество часов на аудиторные занятия (в неделю)	2	2
Общее максимальное количество часов на аудиторные занятия	130	
Объем времени на консультации (по годам)	2	2
Общий объем времени на консультации	4	

4. Форма проведения учебных аудиторных занятий:

мелкогрупповая (от 4 до 10 человек). Продолжительность урока – 40 минут.

5. Цель и задачи учебного предмета

Цель: развитие музыкально-ритмических и двигательно-танцевальных способностей учащихся через овладение основами музыкально-ритмической культуры.

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;
- развитие творческих способностей;
- развитие темпо - ритмической памяти учащихся.

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 поставленной цели и реализации задач предмета используются следующие методы обучения.

1. Наглядный

- наглядно-слуховой прием;
- наглядно-зрительный прием.

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.

2. Словесный

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.

3. Практический

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.

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 – технические условия реализации программы «Ритмика» обеспечивают возможность достижения обучающимися результатов, установленных ФГТ.

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

Материально – техническое обеспечение:

- балетный зал, площадью 100 кв.м., имеющий для танцев напольное покрытие,
- балетные станки,
- зеркала,
- фортепиано,
- костюмерная,
- репетиционная и концертная одежда,
- раздевалка,

Электронно – образовательные ресурсы:

- компьютер,
- аудио- и видеотехника.

Учебная мебель:

- стол,
- стулья,
- шкаф

Технические средства: наличие аудио и видеозаписей, магнитофон.

В образовательном учреждении созданы условия для содержания, своевременного обслуживания и ремонта музыкальных инструментов, текущего и капитального ремонта учебных помещений.

II. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

1.Сведения о затратах учебного времени

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

Таблица 3

	Распределение по срокам обучения	
	5(6)	8(9)
класс	1	1-2
Продолжительность учебных занятий (в неделях)	33	65
Количество часов на аудиторные занятия (в неделю)	2	2

Общее максимальное количество часов на аудиторные занятия	66	130
Максимальная учебная нагрузка в часах	66	130
Общий объем времени на консультации	4	4

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.

«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.

«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.

«Упражнения с музыкально-ритмическими предметами» (ложки, бубен, маракас, трещотки и т.д.).

Упражнения с детскими музыкальными инструментами применяются для развития у детей подвижности пальцев, умения ощущать напряжение и расслабление мышц, соблюдения ритмичности и координации движений рук, а также для формирования интереса к игре на музыкальных инструментах. С помощью элементарных инструментов развивается музыкальный слух, чувство ритма, представление о звуковысотности, тембровых особенностях звучания, регистрах, расширяются знания о музыкальных инструментах ударной группы, а также формируются простейшие навыки игры на них.

«Упражнения с предметами танца»

Более насыщенно, интересно и разнообразно позволяют донести до ребенка предмет «ритмика». Дети развивают моторику рук и координацию движения. Эти навыки необходимы для подготовки ребенка к более сложным изучением движений и комбинаций. С использованием данных предметов у детей расширяются познания в области музыкального и хореографического искусства, а также успешно развивается память, мышление, ловкость и сноровка. Дети учатся

через предмет выражать свои эмоции, действия на площадке. Преподаватель в соответствии с возрастными особенностями подбирает тот или иной предмет и разучивает упражнения.

«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.

«Музыкально-ритмические игры»

Данный раздел 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.

4. Требования по годам обучения

8(9)-летний срок обучения

1 год обучения

Таблица 4

Неделя	Кол-во часов	Содержание урока
1 полугодие		
1	2	1. Регистровая окраска. Понятие о звуке (низкие, средние и высокие): - характер музыки; - грустный, печальный и т.д (слушание и анализ музыки); - веселый, задорный (определить характер музыки словами).
2	2	1. Динамические оттенки: - громко; - тихо. 2. Игра «Топни ноженька».
3	2	1. Музыкальный размер - 2/4; 4/4
4	2	1. Знакомство с длительностью звуков: - целая; - половинная;

		<ul style="list-style-type: none"> - четвертная; - восьмая.
5	2	1. Музыкальный темп: <ul style="list-style-type: none"> - быстрый; - медленный; - умеренный.
6	2	1. Понятие «сильная доля». 2. Понятие «музыкальная фраза».
7	2	1. Упражнения на ориентировку в пространстве: <ul style="list-style-type: none"> - нумерация точек (игровая форма); - построение в линию, колонну, шеренгу.
8	2	1. Упражнения с музыкально-ритмическими предметами: <ul style="list-style-type: none"> - ударные (ложки, барабан и т.д.); - звенящие (бубен, маракасы, погремушки и т.д.); - в сочетании с притопами, приседаниями.
9	2	1. Упражнения с предметами танца: <ul style="list-style-type: none"> - упражнение с платком; - упражнение с лентой; 2. Понятие «правая», «левая» нога.
10	2	1. Танцевальные движения: <ul style="list-style-type: none"> - простой (в сочетании с 2 притопом); - поясной; 2. Понятие «правая», «левая» рука: <ul style="list-style-type: none"> - положение рук на талии, перед грудью.
11-12	4	1. Шаги: <ul style="list-style-type: none"> - маршевый шаг; - шаг с пятки; - шаг сценический; - шаг на высоких полупальцах с поджатой назад; - на полупальцах высоко поднятым коленом вперед.
13	2	1. Ходьба: <ul style="list-style-type: none"> - различные виды шагов с одновременной работой рук, корпуса, головы в разных композиционных рисунках и перестроениях; - в сочетании друг с другом.
14	2	1. Бег: <ul style="list-style-type: none"> - легкий бег на полупальцах; - бег с откидыванием ног назад, вперед; - с высоко поднятыми коленями.
15	2	Закрепление материала.
16	2	Контрольный урок.

2 полугодие		
17	2	Повторение материала за I полугодие
18	2	1. Прыжки: - на месте по VI позиции; - с продвижением вперед; - повороте на 1/4.
19	2	1. Ходьба и бег в сочетании: - мягкий шаг и легкий бег (импровизация кошечка и птичка)
20	2	1. Прыжки: - на одной ноге; - перескоком с ноги на ногу
21	2	1. Притопы: - удар ногой в пол; - поочередные удары правой и левой ногой; - в сочетании с хлопком; - по точкам.
22	2	1. Упражнения для рук, кистей и пальцев: - поднимание (вперед, в стороны, вверх – одну или две, весело, задорно, мягко, спокойно); - кисти рук (поворачивание ладонью вверх, вниз по очереди, игра – греем руки на солнышке); - собираем в кулачок, играем на пианино (энергично, весело).
23	2	1. Упражнения для плеч: - поднимаем и опускаем плечи (характер спокойный, мягкий или веселый, резкий; плечи «вздыхают» или плечи «удивляются»).
24	2	1. Упражнения для корпуса: - небольшие наклоны корпуса из стороны в сторону; - наклоны корпуса вперед (как бы приветствуем); - упражнение «Неваляшки».
25	2	1. Танцевальные элементы: - топающий шаг а) в продвижении вперед; б) в повороте вокруг себя на 360°.
26	2	1. Хлопки: а) ладонь о ладонь – звонко, весело или тихо, мягко - перед собой; - около каждого уха; - по плечам, коленям; - одновременно обеими руками;

		- попеременно.
27	2	1. Упражнения с предметами или игрушками: - мяч – катим по полу, подбрасываем, передаем друг другу (катим мяч муз. тихо, подбрасываем или ударяем громко).
28	2	1. Упражнения с платочком: - поднимаем медленно, стряхиваем платочек, весело зовем платочком. 2. Упражнения с обручем: - оббегаем обруч (мелкий бег), прыгаем в обруч, выпрыгиваем, ловим друг друга в кольцо обруча.
29	2	1. Ориентация в пространстве: - круг, линия, в рассыпную, стайка.
30	2	1. Перескоки: - вперед-назад; - в стороны.
31	2	Закрепление пройденного материала подготовка к зачету
32	2	Зачет

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 контрольному уроку, зачету:

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

Таблица 5

Неделя	Кол-во часов	Содержание урока
3 полугодие		
1	2	Повторение материала за 1 класс.
2	2	1. Характер музыки: - торжественный, величественный; - игривый, шуточный; - задумчивый, сдержанный. 2. Музыкальный размер 3/4, 6/8.
3	2	1. Жанры в музыке: - песня; - танец; - марш.
4	2	1. Понятие – «сильная доля», «затакт». - вальсовая комбинация(муз/р.3/4) 2. Понятие «музыкальная фраза». - упражнение-игра по кругу с мячом.
5	2	1. Характер музыки. Тоника: - мажор (веселая); - минор (грустная).
6	2	1. Музыкальные паузы: - половинная; - четверная; - восьмая. (прошагать по диагонали без хлопков и с хлопками) 2. Музыкальный темп: - умеренный - быстрый (упражнение игра с скакалкой)
7	2	1. Музыкальные штрихи: - легато; - стаккато. (упражнение игра с мячом, катим по полу, удары в пол отрывисто)

8	2	1. Упражнения на ориентировку в пространстве: - диагональ; - круг, два круга; - «улитка», «змейка».
9	2	1. Маленькие приседания по всем позициям. 2. Releve et plie releve.
10	2	1. Упражнения с предметами танца: - с мячами;(упражнение «Солнышко») 2. Упражнения со скакалкой.
11	2	1. Танцевальные движения: - приставной шаг (в сторону, вперед-назад); - вынос ноги в перед, сторону с одновременным полуприседанием.
12	2	1. Шаги: - шаг на полупальцах с высоко поднятым коленом вперед; - переменный; - мелкий шаг с продвижением вперед.
13	2	1. Шаги: - приставной шаг с приседанием; - приставной шаг с притопом. 2. переменный ход с фиксированием ноги сзади на носке на полу; - переменный ход с plie на о.н и вынесением р.н. в воздух; - 3ий шаг на полупальцах с ударом на 4ый шаг всей стопой в пол; - шаг с мазком каблуком и вынесением сокращенной стопы в воздух на 30-45°.
14	2	1. Бег: - легкий шаг (ноги назад); - на месте; - стремительный; - «лошадки» на месте и в продвижении; - «жете» на месте и в продвижении.
15	2	Закрепление материала, подготовка к контрольному уроку.
16	2	Контрольный урок.
4 полугодие		
17	2	1.Повторение материала за I полугодие. 2. Port de brass.(упражнение для рук)
18	2	1. Прыжки: - в повороте на 90°, 180°, 360°; - «разножка»; - «поджатый».
19	2	1. Па галопа (по диагонали, по кругу): - прямой; - боковой; - с правого плеча, левого плеча, поочередно; - в парах.

20	2	1. Маршевые шаги (комбинация на середине зала) 2. Комбинация шаговая- прыжковая «От улыбки»
21	2	1. Хлопки: - в ритмическом рисунке; - в парах с партнером; - с прыжком; - с поворотом вокруг себя (упражнение «Эхо»)
22	2	1. Положение рук в круге: - держась за руки; - «корзиночка»; - «звездочка». 2. Движение рук: - подчеркнутые раскрытия и закрытия рук; - раскрытия рук в сторону (ладонями вверх в III позиции); - взмахи с платочками.
23	2	1. Полька два круга (8 так.; 4 так.; 2 так.) 2. Повороты вправо-влево: - с хлопками; - с выносом ноги в сторону на каблук; - с подскоком.
24	2	1. Подготовка к вращениям на середине зала: - отработать поворот головы; - на месте на одной ноге с остановкой (вправо-лево); -упражнение «юла».
25	2	1. Перескоки с ноги на ногу по 6-ой. позиции: - простые (до щиколотки); - простые (до уровня колена); - с ударом по I прямой позиции; - с продвижением в сторону.
26	2	1. Шаг с проскоком: - вперед, назад; - в сторону; - на двух ногах; - на одной ноге. 2. Шаг с проскоком, шаг с подскоком (выделить разницу между прыжками).
27-30	8	1. Музыкально – ритмические игры: - «Мышки и мышеловка»; - «Волшебная шапочка»; 2. «Бабка-ёжка»
31	2	Закрепление материала
32	2	Подготовка к зачету
33	2	Зачет

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, 6/8;
- слышать изменения звучания музыки и передавать их изменением движения;
- 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 контрольному уроку, зачету:

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.

5(6)-летний срок обучения

1 год обучения

Таблица 6

Неде ля	Кол-во часов	Содержание урока
1 полугодие		
1	1	1. Регистровая окраска. Понятие о звуке (низкие, средние и высокие): - характер музыки; - грустный, печальный и т.д (слушание и анализ музыки); - веселый, задорный (определить характер музыки словами).

2	1	1. Динамические оттенки: - громко; - тихо. 2. Игра «Топни ноженька».
3	1	1. Музыкальный размер - 2/4; 4/4
4	1	1. Знакомство с длительностью звуков (***): - целая; - половинная; - четвертная; - восьмая.
5	1	1. Музыкальный темп: - быстрый; - медленный; - умеренный.
6	1	1. Понятие «сильная доля». 2. Понятие «музыкальная фраза».
7	1	1. Упражнения на ориентировку в пространстве: - нумерация точек (игровая форма); - построение в линию, колонну, шеренгу.
8	1	1. Упражнения с музыкально-ритмическими предметами: - ударные (ложки, барабан и т.д.); - звенящие (бубен, маракасы, погремушки и т.д.); - в сочетании с притопами, приседаниями.
9	1	1. Упражнения с предметами танца: - упражнение с платком; - упражнение с лентой; 2. Понятие «правая», «левая» нога.
10	1	1. Танцевальные движения: - простой (в сочетании с 2 притопом); - поясной; 2. Понятие «правая», «левая» рука: - положение рук на талии, перед грудью.
11-12	2	1. Шаги: - маршевый шаг; - шаг с пятки; - шаг сценический; - шаг на высоких полупальцах с поджатой назад; - на полупальцах высоко поднятым коленом вперед.
13	1	1. Ходьба: - различные виды шагов с одновременной работой рук, корпуса, головы в разных композиционных рисунках и перестроениях; - в сочетании друг с другом.
14	1	1. Бег: - легкий бег на полупальцах; - бег с откидыванием ног назад, вперед;

		- с высоко поднятыми коленями.
15	1	Закрепление материала.
16	1	Контрольный урок.
2 полугодие		
17	1	Повторение материала за I полугодие
18	1	1. Прыжки: - на месте по VI позиции; - с продвижением вперед; - повороте на 1/4.
19	1	1. Ходьба и бег в сочетании: - мягкий шаг и легкий бег (импровизация кошечка и птичка)
20	1	1. Прыжки: - на одной ноге; - перескоком с ноги на ногу
21	1	1. Притопы: - удар ногой в пол; - поочередные удары правой и левой ногой; - в сочетании с хлопком; - по точкам.
22	1	1. Упражнения для рук, кистей и пальцев: - поднимание (вперед, в стороны, вверх – одну или две, весело, задорно, мягко, спокойно); - кисти рук (поворачивание ладонью вверх, вниз по очереди, игра – греем руки на солнышке); - собираем в кулачок, играем на пианино (энергично, весело).
23	1	1. Упражнения для плеч: - поднимаем и опускаем плечи (характер спокойный, мягкий или веселый, резкий; плечи «вздыхают» или плечи «удивляются»).
24	1	1. Упражнения для корпуса: - небольшие наклоны корпуса из стороны в сторону; - наклоны корпуса вперед (как бы приветствуем); - упражнение «Неваляшки».
25	1	1. Танцевальные элементы: - топающий шаг а) в продвижении вперед; б) в повороте вокруг себя на 360°.
26	1	1. Хлопки: а) ладонь о ладонь – звонко, весело или тихо, мягко - перед собой; - около каждого уха; - по плечам, коленям; - одновременно обеими руками; - попеременно.
27	1	1. Упражнения с предметами или игрушками: - мяч – катим по полу, подбрасываем, передаем друг другу (катим

		мяч муз. тихо, подбрасываем или ударяем громко).
28	1	1. Упражнения с платочком: - поднимаем медленно, стряхиваем платочек, весело зовем платочком.
29	1	2. Упражнения с обручем: - оббегаем обруч (мелкий бег), прыгаем в обруч, выпрыгиваем, ловим друг друга в кольцо обруча.
30	1	1. Ориентация в пространстве: - круг, линия, врассыпную, стайка.
31	1	1. Перескоки: - вперед-назад; - в стороны.
32	1	Закрепление пройденного материала подготовка к зачету
33	1	Зачет

Основные требования к знаниям и умениям учащихся:

Ученики должны иметь следующие знания, умения, навыки:

- определять характер музыки словами (грустный, веселый, спокойный, плавный, изящный);
- правильно определять сильную долю музыки и различать длительности нот;
- знать различия «народной» и «классической» музыки;
- различать жанры в музыке: песня, танец, марш;
- уметь грамотно исполнять движения;
- выполнять основные движения упражнений с предметами и без них под музыку на 2/4 и 4/4, 6/8
- 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, мячом, лентой и обручем;
- уметь свободно держать корпус, голову и руки в тех или иных положениях;
- уметь работать в паре и синхронизировать движения
- термины: громко-тихо, высоко-низко, характер музыки (бодрый, веселый, печальный, грустный), темп музыки и движения (быстро, медленно, умеренно), музыкальные размеры, длительности, понятия «затакт», «сильная доля», «фраза», музыкальные жанры - песня, танец, марш;
- знать названия общеразвивающих упражнений, пройденных в течение года;
- знать названия простых танцевальных шагов, а также уметь их правильно исполнить (мягкий, на полу пальцах, приставной, переменный, галоп, полька);
- слышать изменения звучания музыки и передавать их изменением движения;
- повторять на звучащем 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 контрольному уроку, зачету:

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, в хорошей степени, 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;

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 и итоговую аттестацию обучающегося.

Формы текущего контроля: контрольные работы, концерты, просмотры.

Формы промежуточной аттестации: контрольный урок, зачет (проводится в счет аудиторного времени).

Итоговый зачет по предмету (в рамках промежуточной аттестации) проводится:

- при сроке освоения образовательной программы 5(6) лет - в 1 классе,
- при сроке освоения образовательной программы 8(9) лет - во 2 классе,

График промежуточной и итоговой аттестации 5(6) лет

Таблица 7

классы	1	
полугодия	1	2
Вид текущего контроля и промежуточной аттестации	Контрольный урок	Зачет

График промежуточной и итоговой аттестации 8(9) лет

Таблица 8

классы	1		2	
полугодия	1	2	3	4
Вид текущего контроля и промежуточной аттестации	Контрольный урок	Зачет	Контрольный урок	Зачет

Программа предусматривает проведение для обучающихся консультаций с целью их подготовки к контрольным урокам, зачетам.

По завершению изучения учебного предмета «Ритмика» обучающимся выставляется оценка, которая заносится в свидетельство об окончании образовательного учреждения.

2. Критерии оценок

По результатам текущей, промежуточной аттестации выставляются оценки: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно», «зачет».

Критерии оценки качества исполнения

Таблица 9

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 плане, так и в художественном)
3 («удовлетворительно»)	исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики исполнения изученных движений и т.д.
2 («неудовлетворительно»)	комплекс недостатков, являющийся следствием отсутствия регулярных аудиторных занятий, а также интереса к ним, невыполнение программных требований
«зачет» (без отметки)	отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения.

Согласно ФГТ, данная система оценки качества исполнения является основной. В зависимости от сложившихся традиций того или иного учебного заведения и с учетом целесообразности оценка качества исполнения может быть дополнена системой «+» и «-», что даст возможность более конкретно отметить выступление учащегося.

Для аттестации обучающихся создаются фонды оценочных средств, которые включают в себя методы контроля, позволяющие оценить приобретенные знания, умения и навыки. Фонды оценочных средств призваны обеспечивать оценку качества приобретенных выпускниками знаний, умений и навыков.

V. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

1. Методические рекомендации педагогическим работникам

При организации и проведении занятий по предмету «Ритмика» необходимо придерживаться следующих принципов:

- принципа сознательности и активности, который предусматривает, прежде всего, воспитание осмысленного овладения техникой танца; заинтересованности и творческого отношения к решению поставленных задач;

- принципа наглядности, который предусматривает использование при обучении комплекса средств и приемов: личная демонстрация приемов, видео и фотоматериалы, словесное описание нового приема и т.д.;

- принципа 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 систематичности, который предусматривает разучивание элементов, регулярное совершенствование техники элементов и освоение новых элементов для расширения активного арсенала приемов, чередование работы и отдыха в процессе обучения с целью сохранения работоспособности и активности учеников.

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. Музыкально-ритмические игры

- *«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.

- *«Самолетики - вертолетики»*

Описание:

Дети делятся на две команды с одноименными игре названиями. Каждой команде определяется свой музыкальный фрагмент, и когда музыка той или иной команды звучит, то они начинают хаотично двигаться по залу и по окончании должны вернуться на исходное место и выполнить задания преподавателя. Например, прыжки на месте, полуприседания, исполнить хлопки или притопы. Если звучит музыка другой команды, то команда, чья музыка не звучит, стоит на месте («на аэродроме»).

Игра развивает:

умение владеть танцевальной площадкой;
быстроту движений, реакцию;
музыкальный слух;
память, так как ребенок запоминает задание и исполняет его спустя некоторое время.

- *«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:

- 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).

VII. СПИСОК МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Барышникова Т. Азбука хореографии – М., 2001
2. Боброва Г. Искусство грации – Л., 1986
3. Бырченко Т., Франко Г. Хрестоматия по сольфеджио и ритмике – М., 1994
4. Лукьянова Е. Дыхание в хореографии – М., 1979
5. Попова М. Танцуют дети – М., 1989
6. Рекомендации в помощь танцевальным коллективам – Алма – Аты, 1986
7. Ритмика и танец (программа для отделений общеэстетического образования и хореографических отделений школ искусств) – М., 1980
8. Уральская В., Гороховников Г. В ритме вальса – М., 1988
9. Хоровод друзей – М., 1972
10. Школа танцев для детей – СПб., 2010

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
6. [http ://pedagogic.ru](http://pedagogic.ru)
7. [http:// spo. 1 september.ru](http://spo.1september.ru)
8. <http://www.fizkultura-vsem.ru>
9. <http://www.rambler.ru/>
10. www.google.ru
11. [www.plie.](http://www.plie)