



## **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;*
- *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;*

### **VI. Список рекомендуемой литературы**

- *Список рекомендуемой 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 учебного предмета «Ритмика» составляет 2 года по 8-летней дополнительной предпрофессиональной образовательной программе в области хореографического искусства «Хореографическое творчество».

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

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

**Таблица 1**

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. Сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета «Ритмика» на аудиторные занятия.**

### **Срок обучения 8 лет**

**Таблица 3**

Классы	1	2
<b>Продолжительность учебных занятий (в неделях)</b>	32	33
<b>Количество часов на аудиторные занятия (в неделю)</b>	2	2
<b>Общее количество часов на аудиторные занятия</b>	65	
<b>Максимальное количество часов занятий в неделю (аудиторные)</b>	2	2
<b>Общее максимальное количество часов на весь период обучения</b>	65	

(аудиторные)		
Объём времени на консультации (по годам)	2	2

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

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

**Цель:** развитие музыкально-ритмических и двигательных способностей учащихся через овладение основами музыкально-ритмической культуры.

**Задачи:**

- применение знаний основ музыкальной грамоты, необходимых для успешного обучения на уроках ритмики;
- умение передавать характер и образное содержание музыки в ритмически организованных движениях;
- освоение двигательных навыков, способствующих развитию координации движения;
- воспитание внимания, выносливости и стремления выполнить задачу, поставленную преподавателем;
- приобщение к здоровому образу жизни; формирование правильной осанки;
- развитие образного восприятия музыки и способности к двигательной импровизации; воспитание творческой индивидуальности ребёнка;
- развитие музыкальных способностей: музыкальной памяти и метроритмического чувства.

### **7. 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 учащихся;
- формы и методы контроля, система оценок;
- методическое обеспечение учебного процесса.

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

### **8. Методы обучения**

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета используются следующие методы обучения.

1. Наглядно-слуховой – прослушивание музыкального примера с последующим показом движений преподавателем.

2. Словесный – **беседа** о характере музыки, её художественных образах; **объяснение** средств музыкальной выразительности; эмоциональный **рассказ** преподавателя о прозвучавшем произведении, необходимый для формирования у учащихся ассоциативного восприятия музыки; аналитический: **оценка** результатов учебного процесса и разбор индивидуальных возможностей учащихся.

3. Практический – предварительное изучение подготовительных танцевальных движений, упражнений с предметами, с последующим включением их в музыкально-ритмические этюды; простейшие танцевальные композиции с элементами русского (национального) танца и сюжетные игры.

Данные методы являются наиболее продуктивными при реализации поставленных целей и задач учебного предмета. Они основаны на изучении опыта и лучших традиций мировой и отечественной школ преподавания ритмики.

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

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

Учебные аудитории (балетные залы), предназначенные для реализации учебного предмета «Ритмика» оснащаются пианино. Площадь балетных залов должна быть не менее 40 кв.м., иметь пригодное для занятий напольное покрытие (специализированное (линолеумное) покрытие), зеркала размером 7м x 2м на одной стене. Школа должна иметь концертный зал с пианино или роялем, пультами, светотехническим и звукотехническим оборудованием; костюмерную, располагающую необходимым количеством костюмов для сценических выступлений, репетиционного процесса и учебных занятий.

Также необходимо наличие раздевалок для переодевания учащихся и преподавателей.

## **II. Содержание учебного предмета**

### **Учебно-тематический план**

№/№	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.	Упражнения с музыкально-ритмическими предметами (ложки, бубен, маракас, трещотки и т. д. на выбор преподавателя)	урок	8	4	4
IV.	Упражнения с предметами танца (платок, лента, мяч, обруч)	урок	4	2	2

V.	Танцевальные движения	урок	67	32	35
VI.	Музыкально-ритмические игры	урок	4	2	2
	Промежуточная аттестация				

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

## ***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 «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.

### ***Четвертый раздел «Упражнения с предметами танца»***

Более насыщенно, интересно и разнообразно позволяет донести до ребенка предмет «ритмика и танец». 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.

### ***Пятый 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.

### ***Шестой раздел «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.

## **3. Требования по годам обучения**

### **Срок обучения 2 года**

#### **1-й год обучения**

### **Тема 1. Развитие слуховых способностей восприятия средств музыкальной выразительности**

#### **Характер музыки**

- умение слушать музыку и определять её характер;
- отражать в движении разнообразные оттенки характера музыкальных произведений (весёлый, спокойный, энергичный, торжественный и т.д.).

#### **Динамика (сила звука)**

- forte (громко);
- piano (тихо);
- понятие штрихов legato (связанно) и staccato (отрывисто).

#### **Темп (скорость музыкального движения)**

- allegro (быстро);
- adagio (медленно);

#### **Метроритм (метр, музыкальный размер)**

- 2/4, 3/4, 4/4, 6/8;
- такт, сильные и слабые доли такта;
- тактовые и затактовые вступления;
- тактирование в указанных размерах.

#### **Строение музыкального произведения (форма, фактура)**

- двухчастная, трёхчастная, куплетная формы;
- фраза;
- начало и окончание музыкальной фразы;
- понятие о вступлении;
- мелодия и аккомпанемент.

#### **Длительности. Ритмический рисунок**

- целые, половинные, четверти, восьмые;
- ритмические рисунки (сочетание указанных длительностей);

#### **Маршевая и танцевальная музыка**

- особенности танцевальных жанров: полька, лендлер, галоп;
- слушание и анализ маршевой и танцевальной музыки.

### **Тема 2. Формирование танцевально-двигательных навыков, основанных на метроритмической организации музыки**

- танцевальные шаги и бег в соответствии с музыкальными размерами:
  - танцевальный шаг в продвижении вперёд и назад;

- шаг на полупальцах в продвижении вперёд и назад;
  - шаг с высоким подъёмом колена на всей стопе и на полупальцах;
  - лёгкий бег; бег, сгибая ноги сзади; бег, вынося прямые ноги вперёд;
  - подскоки;
  - галоп;
- **позиции ног**, смена позиций ног на новый музыкальный такт;
  - **позиции и положения рук**, переводы рук из позиции в позицию; положения рук в паре;
  - **положения корпуса**;
  - **прыжки** (на двух ногах на месте, в продвижении вперёд, в повороте вокруг себя) на разные музыкальные длительности и ритмические рисунки;
  - **упражнения на ориентировку в пространстве**: нумерация точек; повороты вправо-влево, движение по линии и против линии танца, движение по диагонали; согласовывать изменение направления движения с построением музыкального произведения;
  - **построения и перестроения** (рисунки в танце); смена рисунка в танце.

### **Тема 3. Музыкально-ритмические этюды и игры**

(возможно использование предметов и музыкальных шумовых инструментов)

- этюды с предметами (мяч, скакалка, обруч, шарф, лента и т. д.);
- этюды с использованием детских музыкальных инструментов (бубнов, колокольчиков, маракас, ложек, барабана и т. д.);
- музыкально-ритмические этюды и танцы, сочинённые самими учащимися;
- музыкально-ритмические игры (сюжетные и ролевые).

#### **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;
- уметь свободно держать корпус, голову и руки в тех или иных положениях;
- уметь работать в паре и синхронизировать движения.

### **2-й год обучения**

#### **Тема 1. Развитие слуховых способностей восприятия средств музыкальной выразительности.**

##### **Характер музыки**

- жанровые особенности музыки (марш, менуэт, галоп, полька, вальс, тарантелла, мазурка и другие);
- активизация слухового музыкально-ритмического восприятия на примерах современной музыки.

##### **Динамика (сила звука)**

- умение согласовывать амплитуду движения с динамикой;
- динамика как средство музыкального формообразования.

### **Темп (скорость музыкального движения)**

- смена темпа в музыкальном произведении;
- удерживать заданный темп после прекращения звучания музыки.

### **Метроритм (метр, музыкальный размер)**

- музыкальный размер 6/8;
- продолжение изучения музыкального размера  $\frac{3}{4}$  на более сложных примерах;
- затакт в развёрнутом музыкальном вступлении.

### **Длительности. Ритмический рисунок**

- ритмические фигуры «четверть с точкой и восьмая», «восьмая с точкой и шестнадцатая».

### **Маршевая и танцевальная музыка**

- особенности танцевальных жанров: вальса, польки, галопа;
- слушание и анализ маршевой и танцевальной музыки.

## **Тема 2. Формирование танцевально-двигательных навыков, основанных на метроритмической организации музыки**

Танцевально-двигательные навыки на более сложном музыкальном материале и более высоком качественном уровне исполнения.

Поклон (простой, поясной), работа рук (за юбку, позиция рук I,II,III), позиции ног (вторая свободная, третья).

Разновидность шагов: шаг на высоких полу пальцах с поджатой назад; на полу пальцах с высоко поднятым коленом вперед; переменный; мелкий шаг с продвижением вперед (хороводный); приставной шаг с приседанием; приставной шаг с притопом.

Бег: легкий шаг (ноги назад); на месте; стремительный; «лошадки» на месте и в продвижении; «жете» на месте и в продвижении с выводом ног вперед и назад.

Па галопа (боковой, прямой).

Прыжки: - в повороте на  $\frac{1}{2}$ ; «разножка»; «поджатый».

Приседания (полуприседания, полуприседания с каблучком); «ковырялочка» (в первоначальной раскладке, с притопом)

Музыкально-ритмические упражнения: притопы, дроби (простой, двойной, тройной); хлопки (в ладоши (простые), в ритмическом рисунке, хлопки в парах с партнером).

## **Тема 3. Музыкально-ритмические этюды и игры**

- музыкально-ритмические упражнения и танцевальные этюды как свободное творчество учащихся;
- этюды с предметами (мяч, обруч, лента и т.д.) на более сложном музыкальном и двигательном материале;
- музыкально-ритмические игры.

### **Объем знаний и умений учащихся 2 года обучения**

Ученики должны иметь следующие знания, умения, навыки:

- уметь определять выразительные средства музыки - характер, темп, штрихи, регистр, динамические оттенки;
- музыкальный размер 6/8;
- затакт;
- различать жанры в музыке: песня, танец, марш;
- знать особенности народной и классической музыки;
- уметь правильно исполнять движения в характере музыки;
- слышать изменения звучания темпа в музыке и передавать их движением;

- выполнять упражнения с предметами и без них под музыку в простых и сложных музыкальных размерах;
- уметь видеть свои ошибки и ошибки других учеников;
- уметь координировать движения рук, ног и головы;
- уметь ориентироваться в пространстве;
- уметь танцевать в паре и в ансамбле.

### III. Требования к уровню подготовки учащихся

Результатом освоения программы «Хореографическое творчество» по учебному предмету «Ритмика», является приобретение учащимися 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 рисунков;
- 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 учащихся. Именно через контроль осуществляется проверочная, воспитательная и корректирующая функции.

Оценка качества реализации программы «Ритмика» включает в себя текущий контроль успеваемости, промежуточную аттестацию учащихся.

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

Текущий контроль успеваемости учащихся 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 учащихся создаются фонды оценочных средств, которые включают в себя методы контроля, позволяющие оценить приобретенные знания, умения и навыки.

#### *Критерии оценки качества исполнения*

**Таблица 8**

<b>Оценка</b>	<b>Критерии оценивания выступления</b>
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

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.

Фонды оценочных средств призваны обеспечивать оценку качества приобретенных выпускниками знаний, умений и навыков.

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

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

Первостепенное значение в проведении урока ритмики имеет правильный подбор музыкального материала для занятий, который должен содержать образцы русской (национальной) и зарубежной музыки, как народной, так и классической. Она должна быть высокохудожественной и соответствовать возрасту учащихся. Особо следует уделить внимание работе преподавателя с концертмейстером. Качество исполнения музыкальных произведений должно быть на высоком профессиональном уровне.

Развитие двигательных навыков – одна из главных составляющих успешного выполнения программных требований по учебному предмету «Ритмика». Здесь важную роль играет связь со смежными хореографическими предметами. Целесообразно проводить уроки ритмики параллельно с учебными предметами «Танец» и «Гимнастика» (8-летняя предпрофессиональная образовательная программа), где изучается большой объём танцевальных движений и гимнастических упражнений, направленных на укрепление мышечного аппарата учащегося и развитие его танцевальной выразительности.

Не менее важна связь ритмики со смежным музыкальным предметом «Слушание музыки и музыкальная грамота». Теоретические знания, получаемые на этом предмете, должны быть основополагающими для предмета «Ритмика». Преподаватели должны знать программы обоих предметов и соблюдать последовательность в прохождении учебного материала.

## VI. Список рекомендуемой методической литературы

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

### 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)