

МБУ ДО «Детская музыкальная школа №2 им. М.П. Мусоргского»

**Дополнительная общеразвивающая программа**

**в области хореографического искусства**

**по учебному предмету**

**«РИТМИКА»**

**Подготовительная группа**

Псков

<p><b>«РАССМОТРЕНО»</b></p> <p>Методическим советом МБУ ДО «Детская музыкальная школа № 2 им. М.П. Мусоргского»</p>	<p><b>«УТВЕРЖДЕНО»</b></p> <p>Директор МБУ ДО «Детская музыкальная школа № 2 им. М.П. Мусоргского Ю.В. Наконечный</p>
<p>« <u>31</u> » августа 2016 г. (дата рассмотрения)</p>	<p>« <u>31</u> » августа 2016 г. (дата утверждения)</p>

Разработчики: Заведующая хореографическим отделением ПОКИ,  
художественный руководитель ансамбля «Современный балет» Пасина Т.М.  
Преподаватель хореографии Пасина В.Е.

## **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;*
- *Форма проведения учебных аудиторных занятий;*
- *Цель и задачи учебного предмета;*
- *Структура учебного предмета;*
- *Методы обучения;*
- *Описание материально-технических условий реализации учебного предмета;*

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

- *Сведения о затратах учебного времени*
- *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 рекомендуемой литературы**

## **I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

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

Программа учебного предмета «Ритмика» разработана на основе «Рекомендаций по 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 музыкально-ритмического и хореографического развития детей в детских школах искусств.

Дошкольный возраст один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого ребёнка. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребёнка, формируется личность. В период дошкольного возраста ребёнок интенсивно растёт и развивается, движения становятся его потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период.

В последнее время на занятиях физического воспитания детей применяются различные нетрадиционные средства: ритмопластика, игровой стретчинг, танцы и другие. Существует много направлений в такой деятельности, и одно из наиболее доступных, эффективных и эмоциональных – это занятия по ритмике. Какая польза от таких занятий для детей 4-6 лет? Ритмика помогает творчески реализовать потребность в двигательной активности, ибо бесконечное разнообразие движений позволяет развивать не только чувства ритма, укреплять скелет мускулатуру, но и стимулирует память, внимание, мышление и воображение ребенка. Приобретая опыт пластической интерпретации музыки, ребенок овладевает опытом творческого осмысления музыки, ее эмоционально-телесного выражения.

Именно этот опыт и умения помогут ребенку в дальнейшем успешно осваивать и другие виды художественно-творческих и спортивных видов деятельности: это может быть последующее обучение хореографии,

гимнастике, а также занятия в музыкальных школах, секциях, театральных студиях и т.д.

Музыкально - ритмические движения выполняют релаксационную функцию, помогают добиться эмоциональной разрядки, снять умственные перегрузки и утомления. Ритм, который музыка диктует головному мозгу, снимает нервное напряжение.

Занятия по ритмике создают такие условия, при которых ребенок по мере своих возможностей выступает публично, преодолевает неуверенность, страх и учится управлять собой, своим поведением, голосом, телодвижениям

### ***Срок реализации учебного предмета***

Срок реализации программы учебного предмета «Ритмика» - 1(2) года. Продолжительность учебных занятий составляет 140 (280) часов год.

### ***Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательной организации на реализацию учебного предмета***

Общая трудоемкость учебного предмета «Ритмика» при 2-летнем сроке обучения составляет 280 часов. Рекомендуемая продолжительность урока – 60 минут (2 учебных часа). Урок проводится 2 раза в неделю.

### ***Форма проведения учебных занятий***

Занятия проводятся в мелкогрупповой форме, численность учащихся в группе - от 4 до 15 человек. Мелкогрупповая форма занятий позволяет преподавателю построить процесс обучения в соответствии с принципами дифференцированного и индивидуального подходов.

### ***Цель и задачи учебного предмета***

**Цель** программы «Ритмика» – всестороннее развитие ребенка, формирование творческих способностей и развитие индивидуальных качеств дошкольника, средствами музыки и ритмических движений.

На занятиях проводится работа с детьми по следующим направлениям, которые решают следующие **задачи**:

Развитие музыкальности: развитие способности воспринимать музыку, чувствовать её настроение и характер, понимать ее содержание; развитие музыкальных способностей (музыкального слуха, чувства ритма); развитие музыкальной памяти.

Развитие двигательных качеств и умений: развитие ловкости, точности, координации движений; развитие гибкости и пластичности; формирование правильной осанки, красивой походки; воспитание выносливости, развитие силы; развитие умения ориентироваться в пространстве; обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.

Развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку: развитие творческого воображения и фантазии; развитие способности к импровизации в движении.

Развитие и тренировка психических процессов: развитие эмоциональной сферы и умения выражать эмоции в мимике и пантомимике; тренировка подвижности нервных процессов; развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления.

Развитие нравственно - коммуникативных качеств личности: воспитание умения сопереживать другим людям и животным; воспитание умения вести себя в группе во время движения, формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми.

### ***Структура учебного предмета***

Структура занятия по ритмике – общепринятая. Каждое занятие состоит из трёх частей: подготовительной, основной и заключительной. Каждое занятие – это единое целое, где все элементы тесно взаимосвязаны друг с другом.

1. Подготовительная часть занятия занимает 5-15% от общего времени. Задачи этой части сводятся к тому, чтобы подготовить организм ребёнка к работе, создать психологический и эмоциональный настрой.

2. Основная часть занимает 70-85% от общего времени. В этой части решаются основные задачи, идёт основная работа над развитием двигательных способностей. В этой части даётся большой объём знаний, развивающих творческие способности детей.

3. Заключительная часть занятия длится от 3 до 7 % общего времени. Здесь используются упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки, пальчиковая гимнастика. В конце занятия подводится итог.

### ***Методы обучения***

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

- словесно-образное объяснение, беседа, рассказ;
- наглядный качественный показ;
- эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, художественные впечатления);
- практический (творчески-самостоятельное создание учащимися музыкально-двигательных образов, разучивание движений, комбинаций, танцев).

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

Класс для занятий ритмикой должен быть просторным, светлым, оснащен необходимым оборудованием (балетными станками, фортепиано, звуковоспроизводящим устройством), наглядными пособиями.

## II. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Учебная программа по предмету «Ритмика» рассчитана на 1-2 года обучения. В программе учтен принцип систематического и последовательного обучения. Формирование у учащихся умений и навыков происходит постепенно: от знакомства с музыкальной ритмикой, изучения основ хореографии до исполнения хореографических движений, комбинаций и небольших танцев.

### *Сведения о затратах учебного времени*

<b>Наименование раздела</b>	<b>Вид учебного занятия</b>	<b>Аудиторные занятия 1 год</b>	<b>Аудиторные занятия 2 год</b>	<b>Итого</b>
Основы музыкальной грамоты	<i>Урок</i>	20	20	40
Упражнения на ориентировку в пространстве	<i>Урок</i>	10	10	20
Упражнения с музыкально-ритмическими предметами (ложки, тамбурин и др.)	<i>Урок</i>	20	20	40
Упражнения с предметами танца (платок, мяч и др.)	<i>Урок</i>	10	10	20
Танцевальные движения	<i>Урок</i>	58	58	116
Музыкально-ритмические игры	<i>Урок</i>	20	20	40
Контрольный урок	Открытый урок	2	2	4
		140	140	280



## *Годовые требования*

### **Первый год обучения:**

#### *Основы музыкальной грамоты:*

- Регистровая окраска. Понятие о звуке (низкие, средние, высокие).
- Характер музыки: грустный, веселый, задорный и т.д.
- Динамические оттенки: громко, тихо.
- Музыкальный размер: 2/4, 4/4.
- Музыкальный темп: быстрый, умеренный, медленный.
- Понятие «сильная доля», «музыкальная фраза».

#### *Упражнения на ориентировку в пространстве:*

- Нумерация точек, рисунки танца (линия, колонна, круг).

#### *Упражнения с музыкально-ритмическими предметами:*

- Ударные (ложки, барабан); Звенящие (бубен, маракасы, погремушка, бубенцы).

#### *Упражнения с предметами танца:*

- Платок, лента и др. (на выбор преподавателя).

#### *Танцевальные движения:*

- Поклон (простой, поясной).
- Шаги (маршевый, шаг с пятки, с носка, шаг сценический, шаг на высоких полупальцах, шаг с поднятием колена).
- Бег (на полупальцах, сценический, на месте).
- Прыжки (на месте, с продвижением, в повороте).
- Работа рук (понятие «правая» и «левая» рука, положение рук на талии, положение ладоней в кулаках).
- Позиции ног (понятие «правая» и «левая нога», шестая позиция ног).
- Работа головы (наклоны и повороты).
- Движения корпуса (наклоны вперед, назад, в сторону; сочетание работы головы и корпуса).

#### *Музыкально-ритмические упражнения:*

- Притопы (простой, двойной, тройной).

- Хлопки (в ладоши, в парах, в различном ритмическом рисунке; сочетание ударов стопой с хлопками).

*Музыкально-ритмические игры (по выбору преподавателя):*

- «Хлоп-Топ»; «Самолеты»; «Зимняя игра» и др.

### **Второй год обучения**

*Основы музыкальной грамоты:*

- Характер музыки: торжественный, игривый, шуточный, задумчивый, сдержанный и т.д.

- Музыкальный размер: 2/4, 4/4,  $\frac{3}{4}$ .

- Понятие «сильная доля», начало и завершение музыкальной фразы, куплет и припев.

- Жанры в музыке (песня, танец, марш).

- Музыкальные штрихи (легато, стаккато).

*Упражнения на ориентировку в пространстве:*

- Нумерация точек, рисунки танца (диагональ, два круга, полукруг, улитка, змейка и др.).

*Упражнения с музыкально-ритмическими предметами (на выбор преподавателя):*

- Ударные (ложки, барабан); Звонящие (бубен, маракасы, погремушка, бубенцы).

*Упражнения с предметами танца (на выбор преподавателя):*

- Мяч, обруч, цветы, шары и др..

*Танцевальные движения:*

- Поклон (простой, поясной).

- Шаги (переменный, хороводный, приставной).

- Бег (на полупальцах, сценический, «лошадки», «жете»).

- Прыжки («разножка, «поджатый»).

- Работа рук (положение на юбке, аленже; позиции 1,2,3).

- Позиции ног (первая свободная позиция ног, вторая параллельная).

- Приседания (полуприседания).

- Галоп, «Ковырялочка».

*Музыкально-ритмические упражнения:*

- Дробь (одионочная).

- Хлопки (с усложнением ритмического рисунка; в комбинации с работой ног).

*Музыкально-ритмические игры (по выбору преподавателя):*

- «Паровозик»; «Времена года»; «Сочиняем танец» и др.

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ**

Данный раздел содержит перечень знаний, умений и навыков, приобретение которых обеспечивает программа по учебному предмету «Ритмика»:

К концу учебного года ребенок группы должен уметь:

Передавать в пластике разнообразный характер музыки, различные оттенки настроения;

- Передавать основные средства музыкальной выразительности;

- Передавать в пластике музыкальный образ, используя гимнастические, имитационные, общеразвивающие и танцевальные виды движений;

- Ориентироваться в пространстве: самостоятельно находить место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, строиться в шеренгу и колонну, в несколько кругов;

- Исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях;

- Самостоятельно начинать и заканчивать движение в соответствии с началом и концом музыкальной фразы;

- Передавать в мимике и пантомиме образы знакомых животных и персонажей;

- Выполнять изучаемые в течение года ритмические композиции и танцы-игры;

- Находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки, игрового образа выразительными жестами.

Дети, прошедшие обучение по данной программе, должны знать:

- Назначение танцевального зала и правила поведения в нём;

- Правила подвижных игр;
- Основные танцевальные позиции рук и ног;
- Понятие: круг, колонна, линия, перестроение по рисунку танца.

#### **IV. ФОРМЫ И МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ, СИСТЕМА ОЦЕНОК.**

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

Контроль знаний, умений, навыков учащихся обеспечивает оперативное управление учебным процессом и выполняет обучающую, проверочную, воспитательную и корректирующую функции. Программа предусматривает промежуточную аттестацию, а также итоговую аттестацию. Промежуточный контроль успеваемости учащихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет в виде творческого просмотра по окончании учебного полугодия.

Итоговая аттестация проводится в форме контрольного урока и участия в годовом отчетном концерте школы.

На заключительном просмотре учащиеся должны продемонстрировать:

*знания:*

- основ музыкальной грамоты;
- основ хореографического искусства;
- принципов взаимодействия музыки и танца;

*умения и навыки:*

- самостоятельно исполнять ритмические упражнения;
- исполнения танцевальных движений, комбинаций и композиций;
- соблюдения требований к безопасности при выполнении танцевальных движений.

##### ***Критерии оценки***

По результатам промежуточной и итоговой аттестации выставляются оценки: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно».

- 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 и неумением анализировать свое исполнение.

## **V. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА**

В каждом ребенке в большей или меньшей степени заложена потребность в движении, в танце. Основная педагогическая задача – активизировать и поддержать эту потребность. «Добывая» музыкальные знания, ребенок осуществляет мыслительные действия, которые позволяют ему повторить открытия, когда-то уже совершенные. В данном процессе происходит «присвоение» знаний, которые становятся духовным капиталом ребенка.

В процессе обучения ребенок открывает для себя свойства музыкального звука (тембр, длительность, высоту, громкость), познает двигательные способности своего тела. Учебная работа по восприятию данных качеств звука развивает музыкальные способности ученика, метроритмическое чувство. И, как результат развития этих способностей, - формирование навыков движения под музыку.

Программа имеет своей целью адаптировать относительно сложные музыкальные и хореографические понятия к дошкольному возрасту, сформировать навыки исполнения различных танцевальных комбинаций, обогатить познания ребенка об окружающем мире представлениями о хореографическом искусстве. Поскольку речь идет о групповых занятиях, предпочтение отдается методике игрового сотрудничества.

Музыкальное сопровождение урока является основой музыкально-ритмического воспитания и влияет на развитие музыкальной культуры учащихся. Музыкальное оформление должно быть разнообразным и качественно исполненным. Произведения должны быть доступными для

восприятия детей, ясными по фактуре, жанру, стилю, разнообразными по характеру и мелодическому содержанию.

На занятиях используется:

- классическая музыка,
- народная музыка,
- музыка в современных ритмах.

## **VI. СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. Л. - М., 1964
2. Барышникова Т. Азбука хореографии (Внимание: дети) - М.: Ральф, 2000
3. Бырченко Т., Франио Г. Хрестоматия по сольфеджио и ритмике. М., Советский композитор, 1991
4. Васильева - Рождественская М. Историко-бытовой танец. М., 1968
5. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. М., 2004
6. Жак-Далькроз Э. Ритм. – М.: Классика – XXI век, 2001
7. Ивановский Н. Бальный танец XVI - XIX в. М. - Л., 1948
8. Конорова Е. Методическое пособие по ритмике. Вып 1, 2. - М.: Музыка, 1978
9. Кулагина И. Художественное движение. - М.: Изд-во «Наука», 1999
10. Луговская А. Ритмические упражнения, игры и пляски - М.: Советский композитор, 1991
11. Руднева С., Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение.- М.: Просвещение, 1972
12. Ткаченко Т.С. Народные танцы. М., 1975
13. Франио Г.С., Лифиц И.В. Методическое пособие по ритмике. 1 класс. М., Музыка, 1995
14. Франио Г.С. Методическое пособие по ритмике. 2 класс. М., Музыка, 1996

15. Франио Г.С. Роль ритмики в эстетическом воспитании. М., 1988
16. Шушкина З. Ритмика. – М., 1967
17. Яновская В. Ритмика. – М., 1979
18. Голицина Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. – М.: Скрипторий, 2003
19. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду.- М.: Линка-пресс, 2006