

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЦЕНТРАЛЬНАЯ ДЕТСКАЯ ХОРОВАЯ ШКОЛА»  
(ГБУ ДО ЦДХШ)**

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
В ОБЛАСТИ МУЗЫКАЛЬНОГО ИСКУССТВА  
«ХОРОВОЕ ПЕНИЕ»**

**УТВЕРЖДЕНА**  
приказом от 18.0.2025 № 42-од

**Рабочая программа учебного предмета  
«РИТМИКА  
(В.00.УП.03)**

**Разработчик:**  
преподаватель **Федорова Мария Михайловна**

**Самара 2025**

## **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**

- *Учебно-тематический план;*
- *Содержание разделов;*
- *Распределение учебного материала 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 методической литературы**

- *Список рекомендуемой методической литературы;*
- *Интернет-ресурсы;*
- *Аудиопособия.*

## I. Пояснительная записка

### ***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 программе в области музыкального искусства «Хоровое пение».

Уроки ритмики восполняют музыкально-двигательную потребность детей младшего школьного возраста и развивают такие музыкальные способности как музыкальный слух, память, чувство ритма, помогают выявлению творческих задатков учеников. Именно на уроках ритмики созданы условия для двигательного и интеллектуального развития детей на основе эмоциональной отзывчивости на музыку, а также для формирования коммуникативной функции ребенка.

Учебный предмет «Ритмика» связан с другими учебными предметами, поскольку направлен на развитие чувства ритма и музыкального восприятия. Спецификой данного предмета является практическое формирование музыкально-двигательных навыков через соединение музыки и движения. Музыкально-ритмическое чувство является необходимым для успешного овладения учениками другими учебными предметами (хор, сольфеджио, фортепиано, слушание музыки), поэтому наиболее результативным является использование межпредметных связей в преподавании этих дисциплин.

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

Срок освоения программы «Ритмика» составляет – 2 года.

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

классы	1	2
Максимальная учебная нагрузка (в часах)	65	
Количество часов на аудиторные занятия	32	33
Количество часов в неделю	1	1

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

в 1-ом классе – 35 минут;

во 2-ом классе – 45 минут.

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

#### ***Цель:***

формирование у обучающегося комплекса знаний, умений и навыков в области музыкально-двигательного воспитания, направленного на развитие музыкального слуха и памяти, чувства метроритма, музыкального восприятия и мышления, формирование художественного вкуса.

#### ***Задачи:***

- овладение основами музыкальной грамоты через музыкально-практическую деятельность;

- формирование двигательных и музыкально-ритмических умений и навыков в соответствии с программными требованиями;
- воспитание умения воспринимать, чувствовать, понимать музыку и отражать это в движении;
- развитие общих (духовных, эстетических, творческих) и специальных (музыкальных) способностей детей на основе эмоциональной отзывчивости на музыку;
- физическое развитие детей (воспитание ловкости, координации и красоты движений);
- умственное развитие детей (развитие мышления, памяти, внимания, фантазии, воображения);
- воспитание целеустремленности, чувства взаимопомощи, терпения;
- развитие творческих способностей и навыков коллективного музицирования.

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

Обоснованием структуры программы являются требования ФГТ. 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».

### ***Методы обучения***

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета применяются три взаимосвязанных метода работы: наглядный, словесный и метод практической деятельности, каждый из которых включает в себя систему различных приемов, зависящих от его специфики.

**Наглядный метод** включает в себя:

- ✓ *слуховую наглядность* – непосредственное слушание музыки ребенком, а также специальное слушание во время исполнения им песен и музыкально-ритмических движений;
- ✓ *тактильную наглядность* – непосредственное ощущение телом волновых колебаний музыкального звучания и выполнение движений согласно этому ощущению;
- ✓ *зрительную наглядность* (сочетающуюся со слуховой или тактильной) – повторение с показа движений в плясках, играх, упражнениях; использование игрушек, картинок, костюмов, относящихся к определенному музыкальному произведению; исполнение ритма по ритмическим карточкам; использование учебных пособий с наглядным изображением длительностей, ритмических рисунков, музыкальных размеров и др.

**Словесный метод** включает в себя:

- ✓ *объяснение* в виде образного рассказа (проводится перед слушанием программных музыкальных произведений и исполнением сюжетных музыкальных игр, перед началом плясок и упражнений);
- ✓ *пояснения* (даются при показе движений игр, плясок, упражнений и тесно связаны с показом);

- ✓ *указания* (применяются во время выполнения детьми игр, плясок и упражнений, уточняют способ выполнения действий);
- ✓ *беседу* в форме вопросов и ответов (проводится перед или после слушания музыки или выполнения танцевальных движений, включает в себя впечатления детей от прослушанной музыки, ее элементарный анализ, обсуждения выполненных движений и т. д.).

**Метод практической деятельности** включает в себя:

- ✓ *пение с движением,*
- ✓ *выполнение танцевальных движений,*
- ✓ *работу с ритмическими карточками,*
- ✓ *участие в несюжетных и сюжетных играх,*
- ✓ *игру на музыкальных инструментах (перкуссии),*
- ✓ *двигательную импровизацию,*
- ✓ *сочинение детьми танцевальных элементов, а также ритмического сопровождения к мелодии или многоголосного остинато.*

К практической деятельности относятся также систематические упражнения (совершенствование основных движений, подготовительные упражнения, образные упражнения, упражнения-композиции).

Предложенные методы работы являются наиболее продуктивными при реализации поставленных целей и задач учебного предмета.

Сочетание тех или иных методических приемов обучения определяется конкретными задачами музыкального занятия, сложностью музыкального материала, этапом обучения и уровнем общего развития детей.

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

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

В школе должны быть созданы необходимые материально-технические условия, которые бы благотворно влияли на успешную организацию образовательного и воспитательного процесса:

- наличие учебной аудитории;
- наличие набора музыкальных инструментов (перкуссия);
- наличие предметов для работы с движением (ленты, мячи, платки и т.п.);
- наличие фортепиано и звукотехнической аппаратуры.

## **II. Содержание учебного предмета**

### ***Учебно-тематический план***

Учебно-тематический план содержит примерное распределение учебного материала каждого класса в течение всего срока обучения и сведения о затратах учебного времени. Преподаватель может спланировать порядок изучения тем, исходя из особенностей каждой учебной группы, собственного опыта, сложившихся педагогических традиций.

При планировании содержания занятий необходимо учитывать, что эффективное музыкально-ритмическое и двигательное развитие возможно лишь в случае регулярного обращения на каждом уроке к различным формам работы и грамотном построении урока.

№/ №	Наименование раздела	Вид учебного занятия	Объем времени в часах	
			1-й класс	2-й класс
I.	Основы музыкальной грамоты	Урок	8	8
II.	Упражнения на ориентировку в пространстве	Урок	4	4
III.	Упражнения с музыкально-ритмическими инструментами	Урок	4	4
IV.	Упражнения с предметами	Урок	2	2
V.	Танцевальные движения и танцы	Урок	9	10
VI.	Образные упражнения и музыкальные игры	Урок	4	4
	Промежуточный контроль	Контрольные уроки	1	1
	Аудиторные занятия		32	33
	Максимальная учебная нагрузка		65	

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

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

### ***Содержание разделов***

В данной программе весь материал систематизирован в разделы, которые в той или иной степени взаимосвязаны друг с другом. Это позволяет достичь необходимых результатов в комплексном развитии обучающихся. В работе используется концентрический метод освоения материала: педагог постоянно возвращается к отдельным темам, используя все более сложные упражнения и задания.

При разработке поурочных планов необходимо включать в них задания, направленные на развитие творческих способностей детей. В каждом разделе приведен примерный перечень творческих заданий.

**Первый раздел «Основы музыкальной грамоты»** содержит терминологический словарь для каждого года обучения, включающий те понятия, которые именно через практику усваиваются обучающимися. Для музыкально образованного человека важно не только слышать, но и осознавать жанровые особенности музыки, структуру, музыкальный синтаксис, содержание. В свою очередь, эти знания помогают детям при организации собственного движения под музыку.

Творческими заданиями к данному разделу могут быть: индивидуальная двигательная или ритмическая импровизация в характере музыки (с последующим обсуждением содержания и средств выразительности); индивидуальное сочинение

танцевальных движений, исходя из структуры музыкального произведения (с предварительным анализом формы) и т.п.

**Второй раздел «Упражнения на ориентировку в пространстве»** объединяет задания, нацеленные на умение ориентироваться на танцевальной площадке, с легкостью перестраиваться из рисунка в рисунок, работая сообща в коллективе детей. Освоение разнообразных рисунков танца в дальнейшем позволяет ребенку свободно чувствовать себя на сцене.

Творческими заданиями к данному разделу могут быть: двигательная групповая импровизация под звучащий музыкальный инструмент; коллективное сочинение танца (в группе или в подгруппах) и т.п.

**Третий раздел «Упражнения с музыкально-ритмическими инструментами»** (ложки, бубен, маракас, трещотки и т.д.) – это задания для музыкально-ритмического развития и коллективного музицирования с опорой на теоретический материал раздела «Основы музыкальной грамоты». С помощью простых ударных инструментов развивается музыкальный слух, чувство ритма; формируется представление о звуковысотности, тембровых особенностях звучания, регистрах; расширяются знания о музыкальных инструментах ударной группы, а также формируются простейшие навыки игры на них. Практические задания с использованием звучащих жестов могут предварять освоение ударных инструментов, а также применяться в комплексной ритмической работе с ними.

Творческими заданиями к данному разделу могут быть: ритмическая импровизация индивидуально или на фоне общего пульса; коллективное сочинение ритмических партитур с *ostinato*; сочинение простого ритмического сопровождения к музыкальному произведению; озвучивание импровизированного движения и т.п.

**Четвертый раздел «Упражнения с предметами»** включает упражнения с использованием различных предметов (лент, мячей и др.) при движении под музыку. Использование различных предметов при движении развивает у детей крупную и мелкую моторику, а также координацию. Эти навыки необходимы для подготовки ребенка к более сложным изучением движений и комбинаций. С использованием различных предметов у детей успешно развивается двигательная память, мышление, ловкость и сноровка. Преподаватель в соответствии с возрастными особенностями подбирает тот или иной предмет для разучивания упражнений и для творческих заданий.

Творческими заданиями к данному разделу могут быть: двигательная импровизация с предметом; коллективное сочинение танцевальной композиции с конкретным предметом и т.п.

**Пятый раздел «Танцевальные движения и танцы»** содержит необходимые элементы для успешного освоения танцев. На ритмике разучиваются несложные элементы народных плясок и хороводов, а также простые танцы разных народов.

Творческими заданиями к данному разделу могут быть: «двигательное эхо» в определенном танцевальном жанре (ведущий – сочиняет движение, группа – повторяет); коллективное (в подгруппах) досочинение танца; индивидуальное сочинение своего танцевального движения в общем танцевальном проекте и т.п.

**Шестой раздел «Образные упражнения и музыкальные игры»** включает материал, необходимый для полноценного развития ребенка. В игре создаются условия для раскрытия эмоционального мира каждого ребенка, а также для практического применения усвоенных им знаний, умений, навыков. В процессе игры создаются условия для общения детей в паре,

в группе, проявляются личностные качества, а педагог имеет возможность корректировать отношения между детьми, активизировать творческую деятельность группы, создать условия для наиболее полного проявления индивидуальности каждого ребенка в рамках заданных правил. Все задания этого раздела должны предусматривать возможность для творческого самовыражения детей: например, каждый ученик может побыть в роли учителя или придумать свой вариант игры, свой образ и т.д.

**Распределение учебного материала по годам обучения**

**1-й класс**

№№	Наименование тем
<b>I.</b>	<p style="text-align: center;"><b>Основы музыкальной грамоты</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Регистровая окраска. Понятие о звуке (средние, низкие, высокие звуки)</li> <li>2. Характер музыки (грустный, печальный и т.п., веселый, задорный и т.п.)</li> <li>3. Лад (мажор-минор)</li> <li>4. Динамические оттенки (forte, piano)</li> <li>5. Музыкальный темп (allegro, andante)</li> <li>6. Метр, сильная и слабая доли, такт</li> <li>7. Музыкальный размер (2/4, 3/4, 4/4)</li> <li>8. Длительность звуков (целая, половинная, четвертная, восьмая). Различные ритмические рисунки из предложенных длительностей.</li> <li>9. Паузы</li> <li>10. Структура музыкального произведения (вступление, количество построений, музыкальные фразы, куплетная форма, простая двухчастная форма)</li> </ol>
<b>II.</b>	<p style="text-align: center;"><b>Упражнения на ориентировку в пространстве</b></p> <p>Нумерация точек (линия, шеренга, колонна)</p>
<b>III.</b>	<p style="text-align: center;"><b>Упражнения с музыкально-ритмическими инструментами (по выбору преподавателя)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнения с деревянными инструментами (ложки, коробочка, тон-блок и т.п.)</li> <li>2. Упражнения со звенящими инструментами (треугольник, румба, джинглстик, бубенцы и т.п.)</li> <li>3. Упражнения с перкуссией (маракасы, шейкеры и т.п.)</li> <li>4. Упражнения с барабанами</li> <li>5. Коллективное музицирование с движением</li> </ol>
<b>IV.</b>	<p style="text-align: center;"><b>Упражнения с предметами (по выбору преподавателя)</b></p> <p>Упражнения с платком</p> <p>Упражнения с лентами</p>
<b>V.</b>	<p style="text-align: center;"><b>Танцевальные движения и танцы</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Поклон (простой, поясной)</li> <li>2. Шаги (бодрый шаг, спокойный, торжественный, с высоким подъемом ног, пружинящий шаг, шаг на носках)</li> <li>3. Бег (легкий бег, пружинящий, широкий бег, бег с высоким подъемом ног)</li> <li>4. Прыжки (на месте по VI позиции, с продвижением вперед, прыжки с поворотом на 1/4, поскоки)</li> <li>5. Работа головы (наклоны и повороты)</li> <li>6. Движения корпуса (наклоны вперед, назад, в сторону, с сочетанием работы головы)</li> </ol>

	7. Притопы (простой, двойной, тройной) 8. Хлопки (простые, в ритмическом рисунке, в парах с партнером) 9. Танцы, включающие выученные танцевальные движения.
<b>VI.</b>	<b>Образные упражнения и музыкальные игры (по выбору преподавателя)</b> 1. Игры с паузами 2. Игры с контрастами 3. Образные игры 4. Русские народные игры
	<b>Контрольный урок</b>

*2-й класс*

№№	Наименование тем
<b>I.</b>	<b>Основы музыкальной грамоты</b> 1. Характер музыки (торжественный, величественный и т.п., игривый, шутливый и т.п., задумчивый, сдержанный и т.п.) 2. Динамические оттенки (fortissimo, pianissimo, mezzo forte). Изменение динамики (crescendo, diminuendo). 3. Акценты 4. Штрихи (staccato, legato) 5. Изменение темпа (accelerando, ritenuto) 6. Музыкальные размеры (2/4, 3/4, 4/4, 6/8) 7. Длительности (целая, половинная, четвертная, восьмая, шестнадцатая) Различные ритмические рисунки из предложенных длительностей. 8. Затакт 9. Жанры в музыке (марш, танец, песня) 10. Структура музыкального произведения (вступление, количество построений, музыкальные фразы, куплетная форма, форма рондо, простая двухчастная форма, простая трехчастная форма)
<b>II.</b>	<b>Упражнения на ориентировку в пространстве</b> 1. Диагональ 2. Круг 3. Два круга 4. «Улитка» 5. «Змейка»
<b>III.</b>	<b>Упражнения с музыкально-ритмическими инструментами (по выбору преподавателя)</b> 1. Упражнения с деревянными инструментами (ложки, коробочка, тон-блок и т.п.) 2. Упражнения со звенящими инструментами (треугольник, румба, джинглстик, бубенцы и т.п.) 3. Упражнения с перкуссией (маракасы, шейкеры и т.п.) 4. Упражнения с барабанами 5. Коллективное музицирование с движениями
<b>IV.</b>	<b>Упражнения с предметами (по выбору преподавателя)</b> Упражнения с мячом Упражнения с прыгалкой

	Упражнения с теннисными мячами Упражнения с воздушными шарами
<b>V.</b>	<p align="center"><b>Танцевальные движения и танцы</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Поклон (простой, поясной)</li> <li>2. Шаги (бодрый шаг, с высоким подъемом ног, пружинящий шаг, шаг на носках, переменный, приставной шаг с приседанием, приставной шаг с галопом, шаг польки)</li> <li>3. Бег (легкий бег, пружинящий, широкий бег, бег с высоким подъемом ног)</li> <li>4. Прыжки (на месте по VI позиции, с продвижением вперед, прыжки с поворотом на 1/2, поскоки, прыжки с поочередным выбрасыванием ног)</li> <li>5. Работа головы (наклоны и повороты)</li> <li>6. Движения корпуса (наклоны вперед, назад, в сторону, с сочетанием работы головы)</li> <li>7. Притопы (простой, двойной, тройной)</li> <li>8. Галоп (прямой, боковой)</li> <li>9. Приседания</li> <li>10. Хлопки (простые, в ритмическом рисунке, в парах с партнером)</li> <li>11. Танцы, включающие выученные танцевальные движения.</li> </ol>
<b>VI.</b>	<p align="center"><b>Образные упражнения и музыкальные игры (по выбору преподавателя)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Игры с паузами</li> <li>2. Игры с контрастами</li> <li>3. Образные игры</li> <li>4. Русские народные игры</li> </ol>
	<b>Контрольный урок</b>

### III. Требования к уровню подготовки обучающихся

#### 1-й класс:

Ученики должны:

- знать термины, указанные в разделе «Основы музыкальной грамоты»;
- определять характер музыки словами (грустный, веселый, спокойный, плавный, изящный и т.п.);
- находить сильную долю в музыке и различать длительности нот;
- уметь грамотно выполнять основные упражнения с предметами и без них под музыку преимущественно в размерах 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 класс

Ученики должны:

- знать термины, указанные в разделе «Основы музыкальной грамоты»;
- знать названия упражнений на ориентировку в пространстве и танцевальных движений, пройденных в течение двух лет обучения;
- знать названия простых танцевальных шагов, а также уметь их правильно исполнить.
- выполнять основные движения упражнений с предметами и без них под музыку на 2/4, 3/4, 4/4, 6/8;
- слышать изменения звучания музыки и передавать их изменением движения;
- повторять на инструменте различные ритмические рисунки индивидуально и в группе;
- 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.
- иметь навыки в выполнении конкретных упражнений.

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

- знание основных понятий, связанных с метром и ритмом, штрихами, темпом и динамикой в музыке и умение отображать их в движении;
- знания о музыкальном синтаксисе, структуре музыкальных произведений, простых музыкальных формах и умение согласовывать движения со строением музыкального произведения;
- осознание длительности нот в соотношении с танцевальными шагами;
- умение ориентироваться в пространстве во время выполнения движений;
- навыки двигательного воспроизведения ритмических движений телом и с использованием различных предметов;
- навыки сочетания музыкально-ритмических упражнений с танцевальными движениями;
- навыки коллективного музицирования на музыкальных инструментах в сочетании с музыкально-танцевальными упражнениями.

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

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

Цели аттестации: установить соответствие достигнутого учеником уровня знаний, умений и навыков программным требованиям на определенном этапе обучения.

##### Виды и содержание контроля:

- индивидуальное выполнение упражнений (учитывается уровень овладения навыками)
- выполнение упражнений в группе (учитывается умение работать в группе)
- самостоятельная работа над сочинением движений (учитывается творческий подход к выполнению заданий)

- двигательная импровизация (учитывается свобода движений и их соответствие характеру музыки)
- музицирование на ритмических инструментах (учитывается качество исполнения)

Формы контроля: текущий, промежуточный.

**Текущий контроль** осуществляется регулярно преподавателем на уроках. При выставлении оценок учитываются качество выполнения предложенных заданий, инициативность и самостоятельность при выполнении заданий, темпы продвижения ученика. Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет. Особой формой текущего контроля является контрольный урок в конце каждой четверти.

**Промежуточный контроль:** контрольные уроки в конце 1 и 2 класса. Промежуточный контроль осуществляется в 2 и 4 полугодиях в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

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

За время обучения на каждом году обучения (в соответствии с программными требованиями) 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.

Задания к контрольным урокам разрабатываются преподавателем самостоятельно на основе программы.

### **Критерии оценок**

Уровень приобретенных знаний, умений и навыков должен соответствовать программным требованиям. Так как предмет ритмика не предполагает самостоятельной домашней работы, регулярность посещения занятий влияет на освоение знаний, умений и навыков и учитывается при выставлении оценок за четверть.

Для аттестации учащихся используется дифференцированная 5-балльная система оценок.

#### *Критерии оценки качества исполнения*

<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)	грамотное исполнение с некоторыми недочетами (как в техническом плане, так и в художественном)
3 (удовлетворительно)	исполнение с большим количеством недочетов (неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики исполнения изученных движений и т.п.)
2 (неудовлетворительно)	комплекс недостатков, являющийся следствием отсутствия

	регулярных занятий, а также интереса к ним, невыполнение программных требований
--	---

В зависимости от специфики заданий и с учетом целесообразности оценка качества исполнения может быть дополнена системой «+» и «-», что даст возможность более конкретно отметить выступление учащегося.

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

### ***Методические рекомендации педагогическим работникам***

В основе занятий ритмикой лежит изучение тех средств музыкальной выразительности, которые наиболее естественно могут быть отражены в движении. Это темп, динамические оттенки, метроритм, строение музыкального произведения, регистровые и ладовые особенности, которые и определяют тот или иной характер музыки. Обращая внимание обучающихся на отдельные средства музыкальной выразительности, необходимо в то же время исходить из целостного восприятия музыки, рассматривать средства музыкальной выразительности в совокупности. Важнейшим фактором в музыкально-ритмическом движении является эмоциональное переживание музыки.

На уроках ритмики в 1 классе не следует давать сложных движений. Придя в школу, дети имеют разную двигательную подготовку: у одних плохая осанка, у других недостаточная координация движений, далеко не все умеют согласовывать движения с музыкой, а также ориентироваться в коллективе и пространстве. Необходимо выправить все эти недостатки и обогатить запас двигательных навыков у детей.

Работа по ритмике строится на основных движениях (ходьбе, беге, различного рода прыжках, с соблюдением правильного положения корпуса при движении и торможении), на общеразвивающих упражнениях с предметами и без предметов, тренирующие различные группы мышц, на построениях и перестроениях, упражнениях с музыкально-ритмическими инструментами, разнообразных танцевальных движениях, сюжетно-образных движениях в играх. В процессе ритмических занятий все эти движения постепенно совершенствуются, становятся более свободными, ритмичными, координированными, выразительными, пластичными. Участие в ритмических и общеразвивающих упражнениях в играх и танцах способствуют правильному физическому развитию детей, имеют оздоровительное значение.

**Основы музыкальной грамоты** осваиваются через практическую деятельность – к осознанию понятий. На первых этапах работы дети интуитивно воспринимают и передают в движении характер музыки, темп, динамику, метроритмические особенности произведений в различных игровых и творческих упражнениях. После ряда заданий, выполняемых интуитивно, педагог постепенно знакомит детей с элементами музыкальной речи, подводя их к сознательному освоению музыкальной грамоты.

Важно стимулировать проявление активности и самостоятельности детей в передаче характера музыки и своего отношения к музыкальному произведению через движение.

**Упражнения на ориентировку в пространстве** могут являться как самостоятельными, так и элементом танца. Начальный этап работы над ориентировкой в пространстве связан с нумерацией точек, а также с построениями и перестроениями (линия, шеренга, колонна). Позднее осваиваются диагональ, круг, два круга, «улитка», «змейка».

Важно научить детей строиться в шеренгу и в колонну по росту, соблюдая интервалы, строить круг из положений стоя в шеренге, держась за руки, из рассыпного положения, строиться в звеньевые колонны для выполнения общеразвивающих упражнений. При рассыпном построении важно уметь использовать все имеющееся пространство, соблюдая определенные интервалы, чтобы не мешать друг другу при выполнении движений. В хороводах необходимо научиться четко делать повороты, сужая и расширяя круг, не искажая его формы.

**Упражнения с музыкально-ритмическими инструментами** желательно подбирать, опираясь на педагогические находки Карла Орфа и его последователей. Дети знакомятся с инструментами различных тембров (деревянные инструменты: ложки, коробочка, тон-блок и т.п., звенящие инструменты: треугольник, румба, джинглстик, бубенцы и т.п., перкуссия: маракасы, шейкеры и т.п., различные барабаны и др.), осваивают виды звукоизвлечения, исполняют музыкально-ритмические упражнения и пьесы, выполняют различные творческие задания, связанные с импровизацией и сочинением. От освоения отдельных элементов важно стремиться к формированию навыка коллективного музицирования, миниатюрному варианту орф-оркестра. Коллективное выполнение упражнений оказывает на детей воспитательное воздействие: требует четкого взаимодействия всех участников, повышает у них внимание, воспитывает терпение и чувство ответственности.

**Упражнения с предметами** могут состоять из двух этапов: освоение самого общеразвивающего упражнения, включающего различные группы мышц верхнего плечевого пояса, брюшного пресса, косые мышцы, мышцы ног и освоение этого упражнения уже с определенным предметом (платок, лента, мяч, прыгалка, теннисный мяч, воздушный шар и др.). Каждый предмет усложняет поставленную перед ребенком задачу и формирует свой двигательный навык. Например, упражнения с прыгалками развивают ловкость, а упражнения с мячами развивают глазомер, укрепляют мышцы пальцев, кисти рук.

**Танцевальные движения и танцы** осваиваются в течение всего периода обучения. На начальном этапе отрабатываются танцевальные элементы. При их разучивании дети могут стоять в свободном расположении (врассыпную), в шахматном порядке по линиям, в полукруге или в кругу (при этом педагог стоит не в центре круга, а рядом с танцорами по кругу). Если учащиеся стоят напротив педагога, его показ должен быть зеркальным. Работая со всей группой, необходимо держать в поле зрения каждого ученика, осуществлять индивидуальный подход. Педагог наблюдает за учащимися в процессе занятия, отмечает их успехи, помогает преодолевать недостатки. Необходимо поддерживать инициативу, не тормозить развитие более способных учеников, бережно относиться к проявлению индивидуальности каждого.

Первостепенную роль играет правильный, отчетливый выразительный показ движений педагогом. Это вызовет у учеников желание так же красиво и свободно танцевать. Разучив отдельные танцевальные элементы, составляющие основу данного танца, можно соединить их в небольшие танцевальные комбинации, а затем уж работать последовательно над фигурами танца, которые войдут в дальнейшем в единую танцевальную композицию. Без овладения техникой движения невозможно добиться его выразительности. Если танец разучивается сразу, а не поэтапно, учащиеся будут чувствовать себя неуверенно, часто

ошибаться и все это снизит интерес к танцу. Ученики быстро устают от многократного повторения всего танца.

Чтобы заинтересовать учащихся новым танцем, необходимо дать его общую характеристику, отметить особенности. Желательно пользоваться иллюстрациями, знакомящими детей с различными национальными костюмами, их показ должен сопровождаться рассказом об особенностях творчества данного народа. Необходимо ввести детей в мир тех образов, той музыки, под которую они будут танцевать. Плавность вальса, жизнерадостность и веселость польки и галопа, зажигательность и удаль многих народных плясовых мелодий отражаются в движениях этих танцев. Музыка сообщает движениям определенный характер, придает им соответствующую эмоциональную окраску. Важную роль играет предварительное слушание и разбор музыки танца. Музыкальное сопровождение к танцу должно быть ярким, эмоциональным, выразительным. В процессе разучивания танца нужно неоднократно возвращаться к содержанию и особенностям прослушанной музыки, помогать детям находить оттенки движения, отражающие характер музыки. Для достижения эффективности обучения необходима серьезная подготовительная работа. Важно предварительно проработать все танцевальные элементы, составляющие основу данного танца. Разучивать движения следует сначала в более медленном темпе, обращая внимание на отдельные технические трудности и исполнительские нюансы.

### ***Элементы русской народной пляски***

Русский хороводный шаг. Это плавный шаг с носка, который выполняется поочередно каждой ногой. От обычного шага он отличается большей плавностью и устремленностью. В зависимости от выразительности музыки этот шаг может приобретать и иной характер – более оживленный и задорный.

Русский переменный шаг. На «раз» – удлиненный шаг вперед правой ногой, на «и» – небольшой шаг вперед левой ногой, как бы обгоняя правую; на «два и» – небольшой шаг вперед правой ногой с носка. Затем движения повторяются с левой ноги. Переменный шаг выполняется с подчеркнутой устремленностью вперед.

Дробный шаг. Исходное положение: ступни параллельны, колени слегка согнуты. Выполняется подвижно, ритмично, на месте, на всей ступне. Притопы быстро чередуются: правой, левой, правой, левой ногой и т. д. Движение ног активное, ступни поднимаются от пола невысоко. Корпус прямой. Дробный шаг может выполняться с продвижением вперед и при кружении на месте.

Притопы. Эти движения соответствуют веселой плясовой музыке, часто передают ее ритмический рисунок. Притопы выполняются одной ногой или то одной, то другой ногой попеременно с приставлением топнувшей ноги обратно к опорной. На «раз» следует топнуть ногой впереди, на «два» – приставить ногу к ноге.

Шаг с притопом на месте осуществляется следующим образом: на «раз» делается правой ногой на месте, она ставится рядом с левой; на «два» – притоп левой ногой впереди правой, без переноса на нее тяжести тела. Акцент в этом движении падает на притоп – на счет «два». Затем движения выполняются с левой ноги.

Шаг с притопом в сторону: шаг вправо правой ногой, левая нога подводится к правой и становится на всю ступню, слегка пристукнув. Такое же движение выполняется влево с левой ноги.

Полуприседание с выставлением ноги на пятку. Исходное положение – ноги в основной стойке (пятки вместе, носки врозь). На счет «раз и» – пружинящее полуприседание, на «два и» – выпрямление, одновременно правая нога выставляется вперед на пятку, носок поднят вверх, левая остается прямой, корпус чуть откинут назад. На «раз» следующего такта одновременно с полуприседанием правая нога приставляется к левой, на «два» выставляется вперед левая нога. Полуприседание с выставлением ноги на пятку можно выполнять на прыжке.

Шаг с припаданием. Исходное положение – ноги в основной стойке. Выполняется на счет «и раз, и два». На «и» правую ногу приподнять вправо; на «раз» сделать небольшой шаг с носка на всю ступню, слегка сгибая колено; одновременно приподнять левую ногу, согнутую в колене; на «и», выпрямляя ноги, встать на носок левой ноги (позади правой), правую ногу отвести в сторону; на «два и» повторить движение. Во время движения корпус не поворачивается.

### ***Элементы парных и балльных танцев***

Боковой галоп. Разучивается на счет «раз и, два и». Движения легкие, полетные, пружинящие. На счет «раз» делается небольшой шаг с подскоком правой ноги в сторону, на «и» скользящим движением подтягивается левая нога к правой в естественную позицию. Правая нога тотчас же отводится в сторону (левая нога как бы выбивает правую в сторону). На счет «два и» следует выполнить то же, что и на счет «раз и». Затем движение начинается сначала. Таким образом танцующий продвигается вправо. Галоп можно исполнять и влево. В этом случае движение начинается с левой ноги.

Шаг польки. Исходное положение: ноги в третьей позиции, правая нога впереди. Движение выполняется на счет «и раз, и два». На «и» (затакт) сделать маленький скользящий подскок на левой ноге вперед, правую ногу слегка приподнять вперед с выпрямленным коленом и оттянутым носком. На «раз» выполнить шаг вперед правой ногой, ставя ее на низкие полупальцы. На счет «и» приставить левую ногу на низкие полупальцы позади правой в третью позицию. На счет «два» сделать шаг вперед правой ногой, ставя ее на низкие полупальцы. Левую ногу отделить от пола и, слегка согнув в колене, подвести к правой. Затем все перечисленные движения повторить, начиная с подскока на правой ноге.

Выставление ноги на пятку или на носок. Нога на пятку выставляется сильно согнутой в подъеме так, чтобы носок смотрел вверх; корпус прямой. На носок – нога слегка выставляется вперед, наискосок (по диагонали) или в сторону.

Прыжки с поочередным выбрасыванием ног вперед. Одновременно с прыжком на левой ноге правая нога приподнимается и выносится вперед (колено выпрямляется, корпус чуть откинут назад). Затем выносится вперед левая нога и т. д.

### ***Некоторые положения рук в танцах***

Руки на поясе (большой палец обращен назад).

«Подбоченившись» (кисти сжаты в кулаки, но без напряжения и поставлены на пояс).

Девочки придерживают руками юбочки (руки в локтях закруглены).

Руки свободно опущены, ладони раскрыты навстречу движению.

Руки скрещены перед грудью.

Руки разведены в стороны.

Руки убраны за спину.

**Образные упражнения и музыкальные игры** являются наиболее интересными для детей видами музыкально-ритмической деятельности. Они создают широкую возможность для развития художественно-творческих способностей у детей – проявления фантазии, выдумки, активности, инициативы. Обучение двигательным навыкам проводится в увлекательной форме. Дети изображают отдельных персонажей, отражают в соответствующих движениях повадки животных, птиц и т.д. Элемент драматизации заставляет детей перевоплощаться, находить характерные движения, жесты, мимику. В некоторых играх присутствует элемент соревнования. В образных упражнениях и играх сохраняется основной принцип ритмики: все движения должны быть органически связаны с музыкой, то есть соответствовать ее характеру и средствам музыкальной выразительности. Репертуар игр рекомендуется подбирать с учетом особенностей группы и индивидуальных качеств детей из пособий по ритмике Г. Франио, И. Лифиц, Е. Коноровой и учебных пособий серии «Посвящение Карлу Орфу» Е. Забурдяевой, Н. Карш, Н. Перуновой.

### ***Развитие творческих способностей с помощью средств элементарного музицирования***

В развитии творческих способностей детей рекомендуется опираться на педагогическую концепцию Карла Орфа, используя соответствующую пошаговую дидактику и приемы работы с движением.

На уроках ритмики из средств элементарного музицирования наиболее применимо ритмическое остинато (в речи, звучащих жестах, движении и ударных инструментах), при этом пентатоника может использоваться в качестве ладовой основы мелодий для творческих заданий с движением, а бурдон – как основа для инструментальной импровизации на ударных инструментах, в движении или ритмизованной речи.

С учетом специфики предмета основными видами творческой деятельности на уроках ритмики могут считаться: *двигательная импровизация и ритмическая импровизация*. Эти виды деятельности находятся в тесной взаимосвязи, поэтому их названия довольно условны, они могут быть тесно связаны как между собой, так и с другими видами деятельности: речью, театрализацией, танцем и др.

Под **двигательной импровизацией** подразумевается свободное движение, пластическое интонирование, движение в образе, задействование знакомых танцевальных элементов в творческих заданиях. Задания на двигательную импровизацию развивают умение ориентироваться в пространстве, крупную моторику, целостное движение, умение взаимодействовать с предметом и с партнером в танце. Важнейшим стимулом для развития двигательной импровизации является звучащая музыка, которая должна создавать предпосылки к тому или иному движению.

**Ритмическая импровизация** предполагает исполнение определенного ритма, остинато или импровизацию ритма любыми способами: звучащими жестами, ударными инструментами, голосом и др. Задания на ритмическую импровизацию могут выполняться с помощью жестов, движений отдельными частями тела или же всем телом. Отличительной особенностью ритмической импровизации является «игра ритмами» с последующим их осознанием. Задания с импровизацией и сочинением ритма хорошо подходят для коллективных творческих заданий в мелких группах.

При грамотном построении учебного процесса творческие задания с элементами импровизации и сочинения вызывают у детей интерес, создают мотивацию для самовыражения и активизируют их творческую активность.



## VI. Список рекомендуемой методической литературы

1. Алпарова Н.Н., Николаве В.А, Сусидко И.П. Музыкально-игровой материал для дошкольников и младших школьников: На лугу. М.: Владос, 1999.
2. Алпарова Н.Н., Николаве В.А, Сусидко И.П. Музыкально-игровой материал для дошкольников и младших школьников: В зимнем лесу. М.: Владос, 2002.
3. Алпарова Н.Н., Николаве В.А, Сусидко И.П. Музыкально-игровой материал для дошкольников и младших школьников: Осень золотая (в 2-х ч.). М.: Владос, 2000.
4. Андреева М.А., Конорова Е.К. Первые шаги в музыке. М.: Кифара, 1994.
5. Боровик Т.А. Звуки, ритмы и слова: Музыкально-развивающее пособие для детей. Ч. 1. Минск: Книжный дом, 1999.
6. Боровик Т.А. Таря-Маря: Коммуникативные и пальчиковые игры, координационно-подвижные игры и игровые песни для детей младшего возраста. Минск: Открытые двери, 1997.
7. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. СПб, 2000.
8. Вильковиская М.Н. Увлекательная ритмика: Учебное пособие для подготовительной группы и 1-х классов ДМШ. Самара: СамГАСА, 2000.
9. Вильковиская М.Н. Увлекательная ритмика. Ч. 2: Хрестоматия для проведения уроков по ритмике с детьми подготовительной группы и 1 класса ДМШ (машинописная рукопись). Самара, 2000.
10. Горшкова Е. В. От жеста к танцу. М.: Гном и Д, 2004.
11. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов. М.: Владос, 2000.
12. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике в I и II классах музыкальной школы. Выпуск 1. М.: Музыка, 1972.
13. Конорова Е.В. Занятия по ритмике в III и IV классах музыкальной школы. Выпуск 2. М.: Музыка, 1973.
14. Конорова Е. В. Танец и ритмика. М: Музгиз, 1960.
15. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике. Занятия по ритмике в подготовительных классах. Выпуск 1. М.: Музгиз, 1979.
16. Коренева Т.Ф. Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного, младшего и среднего школьного возраста (в 2-х ч.). М.: Владос, 2001.
17. Коренева Т.Ф. Музыкальные ритмопластические спектакли для детей дошкольного, младшего и среднего школьного возраста (в 2-х ч.). М.: Владос, 2012.
18. Коренева Т.Ф. Музыкально-ритмические задания и этюды на музыку Г. Свиридова для детей дошкольного, младшего и среднего школьного возраста. М.: Владос, 2003.
19. Орф К. Музыка для детей: русская версия: т. 1. / Сост. В. Жилин, О. Леонтьева. Челябинск: МРІ; Майнц: Schott, 2008.
20. От стихов – к музыке: Ритмическая декламация, движение и словотворчество на уроках музыки: Хрестоматия / Сост. Е.В. Жигалко. СПб.: Композитор, 2002.
21. Посвящение Карлу Орфу: Выпуск 1. «Движение и речь» / Е. Забурдяева, Н. Перунова. СПб: Невская нота, 2008.
22. Посвящение Карлу Орфу: Выпуск 2. «Поем, танцуем, играем в оркестре» / Е. Забурдяева, Н. Карш, Н. Перунова. СПб: Невская нота, 2008.

- 23.Посвящение Карлу Орфу: Выпуск 3. «Музыкальные композиции. Старинные танцы и джазовые мелодии» / Е. Забурдяева. СПб: Невская нота, 2008.
- 24.Посвящение Карлу Орфу: Выпуск 5. «Ритм. Просто о сложном» / Е. Забурдяева, Н. Карш, Н. Перунова. СПб: Невская нота, 2012.
- 25.Пустовойтова М. Б. Ритмика для детей. Учебно-методическое пособие. М.: Владос, 2008.
- 26.Руднева С., Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение. М.: Просвещение, 1972.
- 27.Русские народные песни и танцы: Для голоса, блокфлейты и Орф-инструментов. Обработ. В. Жилина. Челябинск: МРІ, 2004.
- 28.Франио Г.С. Ритмика в детской музыкальной школе, М.: Музыка, 1997.
- 29.Франио Г. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей. М.: Музыка, 1989.
- 30.Франио Г., Лифиц И. Методическое пособие по ритмике для 1-го класса музыкальной школы. М.: Музыка, 1995.
- 31.Франио Г. Методическое пособие по ритмике для 2-го класса музыкальной школы. М.: Музыка, 2005.
- 32.Чибрикова-Луговская А. Е. Ритмика. М.: Дрофа, 1998.
- 33.Щеменко А.В. Топотушки-хлопотушки: ритмика и вокальное воспитание для детей. Р-н-Д: Феникс, 2011.

### **Интернет ресурсы**

1. [horeograf.com](http://horeograf.com)
2. [balletmusic.ru](http://balletmusic.ru)
3. [pedagogic.ru/books/c0010\\_1.shtml](http://pedagogic.ru/books/c0010_1.shtml)
4. [rusorff.ru](http://rusorff.ru)

### **Аудиопособия (диски)**

1. Аудиоприложение к программе Е.В. Бурениной «Ритмическая мозаика» (4 диска).
2. Аудиохрестоматия для занятий ритмикой (составитель Е.В. Сафронова).
3. Аудиохрестоматия для занятий ритмикой (составитель И.Л. Корнеева).
4. Коммуникативные танцы и игры под музыку (составитель И.Э. Сафарова).
5. Музыка к семинару «Интеграция музыки, движения и слова». Вып. 1. (составитель В.А. Жилин).
6. Музыка к семинару «Интеграция музыки, движения и слова». Вып. 2. (составитель В.А. Жилин).
7. Старинные танцы (составитель И.Э. Сафарова).
8. Танцы для детей (музыка с семинара Т.А. Боровик).