

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Краснотурьинская детская хореографическая школа»

УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА ПО.01. УП.02.

РИТМИКА

дополнительной предпрофессиональной
программы
в области хореографического искусства
«ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ТВОРЧЕСТВО»
(для 1-2 классов)

Краснотурьинск 2026

РАССМОТРЕНО:
Педагогическим советом
МБУДО «КДХорШ»
«28» августа 20 26 г.



УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБУДО «КДХорШ»
О.А. Валеева
«28» августа 20 26 г.

Составители: Валеева Ольга Анатольевна,
преподаватель высшей квалификационной категории
МБУДО «КДХорШ»

Рецензент:

Структура программы учебного предмета

1. Пояснительная записка

- Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе;
- срок реализации учебного предмета;
- Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом МБУДО «КДХорШ» 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.

2. Содержание учебного предмета.

- Сведения о затратах учебного времени;
- Требования по годам обучения;

3. Требования к уровню подготовки обучающихся

4. Формы и методы контроля, система оценок

- Аттестация: цели, виды, форма, содержание;

5. Методическое обеспечение учебного процесса

- Методические рекомендации преподавателям;
- Музыкально-ритмические игры.

6. Список рекомендуемой методической литературы

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 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 МБУДО «КДХорШ» (далее – Школа) в первый класс в возрасте с шести лет шести месяцев до девяти лет, составляет два года.

3. Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом МБУДО «КДХорШ» на реализацию предмета «Ритмика»

Срок реализации 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. Форма проведения учебных аудиторных занятий

Мелкогрупповая (от 4 до 10 человек), групповая (от 11 человек)

Рекомендуемая продолжительность урока – 40 минут

5. Цель и задачи учебного предмета «Ритмика»

Цель:

Развитие музыкально-ритмических и двигательных 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 личностями – 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, подскоков, 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-техническая база Школы соответствует санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

В Школе созданы те необходимые материально-технические условия, которые благотворно влияют на успешную организацию образовательного и воспитательного процесса:

- наличие танцевальных залов с зеркалами, балетными станками, в каждом зале имеется музыкальный инструмент и аудиоаппаратура;
- наличие оборудованных гардеробов и раздевалок для занятий;
- наличие репетиционной и концертной одежды.

II. Содержание учебного предмета

1. Сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета «Ритмика», на максимальную, самостоятельную нагрузку обучающихся и аудиторные занятия

Срок обучения 8 лет

Таблица 3

Классы	1	2
Продолжительность учебных занятий (в неделях)	32	33
Количество часов на аудиторные занятия (в неделю)	2	2
Общее количество часов на аудиторные занятия	130	
Количество часов на самостоятельную работу в неделю	-	-
Общее количество часов на самостоятельную работу по годам	-	-
Общее количество часов на внеаудиторную (самостоятельную работу)	-	
Максимальное количество часов занятий в неделю (аудиторные и самостоятельные)	2	2
Общее максимальное количество часов на весь период обучения (аудиторные и самостоятельные)	130	
Объём времени на консультации (по годам)	2	2
Общий объём времени на консультации	130	

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.

1. Тема «Музыкальный жанр»

Умение определять жанры музыкального произведения (танец, марш)

2. Тема «Характер музыкального произведения»

Умение слушать музыку, определять ее характер (веселая, грустная, торжественная и т.д.), отражать в движении разнообразные оттенки характера музыкального произведения.

Знакомство с выразительным значением темпа музыки (медленно, быстро). Умение выполнять движения в различных темпах.

Различать разнообразные динамические оттенки в музыке (тихо, громко). Умение выполнять движение с различной силой, амплитудой в зависимости от динамических оттенков в музыке.

Различать регистры в музыке (высоко, низко). Умение менять движения в зависимости от регистра.

3. Тема «Синтаксис музыкальной речи».

Знакомство со строением музыкального произведения. Понятия: вступление, музыкальная фраза, предложение, период. Вступать после вступления, слышать начало и конец музыкальной фразы. Умение менять движение в зависимости от смены музыкальных фраз, предложений и периодов. Заканчивать упражнения на конец музыкальной фразы. Здесь можно использовать различные предметы: флажки, цветочки, мячи и т.д.

4. Тема «Метроритмическая организация музыки».

Понятие об акценте, метрической пульсации, сильные и слабые доли, пауза. Умение воспроизводить танцевальными движениями ритмические рисунки, состоящие из четвертей, восьмых, половинных, целых и шестнадцатых длительностей. Умение определять и дирижировать музыкальные размеры $2/4$ и $3/4$.

5. Тема «Музыкальная форма».

Умение определять двухчастную и трехчастную музыкальную форму. Изменять вид движения в соответствии со строением музыкального произведения.

6. Тема «Прыжки».

Умение «зависнуть» в воздухе во время прыжка, натянуть стопы, начинать прыжки из plie и заканчивать в plie. Выполнять различные виды прыжков: трамплинные, «разножку», с поджатыми ногами, «уголок». во втором полугодии – трамплинные прыжки в повороте (по усмотрению преподавателя).

7. Тема «Танцевальные движения» и «Танцевальные этюды».

- Упражнения на ориентировку в пространстве: различие правой и левой руки и ноги; построение в колонки по одному, двое, трое четверо и т.д. круг, расширение и сужение круга, построение в два, три круга. Свободное перемещение по классу с возвращением на свои места. Движение по кругу парами. Менять направления движения, рисунки, сохранение нужных интервалов.

- Различные шаги: легкие танцевальные шаги с носка из I или из III позиции, шаги с высоким подниманием бедра из IV позиции, шаги с подскоками. Шаги на полупальцах: с прямыми ногами, с высоким подниманием бедра, с отведением бедра назад, с попеременным подниманием прямых ног на 45 градусов. Шаги на пятках, шаги с перекатом. Легкий бег из IV позиции, Высокий бег из IV позиции.

- Повороты головы, наклоны и повороты корпуса, хлопки, приставные шаги и т. д.

- Движения по диагонали: подскоки, галоп (с вступлением каждой ученицы на свою музыкальную фразу), шаг польки. Соединение танцевальных движений в различные комбинации.

- Танцевальные этюды: полька, русская комбинация, игровой этюд на детскую тему (можно с использованием фонограммы), эстрадный или современный этюд.

3. Требования по годам обучения

Срок обучения 2 года

1-й год обучения

№\№	Наименование тем
1	2
<i>I</i>	<i>Основы музыкальной грамоты</i>
1.	Регистровая окраска. Понятие о звуке (низкие, средние, высокие)
2.	Характер музыки:
	- грустный, печальный и т.д.
	-веселый, задорный и т.д.
3.	Динамические оттенки:
	-громко
	-тихо
4.	Музыкальный размер
	2/4
	4/4
5.	Знакомство с длительностью звуков (ноты):
	- целая
	-половинная
	-четвертная
	-восьмая
6.	Музыкальный темп:
	- быстрый
	- медленный
	- умеренный
7.	Понятие «сильная доля»
8.	Понятие «музыкальная фраза»
<i>II</i>	<i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i>
	Нумерация точек
	- линия
	- шеренга
	- колонна
<i>III</i>	<i>Упражнения с музыкально-ритмическими предметами (по выбору преподавателя)</i>
1.	Ударные (ложки, барабаны и т.д.)
2.	Звонящие (бубен, маракасы, погремушка, бубенцы, трещотка)
<i>IV</i>	<i>Упражнения с предметами танца (по выбору преподавателя)</i>
	- упражнения с платком
	-упражнения с лентой
	- упражнения с игрушками
	- упражнения с мячами
<i>V</i>	<i>Танцевальные движения</i>
1.	Поклон
	-простой
	- поясной
2.	Шаги:
	-маршевый шаг
	- шаг с пятки
	- шаг сценический

	- шаг на высоких полупальцах с поджатой ногой назад
	-на полупальцах с высоко поднятым коленом вперед
3.	Бег:
	- сценический
	- на полупальцах
	- легкий шаг (ноги назад)
	- на месте
4.	Прыжки:
	- на месте по VI позиции
	- с продвижением вперед
	-в повороте на $\frac{1}{4}$
5.	Работа рук:
	- понятие «правая» и «левая рука»
	- положение рук на талии
	- перед грудью
	- положение рук в кулаки
6.	Позиции ног:
	- понятие «правая» и «левая» нога
	- первая позиция свободная
	-первая позиция параллельная
	-вторая позиция параллельная
7.	Работа головы
	- наклоны и повороты
8.	Движения корпуса:
	- наклоны вперед, назад и в сторону
	- с сочетанием работы головы
9.	Музыкально-ритмические упражнения:
	Притопы:
	-простой
	-двойной
	- тройной
	Хлопки:
	- хлопки в ладоши (простые)
	- хлопки в ритмическом рисунке
	-хлопки в парах с партнером
	Изучение ударов стопой в сочетании с хлопками (стоя на месте)
VI	<i>Музыкально-ритмические игры (по выбору преподавателя)</i>
	Рекомендуемые:
	- «Музыкальная шкатулка»
	-«Самолетики-вертолетики»

Основные требования к знаниям и умениям учащихся 1 года обучения:

Учащиеся должны иметь следующие знания, умения и 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 на начало и конец музыкальной фразы;

- Уметь координировать движения рук, ног, 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.

Примерные требования к контрольным урокам:

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-й год обучения

№/№	Наименование темы
1	2
<i>I</i>	<i>Основы музыкальной грамоты</i>
1.	Характер музыки:
	- торжественный, величественный и т.д.
	-игривый, шуточный и т.д.
	-задумчивый, сдержанный и т.д.
2.	Музыкальный размер:
	$\frac{3}{4}$
	$\frac{6}{8}$
3.	Жанры в музыке:
	-песня
	- танец
	-марш
4.	Знакомство с куплетной формой
5.	Музыкальный лад:
	-мажор
	- минор
6.	Музыкальные паузы (половинная, четвертная, восьмая)
7.	Музыкальные штрихи:
	-легато
	-стаккато
<i>II</i>	<i>Упражнения на ориентировку в пространстве</i>
	- диагональ
	-круг
	-два круга
	-«улитка»
	- «змейка»
<i>III</i>	<i>Упражнения с музыкально-ритмическими предметами (по выбору преподавателя)</i>
	- мяч
	- шляпа
	-мягкая игрушка

	-цветок
	другое

Основные требования к знаниям, умениям и навыкам учащихся 2 года обучения:

Учащиеся должны иметь следующие знания, умения и навыки:

- Термины: громко – тихо, высоко-низко, характер музыки (бодрый, веселый, печальный, грустный), 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 исполнять (мягкий, на полупальцах, приставной, переменный, галоп, полька);
- 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;
- Выполнять заданными движениями ритмический рисунок;
- 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 контрольным урокам:

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

III. Требования к уровню подготовки обучающихся.

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

- Знание 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;
- Представления о длительности нот в соотношении с танцевальными шагами;
- Умение согласовывать движения со строением музыкального произведения;
- Навыки длительного воспроизведения ритмических движений;
- 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 аттестацию обучающихся.

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

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

Оценка	Критерии оценки 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.

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 фотоматериалов, 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:

- Ознакомление детей с новыми упражнениями, пляской, хороводом или игрой;
- Создание целостного впечатления о музыке и движении;
- Разучивание движений.

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, продолжаются

- 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

Примерные упражнения

«Грибочки».

Задание – выделение сильных и слабых долей, выделение восьмых и четвертей.

Музыкальный размер 2/4.

Исходное положение: дети сидят в четырех колонках. Руки на воображаемых шляпках. Головы опущены.

1-я фраза. Дети встают по - очереди на заранее заданные педагогом такты. На последний такт фразы встает весь класс.

2-я фраза. 1-я колонка топают на четверти; 2-я колонка исполняет наклон вперед на сильную долю, поднимается на слабую; 3-я колонка поворачиваются вокруг себя, топая восьмые длительности. (в точки 3,5,7,1, класса по 4 раза); 4-я колонка хлопают слабые доли.

3-я и 4-я фразы. Учащиеся выполняют до - за – до 2 раза, топая на восьмые длительности.

5-я фраза. 1-я и 4-я колонки хлопают четверти, в это время 2-я и 3-я колонки меняются местами, топая восьмые длительности.

6-я фраза. 1-я и 4-я колонки обходят 2-ю и 3-ю колонки соответственно, топая при этом восьмые длительности. 3-я и 2-я колонки в это время хлопают четверти.

7-я фраза. Учащиеся выполняют полуприседания вправо и влево на слабые доли.

8-я фраза. Каждая колонка садится в исходное положение по – очереди на заданную педагогом сильную долю.

«Лошадки»

Задание – выполнение ритмического рисунка мелодии танцевальными движениями.

Музыкальный размер 2/ 4.

Исходное положение, Дети по парам в двух группах: в т. 4 и в т. 6 класса.

1-я фраза. 1-е выполняют бег с высоким коленом по диагонали, выполняя при этом ритмический рисунок.

2-я фраза. 2-е выполняют то же самое.

3-я фраза. 1-е топают ритмический рисунок.

4-я фраза. 2-е топают ритмический рисунок.

5-я фраза. 1-е бегут с высоким коленом на две колонки, выполняя при этом ритмический рисунок.

6-я фраза. 2-е то же самое.

7-я фраза. Все вместе топают ритмический рисунок на месте.

8-я фраза. 1-й и 2-й такт – бегут с высоким коленом по точкам класса, выполняя ритмический рисунок. 3-й и 4-й такты хлопают ритмический рисунок.

«Птички».

Задание – выполнение ритмического рисунка танцевальными движениями; выделение сильных и слабых долей, затакта; выделение длительностей.

Музыкальный размер 2/ 4.

Исходное положение: учащиеся делятся на три группы:

I – Орлы

II – Чайки.

III - Воробьи.

Сидят на коленях в трех кружках, голова опущена.

Вступление – спят.

1 –й период «просыпаются»:

1 -4 такты – I – е на половинные длительности.

5-8 такты – II – е на четверти.

9-12 такты – III – е на восьмые.

13-16 такты – все вместе «машут крыльями», но I – е на половинные, II – е на четверти, III – е на восьмые.

2 –й период – «клюют зернышки»:

1-4 такты – I –е на затакт

5-8 такты II –е на сильные доли

9-12 такты – III – е на слабые доли

13-16 такты – все вместе продолжают на свои доли.

3-й период встают на ноги по одной или по двое (в зависимости от того, сколько человек в кружочке), одновременно хлопая в ладоши.

1-4 такты – III –е на затакт с хлопком

5-8 такты – I –е на сильную долю

9-12 такты – II – е на слабую долю

13-16 такты – На полупальцах выходят в общий круг, но I – е идут по восьмым, II – е идут по половинным, III – е идут по четвертям.

4-й период:

1-2 такты – все вместе идут на полупальцах в общий маленький круг по восьмым

3-4 такты – все вместе «клюют зернышки» по четвертям.

5-6 такты – все вместе на полупальцах выходят в большой общий круг по восьмым.

7-8 такты – «клюют зернышки» по четвертям.

9-12 такты - через одного – 1-е чирикают на затакт, прыгают на сильную долю, 2-е прыгают на затакт, чирикают на сильную долю.

13-16 такты – 2 –е чирикают на затакт, прыгают на сильную долю; 1 –е прыгают на затакт, чирикают на сильную долю.

«Цыплята»

Задание – выделение четвертей и восьмых.

Музыкальный размер 2/4.

Исходное положение: учащиеся делятся на три группы и строятся в линии по периметру класса у трех стен.

Делятся через одного.

1-е предложение.

1-2 такты – 1-е поднимают «крылышки» на четверти, 2-е идут в круг на четверти.

3-4 такты – 2 –е поднимают «крылышки» на четверти, 2 –е идут в круг на четверти. Образуют 2 круга (один внутри другого).

5-6 такты. 1 –е идут по кругу по линии танца на восьмые. 2 –е против линии танца на восьмые.

7-8 такты – 1-е идут против линии танца по восьмым, 2 –е по линии танца по восьмым.

2 –е предложение.

1-2 такты – 1 –е поднимают «крылышки» на четверти; 2 –е идут в общий круг на четверти.

3-4 такты – все вместе на полупальцах по восьмым поворачиваются спиной в круг

5-8 такты - идут на свои места в линии по четвертям и восьмым по заданию преподавателя.

«Мухоморы»

Задание – выполнение ритмического рисунка танцевальными движениями; выделение тактов, сильных и слабых долей; выделение длительностей.

Музыкальный размер 2/4.

Исходное положение: учащиеся сидят в grand plie по парам в произвольных точках класса.

1 –я фраза.

1 – 4 такты – Поднимаются по - очереди на начало каждого такта по заданию преподавателя.

2 –я фраза.

1 -2 такты – на четверти ставят ногу на каблук

3-й такт – топают на восьмые

4-й такт – наклон корпуса вперед на половинную.

3-я фраза.

1 – 2 такты – 1-е шаг в сторону на сильные доли, 2-е шаг в сторону на слабые доли (шагают друг от друга)

3-4 такты – расходятся в три круга на восьмые.

3 –я фраза.

1-2 такты – 1-е топают четверти, 2-е хлопают восьмые, 3-е наклоняют корпус вперед на половинные.

3-4 такты. 1-е хлопают восьмые, 2-е наклоняют корпус вперед на половинные, 3-е топают четверти.

4 – я фраза.

1 – такты – все вместе хлопают ритмический рисунок мелодии.

«Куклы»

Задание – выделение сильных и слабых долей, выделение длительностей

Музыкальный размер 2/4.

Исходное положение: Учащиеся стоят в четырех колонках, ноги во II позиции руки опущены и сильно вытянуты.

1-е предложение.

1-4 такты – *plie* на четверти.

5-8 такты – на восьмые сгибают поочередно руки в локтях.

2-е предложение.

1-4 такты – повороты головы на сильную долю.

5-8 такты – наклоны корпуса вперед на слабые доли.

3-е предложение.

1-4 такты – на четверти поворачиваются в пары лицом друг к другу.

5-6 такты – хлопают по коленям на восьмые.

7-8 такты – на сильные доли наклоняют голову вперед.

4-е предложение.

1-4 такты – на четверти меняются местами.

5-6 такты – хлопают по коленям на восьмые.

7-8 такты – на половинные наклоны друг к другу.

«Снежинки»

Задание – выделение длительностей и сильных и слабых долей.

Музыкальный размер 3/4.

Исходное положение: учащиеся делятся на четыре группы, начинают идти по диагоналям из четырех точек класса (2, 4, 6, 8).

1-й период.

1-4 такты – 1-е на полупальцах по диагонали идут в центр класса на восьмые. До конца периода идут по своему кружочку по четвертям.

5-8 такты – 2-е то же самое по своей диагонали и по своему кружку.

9-12 такты – 3-е то же самое

13-14 такты 4-е выходят по диагонали в центр на полупальцах.

15-16 такты - все выстраиваются в общий круг.

2-й период.

Рассчитываются в круге на 1-х и 2-х.

1-4 такты – 1-е идут в маленький круг на слабые доли, 2-е хлопают сильные доли.

5-8 такты – меняются заданием.

9-12 такты - садятся в *plie* на сильные доли все вместе.

13-16 такты – расходятся на колонки по восьмым.

3-й период.

1-8 такты – на восьмые длительности делают шаги вперед, одновременно хлопая сильную долю.

9-16 такты - шагают назад на слабые доли, одновременно хлопая восьмые длительности.

«Гномы»

Задание – выполнение дирижерской схемы; Выполнение ритмического рисунка танцевальными движениями; выделение сильных и слабых долей; выделение длительностей.

Музыкальный размер 2/4. Рекомендованный музыкальный материал – Э. Григ «Пер Гюнт», «В пещере Горного короля».

Исходное положение – учащиеся делятся на две группы. 1-я группа стоит в кружочке во 2-й точке класса, 2-я группа в 6 точке класса.

1-я фраза.

1-я группа:

1-4 такты – ноги поочередно на каблук на четверти.

5-6 такты – 8 притопов на восьмые.

7-8 такты – наклон корпуса вперед на половинную.

2-я фраза –

1-е повторяют то же самое.

В это время солист от вторых начинает движение:

1-4 такты – солист делает 4 шага по диагонали в центр класса на сильные доли

5-6 такты – на половинные наклон корпуса в сторону 1-х .

7 такт – на четверти пожимает плечами.

8 такт – на половинную машет рукой (зовет 2-х к себе).

3-я фраза.

1-е: 1-4 такты – идут по своему кругу на четверти.

5-8 такты – расходятся в колонку на четверти.

2-е: 1-4 такты – 2 шага на сильную долю, 4 шага по четвертям

5-8 такты – 2 шага на сильную долю, 4 шага на четверти, выстраиваясь в колонку лицом к первым.

3-я фраза.

1-4 такт – 1-е дирижируют.

5-8 такт – 2-е дирижируют

4-я фраза.

1-4 такт – 1-е хлопают ритмический рисунок.

5-8 такт – 2-е хлопают ритмический рисунок .

5-я фраза.

1-4 такты – идут друг к другу на сильные доли.

5-й такт – раскрывают руки в стороны на сильную долю.

6-й такт – обнимают друг друга на сильную долю.

7-й такт – обнявшись, кружатся вокруг себя на восьмые.

8-й такт – на последнюю долю закончить в финальной позе: одна рука на поясе, второй обнимают друг друга за плечи, противоположные ноги на каблуке.

«Осенние листья»

Задание – выполнение дирижерской схемы; выделение слабых и сильных долей; выделение длительностей; выполнение ритмического рисунка танцевальными движениями.

Музыкальный размер $\frac{3}{4}$.

Исходное положение: Дети делятся на четыре группы, строятся в линии в четные точки класса.

1-я фраза.

1-2 такты – стоящие в диагоналях первые дирижируют

3-4 такты – идут вперед на четверти.

2-я фраза

1-2 такт 2-е дирижируют.

3 такт – идут вперед по четвертям

4 такт – хлопают сильные доли.

2 –е: 1-4 такты - хлопают сильные доли.

3-я фраза.

1-4 такты – 1-е идут по кругу по восьмым; 2-е хлопают четверти.

4-я фраза.

1-4 такты – 1-е хлопают четверти; 2-е идут по кругу по восьмым.

5-я фраза.

Поворачиваются друг к другу лицом.

1-4 такты – все вместе дирижируют.

6-я фраза.

1-4 такты – 1-е хлопают сильные доли; 2-е хлопают слабые доли.

7-я фраза.

1-4 такты – 1-е хлопают слабые доли; 2-е хлопают сильные доли.

8-я фраза.

1-й такт – идут друг к другу на четверти.

2-й такт – поворачиваются вокруг себя на полупальцах по восьмым.

3-4 такты – хлопают ритмический рисунок.

«Мазурка»

Задание – выполнение дирижерской схемы; выделение длительностей и пунктирного ритма.

Музыкальный размер 3/4. Рекомендованный музыкальный материал: Монюшко С. Мазурка из оперы «Галька».

Упражнение рекомендовано для второго года обучения.

Исходное положение: Дети стоят в двух концентрических кругах. 1-е большой круг, 2-е – маленький круг – стоят лицом к 1-м.

1-й период.

2-е:

1-6 такты – дирижируют.

7-8 такты – идут шагом с носка на четверти на места первых и одновременно дирижируют.

1-е:

1-3 такты – хлопают ритмический рисунок

4-й такт – идут шагом с носка по четвертям по кругу.

5-й такт – топают четверти

6-й такт – идут шагом с носка на четверти в круг

7-й такт - топают четверти

8-й такт – идут шагом с носка на четверти в круг.

2-й период.

1-е и вторые меняются заданием на 6 тактов.

7-й такт – выделяют ритмический рисунок, хлопая четверть и топя восьмые.

8-й такт хлопают ритмический рисунок.

3-й период.

1-й такт – лицом друг к другу топают восьмые и хлопают четверти, выделяя ритмический рисунок.

2-й такт – шагом с носка на четверти выстраиваются спинами.

3-й такт – хлопками выделяют ритмический рисунок

4-й такт – на четверти два шага каждый в свою сторону. На паузу – руки на пояс.

«Королевские собачки»

Задание – выполнение дирижерской схемы; выделение слабых и сильных долей; выделение длительностей; выделение ритмического рисунка танцевальными движениями.

Музыкальный размер 2/4.

Исходное положение: дети стоят в четырех колонках близко друг к другу и задней стены класса.

1-я фраза.

1-4 такты – каждая линия, вступая через один такт, шагают вперед на четверти, при этом немного расходясь друг от друга.

2-я фраза.

1-4 такты – выставляют правую ногу вперед и назад:

1-я и 4-я колонки на половинные длительности;

2-я колонка – на четверти;

3-я колонка – на восьмые.

3-я фраза.

1-2 такты – поворот направо, шагая на восьмые длительности.

3-4 такты – поворот налево, шагая на восьмые длительности. Выполняют все вместе.

4-я фраза.

1-4 такты – 1-е и 3-е делают шаги на сильные доли ко 2-м и 4-м. 2-е и 4-е делают шаги к 1-м и 2-м на слабые доли.

5-я фраза

1-4 такт – дирижируют 1-е и 3-е.

6-я фраза

1-4 такты – дирижируют 2-е и 4-е.

7-я фраза.

1-4 такты – все вместе отходят на четверти назад.

8-я фраза.

1-4 такты – хлопают ритмический рисунок.

«Треугольник»

Задание – выполнение дирижерской схемы; выделение сильных и слабых долей; выделение длительностей и затакта; выполнение ритмического рисунка танцевальными движениями.

Музыкальный размер $\frac{3}{4}$.

Исходное положение – дети стоят в центре класса в рисунке «треугольник». Левая диагональ – 1-е, правая диагональ – 2-е, линия посередине – 3-е.

1-й период.

1-4 такты – все вместе дирижируют.

5-8 такты – 1-е хлопают восьмые до конца периода (остальные продолжают дирижировать)

9-12 такты – 2-е хлопают четверти до конца периода (третьи в это время продолжают дирижировать)

13-16 такты – 3-е хлопают затакт.

3-е предложение.

1-2 такты – расходятся в круг на восьмые.

3-4 такты – выстраиваются в пары на восьмые.

5-6 такты – 1-е обходят вторых на четверти.

7-8 такты – 2-е обходят первых на четверти.

4-е предложение.

1-8 такты – идут по кругу. 1-е на сильную долю шагают, слабые доли хлопают; 2-е сильную долю хлопают на слабые шагают.

3-й период.

1-16 такты – все вместе хлопают ритмический рисунок.

«Гавот»

Задание – выполнение дирижерской схемы; выделение длительностей; выполнение ритмического рисунка мелодии и аккомпанемента.

Музыкальный размер 4/4. Рекомендуемый музыкальный материал Корелли «Гавот».

Исходное положение – дети стоят по кругу, заранее распределившись на 1-х и 2-х.

1-й такт – 2-е дирижируют, 1-е на четверти идут в круг.

2-й такт – все вместе хлопают восьмые

3- 4 такты – 1-е идут по четвертям, одновременно дирижируя, 2-е идут по восьмым, одновременно дирижируя.

5-й такт – меняются местами на четверти.

6-й такт – хлопают восьмые все вместе.

7-й такт – 1-е поворачиваются вокруг себя на полупальцах по восьмым, 2-е дирижируют.

8-й такт – первые хлопают ритмический рисунок мелодии, 2-е хлопают ритмический рисунок аккомпанемента.

Упражнение на двухголосие.

Задание – выполнение ритмического рисунка полифонической фактуры.

Музыкальный размер 4/4.

Исходное положение – дети стоят в двух колонках: 1-я колонка – 1-й голос, 2-я колонка – 2-й голос.

1-й голос.

1-й такт – восьмые хлопают, четверть шагают.

2-й такт – восьмые хлопают, четверти шагают.

3-й такт – хлопают восьмые

4-й такт – на четверть шаг в сторону, восьмые хлопают, половинную хлопают над головой.

2-й голос.

1-й такт – на четверти шагают, восьмые хлопают.

2-й такт – четверти – шагают, восьмые хлопают, четверть – шаг.

3-4 такты – на четверти шагают вокруг себя на половинную хлопают над головой.

Повторяют все еще 4 такта.

На последнюю четверть 1-е делают шаг в точку 1.

VI. Список рекомендуемой методической литературы.

1. Бекина С. И. и др. Музыка и движение (упражнения, игры и пляски для детей 6-7 лет): из опыта работы муз. Руководителей дет. садов/Авт.-сост.: С. И. Бекина, Т. П. Ломова, Е. Н. Соковнина. - М.: Просвещение, 1984.
2. Почтарева Е. Ю. Музыкально-ритмическое воспитание на уроках хореографии. Упражнения, игры, этюды. Методическое пособие для занятий по ритмике с учащимися 1-2 классов. – Екатеринбург, 1999.
3. Франио Г. С. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей. – М., «Советский композитор», 1989.
4. Шушкина З. К. Ритмика. – М.: «Музыка», 1986.
5. Яновская В. Е. Ритмика. – М.: «Музыка», 1979.