

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
"Детская школа искусств" станицы Ессентукской

**Программа  
по дополнительной  
общеразвивающей программе в области  
хореографического искусства  
«Основы хореографического искусства»**

**Учебный предмет ПО. 01 УП. 01**

**РИТМИКА**

**ст. Ессентукская  
2017 г.**

«Рассмотрено»  
Методическим советом  
МБУДО ДШИ ст.Ессентукской  
«28» декабря 2017 г. Протокол №6

«Утверждаю»  
Директор МБУДО ДШИ  
ст.Ессентукской  
(Т.В.Швидунова)  
Ф.И.О.  
подпись  
«28» декабря 2017 г.



Разработчик: Дегтярева Елена Петровна, преподаватель МБУДО «Детская школа искусств» ст.Ессентукской

Рецензент: Линева Инта Вячеславовна, преподаватель МБУДО «Детская школа искусств» ст.Ессентукской

Рецензент: Швидунова Татьяна Павловна, преподаватель МБУДО «Детская школа искусств» ст.Ессентукской

## **Структура программы учебного предмета**

### **I. Пояснительная записка**

- Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе;
- Срок реализации учебного предмета;
- Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию учебного предмета;
- Форма проведения учебных аудиторных занятий;
- Цель и задачи учебного предмета;
- Обоснование структуры программы учебного предмета;
- Методы обучения;
- Описание материально-технических условий реализации учебного предмета.

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

- Сведения о затратах учебного времени;
- Содержание разделов;
- Требования по годам обучения.

### **III. Требования к уровню подготовки обучающихся**

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

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

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

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

### **VI. Список литературы и средств обучения**

- Список рекомендуемой методической литературы;
- Интернет ресурсы

## **I. Пояснительная записка**

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

Программа учебного предмета «Ритмика» разработана на основе и с учетом рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств, рекомендованной Министерством культуры Российской Федерации и является частью дополнительной общеразвивающей программы в области хореографического искусства «Основы хореографического искусства».

На занятиях по учебному предмету «Ритмика» 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 «Постановка концертных номеров».

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

Срок освоения программы «Ритмика» для детей, поступивших в образовательное учреждение в первый класс в возрасте с 5 до 6 лет, составляет 1 год.

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

#### **Срок реализации учебного предмета «Ритмика» 1 год.**

Классы/количество часов	1 класс
	Количество часов
Количество часов на аудиторную нагрузку в год	36
Недельная аудиторная нагрузка	1

#### **4. Форма проведения учебных аудиторных занятий:**

Мелкогрупповая (от 4 до 10 человек). Рекомендуемая продолжительность урока – академический час.

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

##### **Цель:**

• развитие музыкально-ритмических и двигательных способностей обучающихся через овладение основами музыкально-ритмической культуры.

##### **Задачи:**

- овладение основами музыкальной грамоты;
- формирование танцевальных умений и навыков в соответствии с программными требованиями;
- воспитание важнейших психофизических качеств, двигательного аппарата в сочетании с моральными и волевыми качествами личности – силы, выносливости, ловкости, быстроты, координации;
- развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности;
- приобщение к здоровому образу жизни;
- формирование правильной осанки;
- развитие творческих способностей;

- развитие темпо- ритмической памяти обучающихся.

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

Обоснованием структуры программы являются рекомендации по организации образовательной деятельности, отражающие все аспекты работы преподавателя с обучаемым.

Программа содержит следующие разделы:

- сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета;
- распределение учебного материала ;
- описание дидактических единиц учебного предмета;
- требования к уровню подготовки обучающихся;
- формы и методы контроля, система оценок;
- методическое обеспечение учебного процесса.

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

## **7. Методы обучения**

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

### **1. Наглядный**

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

Исполнение музыки должно сопровождаться показом. Показ движения нужно заранее хорошо продумать: сравнительно легко продемонстрировать действия отдельных персонажей-образов и намного сложнее развернуть сюжет игры или различные хороводные построения.

### **2. Словесный**

Беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение, рассказ, напоминание, оценка и т. д. Этот метод широко применяется в процессе обучения ритмике как самостоятельный, так и в сочетании с наглядным и практическим методами.

Применение его своеобразно тем, что состоит в выборе отдельных приемов и в дозировке их в зависимости от формы занятий и возраста детей.

Так, к образно-сюжетному рассказу чаще прибегают при разучивании игры (особенно в младшей группе); к объяснению, напоминанию— в упражнениях, танцах.

### **3. Практический**

При использовании практического метода (многократное выполнение конкретного музыкально-ритмического движения) особенно важно предварительно «отрабатывать» в подводящих, подготовительных упражнениях элементы бега, поскоков, подпрыгиваний, манипуляций с предметами и т.д., а затем уже включать их в игры, пляски и хороводы.

Предложенные методы работы являются наиболее продуктивными при реализации поставленных целей и задач учебного предмета и основаны на проверенных методиках и сложившихся традициях в хореографическом образовании.

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

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

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

- наличие танцевального зала ;
- наличие оборудованных гардеробов и раздевалок для занятий;

- наличие концертного зала;
- наличие концертной одежды.

## **II. Содержание учебного предмета**

### **1. Сведения о затратах учебного времени**

#### **Срок обучения 1 год.**

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

#### **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 обучающегося.

#### **Первый раздел «Основы музыкальной грамоты»**

Главная цель - научить ребенка слушать и слышать музыку и эмоционально откликаться на нее. Умение слышать музыку и понимать музыкальный язык развивается в разных видах деятельности - пении, движении под музыку, исполнительской деятельности. Обучающиеся усваивают понятия "ритм", "счет", "размер" и узнают, , при этом дети овладевают навыками различения понятий «вступление» и «основная часть, тема», что позволяет ребенку вступать в танец с начала музыкальной фразы.

#### **Второй раздел «Упражнения на ориентировку в пространстве»**

Основан на обучении ребенка ориентироваться на танцевальной площадке , с легкостью перестраиваться из рисунка в рисунок, работая сообща в коллективе детей. Умение овладевать разнообразными рисунками танца в дальнейшем позволяет ребенку свободно чувствовать себя на сцене.

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

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

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

Более насыщенно, интересно и разнообразно позволяет донести до ребенка предмет «ритмика и танец». Дети развивают моторику рук и координацию движения. Эти навыки необходимы для подготовки ребенка к более сложным изучением движений и комбинаций. С использованием данных предметов у детей расширяются познания в области музыкального и хореографического искусства, а также успешно развивается память, мышление, ловкость и сноровка. Дети учатся через предмет выражать свои эмоции, действия на площадке. Преподаватель в соответствии с возрастными особенностями подбирает тот или иной предмет и разучивает упражнения.

#### **Пятый раздел «Танцевальные движения»**

Является основой данного курса и подготовкой к последующим большим выступлениям ребенка на сцене. В ритмике используются несложные элементы народных плясок, хороводов, которые составляют основу современных детских композиций.

### **Шестой раздел «Музыкально-ритмические игры»**

Данный раздел включает важные и неотъемлемые для полноценного развития ребенка задачи. Форма игры создает условия для раскрытия эмоционального мира каждого ребенка и усвоения им необходимых знаний, понятий, формирования навыков в обстановке эмоционального комфорта. В процессе игры создаются условия для общения детей в паре, в группе, проявляются личностные качества, а педагог в процессе игры имеет возможность корректировать отношения между детьми, активизировать творческую деятельность группы, создавать условия для наиболее полного проявления каждого ребенка в рамках заданных правил.

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

#### **Срок обучения 1год .**

№	Наименование тем
<b>I.</b>	<b>Основы музыкальной грамоты</b>
1)	Регистровая окраска. Понятие о звуке (низкие, средние и высокие)
2)	Характер музыки: - грустный, печальный ,игривый ,шутливый - веселый, задорный , торжественный
3)	Динамические оттенки: -громко -тихо
4)	Музыкальный размер: 2/4
5)	Знакомство с длительностью звуков (ноты): -целая -половинная -четвертная
6)	Музыкальный темп: -быстрый -медленный -умеренный
<b>II.</b>	<b>Упражнения на ориентировку в пространстве</b>
	Нумерация точек: -линия ; - круг ; -колонна
<b>III.</b>	<b>Упражнения с музыкально-ритмическими предметами (по выбору преподавателя)</b>
1)	- ударные (ложки, барабан и т.д.),
2)	- звенящие (бубен, погремушка)
<b>IV.</b>	<b>Танцевальные движения</b>
1)	Поклон: -простой
2)	Шаги: - маршевый шаг

	- шаг с пятки
	- шаг сценический, хороводный
	- шаг на высоких полу пальцах
3)	Бег:
	- сценический, на полу пальцах
	- "жете" на месте и с продвижением, вперед
4)	Прыжки:
	- на месте по VI позиции
	- с продвижением вперед
	- повороте на 1/4
5)	Работа рук:
	- понятие «правая» и «левая рука»
	- положение рук на талии
	- за юбку
6)	Позиции ног:
	- понятие «правая» и «левая нога»
	- VI поз.ног
7)	Работа головы:
	- наклоны и повороты
8)	Па галопа:
	- боковой
9)	Музыкально-ритмические упражнения
	Притопы:
	-простой
	Хлопки :
	- хлопки в ладоши (простые)
	- хлопки в парах с партнером
VI.	<b>Музыкально - ритмические игры (по выбору преподавателя)</b>
	Рекомендуемые:
	- «Музыкальная шкатулка». "Мыши и мышеловка"
	- «Самолетики- вертолетики »
	Контрольные уроки

**Основные требования к знаниям и умениям обучающихся 1 года обучения:**

Обучающиеся должны иметь следующие знания, умения, навыки:

- определять характер музыки словами (грустный, веселый);
- уметь грамотно исполнять движения;
- выполнять основные движения упражнений с предметами и без них под музыку преимущественно на 2/4
- начинать и заканчивать движение вместе с музыкой;
- уметь ориентироваться в пространстве - 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;

**Примерные требования к контрольным урокам:**

За время обучения обучающиеся 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.

#### **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 обучающихся 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 созданы фонды оценочных средств, которые включают в себя методы контроля, позволяющие оценить приобретенные знания, умения и навыки.

##### **Критерии оценки качества исполнения**

Оценка	Критерии оценивания выступления
5 («отлично»)	технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения
4 («хорошо»)	отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном)
3 («удовлетворительно»)	исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики исполнения изученных движений и т.д.
2 («неудовлетворительно»)	комплекс недостатков, являющийся следствием отсутствия регулярных аудиторных занятий, а также интереса к ним, невыполнение программных требований

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

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

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

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

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

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

- принципа доступности, который требует, чтобы перед обучаемым ставились посильные задачи. В противном случае у обучающихся снижается интерес к занятиям. От преподавателя требуется постоянное и тщательное изучение способностей обучающегося, 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 обучающихся.

Процесс обучения музыкально - ритмическим движениям включает три этапа.

**На первом этапе ставятся задачи:**

- ознакомления детей с новым упражнением, детским танцем, игрой;
- создания целостного впечатления о музыке и движении;
- разучивания движения.

Методика обучения состоит в следующем: педагог прослушивает вместе с детьми музыкальное произведение, раскрывает его характер, образы и показывает музыкально-ритмическое движение, стремясь пробудить в детях желание разучить его. Показ должен быть точным, эмоциональным и целостным.

**На втором этапе задачи расширяются, продолжают:**

- углубленное разучивание музыкально-ритмического движения,
- уточнение его элементов и создание целостного образа, настроения музыкального произведения.

Педагог дает необходимые разъяснения, напоминает последовательность действий, своевременно, доброжелательно оценивает достижения детей.

**Задача третьего этапа** заключается в том, чтобы закрепить представления о музыке и движении, поощряя детей самостоятельно выполнять разученные движения.

Методика закрепления и совершенствования музыкально-ритмического движения нацелена на работу над его качеством. Преподаватель, напоминая последовательность, используя образные сравнения, отмечая удачное исполнение, создает условия для эмоционального выполнения детьми музыкально-ритмических движений.

## **2. Музыкально-ритмические игры**

### **1) «Музыкальная шкатулка»**

**Описание:**

Дети стоят спиной в круг, в центре круга – один из детей, у которого в руках музыкальный инструмент. По указанию преподавателя он начинает играть на инструменте, а остальные дети слушают его. Затем определяют, что за инструмент прозвучал. Кто угадал, становится в круг, и преподаватель дает ему новый инструмент и игра продолжается заново.

**Игра развивает:**

музыкальный слух, при прослушивании музыки музыкального инструмента; чувство ритма, когда ребенок исполняет игру на инструменте в разнообразном ритмическом рисунке;

быстроту мышления, чтобы первым определить и стать лидером.

### **2) «Самолетики – вертолетики»**

**Описание:**

Дети делятся на две команды с одноименными игре названиями.

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

Игра развивает:

умение владеть танцевальной площадкой;

быстроту движений, реакцию;

музыкальный слух;

память, так как ребенок запоминает задание и исполняет его спустя некоторое время.

### **3) «Мыши и мышеловка»**

Описание:

Дети становятся в один общий круг, держась за руки. Далее по команде преподавателя они производят расчет на «первый», «второй» (это делается затем, чтобы дети и преподаватель могли определить, кто будет являться «мышками», а кто – «мышеловкой»). Далее все участники, являющиеся «первыми», делают шаг в круг и смыкают его, взяв друг друга за руки, образуя замкнутую «мышеловку». А «вторые», т.е. «мышки» становятся за пределы «мышеловки».

Начинается игра. Звучит музыка. На вступление «мыши» еще не двигаются и только потом, когда зазвучала основная мелодия «мыши» пробегают посередине «мышеловки» и проскакивают в воротца, которые образуют игроки «мышеловки», подняв сцепленные руки вверх. Как только музыка обрывается, игроки «мышеловки» опускают руки и закрывают «мышеловку». Оставшиеся «мышки» внутри, считаются пойманными. Они становятся в общий круг, присоединятся к «мышеловке». Игра продолжается. Можно провести игру 3-4 раза. А затем поменять игроков местами. «Вторые» становятся «мышеловкой», а «первые» - мышками.

Игра развивает и учит:

координацию движения ребенка;

умение ориентироваться в пространстве;

формировать рисунок танца – круг;

коллективной работе, находясь в роли «мышеловки»;

развивает музыкальность (так как начало и окончание движения связано с музыкой).

### **4) «Поезд»**

Описание:

Все занимающиеся стоят в начерченных на полу кружочках (кружочков должно быть на один меньше, чем играющих). Одна участница изображает паровоз: он выезжает из депо (руки согнуты, пальцы крепко сжаты в кулачки). Выполняется дробный, топаящий шаг по кругу. Звучит текст:

Чух-чух, чух

Пыхчу, ворчу,

Стоять на месте не хочу,

Колёсами стучу, верчу,

Садитесь скорее, прокачу!

Все, к кому приближается водящий, должны следовать за поездом, изображая вагончики, и выполнять те же движения, что и водящий. Когда поезд составлен, звучит музыка и поезд набирает ход. Как только музыка прекращается, все играющие занимают кружочки. Тот, кому кружочка не хватает, становится водящим. Игру можно продолжить, предложить детям выйти из вагончиков и погулять по лесу и т.д.

Игра развивает :

быстроту мышления и реакцию;  
умение ориентироваться в пространстве;  
умение повторять данное (новое) движение за водящим;  
коммуникабельность;  
коллективную сплоченность;

#### **VI. Список литературы и средств обучения**

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. М., 2000.
2. Бекина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движение. Упражнения, игры, пляски для детей 6-7 лет. Часть 1 и Часть 2. М., 1981.
3. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. СПб, 2000 .
4. Горшкова Е. В. От жеста к танцу. М.: Издательство «Гном и Д», 2004.
5. Играем с начала. Гимнастика, ритмика, танец. М., 2007.
6. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов. М, 2000.
7. Климов А. Основы русского народного танца. М., Издательство «Московского государственного института культуры», 1994.
8. Лифиц И. Франио Г. Методическое пособие по ритмике. М., 1987.
9. Пустовойтова М.Б. Ритмика для детей. Учебно-методическое пособие. М., Гуманитарный издательский центр «ВЛАДОС», 2008.
10. Программы для хореографических школ искусств. Составитель – Бахтов С. М., М., 1984.

#### **Интернет ресурсы**

1. <http://piruet.info>
2. <http://www.monlo.ru/time2>
3. [www. psychlib.ru](http://www.psychlib.ru)
4. [www. horeograf.com](http://www.horeograf.com)
5. [www.balletmusic.ru](http://www.balletmusic.ru)
6. <http://pedagogic.ru>
7. <http://spo.1september.ru>
8. <http://www.fizkultura-vsem.ru>
9. <http://www.rambler.ru/>