

Управление культуры, спорта и молодежной политики администрации города Кемерово  
Муниципальное автономное образовательное учреждение  
дополнительного образования  
«Детская школа искусств №15»

Дополнительная предпрофессиональная общеобразовательная  
программа в области театрального искусства  
«Искусство театра»

Предметная область  
ПО.01. ТЕАТРАЛЬНОЕ ИСПОЛНИТЕЛЬСКОЕ ИСКУССТВО

программа по учебному предмету  
**ПО.01.УП.05.**  
**«Ритмика»**

2019

Одобрено:

Методическим советом ДШИ № 15

протокол № 1

от 28.08.19г.

председатель МС

Утверждаю:

Директор ДШИ № 15

Мамзер Н. О.

2019 г.



Рекомендована:

хореографической методической секцией ДШИ № 15

протокол № 1

от 19.08.19г.

Разработчик:

Ушакова Н.В., преподаватель хореографических дисциплин ДШИ №15

# Структура программы учебного предмета

<b>I. Пояснительная записка.....</b>	<b>3</b>
1.1.Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе.....	3
1.2.Срок реализации учебного предмета.....	3
1.3.Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом на реализацию предмета «Ритмика» .....	4
1.4. Форма проведения учебных аудиторных занятий.....	4
1.5. Цель и задачи учебного предмета.....	4
1.6. Обоснование структуры программы учебного предмета.....	5
1.7. Методы обучения.....	5
1.8. Описание материально-технических условий реализации учебного предмета.....	6
1.9.Связь учебного предмета «Ритмика» с другими предметами учебного плана.....	7
<b>II. Содержание учебного предмета.....</b>	<b>7</b>
2.1. Сведения о затратах учебного времени.....	7
2.2. Учебно-тематический план.....	8
2.3. Годовые требования по классам.....	13
<b>III. Требования к уровню подготовки учащихся.....</b>	<b>16</b>
<b>IV. Формы и методы контроля, система оценок.....</b>	<b>16</b>
4.1. Аттестация: цели, виды, форма, содержание.....	16
4.2. Критерии оценки.....	17
<b>V. Методическое обеспечение учебного процесса.....</b>	<b>18</b>
5.1. Методические рекомендации преподавателям.....	18
5.2. Примерный рекомендуемый набор упражнений.....	20
<b>VI. Список рекомендуемой методической литературы.....</b>	<b>26</b>

## **I. Пояснительная записка**

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

Программа учебного предмета «Ритмика» разработана на основе и с учетом федеральных государственных требований (далее – ФГТ) к дополнительной общеобразовательной предпрофессиональной программе (далее – ДОПП) в области театрального искусства «Театральное искусство» и на основе примерной программы учебного предмета («Ритмика». Разработчики: В. В. Быченкова, О. В. Савинкова, Москва, 2012). Также, при составлении данной программы был учтён многолетний опыт преподавательской работы с учащимися театрального отделения ДШИ №15.

На занятиях по ритмике происходит непосредственное и всестороннее развитие ребенка на основе гармоничного сочетания музыкального, двигательного, физического и интеллектуального развития. Уроки ритмики развивают такие музыкальные данные как слух, память, ритм, способствуют выявлению творческих задатков обучающихся, знакомят с теоретическими основами музыкального искусства. Дети получают возможность самовыражения через музыкально-игровую деятельность.

Музыкально-ритмические движения являются синтетическим видом деятельности, следовательно, программа «Ритмика», основанная на движениях под музыку, развивает музыкальный слух, и двигательные способности, а также те психические процессы, которые лежат в их основе.

Изучение предмета «Ритмика» тесно связано с изучением предметов «Танец», «Слушание музыки и музыкальная грамота».

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

Срок освоения программы для детей, поступивших в образовательное учреждение в 1 класс в возрасте от шести лет шести месяцев до девяти лет, составляет 2 года (с 1 по 2 класс).

### 1.3. Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом на реализацию предмета «Ритмика»

Срок реализации учебного предмета 2 года (срок обучения – 8 (9) лет)

Классы/количество часов	1 класс	2 класс
Максимальная нагрузка	69	
Количество часов на аудиторную нагрузку	32	33
Недельная аудиторная нагрузка	1	1
Консультации (часов в год)	2	2

**1.4. Форма проведения учебных аудиторных занятий:** мелкогрупповая (от 4 до 10 человек), продолжительность урока – 40 минут.

Мелкогрупповая форма позволяет преподавателю лучше узнать учеников, их возможности, трудоспособность, эмоционально-психологические особенности.

### 1.5. Цель и задачи учебного предмета «Ритмика»

*Цель:*

- развитие музыкально-ритмических и двигательно-танцевальных способностей учащихся через овладение основами музыкально-ритмической культуры.

*Задачи:*

- обучить основам музыкальной грамоты;
- сформировать умение передавать характер и образное содержание музыки в ритмически организованных движениях;
- освоить двигательные навыки, способствующие развитию координации движения;
- воспитать внимание, выносливость и исполнительность;
- приобщить к здоровому образу жизни; сформировать правильную осанку;
- развить творческую индивидуальность ребёнка через образное восприятие музыки и способность к двигательной импровизации;
- развить музыкальные способности: музыкальную память и метроритмическое чувство.

### 1.6. Обоснование структуры программы учебного предмета «Ритмика»

Обоснованием структуры программы являются ФГТ, отражающие все аспекты работы преподавателя с обучающимся.

Программа содержит следующие разделы:

- сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета;
- учебно-тематический план;
- сведения о затратах учебного времени;
- годовые требования по классам;
- требования к уровню подготовки обучающихся;
- формы и методы контроля, система оценок;
- методическое обеспечение учебного процесса.

В соответствии с данными разделами строится основная часть программы.

### **1.7. Методы обучения**

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

- методы организации учебной деятельности (словесный, наглядный, практический);
- метод стимулирования и мотивации (формирование интереса ребенка);
- метод активного обучения (формирование творческих способностей ребенка);
- репродуктивный метод (неоднократное воспроизведение полученных знаний, умений, навыков);
- эвристический метод (нахождение оптимальных вариантов исполнения).

Предложенные методы работы по ритмике в рамках предпрофессиональной образовательной программы являются наиболее продуктивными при решении дидактических задач и основаны на проверенных методиках и многолетнем опыте.

### **1.8. Описание материально-технических условий реализации учебного предмета «Ритмика»**

Материально-техническая база МАОУДО «Детская школа искусств № 15» соответствует санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

В школе есть необходимый для реализации программы «Ритмика» перечень учебных аудиторий, специализированных кабинетов и материально-технического обеспечения, которые включает в себя:

- балетные залы площадью не менее 40 кв. м (на 12-14 обучающихся), имеющие пригодное для танца напольное покрытие (деревянный пол или специализированное пластиковое (линолеумное) покрытие), зеркала размером 7 м x 2 м на одной стене;
- наличие музыкального инструмента (рояль, фортепиано) в балетном классе;
- учебные аудитории для групповых, мелкогрупповых и индивидуальных занятий;
- помещения для работы со специализированными материалами (фонотека, видеотека);
- раздевалку для обучающихся и преподавателей.

В образовательном учреждении созданы условия для содержания, своевременного обслуживания и ремонта музыкальных инструментов, содержания, обслуживания и ремонта балетных залов, костюмерной.

### **1.9. Связь учебного предмета «Ритмика» с другими предметами учебного плана**

Изучение предмета «Ритмика» тесно связано с изучением предмета «Слушание музыки и музыкальная грамота» своим 1 разделом «Основы музыкальной грамоты», где обучающиеся узнают о взаимосвязи музыки и танца. Также существует большая связь предмета «Ритмика» с предметом «Танец», так как именно на уроках «Ритмики» начинается работа над осанкой, над позициями рук и ног, над проученными движениями, из которых будет складываться сам танец.

## **II. Содержание учебного предмета "Ритмика"**

### **2.1. Сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета «Ритмика»**

Срок реализации учебного предмета 2 года (срок обучения – 8 (9) лет)

Классы	1 класс	2 класс
Продолжительность учебных занятий (в неделях)	32	33
Количество часов на аудиторские занятия (в неделю)	1	1
Количество часов на аудиторские занятия (в год)	32	33
Общее максимальное количество часов	65	

Срок реализации учебного предмета 1 года (срок обучения – 5 (6) лет)

Классы	2 класс
Продолжительность учебных занятий (в неделях)	33
Количество часов на аудиторские занятия (в неделю)	1
Количество часов на аудиторские занятия (в год)	33
Общее максимальное количество часов	33

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

## 2.2. Учебно-тематический план

Срок реализации учебного предмета 2 года

### 1 год обучения

№	Наименование раздела, темы	Вид учебного занятия	Общий объем времени (в часах)		
			Максимальная учебная нагрузка	Самостоятельная работа	Аудиторские занятия
	<b>1. Основы музыкальной грамоты</b>				
1.1	Регистровая окраска. Понятие о звуке (низкие, средние, высокие)	урок	2	-	2



1.2	Определение характера, темпа, строения музыкального произведения и передача их в движении.	урок	2	-	2
1.3	Динамические оттенки (громко, тихо) и передача их в движении	урок	2	-	2
1.4	Музыкальный размер 2/4, 4/4	урок	1	-	1
1.5	Музыкальный темп (быстрый, медленный, умеренный)	урок	2	-	2
1.6	Понятие «сильная» и «слабая» доля	урок	1	-	1
	<b>2. Упражнения на ориентировку в пространстве</b>				
2.1	Нумерация точек. Линия. Шеренга. Колонна	урок	2	-	2
2.2	Круг. Квадрат. Диагональ	урок	2	-	2
	<b>3. Упражнения с предметами</b>				
3.1	Упражнения с платком	урок	1	-	1
3.2	Упражнения с мячом	урок	1	-	1
	<b>4. Танцевальные движения</b>				
4.1	Поклон	урок	1	-	1
4.2	Виды шагов	урок	2	-	2
4.3	Виды бега	урок	2	-	2
4.4	Прыжки по 2 и 6 позициям	урок	1	-	1
4.5	Работа рук	урок	1	-	1
4.6	Упражнения для ног	урок	1	-	1

4.7	Работа головы, шеи и плеч	урок	1	-	1
4.8	Движения корпуса	урок	2	-	2
4.9	Музыкально-ритмические упражнения	урок	2	-	2
	<b>5. Музыкально-ритмические игры</b>				
5.1	«Солдатики», Догонялки» и др.	урок	1	-	1
5.2	Контрольный урок	урок	2	-	2
	<b>Максимальная учебная нагрузка</b>		<b>32</b>	-	<b>32</b>

## 2 год обучения

№	Наименование раздела, темы	Вид учебного занятия	Общий объем времени (в часах)		
			Максимальная учебная нагрузка	Самостоятельная работа	Аудиторные занятия
	<b>1. Основы музыкальной грамоты</b>				
1.1	Характер музыки: торжественный, радостный, печальный и т.д.	урок	2	-	2
1.2	Музыкальный размер (2/4, 4/4, 3/4, 6/8)	урок	2	-	2
1.3	Жанры в музыке: песня, танец, марш	урок	1	-	1
1.4	Понятия «такт» и «затакт»	урок	1	-	1

1.5	Понятия «мотив», «музыкальная фраза» «предложение»	урок	1	-	1
1.6	Музыкальные паузы: половинная, четвертная, восьмая	урок	2	-	2
	<b>2. Упражнения на ориентировку в пространстве</b>				
2.1	Круг, «змейка», «улитка», «звездочка»	урок	2	-	2
2.2	«Шен», «до-за-до»	урок	2	-	2
	<b>3. Упражнения с предметами</b>				
3.1	Упражнения с лентой	урок	1	-	1
3.2	Упражнения со скакалкой	урок	1	-	1
	<b>4. Танцевальные движения</b>				
4.1	Поклон	урок	1	-	1
4.2	Виды шагов	урок	2	-	2
4.3	Виды бега	урок	2	-	2
4.4	Прыжки в повороте, «разножка», «поджатый»	урок	2	-	2
4.5	Позиции рук	урок	1	-	1
4.6	Позиции ног	урок	1	-	1
4.7	Приседания	урок	1	-	1
4.8	«Ковырялочка»	урок	2	-	2
4.9	Музыкально-ритмические упражнения	урок	3	-	3
	<b>5. Музыкально-ритмические игры</b>				

5.1	«Собери фигуру», «Танец Розы» и др.	урок	1	-	1
	Контрольный урок		2	-	2
	<b>Максимальная учебная нагрузка</b>		<b>33</b>	-	<b>33</b>

Срок реализации учебного предмета 1 год

### 1 год обучения

№	Наименование раздела, темы	Вид учебного занятия	Общий объем времени (в часах)		
			Максимальная учебная нагрузка	Самостоятельная работа	Аудиторные занятия
	<b>1. Основы музыкальной грамоты</b>				
1.1	Характер музыки: торжественный, радостный, печальный и т.д.	урок	2	-	2
1.2	Музыкальный размер (2/4, 4/4, 3/4, 6/8)	урок	2	-	2
1.3	Жанры в музыке: песня, танец, марш	урок	1	-	1
1.4	Понятия: «сильная и слабая доля», «такт» и «затакт».	урок	1	-	1
1.5	Понятия «мотив», «музыкальная фраза» «предложение»	урок	1	-	1
1.6	Музыкальные паузы: половинная, четвертная, восьмая	урок	2	-	2
	<b>2. Упражнения на ориентировку в пространстве</b>				
2.1	Круг, «змейка», «улитка», «звездочка»	урок	2	-	2
2.2	«Шен», «до-за-до»	урок	2	-	2

	<b>3. Упражнения с предметами</b>				
3.1	Упражнения с лентой	урок	1	-	1
3.2	Упражнения со скакалкой	урок	1	-	1
	<b>4. Танцевальные движения</b>				
4.1	Поклон	урок	1	-	1
4.2	Виды шагов	урок	2	-	2
4.3	Виды бега	урок	2	-	2
4.4	Прыжки в повороте, «разножка», «поджатый»	урок	2	-	2
4.5	Позиции рук	урок	1	-	1
4.6	Позиции ног	урок	1	-	1
4.7	Приседания	урок	1	-	1
4.8	«Ковырялочка»	урок	2	-	2
4.9	Музыкально-ритмические упражнения	урок	3	-	3
	<b>5. Музыкально-ритмические игры</b>				
5.1	«Собери фигуру», «Танец Розы» и др.	урок	1	-	1
	Контрольный урок		2	-	2
	<b>Максимальная учебная нагрузка</b>		<b>33</b>	<b>-</b>	<b>33</b>

### 2.3. Годовые требования по классам

В данной программе весь материал систематизирован в разделы, которые взаимосвязаны друг с другом, что позволяет достичь необходимых результатов в комплексном развитии обучающихся.

### *Раздел 1. Основы музыкальной грамоты*

Главная цель раздела – 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, что музыка состоит из тактов и музыкальных фраз, при этом дети овладевают понятиями «вступление», «основная часть», «тема», что позволяет вступать в танце с начала музыкальной фразы.

### *Раздел 2. Упражнения на ориентировку в пространстве*

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

### *Раздел 3. Упражнения с предметами танца*

Обучающиеся развивают моторику рук и координацию движений. Эти навыки необходимы для подготовки к более сложным движениям и комбинациям. С использованием предметов у обучающихся 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.

### *Раздел 4. Танцевальные движения*

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

## *Раздел 5. Музыкально-ритмические игры*

Данный раздел включает важные и неотъемлемые для полноценного развития обучающегося 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. Преподаватель 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.

### **Учащиеся по окончании 1 года обучения должны:**

- определять характер музыки словами (спокойный, плавный и т.д.);
- правильно определять сильную долю в музыкальном произведении;
- уметь грамотно исполнять движения;
- выполнять основные движения упражнений под музыку на 2/4 и 4/4;
- начинать и заканчивать движение вместе с музыкой;
- соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
- уметь координировать движения рук, ног, головы при ходьбе, беге, галопе; ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций в разных направлениях, не сужая круг и не сходя с его линии; уметь ориентироваться в пространстве: выполнять повороты, двигаясь по линии танца;
- четко определять направление движения (вправо, влево);
- уметь свободно держать корпус, голову и руки в тех или иных положениях;
- уметь работать в паре и синхронизировать движения.
- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами.

### **По окончании 2 года обучающиеся должны:**

- знать музыкальные термины (темп, размер, длительность, сильная доля, фраза и др.);
- знать названия общеразвивающих упражнений, пройденных в течение двух лет обучения;

- знать названия простых танцевальных шагов, уметь правильно их исполнить;
- выполнять основные движения упражнений с предметами и без них под музыку в изученных размерах;
- правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка; отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз;
- уметь танцевать в ансамбле;
- уметь правильно ориентироваться на сценической площадке;
- четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на смену характера (размера, темпа) музыки, уметь замечать свои ошибки и ошибки других учащихся.

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

Уровень подготовки обучающихся является результатом освоения программы учебного предмета «Ритмика» и предполагает формирование комплекса знаний, умений и навыков, таких, как:

- знание основных понятий, связанных с метром и ритмом, темпом и динамикой в музыке;
- знание понятий лада в музыке и умение отображать ладовую окраску в танцевальных движениях;
- первичные знания о музыкальном синтаксисе, простых музыкальных формах;
- представление о длительности нот в соотношении с танцевальными шагами;
- умение согласовывать движения со строением музыкального произведения;
- навыки сочетания музыкально-ритмических упражнений с танцевальными движениями.

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

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



Оценка качества освоения учебного предмета "Ритмика" включает в себя текущий контроль успеваемости и промежуточную аттестацию учащихся в конце каждого учебного года. **Текущий** контроль успеваемости учащихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет, направлен на поддержание учебной дисциплины, выявление отношения к предмету, имеет воспитательные цели, может носить стимулирующий характер. Текущий контроль осуществляется регулярно преподавателем, оценки выставляются в журнал и дневник учащегося. При оценивании учитывается:

- отношение обучающегося к занятиям, его старания и прилежность;
- качество выполнения предложенных заданий;
- инициативность и проявление самостоятельности на уроке;
- темпы продвижения.

На основании результатов текущего контроля выводятся оценки за полугодие. Особой формой текущего контроля является контрольный урок, который проводится преподавателем, ведущим предмет без присутствия комиссии.

Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных уроков в конце 1, 2 и 3 полугодий и зачёта по окончании второго года обучения. Контрольные уроки и зачет в рамках промежуточной аттестации проводятся в форме просмотра в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет. По завершении изучения предмета "Ритмика" по итогам промежуточной аттестации (зачёта) обучающимся выставляется оценка, которая заносится в свидетельство об окончании образовательного учреждения.

#### **4.2. Критерии оценки**

По итогам просмотра на контрольном уроке, зачете выставляется оценка по пятибалльной шкале:

Оценка	Критерии оценивания выступления
--------	---------------------------------

5 («отлично»)	Технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения
4 («хорошо»)	Оценка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном смысле)
3 («удовлетворительно»)	Исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненные движения, слабая техническая подготовка, отсутствие свободы исполнения и т.д.
2 («неудовлетворительно»)	Комплекс серьезных недостатков, являющийся следствием нерегулярного посещения 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.

При выведении итоговой оценки учитывается следующее:

- оценка годовой работы обучающегося;
- оценка на зачете.

Оценки выставляются по окончании каждого полугодия учебного года.

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

### **5.1. Методические рекомендации преподавателям**

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

- принципа сознательности и активности, который предусматривает 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 обучающимся ставились посильные задачи. В противном случае у учеников снижается интерес к занятиям. От преподавателя требуется постоянное и тщательное изучение способностей обучающихся, 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 в себя три этапа.

На первом этапе ставятся задачи: ознакомление детей с новым упражнением, пляской, хороводом или игрой; создание целостного впечатления о музыке и движении; разучивании движения. Преподаватель 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: углубленное разучивание музыкально-ритмического движения; уточнение его элементов и создание целостного образа, настроения музыкального произведения. Преподаватель дает необходимые разъяснения, напоминает последовательность действий, доброжелательно оценивает достижения детей.

Задача третьего этапа заключается в закреплении представления о музыке и движении, поощрении обучающихся к самостоятельному выполнению разученных движений.

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.

## **5.2. Примерный рекомендуемый набор упражнений**

### **1 класс**

#### *Раздел 1. Основы музыкальной грамоты*

1. Понятие о звуке (низкие, средние, высокие)
2. Определение характера музыки и отражение в движении разнообразных оттенков характера музыкального произведения (веселый, спокойный, грустный, веселый, торжественный). Использование образных упражнений: «Дождь и солнце», «Арлекин и Пьеро».
3. Понятие о динамике (*forte*, *piano*). Знакомство с динамическими контрастами в связи со смысловым содержанием музыкального произведения. Выполнение движений с различной амплитудой и силой мышечного напряжения в зависимости от динамических оттенков. Использование образных упражнений: «Ветер и ветерок», «Лес шумит».
4. Знакомство с музыкальными размерами 2/4, 4/4.
5. Понятие о музыкальных темпах. Классификация музыкальных темпов: медленный, быстрый, умеренный. Выполнение движений в различных темпах: переход из одного темпа в другой, ускорение и замедление заданного темпа.
6. Понятие сильных и слабых долей. Упражнения на акцентирование «сильной» первой доли такта притом ноги, хлопком в ладоши, прыжком

#### *Раздел 2. Упражнения на ориентировку в пространстве*

1. Определение точек класса.

2. Виды рисунков танца: линия, шеренга, колонна, круг, квадрат, диагональ. Ходьба по центру зала и перестроения в диагональные линии из угла в угол
3. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два, по четыре. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Свободное размещение в классе с последующим возвращением в колонну, шеренгу, квадрат.

### Раздел 3. Упражнения с предметами танца

1. Упражнения с платком: взмахи платком вверх на сильную долю, подбрасывание и ловля платка, передача платка партнеру.
2. Упражнения с мячом: набивание мяча об пол, броски мяча вверх, перекаты мяча по телу, работа в паре – броски партнеру, перекаты мяча по полу друг другу.

### Раздел 4. Танцевальные движения

1. Разучивание простого поклона.
2. Различные виды шагов: маршевый шаг, шаг сценический, шаг на полупальцах, шаг на полупальцах с высоко поднятым коленом.
3. Различные виды бега: сценический, на полупальцах, бег с высоко поднятыми коленями, бег с захлестом голени назад, боковой галоп, подскоки.
4. Прыжки на месте по 6 позиции, с продвижением вперед, в повороте на 1/4, прыжки на одной ноге, подскоки, перескоки с одной ноги на другую с отведением работающей ноги на носок или пятку вперед.
5. Работа рук: понятие «правая» и «левая» рука, положение рук на талии, перед грудью, разведение в стороны, круговые движения «мельница».
6. Упражнения для ног: полуприседания, подъем на полупальцы, подъем согнутой в колени ноги, разворот согнутой в колени ноги, выпады вперед и в сторону, 6 позиция ног и первая свободная.
7. Работа головы, шеи и плеч: наклоны головы вперед, назад и в стороны, круговые движения головой, вытягивание шеи вперед и в стороны, подъем и опускание плеч, круговые движения плечами.

8. Движения корпуса: наклоны вперед и в стороны, перегибы назад, круговые движения в поясе, смещение корпуса от талии в стороны, повороты корпуса «пилка».
9. Музыкально-ритмические упражнения: притопы (простой, двойной, тройной), хлопки в ладоши простые, в ритмическом рисунке, в парах с партнером, удары стопой в сочетании с хлопками.

#### Раздел 5. Музыкально-ритмические игры

##### «Солдатики»

Дети лежат на спине на гимнастических ковриках, изображая «неподвижных солдатиков». Под музыку «солдатики» «оживают», двигают руками и ногами в хаотичном порядке. Когда музыка заканчивается «солдатики» замирают, педагог ходит и проверяет, чтобы руки и ноги детей были «деревянными» в натянутом и не подвижном состоянии. Игра повторяется 3-5 раз.

##### «Догонялки»

Под музыку(2/4) дети одновременно выполняют движение рук и ног. Исходная позиция: 6 позиция ног, руки «по швам».

- *раз* - прыжок, ноги раскрыть в сторону (2 поз.), правая рука на поясе;
- *два* – прыжок, ноги собрать вместе(6 поз), левая рука на пояс;
- *три* – прыжок, ноги раскрыть в сторону, правая рука на правое плечо;
- *четыре* – прыжок, ноги собрать вместе, левая рука на левое плечо;
- *пять* – прыжок, ноги раскрыть в сторону, правая рука прямая вверх;
- *шесть* - прыжок, ноги собрать вместе, левая рука прямая вверх;
- *семь* - прыжок по 6 позиции, хлопок руками над головой;
- *восемь* - прыжок по 6 позиции, хлопок руками над головой.

Все повторяется в обратном порядке.

##### «Печатная машинка»

Под музыку(2/4) дети одновременно выполняют движение рук и ног. Исходная позиция: 6 позиция ног, руки на поясе.

- *раз* - прыжок, ноги во 2 позицию, колени согнуты;

- *два* - удар руками по коленям;
- *три* - щелчок руками по сторонам;
- *четыре* - хлопок в ладоши перед грудью.

Все повторяется в обратном порядке.

## 2 класс

### *Раздел 1. Основы музыкальной грамоты*

1. Определение характера музыки и отражение в движении разнообразных оттенков характера музыкального произведения (торжественный, радостный, печальный, задумчивый). Использование образных упражнений «Несмеяна и Емеля» и др.
2. Знакомство с музыкальными размерами 2/4, 3/4, 4/4, 6/8.
3. Понятие о трех музыкальных жанрах: песня, танец, марш. Представления об особенностях марша, танцевальных жанров: вальс, полька, мазурка, полонез. Музыкальный материал: Ю. Богословский. Марш. Обработка Римского-Корсакова «Заплетись плетень», П. Чайковский. Марш из балета «Лебединое озеро», Ф. Шуберт. Вальс.
4. Понятие о «такте» и «затакте». Затактовые построения. Н. Раков «Полька», Д. Шостакович «Гавот», Л. Бетховен Вариации.
5. Строение музыкального произведения. Понятия «мотив», «музыкальная фраза», «предложение». Смена движений в зависимости от смены музыкальных частей, фраз. Законченность мелодии и танцевального движения. Понятие о музыкальном вступлении и исходном положении танцующего.
6. Понятие о длительностях (целые, половинные, четвертные, восьмые). Воспроизведение длительностей нот движениями:
  - целая нота - полное приседание, круговое движение в поясе и др.;
  - половинная нота - полуприседание, круговое движение головой и др.;
  - четвертная нота - шаг, подскок, прыжок и т.д.,
  - восьмая нота - различные виды беговых шагов.

### *Раздел 2. Упражнения на ориентировку в пространстве*

1. Перестроение из одного круга в две колонны, перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их, перестроение из троек и четверок в кружочки и «звездочки», перестроение из большого круга в большую «звезду». Заведение из круга в «змейку» и «улитку».
2. «Шен» в линии и по кругу, до-за-до в парах.

### *Раздел 3. Упражнения с предметами танца*

1. Упражнения с лентой: лицевые и боковые махи; лицевые, боковые и горизонтальные круги; «спирали»; «змейки»; бег через горизонтальную «змейку»; «восьмерки».
2. Упражнения со скакалкой: прыжки через скакалку на двух ногах, на одной ноге, со сменой ног; вращения скакалкой двумя руками с правого и левого бока; «восьмерки» скакалкой; держа один конец скакалки, броском вперед поймать второй конец другой рукой.

### *Раздел 4. Танцевальные движения*

1. Поклон реверанс.
2. Виды шагов: переменный, мелкий шаг (хороводный), приставной шаг с приседанием, приставной шаг с притопом, шаг польки.
3. Виды бега: стремительный, с отбрасыванием прямых ног назад и вперед
4. Прыжки: «разножка», с поджатыми ногами, в повороте на  $\frac{1}{2}$ , прыжок из 6 позиции во 2 и обратно, «мячик».
5. Позиции рук: 1,2,3 позиции и подготовительное положение рук.
6. Позиции ног: 1 и 2 свободные, 3 позиции ног.
7. Приседания: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением.
8. «Ковырялочка» с тройным притопом
9. Музыкально-ритмические упражнения: упражнения на координацию движений. Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочередные хлопки над головой, на груди, перед



собой, справа, слева, на голени. Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов.

#### Раздел 5. Музыкально-ритмические игры

##### **«Собери фигуру»**

Под весёлую музыку (2/4) дети движутся по всему залу, заданным движением (подскоками, галопами, бег и т.п.), когда музыка прекращается дети должны все вместе построить заданную педагогом фигуру (прямую линию, круг, колонну, диагональ, квадрат, треугольник). Игра продолжается до 5-6 раз.

##### **«Танец розы»**

Под мелодию вальса из балета П. И. Чайковского «Щелкунчик» исполняется этюд на развитие пластики рук, изображающий танец розы. Обучающиеся сами импровизируют движения. Внезапно музыка прекращается – это порыв северного ветра, он «заморозил прекрасную розу». Обучающиеся застывают в любой, придуманной ими позе. Чем богаче воображение, тем интересней движения танца и застывшая поза.

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

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. [Текст] / Барышникова Т. –М.: Айрис-пресс, 2000. – 256с.
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. [Текст] / Бекина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. – М.: Просвещение, 1981. – 143с.

3. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. [Текст] / Буренина А.И. – СПб.: ЛОИРО, 2000. – 220с.
4. Бурмистрова И., Силаева К. Школа танца для юных. [Текст] / Бурмистрова И., Силаева К. – СПб.: Эксмо, 2003. –240с.
5. Горшкова Е. С. От жеста к танцу. [Текст] / Горшкова Е. С.– М.: Изд-во «Гном и Д», 2004. – 144с
6. Конорова Е.В. Играем с начала. Гимнастика, ритмика, танец. Методическое пособие по ритмике в 1 и 2 классах музыкальной школы. [Текст] / Конорова Е.В. – М.: Изд-во «Музыка», 2007
7. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике в I и II классах музыкальной школы. Выпуск 1. [Текст] / Конорова Е.В. – М.: Изд-во «Музыка», 1972. – 116с.
8. Конорова Е.В. Занятия по ритмике в III и IV классах музыкальной школы. Выпуск 2. [Текст] / Конорова Е.В. – М.: Изд-во «Музыка», 1973. – 136с
9. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов. [Текст] / Колодницкий Г.А. – М.: Гном-Пресс, 2000. – 64с
- 10.Лифиц И., Франио Г. Методическое пособие по ритмике. [Текст] / Лифиц И., Франио Г. – М.: Изд-во «Музыка», 1987. – 22с.
- 11.Пустовойтова М.Б. Ритмика для детей. Учебно-методическое пособие. [Текст] / Пустовойтова М.Б. – М.: Гуманитарный издательский центр «ВЛАДОС», 2008. – 184с.
- 12.Руднева С., Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение. [Текст] / Руднева С., Фиш Э. – М.: Просвещение, 1972. – 332с.
- 13.Чибрикова-Луговская А.Е. Ритмика. [Текст] / Чибрикова-Луговская А.Е. – М.: Издательский дом «Дрофа», 1998. – 104с.

### **Интернет ресурсы**

1. <http://www.monlo.ru/time2>
2. [www.psychlib.ru](http://www.psychlib.ru)

3. [www.horeograf.com](http://www.horeograf.com)
4. [www.balletmusic.ru](http://www.balletmusic.ru)
5. <http://pedagogic.ru>
6. <http://www.rambler.ru/>
7. <http://www.maam.ru/detskijasad/integrirovannaja-programa-po-ritmicheskomu-razvitiyu.html>
8. <http://musstudent.ru/biblio/88-metodika/154-g-s-franio-ritmika-v-detskoi-muzykalnoi-shkole.html>
9. <http://www.maam.ru/detskijasad/integrirovannaja-programa-po-ritmicheskomu-razvitiyu.html>