

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного образования  
«Бокситогорская детская школа искусств»

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
«ПОДГОТОВКА ДЕТЕЙ К ОБУЧЕНИЮ В ШКОЛЕ  
ИСКУССТВ»**

**ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА  
«Ритмика»**

Срок реализации учебной программы 1 год  
/Возраст детей от 6-18 лет/

г. Бокситогорск

2024

Разработана в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Приказом Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», письмом Министерства культуры Российской Федерации от 21 ноября 2013 года №191-01-39/06-ГИ «Рекомендации по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств в детских школах искусств по видам искусств», дополнена письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 №09-3242 2 «О направлении информации» вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ», а также в соответствии с учебными планами МБОУ ДО «Бокситогорская детская школа искусств».

<b>Принято:</b> Педагогическим советом Протокол №5 от 30.08.2024г.	<b>Утверждено:</b> Приказом МБОУ ДО «Бокситогорская детская школа искусств» № 35 от 30.08.2024г.
--	---

**Разработчик:**

Полина Ольга Александровна, преподаватель высшей квалификационной категории МБОУ ДО «БДШИ».

## Структура программы учебного предмета

### I. Пояснительная записка

- *Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе*
- *Цель и задачи учебного предмета*
- *Актуальность*
- *Возраст детей*
- *Срок реализации учебного предмета*
- *Сведения о затратах учебного времени*
- *Форма проведения учебных аудиторных занятий*
- *Структура программы учебного предмета*
- *Методы обучения*
- *Описание материально-технических условий реализации учебного предмета*

### II. Содержание учебного предмета

- *Учебно-тематический план*
- *Годовые требования*

### III. Требования к уровню подготовки учащихся

### IV. Формы и методы контроля

### V. Методическое обеспечение учебного процесса

### VI. Список литературы

- *Методическая литература*
- *Используемая литература*

## **I. Пояснительная записка**

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

Дополнительная общеразвивающая образовательная программа, художественной направленности, учебного предмета «Ритмика» разработана на основе «Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств», направленных письмом Министерства культуры Российской Федерации от 21. 11. 2013 №191-01-39/06-ГИ, а также с учетом многолетнего педагогического опыта в области вокального исполнительства в детских школах искусств.

Программа учебного предмета «Ритмика» разработана на основе «Программы для подготовительных классов хореографических отделений музыкальных школ и школ искусств», составитель Сердюков В.П., 1981 год, а также с учетом многолетнего педагогического опыта в области хореографического искусства в детских школах искусств.

Программа направлена на приобретение детьми знаний, умений и навыков в области хореографического искусства, получение ими художественного образования, а также на обеспечение духовно-нравственного, гражданско-патриотического воспитания обучающихся, формирование и развитие творческих способностей, удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в интеллектуальном, нравственном, художественно-эстетическом развитии и физическом совершенствовании.

Хореография - вид искусства, в котором художественные образы создаются средствами пластических движений и ритмически чёткой и непрерывной смены выразительных положений человеческого тела.

На уроке танца в детской школе искусств учащиеся знакомятся с простейшими танцевальными шагами, рисунками танца, упражнениями на ориентировку в пространстве, элементами классического и народного танцев,

исполняют хореографические этюды и передают в движении образное содержание музыки.

Учебный предмет «Ритмика» является начальным звеном в хореографическом образовании и служит подготовительным этапом для дальнейшего предпрофессионального обучения.

В подготовительном классе учащиеся должны получить первоначальную хореографическую подготовку для дальнейшего обучения. Основными задачами подготовительных классов является усвоение основ правильной постановки корпуса, ног, рук, головы, общее физическое развитие, формирование осанки учащихся, развитие общей музыкальности, чувства ритма, формирование основных двигательных качеств и навыков, необходимых для занятий классическим, народно-сценическим и историко-бытовым танцем.

**Направленность** программы учебного предмета «Ритмика» - художественная.

**Целью** учебного предмета «Ритмика» является приобщение детей к танцевальному искусству, приобретение базовых знаний, умений, навыков исполнительства в области хореографического искусства с учетом возрастных особенностей детей.

**Задачи учебного предмета:**

- воспитание интереса к танцевальному искусству;
- расширение кругозора, образно-художественного восприятия мира;
- приобретение детьми первоначальной хореографической подготовки;
- развитие двигательно-танцевальных способностей;
- развитие музыкальных способностей: слуха, ритма, памяти и музыкальности;
- развитие творческого воображения, фантазии, активности;
- воспитание чувства ответственности;
- развитие координации движений;
- развитие пластичности, свободы движений;

- формирование правильной осанки;
- физическое развитие учащихся.

**Актуальность:** Хореография позволяет развить ребенка как физически, так и музыкально. Дошкольный возраст является наиболее важным для формирования двигательных навыков и физических качеств, так как в этот период наиболее интенсивно развиваются все органы и системы. Кроме того, приобщение детей к искусству танца позволяет не только постичь эстетику движения, но и способствует решению одной из важнейших проблем эстетического воспитания дошкольников – приобщению их к богатству танцевального и музыкального народного творчества.

**Возраст обучающихся:** от 6 до 18 лет

**Сроки реализации учебного предмета:** 1 год

При реализации программы учебного предмета «Ритмика» со сроком обучения 1 год продолжительность учебных занятий составляет 34 недели в год.

**Сведения о затратах учебного времени учебного предмета «Ритмика»:**

Вид учебной работы, нагрузки, аттестации	Затраты учебного времени		Всего часов
	1		
Годы обучения	1		
Полугодия	1	2	
Количество недель	16	18	
Аудиторные занятия	32	36	68
Самостоятельная работа	16	18	34
Максимальная учебная нагрузка	32	36	102

Общая трудоемкость учебного предмета «Ритмика» при сроке обучения 1 год составляет 102 часа. Из них: 68 часов – аудиторные занятия, 34 часа – самостоятельная работа.

*Самостоятельная работа* учащихся включает в себя такие виды внеаудиторной работы, как: выполнение домашнего задания, посещение учреждений культуры (филармоний, театров, концертных залов, музеев и др.), участие обучающихся в творческих мероприятиях и культурно-просветительской деятельности образовательного учреждения.

*Форма обучения:* очная

***Форма организации учебного процесса:*** групповая

***Структура программы:***

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 учащихся;
- формы и методы контроля;
- методическое обеспечение учебного процесса.

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

***Методы обучения:***

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета 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 и навыков).

**Описание материально-технических условий реализации предмета:**

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

Учебные аудитории для групповых занятий по учебному предмету «Танец» оборудованы балетными станками, зеркалами, для проведения занятий необходим музыкальный инструмент.

## II. Содержание учебного предмета

**Учебно-тематический план:**

№ п/п	Наименование тем и разделов	Количество уроков
	<b>Год обучения</b>	<b>1 год</b>
1.	Ходьба и бег	5
2.	Упражнения для головы и корпуса	4
3.	Упражнения для ног	4
4.	Упражнения на ориентировку в пространстве	5
5.	Построения и перестроения	4
6.	Упражнения у станка	15
7.	Прыжки	8
8.	Элементы партерной гимнастики	8
9.	Танцевальные этюды и танцы	15
<b>Всего: 68</b>		<b>68</b>

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

**Годовые требования:**

**1 год обучения**

**I. Ходьба и бег** (исполняются со сменой размеров и темпов музыкального сопровождения)



- бытовой шаг, шаг с носка, на полупальцах, с высоким подъемом колена вперед;

- бег на полупальцах, с высоким подъемом колена вперед;

- подскоки;

- боковой подскок (галоп).

## **II. Упражнения для головы и корпуса**

- повороты головы, наклоны головы;

- положение рук на поясе, вперед и в сторону на уровне плеч, вверх, перевод из положения в положение;

- круговые движения рук;

- наклоны корпуса вперед и назад, в сторону, круговые движения корпуса.

## **III. Упражнения для ног**

- позиции ног: I, II, III (полувыворотные), VI;

- поднимание ноги, согнутой в колене, вперед и опускание (без фиксации и с задержкой, стопа вытянута);

- приседание по VI позиции;

- подъем на полупальцы по VI позиции;

- шаги с приставкой по всем направлениям.

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

- различение правой, левой ноги, руки, плеча;

- повороты вправо, влево;

- движения по линии танца и против линии танца.

## **V. Построения и перестроения:**

- в колонну по одному;

- в пары и обратно;

- круг;

- свободное размещение в зале.

## **VI. Упражнения у станка**

1. Demi-plies по I, II и III позициям.

2. Battements tendus в сторону из VI и I позиций.

3. Battements tendus с demi-plies по I позиции в сторону.
4. Releves на полупальцы по VI и I позициям.
5. Demi rond de jambe par terre en dehors et en dedans.
6. Battements releves lents на 45 ° в сторону из I позиции.

## **VII. Прыжки**

- прыжки по VI позиции на двух ногах;
- на одной ноге с переменной ног;
- с продвижением вперед, в сторону, назад.

## **VIII. Элементы партерной гимнастики**

1. Положение на спине, позвоночник всеми точками касается пола.
2. Сокращение и вытягивание стопы в положении VI и I позиций, лежа на спине, ноги вытянуты в коленях.
3. Разворачивание стоп в сокращенном состоянии из VI в I позицию и возвращение в VI, лежа на спине, ноги вытянуты в коленях.
4. Подъем вытянутой ноги (releves lents) вперед и в сторону, лежа на спине.
5. Упражнение для развития выворотности: лежа на спине, ноги, согнутые в коленях, развести в стороны, пятки вместе.
6. «Складочка» по VI позиции с обхватом рук за стопы.
7. «Лодочка». Перекаты на животе вперед и обратно.
8. «Мостик» из положения лежа.

## **IX. Танцевальные этюды и танцы**

### *Элементы русского танца:*

1. Положения и движения рук принятые в русском танце:
  - свободно опущенные вниз;
  - руки в бок;
  - хлопки в ладоши.
2. Ходы русского танца: простой.
3. Элементы русского танца: вынос ноги на каблук вперед, в сторону, «ёлочка», «ковырялочка».
4. Танцевальные этюды из пройденных элементов.

*Элементы бального танца:*

1. Реверанс для учениц, поклон для мальчиков.
2. Подскоки в сочетании с галопом.
3. Танцевальные этюды из пройденных элементов.

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

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

- знаний основ техники безопасности на учебных занятиях и концертной площадке;
- первоначальных хореографических навыков;
- первоначальных навыков танцевального этикета;
- первоначальных навыков постановки корпуса, ног, рук, головы;
- навыков комбинирования движений;
- элементарных навыков координации движений с ритмом и темпом музыки;
- умений исполнять простые танцевальные этюды и танцы;
- умений ориентироваться на сценической площадке;
- навыков перестраивания из одной фигуры в другую;
- навыков ансамблевого исполнения, сценической практики.

### **IV. Формы, методы и цели контроля. Критерии оценки.**

*Аттестация: виды, форма*

**Ожидаемые результаты и способы их проверки:** структура каждого раздела программы предполагает постепенное расширение, углубление в ходе освоения материала программы на протяжении всего срока обучения.

**Контроль успеваемости:** За период обучения дети получают определенный объем знаний, качество которых проверяется через промежуточный контроль: контрольные уроки, выступления на родительских собраниях. Основным показателем качественной успеваемости учащихся является выполнение учебного плана.

Для усвоения детьми программного материала, поэтапного отслеживания положительной динамики обучения предполагаются следующие формы контроля знаний: текущий, промежуточный, итоговый.

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

Текущая аттестация проводится с целью контроля за качеством освоения какого-либо раздела учебного материала предмета и направлена на поддержание учебной дисциплины, выявление отношения к предмету, на ответственную организацию домашних занятий и носит стимулирующий характер.

При текущем контроле учитываются:

- отношение ученика к занятиям, его старание, прилежность;
- качество выполнения заданий;
- инициативность и проявление самостоятельности;
- темпы продвижения.

Текущий контроль успеваемости учащихся осуществляется регулярно преподавателем ведущим предмет в рамках учебного урока.

Промежуточная аттестация осуществляется по окончании 1 года обучения и проводится в форме контрольного урока. Такая форма проведения дает возможность обучающемуся чувствовать себя свободно и комфортно и в полной мере раскрыть свои способности, а также продемонстрировать навыки, приобретенные в процессе обучения.

### **Критерии оценки**

Оценивая качество знаний учащихся в данном классе, необходимо учитывать возрастные особенности детей, то, что плохая оценка негативно скажется на интересе ребёнка к предмету, главное – не «напугать» ребёнка тем, что у него что-то не получается. Тройки в подготовительном классе **не ставятся**. В конце года проводится контрольный зачет.

<b>КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ</b> <b>по учебному предмету «Ритмика»</b>
---

Требования к уровню подготовки к концу обучения. Результатом освоения учебной программы «Ритмика» для подготовительного класса должен стать сформированный комплекс знаний, умений и навыков.

<b>КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ</b>	
<b>по учебному предмету «Ритмика»</b>	
<b>Текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация</b>	
<b>Оценка</b>	<b>Критерии оценки</b>
<b>5</b>	технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения; задание выполнено ритмически точно и выразительно, двигается ритмично, учитывая характер музыки.
<b>5 -</b>	технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения с небольшими пометками; задание выполнено ритмически точно и выразительно, двигается ритмично, учитывая характер музыки.
<b>4+</b>	Отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами как в техническом плане и наличием мелких технических недочетов и несоответствие темпа пульсации, правильно исполняет ритмические движения, упражнения.
<b>4</b>	Отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами как в техническом плане, так и в художественном и наличием мелких технических недочетов и несоответствие темпа пульсации, правильно исполняет ритмические движения, упражнения.
<b>4-</b>	ошибки, плохое владение как в техническом плане, так и в художественном.
<b>Итоговая аттестация</b>	
<b>Оценка</b>	<b>Критерии оценивания выступления</b>
<b>5 отлично</b>	технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения; задание выполнено ритмически точно и выразительно, двигается ритмично, учитывая характер музыки.
<b>4 хорошо</b>	Отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами как в техническом плане, так и в художественном и наличием мелких технических недочетов и несоответствие темпа пульсации, правильно исполняет ритмические движения, упражнения.

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

### *Методические рекомендации преподавателям*

В подготовительном классе учащиеся должны получить первоначальную хореографическую подготовку для дальнейшего обучения. В работе с

Учащимся преподаватель должен следовать принципам последовательности, постепенности, доступности, наглядности в освоении материала. Весь процесс обучения должен быть построен по принципу от простого к сложному и учитывать индивидуальные особенности учащихся.

Танец может стать действенным средством эстетического воспитания только при высоком уровне качества преподавания хореографических дисциплин и четкой организации учебного процесса. Каждый урок включает все виды деятельности: ритмику, слушание и анализ музыки, элементы классического, народного танца, упражнения на ориентировку в пространстве, разучивание танцев.

Необходимо учитывать психологию детей дошкольного возраста: особенности их внимания, восприятия, мышления, а также учета физиологических особенностей организма.

В основу обучения танцу детей дошкольного возраста необходимо положить игровое начало. «Дети должны жить в мире красоты, игры, сказки, музыки, рисунка, фантазии и творчества» - писал Сухомлинский. Игра должна быть средством достижения намеченной педагогом цели.

Основной принцип работы с подготовительными классами - использование минимума танцевальных элементов при максимуме их всевозможных сочетаний. Длительное изучение и проработка небольшого количества движений дает возможность качественного их усвоения, что послужит фундаментом дальнейшего обучения. Большое количество сочетаний из этих элементов создает впечатление новизны и дает простор фантазии ребенка.

Очень полезна этюдная работа над небольшими сюжетными танцами, отражающими сказочные сюжеты, животных, птиц, явления природы. Работа над этюдами требует особого подхода к каждой группе учащихся и к каждому ученику индивидуально. При работе над танцевальным репертуаром важным моментом является развитие у детей танцевальной выразительности. Однако необходимо отметить, что выразительность

исполнения - результат не «механического натаскивания, а систематической работы.

В процессе обучения следует учитывать физическую нагрузку, не допуская перенапряжения детей, не злоупотребляя партерной гимнастикой и прыжковыми движениями.

*Большую роль на уроках имеет музыкальное сопровождение.* На занятиях задействованы два вида музыкального сопровождения: аккомпанемент (фортепиано) и записи фонограмм. На подготовительной ступени в основном используется «живой» аккомпанемент. В музыкальном материале должны присутствовать контрастность темпа и динамики, яркая ладовая и регистровая окраска, ясная структура, определенные ритмические рисунки. Если ребенок будет чувствовать разнообразие музыки, то он сможет точно передать движением свое отношение к ней, то есть у него будет развиваться творческое воображение. Возможность изменять темп в процессе отработки конкретных элементов, акцентирование сильной доли, контрастность динамики позволяет развивать чувство ритма и более ярко передавать содержание танцевального образа.

## **VI. Список литературы**

### ***Методическая литература:***

1. Базарова Н., Мей В. «Азбука классического танца». - СПб: «Планета музыки», 2010
2. Базарова Н.П. «Классический танец». - СПб: «Лань», «Планета музыки», 2009
3. Бондаренко Л. Ритмика и танец. – Киев, 1972
4. Ваганова А.Я. «Основы классического танца». - СПб: «Лань», 2007
5. Васильева-Рождественская М. В. Историко-бытовой танец. - М.: Искусство, 1963
6. Вихрева Н.А. «Экзерсис на полу». Сборник МГАХ - М., 2004

7. Горбунова О.А. «Азбука естественной пластики» / Методические рекомендации для руководителей хореографических коллективов и преподавателей школ искусств. Спб., 2006
8. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца (Упражнения у станка) - М., 2002
9. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца (Танцевальные движения на середине зала). - М., 2004
10. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца (этюды).- Владос, 2004
11. Давайте танцевать!: Литературно-музыкальный альманах (народные, бальные, сценические и спортивные танцы). - «Молодежная эстрада», 2004
12. Есаулова К.А., Есаулов И.Г. Народно-сценический танец. – Ижевск: МСА,
13. Звездочкин В.А. «Классический танец». - СПб: «Планета музыки», 2011
14. Зимина А.Н. Образные упражнения и игры в музыкально-ритмическом развитии детей. – М., 1998
15. Левин М.В. «Гимнастика в хореографической школе». - М.: Терра спорт, 2001
16. Русский балет: энциклопедия. - М: Согласие , 1997
17. Танцуем, играем и поем: Литературно-музыкальный альманах (бальные, латиноамериканские, европейские и другие бытовые танцы). - «Молодежная эстрада», 2000
18. Ткаченко Т. «Народный танец», «Искусство», М., 1987
19. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей. - Спб: Детство-пресс, 2016

### ***Используемая литература***

1. Классический танец «Музыка на уроке». Польки. Марши. - Спб: Композитор, 2004
2. Музыка на уроках классического танца для ДМШ и хореографических кружков. - Спб: Союз художников, 2001



3. Музыка на уроке. Классический танец. Вальсы. - Спб: Композитор, 2006

***Интернет-ресурсы***

*Образовательные и музыкально-педагогические сайты и порталы*

<http://portal.loiro.ru>

<http://school-collection.edu.ru>

<http://muzuchitel.ru>

[www.uchportal.ru](http://www.uchportal.ru)

<http://festival.1september.ru>

<http://www.muzruk.info>

<http://www.muz-urok.ru>

<http://www.musnotes.com>

*Музыкальные и культурно-образовательные сайты*

<http://www.classic-music.ru>

[www.forumklassika.ru](http://www.forumklassika.ru)

[http://www.retroportal.ru/retroportal 2.html](http://www.retroportal.ru/retroportal%202.html)

<http://www.hypermusic.ca/inst/mainmenu.html>

<http://lib.ru/CULTURE/MUSICACAD/MUZSLOWAR/music.txt>

<http://www.music-talks.ru>

<http://www.sonata-etc.ru>

<http://anatolykorolyov.narod.ru/FreeSoftHTML/Content.html>

<http://music-fantasy.ru>

*Нотные архивы*

<http://lib-notes.orpheusmusic.ru>

<http://www.7not.ru/notes/>

<http://notes.tarakanov.net>