

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Ядринская районная детская школа искусств им. А.В. Асламаса»
Ядринского района Чувашской Республики

**Дополнительная общеобразовательная программа
В ОБЛАСТИ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА**

Рабочая программа по учебному предмету

«Ритмика»

г. Ядрин -2020 г.

Структура программы учебного предмета

I. Пояснительная записка

1. Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе.
2. Срок реализации учебного предмета.
3. Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом на реализацию учебного предмета.
4. Форма проведения учебных аудиторных занятий.
5. Цель и задачи учебного предмета.
6. Обоснование структуры программы учебного предмета.
7. Методы обучения.
8. Описание материально-технических условий реализации учебного предмета.

II. Содержание учебного предмета

1. Сведения о затратах учебного времени.
2. Учебно-тематический план по классам.
3. Годовые требования по классам.

III. Требования к уровню подготовки обучающихся

IV. Формы и методы контроля, система оценок

1. Аттестация: цели, виды, форма, содержание.
2. Критерии оценки.

V. Методическое обеспечение учебного процесса

VI. Списки используемой литературы

I. Пояснительная записка

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

Программа обучения рассчитана на один год (первый год обучения).

Предмет «Ритмика» включает в себя ритмические упражнения, музыкальные игры, музыкальные задания по слушанию и анализу танцевальной музыки, музыкальное восприятие.

Элементарные понятия, с которыми знакомятся учащиеся на уроке ритмики:

- ✓ характер музыки, темп, ритм, музыкальный размер;
- ✓ динамические оттенки в музыке (форте, пиано), характер исполнения (легато, стаккато);
- ✓ строение музыкальной речи, длительность звука, такт, фраза, предложение;
- ✓ эмоциональная выразительность.

Знакомство происходит в процессе урока на музыкальном материале танцевальных упражнений, музыкальных игр, танцевальных композиций.

2. Срок реализации учебного предмета «Ритмика»

Срок освоения программы для детей, поступивших в образовательное учреждение в 1 класс в возрасте 6- 9 лет, 11-13лет составляет 1 год .

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

Срок реализации учебного предмета 1 год (срок обучения – 3 года)

Классы	1 класс
Максимальная нагрузка	70
Количество часов на аудиторную нагрузку	2

4. Форма проведения учебных аудиторных занятий:

Форма занятия мелкогрупповая (от 4 до 10 человек), продолжительность урока – 45 минут.

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

5. Цель и задачи учебного предмета «Ритмика»

Цель:

– развитие музыкально-ритмических и двигательнo-танцевальных 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 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, отражающие все аспекты работы преподавателя с обучающимся.

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:

- 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 образовательной программы являются наиболее продуктивными при решении дидактических задач и основаны на проверенных методиках и многолетнем опыте.

8. Описание материально-технических условий реализации учебного предмета «Ритмика»

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

В школе должны быть созданы следующие материально-технические условия:

- наличие танцевального зала;
- наличие гардероба и раздевалок для занятий;
- наличие концертного зала
- наличие репетиционной и концертной одежды.

II. Содержание учебного предмета "Ритмика"

1. Сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета «Ритмика»:

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН.

№№	Наименование тем и разделов.	Количество часов.
1 год обучения.		
1 четверть.		
1.	Поклон.	2
2.	Основная стойка.	
3.	Ориентирование в пространстве:	
3.1.	«Солдатики» (умение находить точки в зале), «Вышивание»	2
3.2.	Перестроения в линии, колонны, круг.	2
4.	Упражнения на координацию.	
5.	Музыкально-ритмический материал:	
5.1.	«Ветерок и ветер» (определение характера и темпа музыкального произведения).	2
5.2.	«Кто живет в лесу?» (умение реагировать на изменения в регистре).	2
6.	Танцевальные элементы:	
6.1.	Шаги (с носка и с пятки). «Петушок расплясался» (тройные притопы). Припадания.	2
6.2.	Знакомство с фигурами «змейка», «улитка». Марши.	2
	Контрольный урок	2
2 четверть.		
1.	Ориентирование в пространстве:	
1.1	Различение правой и левой ноги, рук, плеч. Повороты вправо и влево.	2
1.2.	Перестроения в колонну по одному, по два человека	2
2.	Упражнения на координацию.	
3.	Музыкально-ритмический материал:	
3.1.	«Кузнечики». «Радуга».	2
3.2.	«Кто ударит в бубен?». «Передай мяч».	2
4.	Танцевальные элементы:	
4.1.	Полуприседания с выставлением ноги на пятку. «Ковырялочка».	2
4.2.	Шаг с припаданием. Дробный шаг.	2
4.3.	Выставление ноги вперед на пятку и на носок. Шаг польки.	2
4.4.	Боковой галоп. Легкий бег. «Воротца», «змейка».	2

	Контрольный урок	2
	3 четверть.	
1.	Упражнения на координацию.	2
2.	Музыкально-ритмический материал:	
2.1.	«Дирижеры»	2
2.2.	«Игра в мяч» (определение сильной и слабой доли).	2
2.3.	«Длительности». «Повтори ритм» и «Сохрани ритм».	2
3.	Танцевальные элементы и танцы:	
3.1.	Знакомство с танцевальными жанрами «полька», «вальс», «плясовая».	2
3.2.	«Летка-енка».	2
3.3.	«Лошадки».	2
3.4.	«Берлинская полька».	2
	Контрольный урок	2
	4 четверть.	
1	Ориентирование в пространстве:	
1.1	«Найди игрушку». «Будь внимательным».	2
2.	Упражнения на координацию.	2
3.	Музыкально-ритмический материал:	
3.1.	«Цепочка». «Кто кого перепоеет?». «Зайка».	2
4.	Танцевальные элементы и танцы:	
4.1..	Положения рук в парных и сольных танцах.	2
4.2.	Подскоки. Приставной шаг. Прыжки.	2
4.3.	«Матросский танец».	2
4.4.	«Танец клоунов».	2
4.5.	Хоровод.	2
	Контрольный урок	2
	Всего	70

ПРОГРАММНОЕ СОДЕРЖАНИЕ.

1 год обучения (1 полугодие).

Учащиеся учатся слушать музыку, определять ее характер, отражать в движении разнообразные оттенки характера музыкальных произведений (веселый, спокойный, торжественный, энергичный). Знакомятся с выразительным значением темпа музыки (медленно, очень медленно, умеренно, быстро, очень быстро). Учатся выполнять

движения в различных темпах, различать разнообразные динамические оттенки музыки (очень тихо, тихо, громко, очень громко). Разучиваются элементы танцев. Учатся ориентироваться в пространстве.

Разминка:

- ✓ развивать мышцы плечевого пояса, плеча, ног;
- ✓ учить чувствовать расслабление и напряжение мышц корпуса;
- ✓ развивать кисти рук.

Музыкально-ритмический материал:

- ✓ учить определять темп (медленный, быстрый);
- ✓ чувствовать окончание музыкального произведения;
- ✓ переходить с медленного, плавного движения на быстрое, отрывистое в соответствии с характером и ритмическим рисунком мелодии;
- ✓ уметь менять движения в соответствии с изменением регистра, а также темпа музыкального произведения.

Танцевальные элементы, ориентирование в пространстве:

- ✓ разучивание поклона;
- ✓ находить точки в зале;
- ✓ разучивание маршей: пионерский (с высоко поднятыми коленями), солдатский (с прямыми ногами), клоунский (вприпрыжку);
- ✓ развивать ритмическую четкость и ловкость движений, плавность движений рук, необходимые при исполнении танцевальных движений;
- ✓ разучивание шагов: с вытянутого носка, с каблука, на полупальцах;
- ✓ тройные притопы («петушок расплясался»);
- ✓ припадания;
- ✓ передавать в движении спокойный, лиричный характер музыки;
- ✓ перестроения в линии, колонны, круг;
- ✓ знакомство с фигурами: «змейка», «улитка».

Игровое творчество:

- ✓ «Солдатики» (умение ориентироваться в пространстве);
- ✓ «Вышивание» (ориентирование в пространстве);
- ✓ «Кто живет в лесу?» (умение реагировать на изменение в регистре).
- ✓ «Ветерок и ветер» (определение тихой и громкой музыки).

Знакомство со строением музыкального произведения. Понятия: «вступление», «части», «музыкальная фраза». Умение менять движения в зависимости от смены музыкальных частей, фраз. Особенности танцевального жанра: полька, марш. Слушание и анализ маршевой и танцевальной музыки.

Разминка:

- ✓ развивать мышцы плечевого пояса, плеча, рук;
- ✓ учить чувствовать расслабление и напряжение мышц корпуса;
- ✓ развивать кисти рук (отведение кистей вправо-влево, круговые движения кистями);
- ✓ круговые движения ступней;
- ✓ «гармошка»

Музыкально-ритмический материал:

- ✓ умение следить за развитием мелодии и вовремя включаться в движение с началом музыкальной фразы;
- ✓ реагировать на динамические оттенки музыки;
- ✓ развитие чувства формы музыкального произведения;
- ✓ умение различать две не контрастные части в произведении;
- ✓ ощущение ритма музыкального произведения;
- ✓ определение начала и конца музыкальной фразы.
- ✓ различать музыкальные фразы, имеющие разную длину;
- ✓ воспринимать затактовое построение музыкальных фраз.

Танцевальные элементы и ориентирование в пространстве:

- ✓ полуприседания с выставлением ноги на пятку;
- ✓ «ковырялочка»;
- ✓ шаг с припаданием;
- ✓ дробный шаг;
- ✓ выставление ноги вперед на пятку и на носок;
- ✓ шаг польки;
- ✓ боковой галоп;
- ✓ легкий бег;
- ✓ различение правой и левой ног, рук, плеч;
- ✓ повороты вправо и влево;
- ✓ перестроения в колонну по одному, по два;
- ✓ круг, сужение и расширение круга;
- ✓ «воротца», «змейка», «спираль»;
- ✓ знакомство с русской народной музыкой плясового характера (учить строить хоровод).

Игровое творчество:

- ✓ «Кузнечики» (различение музыкальных фраз, одинаковых по длине);
- ✓ «Радуга» (различение музыкальных фраз, имеющих разную длину);
- ✓ «Кто скорее ударит в бубен?» (точно реагировать на начало после вступления и окончание музыкальной фразы);
- ✓ учить детей внимательно следить за развитием музыкального предложения, вовремя вступать на свою фразу, передавая несложный ритмический рисунок;
- ✓ «Передай мяч» (дети стоят в кругу, передавая мяч соседу точно на конец музыкальной фразы), вместо мяча можно использовать платок или игрушку.

(11 полугодие).

Учащиеся знакомятся с понятием «Метроритм». Учатся определять сильные и слабые доли в такте, длительности, хлопать в ладоши ритмический рисунок.

Разминка:

- ✓ учить чувствовать напряжение и расслабление мышц корпуса («твердые и мягкие руки», «ронять корпус», «мятник»);
- ✓ развивать кисти рук (вращения кистями, «растягивать резинку», «кошка выпускает когти», перелезть через сцепленные руки, «ножницы»);
- ✓ подъем на полупальцы;
- ✓ напряженное полуприседание.

Музыкально-ритмический материал:

- ✓ знакомство с музыкальными размерами 2/4, 4/4;
- ✓ дирижирование рукой музыкальных размеров 2/4, 4/4;
- ✓ знакомство с «Вальсом», музыкальный размер 3 /4;
- ✓ определение сильных и слабых долей в двудольном, трехдольном, четырехдольном размерах;
- ✓ длительности (восьмые, четвертные, половинные и целые ноты).

Танцевальные элементы и танцы:

- ✓ развивать у детей представление о танцевальных жанрах, умение различать плясовую, польку, вальс;
- ✓ запоминать несложную танцевальную композицию;
- ✓ менять движения со сменой вариаций;
- ✓ умение работать в паре с партнером;
- ✓ «Летка-енка»;
- ✓ «Лошадки»;
- ✓ «Берлинская полька».

Игровое творчество:

- ✓ хороводные игры и танцы, в движения которых включены разнообразные ритмические хлопки, соответствующие ритмическому рисунку мелодии;
- ✓ «Повтори ритм» (ведущий придумывает ритмические рисунки, которые вслед за ведущим повторяют все участники игры);
- ✓ «Дирижеры» (дети стоят по кругу спиной к центру, самостоятельно начинают дирижировать и поворачиваются лицом к центру круга, когда правильно определяют размер);
- ✓ «Сохрани ритм» (когда музыкальная композиция детьми хорошо усвоена, можно частично исключать музыкальное сопровождение, чтобы дети исполняли ритмический рисунок по памяти);
- ✓ «Уголки» (дети передвигаются из угла в угол, отображая в движении разнообразные длительности);
- ✓ «Игра в мяч» (бросать мяч вверх на сильную долю такта, ловить на слабую).

Добавляются более сложные упражнения на фразировку, ориентировку в пространстве, развивающие внимание и сообразительность.

Разминка:

- ✓ упражнения на расслабление и напряжение мышц корпуса (имитировать плавание стилями «басс», «кроль»; «страхнуть воду со всей руки, с пальцев, с кончиков пальцев»);
- ✓ развивать кисти рук («мягкие руки», «крепкие руки», «деревянные и тряпичные куклы»);
- ✓ развивать мышцы плечевого пояса, шеи, ног («рисует головой, носом и подбородком», «змейка», «рисует одной большой кисточкой»).

Музыкально-ритмический материал:

- ✓ учить постепенно менять темп движения в соответствии с характером музыки;

- ✓ учить различать музыкальные фразы, отвечать движением на музыкальные фразы, отмечать ее окончание четкой остановкой;
- ✓ находить движение в связи с динамическим и ритмическим построением музыкальных фраз;
- ✓ развивать чувство формы и (двухчастной, неконтрастной)
- ✓ направлять внимание детей на строение музыкального произведения;
- ✓ определять регистры и окончание музыкального произведения;
- ✓ развивать у детей представление о характере музыки (веселая, спокойная, грустная).

Танцевальные элементы и танцы:

- ✓ положения рук в танцах:
 - руки на поясе;
 - девочки придерживают руками юбочки;
 - руки свободно опущены;
 - руки скрещены перед грудью;
 - руки разведены в стороны;
 - одна рука на поясе, другая с платочком поднята в сторону-вверх;
 - руки убраны за спину;
- ✓ подскоки;
- ✓ приставной шаг;
- ✓ танцевальные композиции по заданию педагога;
- ✓ различные виды прыжков (для развития и укрепления силы мышц ног);
- ✓ танцевальные этюды с предметами (мяч, лента, обруч);
- ✓ «Матросский танец»;
- ✓ «Танец клоунов»;
- ✓ русский хоровод «Во поле береза стояла...».

Игровое творчество:

- ✓ «Цепочка» (дети стоят по кругу, на сильную долю такта делается приставной шаг, каждый участник делает движение на один такт, движение исполняется по очереди);
- ✓ «Заинька» (на развитие ритмической памяти);
- ✓ «Найди игрушку» (ориентирование в пространстве, развитие наблюдательности);
- ✓ «Кто кого перепоеет?» (развитие ритмической памяти, восприятие и воспроизведение соотношения длительностей: четвертей и восьмых);
- ✓ «Будь внимательным» (учить запоминать последовательность выполнения движений, ориентироваться в пространстве).

Программные требования.

К концу учебного года учащиеся должны:

уметь определять:

- ✓ характер музыкального произведения;
- ✓ темп музыкального произведения;
- ✓ начало и окончание музыкальной фразы, целого произведения;
- ✓ динамические оттенки музыки;
- ✓ формы музыкального произведения;
- ✓ музыкальные размеры;
- ✓ сильные и слабые доли такта;

- ✓ длительности;
- ✓ музыку в различных танцевальных жанрах;

знать:

- ✓ основные положения корпуса;
- ✓ способы движения в пространстве;
- ✓ основные танцевальные элементы;

уметь:

- ✓ слушать и анализировать музыкальные фрагменты;
- ✓ различать музыкальные фразы, имеющие разную длину;
- ✓ свободно ориентироваться в пространстве;
- ✓ различать правую и левую ногу, руку, плечи;
- ✓ выполнять простые танцевальные комбинации;
- ✓ владеть предметами (мяч, лента, обруч);
- ✓ воспроизводить ритмический рисунок по заданию.

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;
- навыки игры на шумовых музыкальных инструментах в сочетании с музыкально-танцевальными упражнениями.

IV. Формы и методы контроля, система оценок

1. Аттестация: цели, виды, форма, содержание

Оценка качества освоения учебного предмета "Ритмика" включает в себя текущий контроль успеваемости и промежуточную аттестацию обучающегося в конце каждого учебного года. В качестве средств текущего контроля успеваемости используются просмотры. Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных уроков, зачетов. Контрольные уроки и зачеты проходят в виде просмотров. Контрольные уроки, зачеты в рамках промежуточной аттестации проводятся в конце учебного года в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

По завершении изучения предмета "Ритмика" по итогам промежуточной аттестации обучающимся выставляется оценка, которая заносится в свидетельство об окончании образовательного учреждения.

2. Критерии оценки

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

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

Оценки выставляются по окончании каждой четверти учебного года.

V. Методическое обеспечение учебного процесса

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.

VI. Список рекомендуемой методической литературы

- Т. В. Пуртова, А. Н. Беликова, О. В. Кветная. Учите детей танцевать. – М.:2003.
- Т. Васильева. Секрет танца. – СПб.: 1977.
- Г. Франио, И. Лифиц. Методическое пособие по ритмике. – М.:1995.
- Е. А. Дубровская. Ступеньки музыкального развития. – М.:2006.
- С. Руднева. Ритмика. Музыкальное движение. – М.:1972.

