

ДЕПАРТАМЕНТ КУЛЬТУРЫ ГОРОДА МОСКВЫ
Государственное бюджетное учреждение
дополнительного образования города Москвы
«Детская музыкальная школа имени М.П.Мусоргского»
(ГБУДО г. Москвы «ДМШ им. М.П.Мусоргского»)

ОДОБРЕНА

Педагогическим советом
Государственного бюджетного
учреждения дополнительного образования
города Москвы «Детская музыкальная
школа имени М.П. Мусоргского»
Протокол от 09.06.2026 г. №5

УТВЕРЖДЕНА

приказом Государственного бюджетного
учреждения дополнительного
образования города Москвы «Детская
музыкальная школа имени
М.П.Мусоргского»
от 09.06.2026 г. №15/26

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
В ОБЛАСТИ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА**

«РИТМИКА И МУЗЫКАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ»

Срок реализации 1 год

Разработчик: преподаватель

Губанова Л.Р.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат 00EF26CC3E5E55AF0EA61CA9578F22DBEF
Действителен с 15.07.2025 по 08.10.2026
Владелец ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ
"ДЕТСКАЯ МУЗЫКАЛЬНАЯ ШКОЛА ИМЕНИ
М.П.МУСОРГСКОГО"

Оглавление

I. Пояснительная записка

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

II. Содержание учебных дисциплин

1. Сведения о затратах учебного времени по предметам;
2. Содержание разделов.

III. Требования к уровню подготовки обучающихся

IV. Методическое обеспечение учебного процесса

V. Результативность, формы и методы контроля, система оценок

VI. Список рекомендуемой методической литературы

I. Пояснительная записка

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

Программа учебного предмета «Ритмика и основы музыкального развития» является модифицированной. Программа разработана на основе программы преподавателя ГБУДО «ДХШ «Фуэте» Беляевой Кристины Олеговны «Ритмика и гимнастика» (для детей 3-5 лет) и программы Абрамовой Татьяны Викторовны «Веселая ритмика» – педагог дополнительного образования. Тематическое планирование занятий основано на программе «Занятия ритмикой в работе с детьми с РАС», автор Рогозина Мария Александровна, Соколова Татьяна Владимировна - педагоги дополнительного образования. Программа для детей с ограниченными возможностями здоровья «Веселая ритмика» (Для детей 5-7 лет) Разработчики программы –Лихтнер Любовь Николаевна, воспитатель группы компенсирующей направленности; Щербакова Татьяна Александровна, учитель-логопед; Леонтьева Ольга Алексеевна, музыкальный руководитель.

Программа разработана для детей с ограниченными возможностями на основе и с учетом федеральных государственных требований к дополнительной предпрофессиональной общеобразовательной программе в области хореографического искусства «Хореографическое творчество и музыка».

В настоящее время одним из приоритетных направлений являются проблемы воспитания, обучения и социализации детей с особенностями развития. На занятиях по ритмике происходит непосредственное и всестороннее развитие и обучение ребенка на основе гармоничного сочетания музыкального, двигательного, физического и интеллектуального развития.

Уроки ритмики развивают такие музыкальные данные как слух, память, ритм, помогают выявлению творческих задатков учеников, знакомят с теоретическими основами музыкального искусства.

Дети получают возможность самовыражения через музыкально-игровую деятельность.

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

За время обучения организм ребенка привыкает к физическим упражнениям, развивается и закрепляется гибкость, координация, точность движений тела, развивается музыкальный слух.

Важным элементом занятий является наличие музыкального сопровождения. Это создает особую атмосферу в классе, воспитывая музыкальность и выразительность исполнения упражнений. 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 учащихся.

2. Срок реализации учебных предметов

Срок освоения программы учебных предметов «Ритмика и музыкальное развитие» 1 год.

3. Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию предметов:

Срок реализации учебных предметов 1 год

Таблица 1

Классы/количество часов	Ритмика	Музыка
	Количество часов	Количество часов
Максимальная нагрузка	32	
Количество часов на аудиторную нагрузку	16	16
Недельная аудиторная нагрузка	1	1

Количество часов на показательные уроки /выступления	1	1
---	----------	----------

4. Форма проведения учебных аудиторных занятий:

Мелкогрупповая (6 человек). Рекомендуемая продолжительность урока 30 минут.

5. Цель и задачи учебных предметов «Ритмика»:

Цель: развитие музыкально-ритмических и двигательных способностей учащихся через овладение основами музыкально-ритмической культуры.

Задачи:

- применение знаний основ музыкальной грамоты, необходимых для успешного обучения на уроках ритмики;
- умение передавать характер и образное содержание музыки в ритмически организованных движениях;
- освоение двигательных навыков, способствующих развитию координации движения;
- воспитание внимания, выносливости и стремления выполнить задачу, поставленную преподавателем;
- приобщение к здоровому образу жизни;
- формирование правильной осанки;
- развитие образного восприятия музыки и способности к двигательной импровизации;
- воспитание творческой индивидуальности ребёнка;
- развитие музыкальных способностей: музыкальной памяти и метроритмического чувства.

«Музыкальное развитие»:

Цель: Гармонизация личности детей с особенностями развития. Общее музыкально ритмическое развитие детей с ОВЗ (ДЦП, ЗПР, Аутизм и др.)

Задачи:

- Улучшение обще-эмоционального состояния детей;
- обучение приемам правильного дыхания;
- обучение комплексу упражнений, способствующих развитию двигательного аппарата и улучшению качества движений ребенка;
- Развитие выразительности, ритмичности, координации, плавности движений;
- Формирование у детей привычки к сознательному изучению движений и освоению знаний, необходимых для дальнейшей работы;
- развитие способности к анализу двигательной активности и координации своего организма;
- развитие темпово-ритмической памяти учащихся;
- Освоение музыкальной грамотности;
- Воспитание важнейших психофизических качеств двигательного аппарата в сочетании с моральными и волевыми качествами личности – силы, выносливости, ловкости, быстроты, координации.

Учебный предмет "Ритмика" неразрывно связан с учебным предметом "Музыка", а также со всеми предметами дополнительной предпрофессиональной общеобразовательной программы в области искусства "Хореографическое творчество".

6. Обоснование структуры учебных предметов «Ритмика» и «Музыкальное развитие»:

Программа содержит следующие разделы:

- сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета;
- описание дидактических единиц учебного предмета;
- Учет уровня 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:

- Наглядно-слуховой – прослушивание музыкального примера с последующим показом движений преподавателем.
- Словесный – **беседа** о характере музыки, её художественных образах; **объяснение** средств музыкальной выразительности; эмоциональный **рассказ** преподавателя о прозвучавшем произведении, необходимый для формирования у обучающихся ассоциативного восприятия музыки; аналитический: **оценка** результатов учебного процесса и разбор индивидуальных возможностей обучающихся.
- Практический - предварительное изучение подготовительных танцевальных движений, упражнений с предметами, с последующим включением их в музыкально-ритмические этюды; простейшие танцевальные композиции с элементами русского (национального) танца и сюжетные игры. Изучение музыкальной грамоты. Основных понятий в области музыкального развития.

8. Описание материально-технических условий реализации учебного предмета:

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

Балетные залы, предназначенные для реализации учебного предмета «Ритмика» и оснащаются пианино, пультами и звук техническим оборудованием в каждом зале. Площадь балетных залов должна быть не менее 40 кв.м., иметь пригодное специализированное линолеумное покрытие, зеркала размером 7м x 2м на одной стене.

5. Цель и задачи учебных предметов

«Ритмика»:

Цель: развитие способности к созданию выразительного образа с помощью невербальных средств, изменение характера движений в соответствии со звучанием музыкального сопровождения; формирование восприятия ритмического рисунка.

Задачи:

- формирование умения ориентироваться в пространстве;
- способствование выработке необходимых музыкально-двигательных навыков;
- развитие координационных способностей учащихся;
- приобщение к народной культуре разных народов, формирование умения находить в движениях характерные особенности танцев разных национальностей.
- формирование навыков выполнять под музыку различные движения, в том числе и танцевальные, с речевыми сопровождением и пением у обучающихся с ОВЗ.
- развитие творческих способностей личности обучающихся с ОВЗ.

Общая характеристика занятий «Ритмика» для детей с ОВЗ.

Ввиду психологических особенностей детей с нарушением познавательной деятельности, с целью усиления практической направленности обучения проводится коррекционная работа, которая включает следующие направления:

Совершенствование движений и сенсомоторного развития (развитие 3

Коррекция отдельных сторон психической деятельности

(развитие восприятия, представлений, ощущений; двигательной памяти; внимания; формирование обобщенных представлений о свойствах предметов (цвет, форма, величина); развитие пространственных представлений и ориентации; развитие представлений с времени);

развитие различных видов мышления (наглядно-образного мышления; словесно-логического мышления (умение видеть и устанавливать логические связи между предметами, явлениями и событиями).

Развитие речи (развитие фонематического слуха, зрительного и слухового восприятия).

Личностные и предметные результаты.

Личностные результаты –обучающегося с ОВЗ в результате освоения коррекционно-развивающей области «Ритмика»:

-включаться в работу на занятиях к выполнению заданий.

- проявлять любознательность и интерес к новым видам деятельности.
- готовиться к занятиям, занимать правильное исходное положение.

Предметные результаты –обучающегося с ОВЗ в результате освоения коррекционно-развивающей области «Ритмика и музыкальное развитие»:

Минимальный уровень:

- уметь слушать музыку;
- выполнять несложные движения руками и ногами по показу педагога;
- активно прихлопывать и притопывать вместе с педагогом;
- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях;
- слушать и правильно выполнять инструкцию педагога.

Достаточный уровень:

- уметь слушать музыку до конца, узнавать знавать знакомую мелодию;
- уметь начинать и заканчивать движение с началом и окончанием музыки по сигналу;
- выполнять задания и плясовые движения по показу и по словесной и инструкции педагога;
- организованно входить в зал и выходить из зала, приветствовать педагога.

Содержание занятия «РИТМИКА И МУЗЫКАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ»

Объем программы по коррекционному занятиям «Ритмика и музыкальное развитие» с обучающимися с ОВЗ рассчитана на 8 месяцев. Всего 32 занятий при частоте встреч 2 раза в неделю. Продолжительность одного занятия для обучающихся 30 минут.

Во время занятий у обучающихся происходит становление развитых форм самосознания, самоконтроля и самооценки. Отсутствие отметок снижает тревожность и необоснованное беспокойство обучающихся, исчезает боязнь ошибочных ответов. В результате у детей формируется отношение к данным занятиям как к средству развития личности.

Занятия проходят в индивидуальной форме.

Радел 1. Упражнения на ориентировку в пространстве.

1. Правильное исходное положение рук, ног, туловища.
2. Ходьба и бег по ориентирам.
3. Построение и перестроение.
4. Ориентировка в направлении движения вперед, назад, в круг, из круга.

Раздел 2. Ритмико-гимнастические упражнения.

- 2.1. Общеразвивающие упражнения.
- 2.2. Упражнения на координацию движений.

2.3. Упражнения на расслабление мышц.

Раздел 3. Упражнения с детьми музыкальными инструментами.

3.1. Упражнения для кистей рук.

3.2. Отстукивание ритмических рисунков на музыкальных инструментах.

Раздел 4. Музыкальные игры.

4.1. Ритмические движения в соответствии с различным характером музыки.

4.2. Имитационные упражнения и игры (игры на подражание конкретных образов).

4.3. Музыкальные игры с предметами.

Раздел 5. Танцевальные упражнения.

5.1. Знакомство с танцевальными движениями.

Тематическое планирование

№	Тема:	Кол-во часов	Описание основных видов деятельности обучающихся
1	Упражнения на ориентировку в пространстве.	4	Выполняют правильное исходное положение по словесной инструкции педагога. Ходят и бегают с высоким подниманием колен. Перестраиваются по направлениям движений вперед, назад, в круг, из круга. Двигаются по залу в разных направлениях.
2	Ритмико-гимнастические упражнения.	9	Выполняют наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами (паровозик). Выполняют упражнения на движение рук в разных направлениях без предметов и с предметами (мячи, кегли, кубики). Выполняют наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Выставляют правую и левую ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Упражнения на степ платформах и мячах для фитнеса.
3	Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	9	Различают и называют детские музыкальные инструменты (ложки, бубен, маракасы). Отстукивают простые ритмические рисунки на бубне и ложках. Подыгрывают на детских музыкальных инструментах в такт музыке.
4	Музыкальные игры.	7	Различают характер музыки. Передают притопами, хлопками и другими движениями резкие акценты в музыке. Выразительно и эмоционально передают в

			движениях игровые образы (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека). Исполняют игры с пением и речевыми сопровождением.
5	Танцевальные упражнения.	9	Выполняют элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек-движение с платочком) по показу и по словесной инструкции педагога. Исполняют притопы одной ногой и поочередно, выставляет ноги с носка на пятку.

УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ

Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и из движения врассыпную. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.

РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

Общеразвивающие упражнения. Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Повороты туловища с передачей предмета. Опускание и поднятие предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Выставление правой и левой Ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднятие согнутых в колене ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Движения правой руки вверх — вниз с одновременным движением левой руки от себя — к себе перед грудью (смена рук). Разнообразные перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки.

Упражнения на расслабление мышц. Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и

наклонившись вперед. Встряхивание. Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед.

УПРАЖНЕНИЯ С ДЕТСКИМИ МУЗЫКАЛЬНЫМИ ИНСТРУМЕНТАМИ

Круговые движения кистью. Одновременное сгибание в кулак пальцев одной руки и разгибание другой в медленном темпе с постепенным ускорением. Противопоставление первого пальца остальным, противопоставление пальцев одной руки пальцам другой одновременно и поочередно.

Упражнения на детских музыкальных инструментах. Исполнение несложных ритмических рисунков на бубне и барабане в разных вариациях.

ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ

Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой, регистрами. Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. Передача в движении разницы в двухчастной музыке. Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений. Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценировка доступных песен. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.

Русские народные танцы. Пальчики и ручки. Инсценировка песни. Каравай. На горе-то калина.

ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

Повторение элементов танца по программе. Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Пскоки с ноги на ногу, легкие пскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с пскоками, переменный шаг; руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди; подбоченившись одной рукой, другая с платочком поднята в сторону, вверх, слегка согнута в локте (для девочек). Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением. Основные движения местных народных танцев. Импровизация сказки «Теремок», «Лиса и заяц».

Механизм выявления результатов

Отслеживание результативности освоения программного материала осуществляется в течение всего периода обучения на занятиях разных видов: учебные, зачетные, открытые.

Для оценки усвояемости материала по итогам занятий можно применять следующую систему оценок:

Высокий уровень освоения программы

- Упражнение выполнено технически правильно, уверенно, без напряжения, в нужном темпе и характере.
- Точное знание терминологии и правил исполнения движений в соответствии с годом обучения;
- Точность, музыкальность и выразительность исполнения танцевальных комбинаций и этюдов;
- Умение работать в ансамбле и владение навыками сольного исполнения танцевальных фрагментов;

Средний уровень освоения программы

- Упражнение исполнено технически правильно, но недостаточно красиво и изящно, с некоторым напряжением, не совсем уверенно.
- Неполное владение теоретическими знаниями по танцевальной дисциплине в соответствии с годом обучения;
- Недостаточно точное исполнение танцевальных комбинаций с точки зрения координации движений и музыкальности;

Низкий уровень освоения программы

- Упражнение выполнено правильно, но недостаточно точно, с большим напряжением, допущены незначительные ошибки в положении головы, рук, ног.
- Слабое усвоение теоретического программного материала соответствующего года обучения;

Учебно-тематический план

для детей 4-5лет

Режим занятий: 2 раза в неделю по 30 минут с 5 минутным перерывом

Учебных недель - 36

№ п/п	Название блока	Количество часов			Форма контроля
		всего	теория	практика	
1.	Знакомство. Прослушивание и	1ч.	0,2ч.	0,8ч.	анкетирование

	отбор детей в группу				наблюдение
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	0,9ч.	0,45ч.	0,45ч.	наблюдение
1.	Знакомство с музыкальными длительностями ($\frac{1}{4}$, $\frac{1}{8}$, $\frac{3}{4}$, $\frac{6}{8}$).	3,8ч	0,45 ч.	3,3ч.	наблюдение
1.	Развитие чувства ритма, темпа. Ритм вальса.	3,8ч.	0,45ч.	3,3ч.	наблюдение
1.	Изучение азов танцевальной азбуки. Упражнение «грустный – веселый»; упражнения для рук – «замочек»; упражнения для спины; упражнения для головы; упражнения для корпуса.	7,8ч.	0,5ч.	7,3ч.	рефлексия
1.	Ознакомление детей с элементами танцевальных движений. Выполнение проученных элементов танцевальных движений.	5 ч.	0,8 ч.	4,2ч.	Наблюдение рефлексия
1.	Ознакомление детей с танцевальными рисунками и	6ч.	0,8ч.	5,2ч.	Наблюдение рефлексия

	ориентацией в пространстве. Упражнения и игры по ориентации в пространстве;				
1.	Зачетные мероприятия: Умение импровизировать под музыку. Изображать в танце заданных животных, предметы. Сочинение с детьми танцевальных этюдов. Ознакомление детей с играми	1,25ч.	-	1,25ч.	анкетирование рефлексия
1.	Итого учебные занятия	29,6ч.	3,75ч.	25,9ч.	
1.	Физкультурно-игровые перемены	2,4ч.	-	-	
1.	Всего часов	32 часов	-	-	

5 мин. перерыва использовать для уборки зала (ковриков в шкаф), воспитательных бесед и т.д.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Минимальный уровень

Учащиеся должны знать:

- правила поведения на уроках ритмики;
- понятия: музыка, громко-тихо, медленно-быстро, круг, хоровод.

Учащиеся должны уметь:

- готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному;
- ходить шагом, не мешая друг другу;
- выполнять несложные движения руками и ногами;
- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

Достаточный уровень

Учащиеся должны знать:

- правила поведения на уроках ритмики;

- понятия: музыка, громко-тихо, медленно-быстро, хоровод, русская народная пляска.
- элементы изученных плясовых и игровых упражнений.

Учащиеся должны уметь:

- принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
- организованно строиться;
- сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
- самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
- соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;
- выполнять изученные игровые и плясовые движения.

Разделы «Ритмики»:

Раздел 1. «Ритмика, элементы 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. Учащиеся усваивают понятия «ритм», «счет», «размер» и узнают, что музыка состоит из тактов и музыкальных фраз, при этом дети овладевают навыками различения понятий «вступление» и «основная часть», «тема», что позволяет ребенку вступать в танец с начала музыкальной фразы. ***«Музыкально-ритмические упражнения»***

Основано 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.

Основные темы уроков:

1. Характер музыки:

- грустный, печальный и т.д.
- веселый, задорный и т.д.

2. Динамические оттенки:

- громко
- тихо

3. Музыкальный размер: 2/4, 4/4, 3/4

4. Знакомство с длительностью нот:

- целая
- половинная
- четвертная

5. Понятия о жанрах в музыке:

- песня
- танец
- марш

6. Понятие «сильная доля»

7. Музыкальный темп:

- быстрый
- медленный
- умеренный

Раздел 2. «Музыкально-ритмические упражнения»

Основано 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.

Основные темы уроков:

Нумерация точек

- линия, две линии

- колонна
- круг

Раздел 3. «Элементы классического, народного и бального танцев»

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

Основные темы уроков:

1. Поклон
2. Шаги:
 - шаг на полупальцах, на пятках
 - шаги «гусем»
 - шаги «паучком»
 - шаги «обезьянкой»
 - маршевый шаг
3. Бег:
 - лошадка
 - легкий (ноги назад)
4. Прыжки:
 - трамплины по 6 позиции
 - прыжок вперед и назад
5. Работа рук:
 - понятие «правая» и «левая» руки
 - положение рук на талию
 - положение рук на плечах
6. Позиции ног:
 - понятие «правая» и «левая» ноги
 - первая позиция свободная
 - первая позиция параллельная (или 6 позиция)

7. Работа головы: наклоны и повороты

8. Приседания

- полуприседания

9. Хлопки

- хлопки в ладоши (на целые доли, половинчатые, четвертные)

8. Прыжки по точкам зала (1,3,5,7)

10. Игры на развитие воображения:

- «Быстрые превращения» Под быструю музыку дети свободно двигаются. Когда музыка остановится, дети превращаются в того, в кого скажет ведущий. Баба-Яга, роботы, грустный клоун, весёлый танцор, балерина, утомленный бегун, вежливый манекен. Музыка на 30 сек.-1 мин.

«Музыкально-ритмические упражнения»

Основано 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.

III. Требования к уровню подготовки учащихся

Ученики должны иметь следующие знания, умения, навыки *по предмету «Ритмика-танец»*:

- определять характер музыки словами (грустный, веселый, спокойный)
- определять темп музыки (быстро, медленно, умеренно)
- различать жанры в музыке: песня, танец, марш
- уметь грамотно исполнять движения
- выполнять основные упражнения с предметами и без них под музыку на 2/4, 4/4, 3/4
- начинать и заканчивать движения вместе с музыкой
- уметь координировать движения - рук, ног, и головы, при ходьбе, беге

- четко определять право и лево в движении
- уметь свободно держать корпус, голову и руки в тех или иных положениях
- знать названия общеразвивающих упражнений, пройденных в течение года
- уметь танцевать в коллективе
- уметь правильно ориентироваться на сценической площадке
- уметь замечать свои ошибки и ошибки других учеников

Ученики должны иметь следующие знания, умения, навыки:

- знание строения тела
- знание правил безопасности при выполнении физических упражнений;
- умение сознательно управлять своим телом;
- умение распределять движения во времени и в пространстве;
- владение комплексом упражнений на развитие гибкости корпуса;
- навыки координаций движений.

IV. Методическое обеспечение учебного процесса

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;
- принцип наглядности, который предусматривает использование при обучении комплекса средств и приемов: личная демонстрация приемов, видео и фотоматериалы, словесное описание нового приема и т.д.;
- принцип доступности, который требует, чтобы перед учеником ставились посильные задачи. В противном случае у обучающихся снижается интерес к знаниям. От преподавателя требуется постоянное

и тщательное изучение способностей учеников, их возможностей в освоении конкретных элементов, оказание помощи в преодолении трудностей.

- принцип систематичности, который предусматривает разучивание элементов, регулярное совершенствование техники элементов и освоение новых элементов для расширения активного арсенала приемов, чередование работы и отдыха в процессе обучения с целью сохранения работоспособности и активности учеников.

Процесс обучения музыкально-ритмическим движениям включает три этапа.

На первом этапе ставятся задачи:

- ознакомления детей с новым упражнением, пляской, хороводом или 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, продолжается:

- 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.

Правильная организация учебного процесса, успешное и всестороннее развитие данных ученика зависят непосредственно от того, насколько тщательно спланирована работа, поэтому, готовясь к уроку, преподаватель должен, прежде всего, определить его направленность.

Важным методом правильной организации урока является продуманное, спланированное размещение учащихся. При выполнении движений у станка надо расставить учеников так, чтобы они не мешали друг другу. При выполнении движений на середине зала лучше размещать детей в шахматном порядке, чтобы преподаватель мог лучше видеть их, причем через 2-3 урока следует менять линии.

Для самоконтроля за упражнениями необходимо проводить занятия перед зеркалом. Однако занятия перед зеркалом следует чередовать с занятиями без зеркала, чтобы учащиеся учились контролировать свои движения лишь с помощью мышечного чувства.

Одна из самых главных методических задач преподавателя состоит в том, чтобы научить ребенка работать самостоятельно. Творческие задачи развивают такие важные для любого вида деятельности личные качества, как воображение, мышление, увлеченность, трудолюбие, активность, инициативность, самостоятельность. Эти качества необходимы для организации грамотной самостоятельной работы, которая позволяет значительно активизировать учебный процесс.

V. Результативность, формы и методы контроля, система оценок

Результативность обучения учащихся проверяется на различных выступлениях, контрольных уроках, концертах и подготовке к ним.

Формы и методы контроля осуществляются аттестацией учащихся на контрольном уроке по окончании 1 и 2 полугодия.

Механизм выявления результатов

Отслеживание результативности освоения программного материала осуществляется в течение всего периода обучения на занятиях разных видов: учебные, зачетные, открытые.

Для оценки усвояемости материала по итогам занятий можно применять следующую систему оценок:

Высокий уровень освоения программы

- Упражнение выполнено технически правильно, уверенно, без напряжения, в нужном темпе и характере.
- Точное знание терминологии и правил исполнения движений в соответствии с годом обучения;
- Точность, музыкальность и выразительность исполнения танцевальных комбинаций и этюдов;
- Умение работать в ансамбле и владение навыками сольного исполнения танцевальных фрагментов;

Средний уровень освоения программы

- Упражнение исполнено технически правильно, но недостаточно красиво и изящно, с некоторым напряжением, не совсем уверенно.
- Неполное владение теоретическими знаниями по танцевальной дисциплине в соответствии с годом обучения;
- Недостаточно точное исполнение танцевальных комбинаций с точки зрения координации движений и музыкальности;

Низкий уровень освоения программы

- Упражнение выполнено правильно, но недостаточно точно, с большим напряжением, допущены незначительные ошибки в положении головы, рук, ног.
- Слабое усвоение теоретического программного материала соответствующего года обучения;

Критерии оценок

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

Критерии оценки качества исполнения

По итогам исполнения программы на контрольном уроке
выставляется оценка по пятибалльной шкале:

Таблица 4

Оценка	Критерии оценивания выступления
5 («отлично»)	методически правильное исполнение учебно-танцевальной комбинации, музыкально грамотное и эмоционально-выразительное исполнение пройденного материала
4 («хорошо»)	Возможное допущение незначительных ошибок в Сложных движениях, исполнение выразительное, грамотное, музыкальное, техническое
3 («удовлетворительно»)	Исполнение с большим количеством недочетов, а именно: недоученные движения, слабая техническая подготовка, не выразительное исполнение
2 («неудовлетворительно»)	комплекс недостатков, являющийся следствием плохой посещаемости аудиторных занятий и нежеланием работать над собой
«зачет» (безотметки)	отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения.

Оценку качества приобретенных знаний, умений и навыков, а также степень готовности учащихся к сценической практике оценивается по техническим возможностям и выразительности учащихся по программе.

Оценки выставляются по окончании полугодий учебного года.

VI. Список рекомендуемой методической литературы

1. Бриске И.Э. Ритмика и танец. Челябинск, 2003г.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. Внимание: дети. Москва 2000г.
3. Бекина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движение.
Упражнения, игры, пляски для детей 6-7 лет. Часть I и II. М., 2011г.
4. Бочкарева, Н.И. Развитие творческих способностей детей на уроках ритмики и хореографии [Текст]/Н.И. Бочкарева.— Кемерово, 1998.— 6с.
5. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. СПб 2000 Программа по ритмической пластике для детей. «Ритмическая мозаика». А.И. Буренина. Санкт-Петербург 2000г. - 217 с.
6. Горшкова Е.В. От жеста к танцу. М.: Издательство «Гном и Д», 2004
7. Ерохина О.В. Школа танцев для детей. Мир вашего ребенка. Ростов - на - Дону «Феникс» 2003г.
8. Зарецкая Н.В. Танцы для детей старшего дошкольного возраста. Москва 2007 г.
9. Играем с начала. Гимнастика, ритмика, танец. М., 2007
10. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов. М., 2000
11. Лифиц И., Франио Г. Методическое пособие по ритмике. М., 2007
12. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. Ярославль 2004г.
13. Пустовойтова М.Б. Ритмика для детей. Учебно-методическое пособие. М., Гуманитарный издательский центр «ВЛАДОС», 2008
14. Роот З.Я. Танцы с нотами для детского сада. Москва 2007г.
15. Фринио Г.С. Ритмика в детской музыкальной школе, М., 2017
16. Фринио Г.С. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей. М., 2009
17. Школа танца для юных. СПб, 2003
18. Чибрикова-Луговская А.Е. Ритмика. Москва Издательский дом «Дрофа», 2008г.

19. Ваганова А. "Основы классического танца". Искусство, 1936
20. Тарасов Н. «Классический танец». «Искусство», 1971
21. Базарова Н., Мэй В. "Азбука классического танца". Искусство, 1964
22. Колтановский А., Брыкин А. "Общеразвивающие и специальные упражнения". М., 1973
23. Колодницкий, Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей / Г.А. Колодницкий. – М.: Гном-Пресс, 2000.
24. Левин М.В. «Гимнастика в хореографической школе». Терра спорт. М., 2001
25. Сивакова Д.А. «Уроки художественной гимнастики». «Физкультура и спорт». М., 1968
26. Миловзорова М.С. «Анатомия и физиология человека». «Медицина». М., 1972
27. Лисицкая Т.С. «Хореография в гимнастике». «Физкультура и спорт». М., 1984

Электронно-образовательные ресурсы.

1. <http://fgosreestr.ru>
2. <http://fgos-ovz.herzen.spb.ru>
3. <http://tasoteka.Ruseu.net/category/1654/4202>
4. [http:// школа28.екатеренбург.рф/](http://школа28.екатеренбург.рф/)