



Муниципальное бюджетное  
образовательное учреждение  
дополнительного образования  
«Детская школа искусств № 9» города Курска

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ХУДОЖЕСТВЕННОЙ  
НАПРАВЛЕННОСТИ В ОБЛАСТИ ИСКУССТВ  
«Хореографическое искусство»

ПРОГРАММА  
по учебному предмету  
«Ритмика и танец»

(срок обучения – 7 лет)

Курск 2016

<p>«Рассмотрено» методическим советом МБОУ ДО ДШИ № 9</p>	<p>«Утверждаю» Директор  И.В. Голубова</p>
<p>Дата <u>23.08.2017</u> Протокол № <u>13</u></p>	<p>Дата <u>23.08.2017</u> Приказ № _____</p>
<p>«Рассмотрено» педагогическим советом МБОУ ДО ДШИ № 9</p>	
<p>Дата <u>23.08.2017</u> Протокол № <u>90</u></p>	

Разработчик программы: Шевелева Л.В., преподаватель первой категории МБОУ ДО ДШИ № 9 г. Курска

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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

Известно, что эффективность образования детей в школе во многом зависит от состояния их здоровья. Мы живём во времена бурного развития современной и массовой гиподинамии, когда ребёнок становится заложником быстро развивающихся технических систем (телевидения, компьютеры, сотовая связь и т.д.) – всё это приводит к недостатку двигательной активности ребёнка и отражается на состоянии здоровья подрастающего поколения.

Современная школа стоит перед фактором дальнейшего ухудшения не только физического, но и психического здоровья детей. Чтобы внутренний мир, духовный склад детей был богатым, глубоким, необходимы меры целостно развития, укрепления и сохранения здоровья обучающихся. Определяющим фактором в системе сохранения и развития здоровья подрастающего поколения может стать валеологически обоснованный учебно-воспитательный процесс в школе.

Приходя в школу, ребенок имеет ограниченный запас двигательных навыков, с нарушенной осанкой, координацией. Одни скованы, неподвижны, медлительны, другие - разболтаны и суетливы. Часто дети плохо держатся: гнутся, поднимают плечи, неправильно ставят ноги при ходьбе (носки внутрь) и т.п.

Необходимо создать условия для коррекции этих недостатков и обогащения запасов двигательных навыков детей, давая им специальные тренировочные упражнения.

Ритмика способствует правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно-творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор.

Ритмика включает ритмические упражнения, музыкальные игры, музыкальные задания по слушанию и анализу танцевальной музыки, поскольку недостаточное музыкальное развитие детей на первом этапе обычно является основным тормозом в развитии их танцевальных способностей. Упражнения этого раздела способствуют развитию музыкальности: формируют музыкальное восприятие, представления о выразительных средствах музыки, запас музыкальных впечатлений, используя их в разных видах деятельности, развивают чувство ритма, умение ориентироваться в маршевой и танцевальной музыке, определять ее характер, метроритм, строение и особенно, умение согласовывать музыку с движением.

Основной формой учебной и воспитательной работы в классе является урок, проводимый в форме групповых занятий продолжительностью 1 академический час. Комплектность групп – в среднем от 11-и до 14-и человек. Периодичность – один раз в неделю.

Учебная программа по ритмике рассчитана на обучение в 1-м и 2-м классе по 7-и летнему сроку образования.

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

#### **Цели программы по ритмике:**

- воспитание организованной, гармонически развитой личности;
- развитие музыкальности: воспитание интереса и любви к музыке, потребности слушать знакомые и новые музыкальные произведения и двигаться под музыку;
- развитие умения выражать в движении характер музыки и ее настроение;
- развитие творческих способностей;
- развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления;
- развитие умения выражать различные эмоции в мимике и пантомимике.

#### **Задачи программы:**

- получение знаний основных понятий, связанных с метром и ритмом, темпом и динамикой в музыке;
- знаний понятия лада в музыке (мажор, минор) и умение отражать ладовую окраску в танцевальных движениях;
- первичных знаний о музыкальном синтаксисе, простых музыкальных формах;

- представление о длительностях нот в соотношении с танцевальными шагами;
- умение согласовывать движения со строением музыкального произведения;
- навыки двигательного воспроизведения ритмических рисунков;
- навыки сочетания музыкально-ритмических упражнений с танцевальными движениями.

**Срок реализации учебного предмета, форма проведения учебных занятий.** Срок реализации учебного предмета 2 года (1, 2 классы) по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам художественной направленности в области искусств «Хореографическое искусство».

Формой работы с обучающимися является урок в форме групповых занятий.

**Описание программно-методического оборудования.**

- учебные аудитории для групповых, мелкогрупповых и индивидуальных занятий с инструментом;
- костюмерная, располагающая необходимым количеством костюмов для учебных занятий, репетиционного процесса, сценических выступлений;
- раздевалки и душевые для обучающихся.

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

### **Первый год обучения**

Дети младшего школьного возраста отличаются, как известно, большой подвижностью, неустойчивостью внимания, неумением долго сосредотачиваться на одном задании. Поэтому следует ограничиваться небольшим количеством самых необходимых подготовительных упражнений, имеющих целью: сохранение правильной осанки, ознакомление с основными положениями ног и рук, развитие первоначальных танцевальных навыков. Большое внимание уделяется ритмическим упражнениям, построенным на простых движениях, которые принимают игровую форму и развивают у детей навык согласовать свои движения с музыкой, помогают им освоиться в новой для них обстановке, научиться правильно вести себя в коллективе. В младшем школьном возрасте закладываются основы, от которых в дальнейшем будет зависеть успех занятий ритмикой и танцем. Дети должны усвоить правильную постановку корпуса (при этом нужно обратить внимание на природные особенности сложения учеников): укрепить и развить мышечный аппарат (особенно поясницы, брюшного пресса, укрепление глубоких мышц спины, передних связок грудного отдела позвоночника); научиться дифференцировать работу различных групп мышц, владеть центром тяжести тела, ориентироваться в пространстве, чувствовать ракурс, развить прыгучесть, чувство ритма, уметь отражать в движениях характер музыки.

#### **Организационная работа**

Беседа с детьми о целях и задачах первого года обучения, о правилах поведения на уроках ритмики, о форме одежды для занятий. Подготовка и проведение открытого урока для родителей в конце года.

#### **Ритмика, элементы музыкальной грамоты**

**Тема 1.** Характер музыкального произведения, его темп, динамические оттенки, легато-стаккато.

Умение слушать музыку, определять ее характер, отражать в движении разнообразные оттенки характера музыкальных произведений (веселый, спокойный, энергичный, торжественный). Знакомство с выразительным значением темпа музыки (очень медленно, медленно, умеренно, быстро, очень быстро). Умение выполнять движения в разных темпах. Различать разнообразные динамические оттенки музыки (очень тихо, тихо, умеренно, быстро, громко, очень громко). Умение выполнять движения с различной

силой, амплитудой в зависимости от динамических оттенков музыки. Понятие легато (связанно) и стаккато (отрывисто) в музыке и движении.

**Тема 2.** Строение музыкального произведения. Знакомство со строением музыкального произведения. Понятия: вступление, части (в частях тема), музыкальная фраза. Умение менять движение в зависимости от смены музыкальных частей, фраз.

### **Музыкальный материал**

**Определение характера, темпа, строение музыкального произведения и передача их в движении.**

- А. Петров. «Песенка о дружбе». Маршируем.
- П. Чайковский. «Грустная песенка», Соч. 40 № 2.
- П. Ломовой «Ускоряй и замедляй».
- П. Чайковский «Щелкунчик». Трепак.
- М. Мусорский. Гопак из оперы «Сорочинская ярмарка». Пружинки.

**Динамические оттенки и передача их в движении**

- Б.Можжевелова. «Веселые поскоки».
- А.Рубенштейн. «Кавалерийская рысь». Лошадки.
- А. Гумилев. Галоп.
- И. Сад. Полька из музыки к спектаклю «Синяя птица».

**Подскоки и пружинящий шаг.**

- Ф.Шуберт. Экосез, соч. 18, а № 1. Бег легкий и широкий.
- «Пойду ль, выйду ль я» - русская народная песня.
- Музыкальные игры: «Звери и птицы», «После дождя», «Запомни музыку».
- М. Красев. «Веселый человек».
- Д. Кабалевский. Легкие вариации.

**Строение музыкального произведения**

- А. Дворжек. Вальс, соч.54 № 5.
- С. Прокофьев. «Шествие кузнечиков».
- Д. Штейбель. Адажио.  
Русская хороводная песня. «Метелица».

**Танцевальные движения**

1. Поклон реверанс.
2. Сценический шаг.
3. Шаг на полу пальцах.
4. Легкий бег.
5. Подскоки: на месте, с продвижением вперед, вокруг себя.
6. Удары стопой по 6-й и 3-й позициям.
7. Танцевальный бег с различным положением рук (на поясе, в стороны, за спиной).
8. Притопы, хлопки в ладоши по одному и в парах.
9. Ковырялочка.

**Положения рук в танцах**

1. Руки на поясе (большой палец обращен назад).
2. Подбоченившись (кисти сжаты в кулаки и поставлены на пояс).
3. Девочки придерживают руками юбочку (руки в локтях закруглены)
4. Руки свободно опущены, ладони раскрыты навстречу движения.
5. Руки скрещены перед грудью.
6. Одна рука на поясе, другая с платочком поднята в сторону - вверх и слегка согнута в локте (только девочки).
7. Руки убраны за спину.

## Второй год обучения

### Ритмика, элементы музыкальной грамоты

Закрепляют знания и навыки, полученные на первом году обучения. Продолжается работа над темами: характер, темп, динамические оттенки в музыке и передача их в движении на новом музыкальном материале.

**Тема 1.** Длительности, ритмический рисунок, акценты, музыкальный размер. Метроритм.

Понятие об акценте, метрической пульсации: паузах, длительности, ритмическом рисунке, метре. Умение выделить акценты, метрическую пульсацию, паузу. Умение производить на хлопках и шагах разнообразные ритмические рисунки, состоящие из четвертей, восьмых, половинных и целых.

Умение определять музыкальный размер: 2/4, 3/4, 4/4.

**Тема 2.** Маршевая и танцевальная музыка.

Расширяются представления об особенностях марша, танцевальных жанров: вальса, польки, галопа, краковяк, лендлер, полонез. Слушание и анализ маршевой и танцевальной музыки, входящей в программу 2 года обучения.

### Музыкальный материал

**Характер, темп, динамические оттенки в музыке и в движении.**

И. Дунаевский. «Песня о Родине».

Ю. Богословский. Марш.

Русская народная мелодия. Обработка Н. Римского Корсакова, «Заплетись, плетень».

Н. Любарский. Игра.

П. Чайковский. Марш из балета «Лебединое озеро».

Ф. Шуберт. Вальс.

В. Белого. «Тачанка».

**Метроритм. Длительности и ритмический рисунок**

И. Гайдн. Соната C-DUR (из III части).

Л. Бетховен. Контрданс.

Латышская народная песня.

Ф. Шуберт. Экосез.

В. Курочкин. «Ладушки».

Польская народная песня. «Висла».

Л. Бетховен. Экосез.

Ф. Госсек. Гавот.

П. Чайковский. Отрывок из балета «Лебединое озеро».

Русская народная песня. «Ах ты, береза».

Н. Александровна. Игра в мяч.

Н. Руднева. «Щебетала пташка».

**Тема 3.** Понятие о такте и затакте. Затактовые построения.

**Тема 4.** Пунктирный ритм.

### Музыкальный материал

П. Чайковский. Танец феи Драже из балета «Щелкунчик».

Д. Шостакович. «Хороший день».

П. Чайковский. «Январь» из цикла «Времена года».

Л. Бетховен. «Багатель».

Затактовые построения. Пунктирный ритм.

Н. Раков. Полька.

Д. Шостакович. Гавот.

Л. Бетховин. Вариации.

П. Чайковский. Мазурка из цикла «Детский альбом».

В. Волков. «Пионеры, в поход!»

В. Косеко. «Пионерская песня».

### **Танцевальные движения**

1. поочередная раскрывания и закрывания рук
  2. бытовой шаг с притопом
  3. шаркающий шаг
  4. переменный шаг (вперед, назад)
  5. моталочка
    - а) с задеванием пола каблуком
    - б) с акцентом на всю стопу
    - в) с задеванием пола полупальцами
  6. Быстрой русский бег с продвижением вперед и назад
  7. Перевод рук из подготовительного положения в 1-ю, 2-ю, позицию и обратно. Раскрывание рук из положения «на поясе» в 1-ю позицию, 2-ю поз, возвращение рук на пояс через 1-ю позицию
  8. Движения плеч и корпуса: подъем плеч в различном темпе и характере, поочередное выведение плеча вперед, наклоны корпуса вперед, назад, в сторону.
  9. Движение головы: повороты направо - налево, в различном характере, вверх- вниз с различной амплитудой, наклоны вправо - влево (с различной амплитудой).
  10. Боковой голоп;
  11. Шаг польки;
  12. Прыжки по 6 позиции, и поочередным выбрасыванием ног вперед.
- Присядки: (для мальчиков).
- Мячик: присядка с продвижением в сторону и выбрасывание ноги на каблук и на воздух.

## **Требования к уровню подготовки обучающихся**

По окончании двухлетнего курса обучающиеся должны обладать следующими знаниями и умениями:

- знание основных понятий, связанных с метром и ритмом, темпом и динамикой в музыке;
- знание понятия лада в музыке (мажор, минор) и умение отражать ладовую окраску в танцевальных движениях;
- первичные знания о музыкальном синтаксисе, простых музыкальных формах;
- представление о длительностях нот в соотношении с танцевальными шагами;
- умение согласовывать движения со строением музыкального произведения;
- навыки двигательного воспроизведения ритмических рисунков;
- навыки сочетания музыкально-ритмических упражнений с танцевальными движениями.

Уровень знаний и умений, приобретенный обучающимися проверяется путем проведения контрольных уроков, зачетов, а так же посредством участия обучающихся в творческих мероприятиях, на которых проверяются как знания, умения и навыки, полученные обучающимися, так и воспитательные результаты: уровень творческой индивидуальной и коллективной деятельности, трудолюбие, достигнутое в процессе прохождения программы.

## **Формы и виды контроля, система оценок**

*Аттестация: цели, виды, форма, содержание*

Каждый из видов контроля успеваемости учащихся имеет свои цели, задачи и формы.

Оценки качества знаний по «Вокалу» охватывают все виды контроля:

- текущий контроль успеваемости;
- промежуточная аттестация учащихся;
- итоговая аттестация учащихся.

Цель промежуточной аттестации - определение уровня подготовки учащегося на определенном этапе обучения по конкретно пройденному материалу.

<b>Вид контроля</b>	<b>Задачи</b>	<b>Формы</b>
<b>Текущий контроль</b>	- Поддержание учебной дисциплины, - выявление отношения учащегося к изучаемому предмету; - повышение уровня освоения текущего учебного материала. Текущий контроль осуществляется преподавателем по предмету	Контрольные уроки, прослушивания, просмотры
<b>Промежуточная аттестация</b>	Проводится регулярно (периодичностью не более чем через два, три урока) в рамках расписания занятий и предлагает использование различной системы оценок. Результаты текущего контроля учитываются при выставлении четвертных, полугодовых, годовых оценок.	Подготовка к конкурсам концертам, зачеты, показ номеров
<b>Итоговая аттестация</b>	Определение успешности развития учащегося и усвоения им программы на определенном этапе обучения определяет уровень и качество освоения программы учебного предмета.	Экзамен (проводится в выпускных классах - 7 (8))

Формой вводного контроля является проверка индивидуальных данных ребенка при поступлении. Основной формой текущего контроля является анализ работы и наблюдение, опрос, оценка на уроке за выполненное задание и работу на занятии (не менее 3-х оценок за четверть). Формой промежуточного контроля является контрольный урок, который проводится в конце каждого полугодия.

<b>Оценка</b>	<b>Критерии оценивания выступления</b>
5 («отлично»)	технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения
4 («хорошо»)	отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном смысле)
3 («удовлетворительно»)	исполнение с большим количеством недочетов, а именно: недоученные движения, слабая техническая подготовка, малохудожественное исполнение, отсутствие свободы исполнения и т.д.
2 («неудовлетворительно»)	комплекс недостатков, являющийся следствием отсутствия домашних занятий, а также плохая посещаемость аудиторных занятий
«зачет» (без отметки)	отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения.



## Методическое обеспечение учебного процесса

**Основные методы и приемы, используемые на занятиях по ритмике.** Организация занятий по ритмике обеспечивается рядом методических приемов:

- метод показа. Разучивание нового движения, позы педагог предваряет точным показом. Это необходимо и потому, что в исполнении педагога движение предстает в законченном варианте;

- музыкальное сопровождение как методический прием. Педагог своими пояснениями должен помочь обучающимся приобрести умение согласовывать движения с музыкой. Правильно выбранная музыка несет в себе все те эмоции, которые затем обучающиеся проявляют в танце;

- метод наглядности. Этот метод включает в себя слуховую наглядность (слушание музыки во время исполнения танцев, песен и др.), зрительное и тактильное проявление наглядности, которые сочетаются со слуховыми впечатлениями (показ певческих приемов, движений, картинок и др.);

- словесный метод (беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение, рассказ о ее образах, напоминание, оценка и т. д.) широко применяется в процессе обучения ритмике как самостоятельный, так и в сочетании с наглядным и практическим методами;

- игровой метод. Суть игрового метода в том, что педагог подбирает для обучающихся такую игру, которая отвечает задачам и содержанию занятия, возрасту и подготовленности занимающихся.

Программа предполагает реализацию следующих принципов:

- принцип доступности и индивидуализации, предусматривает учет возрастных особенностей и возможностей ребенка и в связи с этим – определение посильных для него заданий. Оптимальная мера доступности определяется соответствием возрастных возможностей ребенка степени сложности заданий. Доступность означает не отсутствие трудностей, а возможность их успешного преодоления путем физических и психических усилий занимающегося. Одним из основных условий доступности является преемственность и постепенность усложнения заданий. Практически это достигается правильным распределением материала на занятиях. В связи с этим следует отметить целесообразность исполнения подготовительных, подводящих упражнений для усвоения многих двигательных навыков.

Индивидуализация подразумевает учет индивидуальных особенностей ребенка. У каждого имеются своеобразные функциональные возможности, поэтому по-разному протекает процесс усвоения движений, организм различно реагирует на физическую нагрузку;

- принцип постепенного повышения требований, заключается в постановке перед ребенком и выполнении им все более трудных новых заданий, в постепенном увеличении объема и интенсивности нагрузок. Обязательным условием успешного обучения также является чередование нагрузок с отдыхом. Переход к новым, более сложным упражнениям должен происходить постепенно, по мере закрепления формирующихся навыков и адаптации организма к нагрузкам;

- принцип систематичности. Имеются в виду непрерывность и регулярность занятий. Обучающийся должен знать, что каждое занятие обязательно. В процессе занятий у него должно выработаться понимание того, что любое дело нужно выполнять добросовестно и доводить до конца. Систематические занятия, дисциплинируют обучающегося, приучают его к методичной и регулярной работе;

- принцип сознательности и активности, предполагает обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение обучающегося к своим действиям. Для успешного достижения цели обучающемуся необходимо ясно представлять, что и как нужно выполнить и почему именно так, а не иначе;

- принцип повторяемости материала. Хореографические занятия требуют повторения вырабатываемых двигательных навыков. Только при многократных повторениях

образуется двигательный стереотип. Если повторение вариативно, то есть в упражнения вносятся какие – то изменения и предполагаются разнообразные методы и приемы их выполнения, то эффективность таких занятий выше:

- принцип наглядности понимается как широкое взаимодействие всех внешних и внутренних анализаторов, непосредственно связывающих обучающегося с окружающей действительностью. При разучивании новых движений наглядность – это безукоризненный практический показ движений педагогом. Но если в начальной стадии разучивания упражнения главенствует зрительный анализатор, то в заключительной части эта роль переходит к двигательному. Кроме того, большое значение имеет взаимосвязь образного слова и наглядности. При наличии достаточного двигательного опыта образное слово будет вызывать необходимые двигательные представления.

Все вышеизложенные принципы отражают определенные стороны и закономерности одного и того же процесса, являющегося, по существу, единым, и лишь условно рассматриваются в отдельности. Они могут быть удачно реализованы только во взаимосвязи.

### Список литературы

1. Базарова Н. Мей В. Азбука классического танца. Л. Москва 1964 год.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. Москва 2000 год.
3. Бекина СИ. Ломова Т.П. Музыка и движение.
4. Воганова А.Я. Основы классического танца. Л. Москва 1963 год.
5. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике в I и II классах музыкальной школы. Выпуск I издательство “музыка”. Москва 1972 год.
6. Конорова Е.В. Занятия по ритмике в I и IV классах музыкальной школы. Выпуск 2. Москва 1973 год.
7. Лифиц И. Франио Г. Методическое пособие по ритмике, издательство Москва 1987 год.
8. Руднева С.Д. Фиш З. Ритмика. Музыкальное движение Москва просвещение 1972 год.
9. Ткаченко Т.С Народные танцы Москва 1975.
10. Франио Г. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей. Москва 1989 год.