

**муниципальное учреждение дополнительного образования
«Детская школа искусств имени М.А. Балакирева» города Ярославля**

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА В ОБЛАСТИ
ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА
«ШКОЛА РАННЕГО ТВОРЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ»**

**по учебному предмету
РИТМИКА
/ДЛЯ ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫХ ГРУПП/**

2020г.

«РАССМОТРЕНО»

Методическим советом МУДО

«ДШИ им. М.А. Балакирева» г.Ярославля

« 31 » августа 2020г.



«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МУДО

«ДШИ им. М.А. Балакирева» г.Ярославля

Ж.Г. Кузовенкова

« 31 » августа 2020г.

Разработчик: Е.В.Елисеева, преподаватель

МУДО «ДШИ им. М.А. Балакирева» г.Ярославля

Рецензент: Сытова Э.В., кандидат искусствоведения, педагог Образцового
самодетельного коллектива ансамбля танца "Радость", директор МАУ ДК "Красный
Перекоп" г. Ярославль

Структура программы учебного предмета

I. Пояснительная записка

- Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе;
- Срок реализации учебного предмета;
- Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию учебного предмета;
- Форма проведения учебных аудиторных занятий;
- Цель и задачи учебного предмета;
- Обоснование структуры программы учебного предмета;
- Методы обучения;
- Описание материально-технических условий реализации учебного предмета.

II. Содержание учебного предмета

- Сведения о затратах учебного времени;
- Содержание разделов;
- Требования по годам обучения;

III. Требования к уровню подготовки обучающихся

IV. Формы и методы контроля, система оценок

- Аттестация: цели, виды, форма, содержание;
- Критерии оценки;

V. Методическое обеспечение учебного процесса

- Методические рекомендации педагогическим работникам;

VI. Список рекомендуемой методической литературы

- Список рекомендуемой методической литературы;

I. Пояснительная записка

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

Программа 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 музыкального исполнительства в детских школах искусств.

На занятиях по ритмике происходит непосредственное и всестороннее 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», «Народно-сценический танец».

2. Срок реализации учебного предмета «Ритмика»

Срок освоения программы «Ритмика» для детей, поступивших в образовательное учреждение в Школе творческого развития в возрасте от шести до семи лет составляет 2 года.

2. Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию предмета «Ритмика»:

№п/п	Наименование предмета	Количество учебных часов в неделю		Количество учебных недель	Всего часов
		1 класс	2 класс		
ПО.01. Хореографическое исполнительство					
ПО.01.УП.01.	Ритмика	4	4	34	272

4. Форма проведения учебных аудиторных занятий

Реализация учебного плана по предмету «Ритмика» проводится в форме

групповых занятий численностью от 11 человек. Рекомендуемая продолжительность урока - 45 минут, занятия проводятся 2 раза в неделю.

5. Цель и задачи учебного предмета

Цель: развитие музыкально-ритмических и двигательнo-танцевальных способностей обучающихся через овладение основами музыкально-ритмической культуры.

Образовательные задачи:

- Формирование у обучающихся системы знаний, умений и навыков по предмету «Ритмика».

Развивающие задачи:

Развитие музыкальности:

- овладение основами музыкальной грамоты;
- способности воспринимать музыку, чувствовать настроение и характер, понимать её содержание;
- специальных музыкальных способностей (музыкального слуха, чувства ритма);
- музыкального кругозора и познавательного интереса к искусству звуков;
- музыкальной памяти.

Развитие двигательных качеств и умений:

- гибкости и пластичности, силы, ловкости, выносливости, координации движений;
- умения ориентироваться в пространстве;
- формирование правильной осанки, танцевальных умений и навыков в соответствии с требованиями программы;
- обогащение двигательного опыта разнообразными гимнастическими движениями;

Развитие творческих способностей, потребности к самовыражению в движении под музыку:

- творческого воображения и фантазии;
- способности к самовыражению.

Развитие и тренировка психических процессов:

- эмоциональной сферы;
- умений реагировать движением на средства музыкальной выразительности;
- восприятия, внимания и памяти;
- тренировка подвижности нервных процессов.

Воспитательные задачи:

Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:

- воспитание умения сопереживать;

- воспитание умения подчинять свои интересы интересам всего коллектива;
- формирование чувства такта и культурных привычек.

6. Обоснование структуры учебного предмета «Ритмика»

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:

Наглядный

- наглядно-слуховой прием;
- наглядно-зрительный прием.

Исполнение музыки должно сопровождаться показом. Показ движения нужно заранее хорошо продумать: сравнительно легко продемонстрировать действия отдельных персонажей-образов и намного сложнее развернуть сюжет игры или различные хороводные построения.

Словесный

Беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение, рассказ, напоминание, оценка и т. д. Этот метод широко применяется в процессе обучения ритмике как самостоятельный, так и в сочетании с наглядным и практическим методами. Применение его своеобразно тем, что состоит в выборе отдельных приемов и в дозировке их в зависимости от формы занятий и возраста детей.

Так, к образно-сюжетному рассказу чаще прибегают при разучивании игры (особенно в младшей группе); к объяснению, напоминанию — в упражнениях, танцах.

Практический

При использовании практического метода (многократное выполнение конкретного музыкально-ритмического движения) особенно важно предварительно

«отрабатывать» в подводящих, подготовительных упражнениях элементы бега, подскоков, прыжков, манипуляций с предметами и т. д., а затем уже включать их в игры, пляски и хороводы.

Предложенные методы работы являются наиболее продуктивными при реализации поставленных целей и задач учебного предмета и основаны на проверенных методиках и сложившихся традициях в хореографическом образовании.

8. Описание материально-технических условий реализации учебного предмета.

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

В школах должны быть созданы те необходимые материально-технические условия, которые бы благотворно влияли на успешную организацию образовательного и воспитательного процесса:

- наличие танцевальных залов;
- наличие оборудованных гардеробов и раздевалок для занятий;
- наличие концертного зала;
- наличие репетиционной и концертной одежды.

II. Содержание учебного предмета

1. Сведения о затратах учебного времени

Срок обучения 2 года

№/№	Наименование раздела	Вид учебного занятия	Объем времени в часах		
			Максимальная учебная нагрузка	Аудиторные занятия первого года обучения	Аудиторные занятия второго года обучения
1	2	3	4	5	6
I.	Основы музыкальной грамоты	урок	22	12	10
II.	Упражнения на ориентировку в пространстве	урок	16	11	5
III.	Упражнения с музыкально-шумовыми инструментами (ложки, бубен, маракас,	урок	30	15	15

	трещотки и т.д. на выбор преподавателя)				
IV.	Упражнения с предметами танца (платок, лента, мяч, обруч)	урок	20	10	10
V.	Танцевальные движения	урок	57	27	30
VI.	Партерная гимнастика	урок	55	27	28
VII.	Музыкально-ритмические игры	урок	24	12	12
VIII.	Этюды	урок	46	21	25
IX.	Контрольные уроки	урок	2	1	1
	ИТОГО:		272	136	136

Учебный материал распределяется по годам обучения, каждый из которых имеет свои дидактические задачи и объем времени, предусмотренный для освоения учебного материала.

2. Содержание разделов

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 обучающегося.

– Первый раздел «Основы музыкальной грамоты»

Главная цель - научить ребенка слушать и слышать музыку и эмоционально откликаться на средства музыкальной выразительности и динамические изменения. Умение слышать музыку и понимать музыкальный язык развивается в разных видах деятельности: музицировании, движении под музыку, дидактических и музыкально-ритмических играх. Обучающиеся усваивают понятия «ритм», «темп», «тембр», «звукорисование», «длительности», "музыкальный размер", музыкальные фразы, предложения и части.

– Второй раздел «Упражнения на ориентировку в пространстве»

Второй раздел основан на обучении ребенка ориентироваться на танцевальной площадке, с легкостью перестраиваться на месте и во время движения, из рисунка в рисунок, держать равнение и интервалы в линии, колонне, круге в дальнейшем позволяет ребенку свободно чувствовать себя на сцене.

– Третий раздел «Упражнения с музыкально-шумовыми инструментами»

Упражнения с детскими музыкальными инструментами (ложки, бубны, маракасы, трещотки и т. д.) применяются для развития у детей подвижности пальцев, умения ощущать напряжение и расслабление мышц, соблюдения ритмичности и координации движений рук, а также для формирования интереса к игре на музыкальных инструментах. С помощью элементарных инструментов развивается музыкальный слух, чувство ритма, представление о звуковысотности, тембровых особенностях звучания, регистрах; расширяются знания о музыкальных инструментах ударной группы, а также формируются простейшие навыки игры на них.

– **Четвертый раздел «Упражнения с предметами танца»**

Упражнения с предметами (мячами, лентами, обручами, платочками, игрушками, скакалками и т. д.) более насыщенно, интересно и разнообразно позволяют донести до ребенка предмет «ритмика и танец». Дети развивают моторику рук и координацию движения. Эти навыки необходимы для подготовки ребенка к более сложным движениям и комбинациям. С использованием данных предметов у детей расширяются познания в области музыкального и хореографического искусства, а также успешно развивается память, мышление, ловкость и сноровка. Дети учатся через предмет выражать свои эмоции, действия на площадке. Преподаватель в соответствии с возрастными особенностями подбирает тот или иной предмет и разучивает упражнения.

– **Пятый раздел «Танцевальные движения»**

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

– **Шестой раздел «Партерная гимнастика»**

Данный раздел программы очень важен для развития природных хореографических способностей, позволяющих успешно заниматься в дальнейшем классическим танцем.

Предлагаемые упражнения способствуют укреплению мышц спины, брюшного пресса, внутренней группы мышц бёдер, а также релаксации связок голеностопных, коленных и тазобедренных суставов, что в итоге способствует развитию природных хореографические способности, а именно выворотности, гибкости, подъёма, танцевального шага.

Большинство упражнения выполняются на полу. Это позволяет развивать нужные группы мышц, эластичность связок и при этом избегать перегрузки позвоночника.

– **Седьмой раздел «Музыкально-ритмические игры»**

Данный раздел включает важные и неотъемлемые для полноценного развития ребенка задачи. Форма игры создает условия для раскрытия эмоционального мира каждого ребенка и усвоения им необходимых знаний, понятий, формирования умений и навыков в обстановке эмоционального комфорта. В процессе игры создаются условия для общения детей в паре, в группе, проявляются личностные качества, а педагог в процессе игры имеет возможность корректировать отношения между детьми, активизировать творческую деятельность группы, создавать условия для наиболее полного проявления каждого ребенка в рамках заданных правил.

– **Восьмой раздел «Этюды»**

Приобщение детей к творчеству – одна из важнейших задач ритмики. Овладев танцевальными элементами, дети смогут составлять их комбинации, несложные этюды. Такая форма работы обогащает детей запасом танцевальных движений, исполнительским мастерством, учит их двигаться технически грамотно, легко, выразительно.

3. Требования по годам обучения

1 год обучения

№№	Наименование тем	Содержание тем
I.	Основы музыкальной грамоты	
1.	<i>Понятие о звуке</i>	– Регистровая окраска. – Звуки низкие, средние и высокие
2.	<i>Характер музыки:</i>	– грустный, печальный – веселый, задорный – понятия «мажор», «минор»
3.	<i>Динамические оттенки:</i>	громко - тихо
4.	<i>Жанры:</i>	Марш, песня, танец
5.	<i>Музыкальный размер:</i>	2/4, 4/4, 3/4
6.	<i>Знакомство с длительностями звуков:</i>	целая, половинная, четвертная, восьмая

7.	<i>Музыкальный темп:</i>	Быстрый, медленный, умеренный
8.	<i>Понятия «сильная доля», «вступление»</i>	
9.	<i>Понятия музыкальной формы</i>	Фраза, предложение, часть
II.	Упражнения на ориентировку в пространстве	<ul style="list-style-type: none"> – линия, – круг, – шеренга, – колонна, – перестроения из круга в колонну, – в две колонны и обратно.
III.	Упражнения с музыкально-шумовыми инструментами (по выбору преподавателя)	<ul style="list-style-type: none"> – ударные (ложки, барабаны, палочки и т.д.) – звенящие (бубны, маракасы, погремушки, бубенцы, трещотки)
IV.	Упражнения с предметами танца (по выбору преподавателя)	Упражнение с платком, лентой, мячом, ложками, колокольчиками и т.д.
V.	Танцевальные движения	
1.	<i>Поклон</i>	простой
2.	<i>Шаги</i>	<ul style="list-style-type: none"> – маршевый шаг, с координационными движениями рук – шаг с вытянутого носка, – шаг сценический, приставной шаг – шаг на высоких полупальцах, на пятках – шаг с высоко поднятым коленом вперед – боковой галоп, подскоки
3.	<i>Бег</i>	<ul style="list-style-type: none"> – на полупальцах – сценический – с высоким подниманием бедра «лошадки»

4.	<i>Прыжки</i>	<ul style="list-style-type: none"> – на месте по VI позиции; врозь – вместе – с продвижением вперед – в повороте на 90, 180 градусов, через короткую скакалку
5.	<i>Работа рук:</i>	<ul style="list-style-type: none"> – положение рук на талии – перед грудью "полочка" – в паре "лодочкой", "плетень" – положение рук в кулаки на поясе
6.	<i>Позиции ног:</i>	<ul style="list-style-type: none"> – VI позиция – I свободная позиция
7.	<i>Работа головы</i>	наклоны и повороты
8.	<i>Движения корпуса</i>	<ul style="list-style-type: none"> – наклоны вперед, назад, в стороны – повороты вправо и влево
9.	<i>Музыкально-ритмические упражнения:</i>	<ul style="list-style-type: none"> – Притопы, перетопы – Простой – Двойной – Тройной – Хлопки – хлопки в ладоши(простые) – хлопки в ритмическом рисунке – хлопки с партнером – изучение ударов стопой в сочетании с хлопками (стоя на месте)
10.	<i>Подскоки</i>	<ul style="list-style-type: none"> – Подскоки на месте и в продвижении – Подскоки с ритмическими хлопками – Подскоки в повороте на месте
VI.	Гимнастические упражнения	«шпагат» прямой и поперечный, «лягушка», «мостик», «полумост», «лодочка», «корзиночка», «колечко», «горка», стойка на лопатках
		Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса

		Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника
		Упражнения для развития мышц брюшного пресса
		Упражнения для развития силы ног и танцевального шага
		Упражнения для развития выворотности тазобедренного и голеностопного суставов
VII.	Музыкально - ритмические игры (по выбору преподавателя)	
VIII.	Этюды (по выбору преподавателя)	
IX.	Контрольные уроки.	

Основные требования к знаниям и умениям обучающихся 1 года обучения:

В результате изучения программы «Ритмика» к концу учебного года обучающийся должен уметь:

- определять характер музыки словами грустный — веселый, печальный задорный, спокойный — встревоженный, напевный - бодрый;
- правильно определять сильную долю в музыке, музыкальный размер 2/4, 4/4, 3/4, и различать длительности нот (целые, половинные, четвертные, восьмые);
- различать «народную» и «классическую» музыку;
- исполнять музыкальные произведения на шумовых инструментах сольно и в ансамбле;
- грамотно исполнять танцевальные движения;
- выполнять основные движения упражнений с предметами и без них;
- начинать и заканчивать движение вместе с музыкой;
- отражать в движении и игре на музыкальных инструментах изученные средства музыкальной выразительности (темп, динамические оттенки, метроритм, длительности, строение музыкально произведения, регистровые и ладовые особенности);
- творчески откликаться на эмоционально-художественное содержание произведения в движении и музицировании;
- координировать движения рук, ног и головы при ходьбе, беге, галопе;
- ориентироваться в пространстве: выполнять повороты, двигаясь по линии танца;

- четко определять правую и левую стороны в движении и исполнении упражнений с использованием предметов;
- уметь свободно держать корпус, голову и руки в тех или иных положениях;
- уметь работать в паре и синхронизировать движения.

Примерные требования к контрольным урокам:

За время обучения обучающиеся должны приобрести ряд практических навыков:

- Уметь выполнять комплексы упражнений.
- Уметь сознательно управлять своими движениями.
- Владеть упражнениями на развитие музыкальности, метроритма.
- Уметь координировать движения.
- Владеть изученными танцевальными движениями разных характеров и музыкальных темпов.
- Владеть навыками игры на музыкально-шумовых инструментах.

2 год обучения.

Образовательные задачи:

- Обогащение музыкальных впечатлений детей.
- Ознакомление с творчеством композиторов: И.С. Баха, В.А. Моцарта, М. Глинки, П. Чайковского, Н. Римского-Корсакова, С. Прокофьева, Д.Кабалевского и т.д.
- Обучение игре на детских музыкально-шумовых инструментах в оркестре и сольно.
- Совершенствование техники изученных танцевальных движений, умений исполнять все упражнения и танцевальные движения музыкально, ритмично, легко, точно и выразительно.
- Формирование умений держать равнение и интервалы на месте и во время перестроений.
- Обогащение словарного запаса музыкальными и хореографическими терминами.

Развивающие задачи:

- Развитие интуитивного восприятия и эмоциональной отзывчивости детей на средства музыкальной выразительности.
- Развитие творческих способностей детей, умение импровизировать, передавать образное содержание музыкального произведения, используя ранее изученные или придуманные движения.
- Продолжать развивать детей в статическом и динамическом равновесии, развивать

координацию движений и ориентировку в пространстве.

- Обеспечение разностороннего развития личности ребенка.
- Развитие и тренировка психических процессов:
 - эмоциональной сферы и умений выражать свои эмоции в танце;
 - тренировка подвижности нервных процессов; память;
 - восприятия, внимания, памяти.

Воспитательные задачи:

Развитие нравственно-коммуникативные качества личности:

- воспитание умения сопереживать;
- воспитание умения подчинять свои интересы интересам всего коллектива;
- формирование чувства такта и культурных привычек.

№№	Наименование тем	Содержание тем
I.	Основы музыкальной грамоты	
1.	<i>Характер музыки:</i>	<ul style="list-style-type: none">– торжественный, величественный и т.д.– игривый, шуточный и т.д.– задумчивый, сдержанный и т.д.
2.	<i>Музыкальный размер</i>	2/4, 4/4, 3/4, 6/8
3.	<i>Музыкальные фразы</i>	<ul style="list-style-type: none">– одинаковые– разные по длине
4.	<i>Музыкальные паузы</i>	<ul style="list-style-type: none">– половинная– четвертная– восьмая
5.	<i>Музыкальный темп:</i>	<ul style="list-style-type: none">– умеренный,– ускорение-замедление,– резкая смена темпа.
6.	<i>Музыкальные штрихи:</i>	<ul style="list-style-type: none">– легато– стаккато
II.	Упражнения на ориентировку в пространстве	<ul style="list-style-type: none">– диагональ– круг– два круга– «улитка»

		<ul style="list-style-type: none"> – «змейка» – понятие точки класса – перестроение на месте во время движения
III.	Упражнения с музыкально-шумовыми инструментами (по выбору преподавателя)	<ul style="list-style-type: none"> – ударные (ложки, барабаны, палочки и т.д.) – звенящие (бубны, маракасы, погремушки, бубенцы, трещотки)
IV.	Упражнения с предметами танца (по выбору преподавателя)	
	<i>Упражнения с мячом</i>	<ul style="list-style-type: none"> – бросание мяча вверх и ловля его одной и двумя руками; с хлопком; – с поворотом; – с отскоком от пола; – отбивание одной и другой рукой поочередно, с продвижением вперед; – перебрасывание мяча в паре
	<i>Упражнения с обручем</i>	выполнять различные обще-развивающие упражнения; вращать одной рукой на предплечье, кисти и талии
	<i>Упражнения с лентой</i>	<ul style="list-style-type: none"> – "волна", – "змейка", – "вьюнок"
	<i>Упражнения с флажками</i>	<ul style="list-style-type: none"> – махи флажками в различных направлениях, – перекрестные и сложно-координированные движения
V.	Танцевальные движения	
1.	<i>Поклон</i>	простой
2.	<i>Шаги:</i>	<ul style="list-style-type: none"> – на высоких полупальцах с высоко поднятым коленом вперед, с подниманием голени назад; – приставным шагом вперед, назад, вправо, влево, – ходьба в полу приседе и маршевая с вытянутого

		<p>носка.</p> <ul style="list-style-type: none"> – приставной шаг с приседанием – приставной шаг с притопом – переменный шаг
3.	<i>Бег:</i>	<ul style="list-style-type: none"> – на носках, высоко поднимая колени вперед «лошадки», – с захлестом голени назад, – выбрасывая прямые ноги вперед, – в сочетании с другими движениями.
4.	<i>Прыжки:</i>	<ul style="list-style-type: none"> – на двух ногах на месте, – в чередовании с ходьбой, – с поворотами на 90 и 180 градусов, – с продвижением вперед, – с выведением ног вперед и в сторону, – «поджатый», – через скакалку разными способами.
5.	<i>Работа рук</i>	<ul style="list-style-type: none"> – положения рук: на поясе, на юбке, «полочкой». – позиции рук: I, II, III – плавные и резкие движения рук вперед, назад, в стороны, вверх, одноименные и разноименные, с предметом и без предмета.
6.	<i>Позиции ног:</i>	<ul style="list-style-type: none"> – вторая прямая – третья свободная
7.	<i>Приседания</i>	<ul style="list-style-type: none"> – Полуприседания – Полуприседания с выведением ноги вперед и в сторону на каблук
8.	<i>«Ковырялочка»</i>	<ul style="list-style-type: none"> – простая – с притопами
9.	<i>Па галопа</i>	<ul style="list-style-type: none"> – прямой – боковой
10.	<i>Подскоки</i>	<ul style="list-style-type: none"> – Подскоки с переступанием

		– Подскоки в комбинации с другими движениями
<i>II.</i>	<i>Музыкально-ритмические упражнения</i>	
	<i>Притоны</i>	простой, двойной, тройной
	<i>Хлопки</i>	– хлопки в ладоши (простые) – хлопки в ритмическом рисунке – хлопки в паре с партнером – хлопки в сочетании с ударами стопы
VI.	Гимнастические упражнения	"самолет", "ласточка", "птичка", "колечко", "корзинка", "лягушка", "мостик", "березка", "шпагат", "веревочка", "горка", "якорь", "верблюд", "колесо".
		Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса.
		Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника.
		Упражнения для развития мышц брюшного пресса
		Упражнения для развития выворотности тазобедренного и голеностопного суставов
		Упражнения для развития силы ног и танцевального шага
		Упражнения для развития танцевально-ритмических координаций
VII.	Музыкально - ритмические игры (по выбору преподавателя)	
VIII.	Этюды (по выбору преподавателя)	
IX.	Контрольные уроки	

Основные требования к знаниям и умениям обучающихся:

Ученики должны иметь следующие знания, умения, навыки:

- определять характер музыки словами (грустный, веселый, спокойный, плавный, изящный);
- правильно определять сильную долю музыки и различать длительности нот;

- знать различия «народной» и «классической» музыки;
- различать жанры в музыке: песня, танец, марш;
- уметь грамотно исполнять движения;
- выполнять основные движения упражнений с предметами и без них под музыку на $2/4$ и $4/4$, $3/4$; $6/8$
- начинать и заканчивать движение вместе с музыкой;
- уметь координировать движения - рук, ног и головы, при ходьбе, беге, галопе;
- уметь ориентироваться в пространстве: выполнять повороты, двигаясь по линии танца;
- четко определять право и лево в движении и исполнении упражнения с использованием предметов;
- хорошо владеть движениями с платком, мячом, лентой и обручем;
- уметь свободно держать корпус, голову и руки в тех или иных положениях;
- уметь работать в паре и синхронизировать движения;
- термины: громко—тихо, высоко—низко, характер музыки (бодрый, веселый, печальный, грустный), темп музыки и движения (быстро, медленно, умеренно), музыкальные размеры, длительности, понятия «сильная доля», «фраза», музыкальные жанры – песня, танец, марш;
- знать названия общеразвивающих упражнений, пройденных в течение года;
- знать названия простых танцевальных шагов, а также уметь их правильно исполнить (мягкий, на полу пальцах, приставной, переменный, галоп, полька);
- слышать изменения звучания музыки и передавать их изменением движения;
- повторять на звучащем инструменте простейший ритмический рисунок;
- выполнять с более четким исполнением подражательные движения;
- уметь танцевать в ансамбле;
- уметь правильно ориентироваться на сценической площадке;
- уметь замечать свои ошибки и ошибки других учеников;
- уметь свободно и правильно держать корпус, голову в тех или иных позах, согласно выполнению движения или комбинации.

Примерные требования к контрольным урокам:

За время обучения обучающиеся должны приобрести ряд практических навыков:

- Уметь выполнять комплексы упражнений.
- Уметь сознательно управлять своими движениями.

- Владеть упражнениями на развитие музыкальности, метроритма.
- Уметь координировать движения.
- Владеть, в хорошей степени, изученными танцевальными движениями разных характеров и музыкальных темпов.

III. Требования к уровню подготовки обучающихся

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

- знания основных понятий, связанных с метром и ритмом, темпом и динамикой в музыке;
- знания понятия лада в музыке (мажор и минор) 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 двигательного воспроизведения ритмических движений посредством воспроизведения ударом в ладоши и музыкального инструмента;
- навыки сочетания музыкально-ритмических упражнений с танцевальными движениями;
- навыки игры на музыкальных инструментах в сочетании с музыкально-танцевальными упражнениями.

IV. Формы и методы контроля, система оценок

1. Аттестация: цели, виды, форма, содержание.

Оперативное управление учебным процессом невозможно без осуществления контроля знаний, умений и навыков обучающихся. Именно через контроль осуществляется проверочная, воспитательная и корректирующая функции.

Оценка качества реализации программы "Ритмика" включает в себя текущий контроль успеваемости, промежуточную аттестацию обучающихся.

Успеваемость обучающихся проверяется на различных выступлениях: контрольных уроках, концертах, просмотрах и т.д.

Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных уроков. Контрольные уроки в рамках промежуточной аттестации проводятся на завершающих полугодие учебных занятиях в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

2. Критерии оценок

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

Критерии оценки качества исполнения

Оценка	Критерии оценивания выступления
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)
3 («удовлетворительно»)	исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики исполнения изученных движений и т.д.
2 («неудовлетворительно»)	комплекс недостатков, являющийся следствием отсутствия регулярных аудиторных занятий, а также интереса к ним, невыполнение программных требований
«зачет» (без отметки)	отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения.

Данная система оценки качества исполнения является основной. С учетом целесообразности оценка качества исполнения может быть дополнена системой «+» и «-», что даст возможность более конкретно отметить выступление обучающегося.

Фонды оценочных средств призваны обеспечивать оценку качества

приобретенных выпускниками знаний, умений и навыков.

V. Методическое обеспечение учебного процесса

1. Методические рекомендации педагогическим работникам

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;
- 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 учеником ставились посильные задачи. В противном случае у обучающихся снижается интерес к занятиям. 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, продолжатся:

- 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.

VI. Список рекомендуемой методической литературы

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. М., 2000
2. Бекина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движение.
3. Упражнения, игры, пляски для детей 6-7 лет. Часть 1 и Часть 2. М., 1981
4. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. СПб, 2000
5. Горшкова Е. В. От жеста к танцу. М.: Издательство «Гном и Д», 2004
6. Играем с начала. Гимнастика, ритмика, танец. М., 2007
7. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике в I и II классах музыкальной школы. Выпуск 1. Издательство “Музыка”. М., 1972
8. Конорова Е.В. Занятия по ритмике в III и IV классах музыкальной школы. Выпуск 2. Издательство “Музыка”. М., 1973
9. Конорова Е. В. Танец и ритмика. М: Музгиз, 1960
10. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике. Занятия по ритмике в подготовительных классах. Выпуск 1. М.: Музгиз, 1963, 1972, 1979
11. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов. М, 2000
12. Климов А. Основы русского народного танца. М., Издательство
13. «Московского государственного института культуры», 1994
14. Лифиц И. Франио Г. Методическое пособие по ритмике. М., 1987
15. Пустовойтова М.Б. Ритмика для детей. Учебно-методическое пособие. М., Гуманитарный издательский центр «ВЛАДОС», 2008
16. Программы для хореографических школ искусств. Составитель –
17. Бахтов С. М., М.,1984
18. Руднева С., Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение. М.:
19. Просвещение, 1972

20. Ткаченко Т.С. Народные танцы. М., 1975
21. Франио Г.С. Ритмика в детской музыкальной школе, М., 1997
22. Франио Г. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей. М., 1989
23. Школа танца для юных. СПб, 2003
24. Чибрикова-Луговская А.Е. Ритмика. М., Издательский дом «Дрофа», 1998