

Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования  
«Детская школа искусств №4»  
Советского района г. Казани

Разработана и утверждена  
на заседании школьного  
методического объединения  
преподавателей хореографических  
дисциплин  
«25 » августа 2015 г.  
зав. отделом хореографии  
Яшина К.С.



«Утверждаю»  
директор МБУДО

«Детская школа искусств № 4»

М.Л.Рахматуллина

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа**

**«Ритмика и танец»**

Возраст детей: 6,6-8 лет;

Срок реализации программы: 1 год обучения;

Составитель: Яшина К.С.,  
заведующая хореографическим отделом

Казань - 2015

## **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;
- Цели и задачи учебного предмета;
- Требования к уровню подготовки обучающихся;
- Описание материально-технических условий реализации учебного предмета.

### **II. Содержание учебного предмета**

- Сведения о затратах учебного времени;
- Годовые требования по классам.

### **III. Формы и методы контроля, система оценок**

- Аттестация: цели, виды, форма, содержание;
- Контрольные требования на разных этапах обучения;
- Критерии оценки.

### **IV. Информационно - методическое обеспечение учебного процесса**

- Методические рекомендации педагогическим работникам;
- Рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся.

### **V. Списки рекомендуемой нотной и методической литературы**

- Список рекомендуемой нотной литературы;
- Список рекомендуемой методической литературы.

## **Пояснительная записка**

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

Данная программа художественной направленности по предмету «Ритмика и танец» разработана в соответствии с ФЗ от 29.12.2012г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации, Приказом Минобрнауки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008 «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 N 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2020 года», Образовательной программы и Программы развития школы.

Музыкально – ритмическое воспитание занимает важное место в системе художественно-эстетического образования.

Ритмика - (от греч. *rhythmos* - порядок движения), ритмическое воспитание, педагогические системы и методы, построенные на сочетании музыкальных (художественных) форм и пластических движений. Детская ритмика способствует развитию у детей музыкального восприятия, эмоциональности и образности, совершенствованию мелодического и гармонического слуха, музыкальной памяти, чувства ритма, культуры движений, умению творчески воплощать музыкально-двигательный образ. В детской ритмике сливаются воедино слуховое (ритмическое) и зрительное впечатления, естественными и выразительными движениями передаётся эмоциональное состояние человека. Движения под музыку можно рассматривать как важнейшее средство развития телесного опыта ребенка и, следовательно, развития его личности в целом.

Данная программа рассчитана на 1 год систематического и последовательного обучения. Однако, учитель, придерживаясь содержания программы, может творчески подходить к проведению занятий. Это зависит от уровня общего и музыкального развития детей, мастерства педагога, условий работы.

Дисциплина «Ритмика и танец» является первой и базовой ступенью в хореографическом образовании для овладения другими хореографическими дисциплинами: «Классический танец», «Народный танец», «Современный танец».

**Актуальность данной программы.** Занятия ритмикой и танцем помимо физического развития решают задачи эстетического и духовного воспитания детей. Оказывая влияние на развитие эмоциональной сферы ребенка, совершенствуя его физически и воспитывая духовно, занятия ритмикой и танцем способствуют раскрытию творческого и познавательного потенциала, дают импульс к самосовершенствованию и постоянному личностному росту.

По данной программе учащиеся подразделяются на группы:

**Группа «первая»** - одарённые дети (способные, талантливые дети, музыкально одаренные, участники конкурсов, фестивалей, концертов различного уровня)

**Группа «вторая»** - успешно осваивающие учебные программы.

**Группа «третья»** - группа общеразвивающего обучения (дети, осваивающие учебные программы для общего развития, расширения кругозора, развития творческих способностей)

Перемещение из одной группы в другую – гибкое.

Новизна данной программы заключается в более гибком и грамотном подборе репертуара, направленного на последовательное и постепенное музыкальное и исполнительское развитие учащихся, с учетом их возрастных особенностей, физических и эмоциональных данных при индивидуальном подходе к каждому из них.

**2. Срок реализации учебного предмета «Ритмика и танец»** для детей, поступивших в образовательное учреждение в 1 класс в возрасте шести лет шести месяцев до восьми лет, составляет 1 год.

**3. Объем учебного предмета,** предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию предмета «Ритмика и танец»

Таблица №1  
Срок обучения – 1 год

Срок обучения/количество часов	1 класс
	Количество часов (общее на 1 год)
Максимальная нагрузка за год	54
Количество часов на аудиторную нагрузку	54
Недельная аудиторная нагрузка	1,5

**4. Форма проведения учебных аудиторных занятий:** групповая (от 10 человек), продолжительность урока - 65 минут.

## **5. Цели и задачи учебного предмета**

**Цель:** формирование творческой личности посредством обучения детей языку танца, приобщение учащихся к миру танцевального искусства, являющегося достоянием общечеловеческой и национальной культуры; развитие музыкально-ритмических и двигательно-танцевальных способностей учащихся через овладение основами хореографического искусства.

### **Задачи**

#### **Обучающие:**

- познакомить учащихся с различными музыкально-ритмическими движениями в соответствии с характером музыки.
- познакомить учащихся с простейшими правилами поведения на сцене.
- формирование танцевальных умений и навыков в соответствии с программными требованиями;
- формирование навыков координации и правильной осанки;
- приобщение к здоровому образу жизни.

#### **Развивающие:**

- развивать творческие способности учащихся на основе личностно-ориентированного подхода.
- развивать воображение и фантазию учащихся в танце.

- развитие темпо - ритмической памяти учащихся
- развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

**Воспитательные:**

- воспитывать любовь и уважение к искусству, понимание его эстетической ценности;
- воспитание важнейших психофизических качеств, двигательного аппарата в сочетании с моральными и волевыми качествами личности - силы, выносливости, ловкости, быстроты, координации;.

**6. Требования к уровню подготовки учащихся**

По окончанию изучения программы «Ритмика и танец» каждый учащийся должен знать:

- терминологию, используемую на уроке;
- последовательность изучаемых элементов урока;
- методику исполнения названных выше элементов;
- способы соотношения данных элементов с музыкальным сопровождением.

должен уметь.

Методически и технически грамотно исполнять:

- ориентационно – пространственные упражнения;
- элементы партерной гимнастики;
- упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов;
- музыкально-ритмические игры;
- танцевальные элементы.

**7. Описание материально – технических условий реализации учебного предмета.**

Минимально необходимый для реализации программы «Народно-сценический танец» перечень учебных аудиторий, специализированных кабинетов и материально-технического обеспечения включает в себя:

- балетные залы площадью, имеющие пригодное для танца напольное покрытие (деревянный пол или специализированное пластиковое (линолеумное) покрытие), балетные станки (палки) вдоль трех стен, зеркала размером 7м x 2м на одной стене;
- наличие музыкального инструмента (рояля/фортепиано) в балетном классе, аудиоаппаратуры для обеспечения звучания фонограммы.

**Методы обучения**

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета используются следующие методы обучения.

**1. 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.

**2. 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.

### 3. Практический

При использовании практического метода (многократное выполнение конкретного музыкально-ритмического движения) особенно важно предварительно «отрабатывать» в подводящих, подготовительных упражнениях элементы бега, поскоков, подпрыгиваний, 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 задачей учебного предмета и основаны на проверенных методиках и сложившихся традициях в хореографическом образовании.

## II. Содержание учебного предмета

Таблица №2

### Учебно-тематический план

№	Название темы	Количество часов		
		Всего	Теор.	Практ.
<b><i>I четверть.</i></b>				
1.	Вводный урок. Ритмика и мы.	1	0,5	0,5
2.	Звук - источник ритма.	1,5	0,2	1,3
3.	Природа звуков.	1,5	0,2	1,3
4.	Пауза. Пауза в музыке, в речи, в движении.	1,5	0,3	1,2
5.	Начало и конец музыки. Музыкальное вступление.	1,5	0,1	1,4
6.	Есть музыка - есть движение, нет музыки - нет движения.	1,5	0,1	1,4
7.	Где живут звуки? Высота звуков.	1,5	0,2	1,3
8.	Построения.	1	0,1	0,9
9.	Ритмика — родная сестра спорта.	1	0,3	0,7
10.	Праздник спортивной ритмики. Итоговый урок.	1	0,2	0,8
	<b><i>Итого:</i></b>	<b><i>13 часов</i></b>		
<b><i>II четверть.</i></b>				
1.	Ходьба различного характера.	1,5	0,2	1,3
2.	Три кита в музыке — три кита в ритмике.	1,5	0,2	1,3
3.	Марш. Для чего нужен марш?	1,5	0,3	1,2
4.	Марш - музыка четырех дольного метра.	1,5	0,2	1,3
5.	Марши различных характеров.	3	0,4	2,6
6.	Затакт.	1	0,2	0,8
7.	Перестроения.	1	0,2	0,8
8.	Марш в музыкальной сказке С. Прокофьева "Петя и волк". Итоговый урок.	1	0,3	0,7
	<b><i>Итого:</i></b>	<b><i>12 часов</i></b>		
<b><i>III четверть.</i></b>				
1.	Полька — музыка двух дольного метра.	1,5	0,5	1
2.	Основные танцевальные движения польки.	1,5	0,2	1,3

3.	Полька — веселый танец.	1,5	0,2	1,3
4.	Чешская полька.	2	0,2	1,8
5.	Немецкий танец.	2	0,2	1,8
6.	Галоп.	2	0,6	1,4
7.	Танцевальные песни в ритме польки.	2	0,6	1,4
8.	В ритме польки. Итоговый урок.	1,5	0,2	1,3
	<b>Итого:</b>		<b>14 часов</b>	
	<b>IV четверть</b>			
1.	Пляска, перепляс, танец.	3	0,2	2,8
2.	Танцы различных характеров.	2	0,2	1,8
3.	Хоровод.	3	0,4	2,6
4.	Танец-шутка. "Мы танцуем лучше вас".	1,5	0,1	1,4
5.	Танцуем "Марш деревянных солдатиков".	3	0,4	2,6
6.	"Вальс цветов".	1,5	0,2	1,3
7.	Волшебный мир танца. Итоговый урок.	1	0,1	0,9
	<b>Итого:</b>		<b>15 часов</b>	
	<b>Всего за год:</b>		<b>54 часа</b>	

## I. Обучение движению под музыку.

Гимнастические упражнения с движениями рук, ног, туловища, головы.

Исполнение под музыку наклонов и поворотов головы, наклонов и поворотов туловища, круговых движений головы, рук, плеч, туловища; выполнение приседаний, выпадов вперед и в стороны, махов ногами во всех направлениях. Исполнение упражнений на ковриках, развивающих гибкость, силу мышц ног и рук, улучшающих растяжку.

**Игровые упражнения.** Придумай сам, Велосипед, Мельница, Флюгер, Запрещенное движение, Ванька-встанька, Лесоруб, Снежинки, Лошадки, Не потеряй пушинку, Разведчики.

**Умения и навыки.** Исходное положение: нормальная позиция ног, шестая позиция ног, вторая позиция ног, вторая параллельная позиция ног. Положения рук: вдоль туловища вниз, вперед, в стороны, вверх, за голову, на голову, на пояс, за спину. Поднимание прямой ноги (резко и плавно) вперед, в сторону назад. Наклоны туловища вперед, вправо, влево. Повороты головы вправо, влево; наклоны головы вперед, назад.

**Игры.** Будь ловким, Ловкие джигиты, Лесная чаща, Поднимай флаг!

Построения и перестроения.

**Игровые упражнения.** Есть музыка — есть движение, нет музыки, — нет движения. Слушай сигнал, Музыкальные змейки, Быстро в круг, Ясно и буря, Ищи своего командира, Солдаты готовятся к параду, Марш с акцентом, Марш со сменой ведущего, Марш в повороте на 1\4 круга.

**Умения и навыки.** Построение в шеренгу по одному; построение в колонну по одному. Построение в круг; перестроение из шеренги в круг, сначала взявшись за руки, позднее без помощи рук; повороту на месте направо (налево); равнение в затылок в колонне; равнение в шеренге по носкам; перестроение в марше из одной колонны в две колонны, в три колонны. Ходьба в обход зала.

**Игры с элементами строя.** У ребят порядок строгий, Воздушный шар, Быстро по местам, Солнышко, Космонавты, Поскорее все ко мне. Паровоз, По тропинке, Поезд, Кто тише?, Перестроения по два, Перестроения по три.

**Игры с ходьбой и бегом.** Ястреб и утки, Кто лишний? Перемени предмет, Бег за флажками, Через кочки и пенечки, К своим флагам, Дай руку, Ходим, бегаем, пружиним, Бег за флагами, По тропинке.

Упражнения с предметами.

**Упражнения с большими мячами.** Мяч сбоку, Мяч над головой, Поймай мяч, Мяч соседу, танцевальные тренировочные композиции с мячами, музыкальные эстафеты с мячами.

**Упражнения с малыми мячами.** Чей мяч ритмичнее, Музыкальный мяч, Игра с мячом, Мячики.

**Упражнения с лентами.** Передача платочка, Даже ленты запели, Поющие руки, Взлетайте, ленты!

**Умения и навыки.** Уметь правильно удерживать предмет в руках. Расчет дистанции и силы броска при передаче мяча. Энергичная и плавная работа кистями рук в упражнениях с лентами. Исполнение упражнений правильно, ритмично, эмоционально. Уметь выделять заданным движением сильную долю такта музыки двух, трех и четырех дольного метра; ориентироваться на смену музыкальной динамики.

Прыжки:

**Игровые упражнения.** Скакуны, Танцуй на месте, Поскоки как мяч, Кто лучше скачет? Попрыгунчики, Музыкальный мяч, Перепрыгни через ручей, Прыжки по кочкам, Лягушата, Воробушки, Зайчики, Кто выше?

**Умения и навыки.** Прыжки на месте на обеих ногах с мягким приземлением; прыжки с продвижением вперед на обеих ногах с мягким приземлением; на одной ноге, через короткую скакалку на месте на обеих ногах; с промежуточным прыжком.

**Игры с прыжками.** Волк во рву, Через ручей, Зайка беленький сидит, Попрыгунчики-воробушки, Прыжки по полоскам.

## **II. Обучение основам музыкальной грамоты.**

Музыкальный материал для слушания.

- П. Чайковский. Полька, Марш деревянных солдатиков, Болезнь куклы, Новая кукла.
- Д. Шостакович. Вальс-шутка.
- В. Ребиков. Медведь.
- С. Майкапар. Мотылек.
- А. Гречанинов. Необычайное происшествие.
- А. Толстой. Хрустальная пещера.
- А. Сорокин. Пастухи играют на рожках.
- Р. Шуман. Смелый наездник, Веселый крестьянин, Марш.
- Д. Кабалевский. Кавалерийская.
- В. Косенко. Дождик.

- А. Лядов. Музыкальная табакерка.
- М. Парцхаладзе. Осенний дождичек.

**Умения и навыки.** Дети должны уметь:

- определять характер музыки;
- различать марш, танец, песню;
- различать части в музыкальном произведении (двух частной формы).
- должны уметь различать и определять на слух звуковысотность — звуки высокие, низкие, средние (регистры);
- направление движения мелодии - вверх, вниз, на одной высоте;
- метроритм - звуки более долгие и более короткие;
- темп - быстрый, медленный, умеренный;
- динамику ~ громкое и тихое звучание.

### **Ритмические упражнения.**

**Упражнение 1.** Ритмика учит выражать в условных движениях услышанный музыкальный ритм. Каждый музыкальный звук имеет установленную длину (длительность). Условно примем звук, длиющийся 4 сек., за целую ноту, тогда половина будет звучать только 2 сек, а четверть - одну. Предложите концертмейстеру играть четверти со скоростью 60 ударов в минуту. А учащимся, предложите отмечать хлопками или с помощью шумовых музыкальных инструментов, после команды "и", сначала четверти, потом половины, затем целые ноты. (При исполнении четвертей учащиеся будут хлопать вместе со звуками музыки, при исполнении половин на "раз" - хлопок, 2 - пауза, в целых же нотах па "раз" - хлопок, 2, 3, 4 - пауза). Так практически учащиеся узнают, как можно движениями отмечать длину звуков. По заданию учителя хлопки можно заменить щелчками, притопами, шлепком по бедрам или хлопками в паре.

**Упражнение 2.** Предложите концертмейстеру играть ритмический рисунок Учащиеся сначала должны выслушать эту музыкальную фразу, затем повторить ее ритм хлопками, а потом с помощью шумовых музыкальных инструментов. Задание исполняется несколько раз подряд. Если оно не получилось, надо снова отдельно отхлопать половины, затем четверти. После этого пропеть эту фразу, а затем петь и хлопать. Предложите второй ритмический рисунок, более сложный и длинный. Пропеть эту музыкальную фразу. Затем ее же отхлопать. Пение помогает правильному соблюдению длительности нот, после него хлопки почти всегда исполняются в правильном ритме. Это наиболее продуктивный способ освоения ритмических рисунков, им следует пользоваться всегда, когда есть трудности в воспроизведении ритмов.

**Упражнение 3. А.** Передать первый ритмический рисунок (упражнение 2) в ходьбе. Сначала идти вперед; если получится, то, сохранив рисунок, изменить направление и идти назад. Двигаться назад труднее, чем вперед, это уже усложнение движения.

**Б.** Выполнить второй ритмический рисунок в ходьбе сначала вперед (упражнение 2), а потом назад, если это получится, предложить вариант В.

**В.** Сделать упражнение А вперед и назад, соединяя ходьбу с хлопками. Этот раздел должен быть тщательно проработан.

Используя приведенные примеры можно подобрать массу подобных упражнений, изменяя ритмический рисунок и работая над развитием чувства ритма учащихся. В первом классе ритмический аккомпанемент исполняется одновременно всеми инструментами.

## **Примерный музыкальный материал для обучения игре на простых музыкальных инструментах;**

- Как на тоненький ледок. Русская народная песня.
- Барашеньки, Дон-дон, Гули, мои гули, Не летай соловей, Уж как шла лиса. Русская народная песня.
- Кап-кап-кап. Румынская народная песня.
- На горе-то калина, Во поле береза стояла, Скок-поскок, Веселые гуси. Русская народная песня.
- Эпипэ (Апипа). Татарская народная песня.
- Гад богелэ (Верба клонится). Татарская народная песня.
- Авыл кое (Деревенский напев). Татарская народная песня.
- Кэккук (Кукушка). Дж. Файзи.

Примерный музыкальный материал для шумового оркестра.

- Как у наших у ворот. Русская народная песня.
- Тень-тень. Музыка В. Калинникова.
- Камаринская. Русская народная песня-пляска.
- П. Чайковский. Камаринская.
- М. Парцхаладзе. Осенний дождичек.
- Родник. Музыка Дж. Файзи, слова М. Джалиля.
- Медвежонок. Музыка Ф. Абубакирова, слова Н. Исанбета.
- Возвращайся, ласточка! Музыка Л. Батыр-Булгари, слова Н. Сынгаевского.
- Янгыр (Дождик). И. Якупов.
- Каз канаты (Гусиные крылья). Татарская народная песня.
- Сикерткеч (Скакалка). Дж. Файзи.

### **III. Упражнения, игры и танцы.**

Танцевальные упражнения.

**Игровые упражнения.** Смени пару, Змейка с воротцами, Плетень, Пляши, да не зевай, Даже ленты запели, Каждая пара пляшет по-своему, Мельница, Веселая карусель, Да? - Нет? Да! Да! Да! Разбитое зеркало, Воздушный шар.

**Умения и навыки.** Ходьба высоким танцевальным шагом с носка. Исполнение танцевальных движений: подскоки, галоп прямой и боковой соло и в паре, шаг польки, танцевальный бег, кружение на полупальцах вокруг себя на одном месте; исполнение простого варианта танцевального поклона; одинарный притоп, простой притоп, вынос ноги вперед (в сторону) на носок (каблук). Исходная позиция ног, рук, туловища, головы. Контроль над корпусом во время исполнения движений. Начало движения после музыкального вступления вместе с началом мелодии и окончания движения вместе с окончанием музыки. Правильное эмоциональное исполнение танцевальных движений.

**Танцы.** Пляска - импровизация, Маленький танец, Покружись и поклонись, Подружились, Пляска с платочками, Танец вокруг елки, Снежинки, Пляска парами, Приглашение, Прощаться- здороваться, Танец с воздушными шарами, Полька - ладошки, Мы танцуем польку, Мы танцуем лучше вас, Полька - двойка, Русская хороводная пляска, Возле речки, Затейники (пляска- импровизация), Змейка с воротцами (хоровод), Вежливый танец.

**Комплексы танцевальных разминок.** Чебурашка, Золотой ключик, Изобретатель (имитация работы техники), Зоопарк. В мире много сказок. Мы и природа, Путешествие.

**Игры.** Фото-обложка, Снежный ком, Разбитое зеркало, Воздушный шарик, Ищи, Птички в клетке, Поездка за город, Игра с погремушкой, Ручеек, Тихие ворота, Плетень.

Музыкально-дидактические игры и игры с речевым сопровождением.

- Птички. Отрывок из оперы "Рогнеда". Музыка А. Серова.
- Пройдем в ворота. Марш. Музыка Э. Парлова; Бег. Музыка Т. Ломовой.
- Прятки, Пойду ль я, выйду ль я". Русская народная мелодия, обработка Р. Рустамова.
- И фа с флагштаками. Латвийская народная мелодия.
- Птички и машины. Музыка Т. Ломовой.
- Карусель, Камаринская. Обработка Т. Ломовой.
- Игра с колокольчиками (погремушками). Отрывок из оперы "Ночь перед рождеством". Музыка Н. Римского-Корсакова.
- Кошка и котята. Музыка М. Раухвергера.
- Самолет. Музыка Н. Метлова, слова А. Барто.
- Найди себе пару. Музыка Т. Ломовой.
- Игра с куклой. Русская народная мелодия, обработка Т. Ломовой.
- Жмурки с мишкой. Фрагмент из оперы "Марта". Музыка Ф. Флотова.
- Ловишки. Хорватская народная мелодия.
- Лошадки в конюшне. Музыка М. Раухвергера.
- Прогулка с куклами. Музыка Т. Ломовой.
- Вертушки. Музыка Е. Туманян.
- Дождик. Музыка Т. Ломовой.
- Цветные дорожки, Ах вы, сени. Русская народная мелодия.
- Три кита. Музыка Д. Кабалевского.

#### **IV. Творческие задания.**

- Котик и козлик. *Музыка Е. Тиличеевой, слова В. Жуковского.*
- Я полю, полю лук. *Музыка Е. Тиличеевой, слова народные.*
- Наши кони чисты. *Музыка Е. Тиличеевой, слова С. Маршака.*
- Задорные чижи. *Музыка Я. Дубравина, слова М. Наринского.*
- Веселые лягушата. *Слова и музыка Ю. Литовского.*
- Танец лягушек. *Музыка В. Витлина.*
- Вальс кошки. *Музыка В. Золотарева.*
- Свободная пляска (любые плясовые мелодии).

#### **Основные требования к умениям учащихся первого года обучения.**

Учащиеся должны уметь:

- Начинать и заканчивать движения одновременно с музыкой;
- Выразительно, правильно и ритмично выполнять под музыку гимнастические и танцевальные упражнения;
- Исполнять правильно и выразительно танцы и танцевальные композиции;
- Выполнять творческие задания с использованием танцевальных движений соответствующих программ;
- Выполнять построения и перестроения по одному, по два, по три, в круг, в два круга, змейкой;
- Перемещаться по залу маршем и другими видами ходьбы в различных направлениях (по большому кругу, концентрическими кругами, двумя равными кругами, по диагонали);
- Выделять сильную долю такта музыки двух, трех и четырех дольного метра, отхлопывать и исполнять на шумовых и простых музыкальных инструментах несложный

ритмический рисунок мелодии;

- Одновременно и поочередно исполнять на музыкальных инструментах в ансамбле ритмический аккомпанемент к музыкальной пьесе или песне (ритмический рисунок одинаковый для всех инструментов);

- Различать марш, танец и песню;

- Различать и определять па слух музыку двух, трех и четырех дольного метра;

- Различать основные средства музыкальной выразительности: звуковысотность, направление движения мелодии, метроритм, темп, динамику музыкального произведения.

### **III. 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 учащихся 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 оценки**

Образовательным учреждением разрабатываются критерии оценок промежуточной аттестации и текущего контроля успеваемости обучающихся.

Для аттестации обучающихся создаются фонды оценочных средств, которые включают в себя методы контроля, позволяющие оценить приобретенные знания, умения и навыки. Фонды оценочных средств разрабатываются и утверждаются образовательным учреждением самостоятельно.

По итогам показа на контрольном уроке выставляется оценка по пятибалльной шкале:

Таблица №3

Оценка	Критерии оценивания выступления
5 («отлично»)	технически качественное и художественно осмыщенное 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.

<p>2 «неудовлетворительно»)</p>	комплекс недостатков, являющийся следствием отсутствия домашних занятий, а также плохая посещаемость аудиторных занятий
-------------------------------------	---

При выведении итоговой оценки учитывается следующее:

- оценка годовой работы ученика;
- оценка на контрольном уроке.

Оценки выставляются по окончании полугодий учебного года.

#### **IV. Информационно-методическое обеспечение учебного процесса**

##### 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, продолжаются:

- 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.

**Здоровье сберегающие технологии** Ритмика позволяет с наименьшими затратами энергии достичь определенных целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц, выработать правильную осанку, выворотность суставов. Эта дисциплина оказывает благотворное воздействие почти на все органы человеческого тела и помогает излечивать самые разные заболевания. Детям нужно давать точные инструкции для того, чтобы они сосредотачивали внимание на тех мышцах, которые сокращают или расслабляют. Занятия оказывают положительное влияние на организм детей: профилактика заболеваний сердечно - сосудистой системы; улучшение осанки, силы, гибкости, выносливости; приобретение жизненно- необходимых двигательных умений и навыков; улучшение телосложения; выработка привычки заниматься физическими упражнениями на всю жизнь; развитие двигательной памяти. Детская хореография способствует развитию у детей музыкального восприятия, эмоциональности и образности, совершенствованию мелодического и гармонического слуха, музыкальной памяти, чувства ритма, культуры движений, умению творчески воплощать музыкально-двигательный образ. В хореографии сливаются воедино слуховое (ритмическое) и зрительное впечатления, естественными и выразительными движениями передаётся эмоциональное состояние человека. Движения под музыку можно рассматривать как важнейшее средство развития телесного опыта ребенка и, следовательно, развития его личности в целом. Всё это в совокупности даёт психотерапевтический эффект:

- Эмоциональную разрядку
- Снятие умственной перегрузки
- Снижение нервно - психического напряжения
- Восстановление положительного энергетического тонуса способствует формированию навыков здорового образа жизни.

## **V. Список рекомендуемой методической литературы**

1. Программа для хореографических школ и хореографический отделений школ искусств. Ритмика и танец. - М., 1984г.;
2. Программа (проект) для хореографических отделений музыкальных школ и школ искусств. Классический танец. - М., 1987г.;
3. Программа для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. - Москва: «Просвещение», 1981г.;
4. Программа по народно-характерному танцу. - Москва: «Просвещение», 1968 г.;
5. Методическое пособие по народному танцу. - Тольятти, 1987г.;
6. Учебное пособие Специальная физическая подготовка юных спортсменок высокой квалификации в художественной гимнастике - М., 2001г.;
7. Никитин В.Ю. Модерн - начало обучения. - М., 1998г.;
8. Никитин В.Ю. Модерн - продолжение обучения. - М., 2001г.;
9. Тарасов Н.И. Классический танец. - М., 1971г.;
10. Власенко Г.Я. Танцы народов Поволжья. - Самара, 1992г.;
11. Тагиров М. Татарские танцы. - Казань, 1960г.;
12. Глейberman А.Н. Групповые упражнения без предметов. - М., 2004г.;
13. Руднева С., Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение. М., 1972 г.;
14. Рогозин И. Танец в коллективе художественной самодеятельности. — Москва: «Искусство», 1964 г.;
15. Законы РТ и РФ об образовании;
16. Конвенция ООН о правах ребенка.