

муниципальное автономное учреждение
дополнительного образования города Новосибирска
«Детская школа искусств № 24 «Триумф»

Рассмотрена и одобрена
Педагогическим советом
МАУДО ДШИ № 24 «Триумф»
Протокол № 5 от 22.06.2022

УТВЕРЖДЕНА
приказом
МАУДО ДШИ № 24 «Триумф»
от 23.08.2022 № 24у

Рабочая программа
по учебному предмету
«Ритмика»
дополнительная общеразвивающая
программа в области искусства
«Раннее эстетическое развитие»
Срок освоения 1 год
Возраст обучающихся 5-7 лет

Авторы:
преподаватель
Омельченко Е. Ю.
методист
Кононенко М. В.

Новосибирск
2022

Структура программы

1. Пояснительная записка

- Общая характеристика учебной дисциплины «Ритмика», ее значимость в контексте данной общеобразовательной программы.
- Сроки реализации рабочей программы
- Затраты учебного времени
- Объем учебного времени в соответствии с учебным планом МАУДО ДШИ № 24 «Триумф»
- Форма проведения учебных занятий
- Цели, задачи предмета.
- Структура рабочей программы
- Методы обучения
- Материально-техническое обеспечение рабочей программы

2. Содержание дисциплины «Ритмика»

- Учебно-тематический план
- Содержание занятий

3. Формы контроля и учета успеваемости

- Требования к качеству освоения учебной дисциплины
- Текущий и промежуточный контроль
- Критерии оценивания

4. Методическое обеспечение

5. Литература

1. Пояснительная записка

*Общая характеристика учебной дисциплины «Ритмика»,
ее значимость в контексте данной общеобразовательной программы*

Программа по дисциплине «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; с учетом программы (проекта) по ритмике для подготовительных отделений ДМШ и ДШИ В. П. Сердюкова (Москва, 1986), программы «Ритмика и танец» для отделений общеэстетического образования и хореографических отделений школ искусств (Москва, 1980). Также данная программа базируется на личном педагогическом опыте ее авторов.

Именно ритмика является начальным этапом освоения искусства танца. Танец – это средство развития личности ребёнка, которое способно создать благотворную почву для раскрытия его потенциальных возможностей и самореализации. Гармоничное соединение движения, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые в свою очередь раскрепощают ребёнка, делают его поведение естественным и красивым. Занятия ритмикой развивают физические качества, вырабатывают правильную осанку, походку, силу, ловкость, координацию движений; устраняют такие физические недостатки как сутулость, косолапость, искривление позвоночника. Танец обучает хорошим манерам, культуре общения, развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству, улучшает состояние здоровья.

Сроки реализации рабочей программы

Данная рабочая программа рассчитана на 1 год освоения. Занятия проводятся в объеме 1-го часа в неделю из расчета 35-ти годовых часов.

Затраты учебного времени

Разновидность учебной работы, нагрузки	Затраты учебного времени		Общая сумма часов
	<i>1</i>	<i>2</i>	
<i>Полугодия</i>	<i>16</i>	<i>19</i>	
<i>Количество недель</i>	<i>16</i>	<i>19</i>	
Аудиторные занятия	16	19	35
Самостоятельная работа обучающихся (подготовка домашних заданий)	16	19	35
Предельная учебная нагрузка	32	38	70

Объем учебного времени в соответствии с учебным планом

МАУДО ДШИ № 24 «Триумф»

Трудоемкость учебной дисциплины «Ритмика» составляет в сумме 70 часов при одногодичном сроке освоения. Данный временной объем представляет собою сумму учебных часов, отведенных для аудиторных занятий, и часов, отведенных на самостоятельную работу обучающихся (по 35 часов соответственно).

Форма проведения учебных занятий

Основной формой учебной деятельности является групповое занятие.

Цель, задачи предмета

Основная *цель* предмета – воспитание нравственно-эстетических, творческих и коммуникативных качеств личности ребенка дошкольного возраста.

Достижение заявленной цели требует решения следующих *задач*:

- развитие общих физических качеств (выносливости, силы, ловкости, координации движений);
- реализация танцевальных способностей детей;
- развитие чувства ритма;

- развитие эмоционального восприятия музыки, исполнительской выразительности;
- воспитание художественного вкуса;
- воспитание трудолюбия и навыков общения.

Структура программы

Структура программы включает следующие разделы:

1. пояснительная записка;
2. содержание дисциплины «Ритмика»;
3. формы контроля и учета успеваемости;
4. методическое обеспечение;
5. литература.

Методы обучения

В целях эффективного достижения целей и задач изучаемой дисциплины применяется следующий комплекс методов обучения:

1. словесные (беседа);
2. образно-эмотивные и ассоциативные;
3. наглядные (показ, наблюдение);
4. практические;
5. игровые.

Материально-техническое обеспечение рабочей программы

Для успешной реализации предмета «Ритмика» учебная аудитория должна быть оснащена:

1. хореографический класс;
2. коврики;
3. зеркала;
4. вентиляция помещения;
5. видеоаппаратура,
6. магнитофон для работы под звукозапись;
7. раздевалка;
8. душевые;

9. купальники;

10. чешки.

Школьная библиотека должна быть укомплектована учебно-методической литературой.

2. Содержание дисциплины «Ритмика»

Учебно-тематический план

№ занятия	Тема занятия	Количество часов
I четверть		
1	Знакомство с предметом. Изучение позиций ног: I, II, III, VI.	1
2	Положение рук: за юбочку (для девочек), на пояс (для мальчиков). Поклоны и реверансы в ритме польки	1
3	Танцевальные шаги: в ритме марша (перестроение), бытовой шаг.	1
4	Танцевальные шаги: лёгкий шаг с носка (танцевальный), шаг на полупальцах, на пятках.	1
5	Разминка: движение головы, подъем плеч в различном темпе.	1
6	Ритм-танец «Стирка»	2
7	Виды бега: лёгкий бег на полупальцах, бег с подниманием согнутых в коленях ног вперед, на месте и с продвижением.	2
II четверть		
1	Разминка: наклоны корпуса вперед, назад, в сторону.	1
2	Элементы партерной гимнастики	3
3	Танцевальные шаги: подскоки на месте, с продвижением вперед, назад и вокруг себя.	2
4	Рas галопа вперед, в сторону, назад. Полька «Смени пару»	1
III четверть		
1	Элементы народно-сценического танца: раскрытие рук вперед – в сторону, из положения на поясе, в характере русского танца.	1
2	Элементы народно-сценического танца: положения рук в парных танцах (за одну руку, накрест, «лодочка»).	1
3	Элементы народно-сценического танца: простой, переменный ход, шаг с ударами.	1
4	Элементы народно-сценического танца: притопы, перетопы тройные.	1
5	Элементы народно-сценического танца: «носок-каблук» (в характере русского танца).	1

6	Элементы народно-сценического танца: положения рук в массовых танцах – «круг», «звездочка», «корзиночка».	1
7	Танцевальные этюды из пройденных элементов	4
IV четверть		
1	Элементы классического танца: demi-plié по I, II, III позициям.	2
2	Элементы классического танца: batemens tendus по I позиции в сторону, вперед, назад.	5
3	Элементы классического танца: releves на полупальцах по I, II и III позициям.	2
Итого		35

Содержание занятий

Задачи

- Формирование восприятия характера музыкального произведения, умения выразительно передавать его в движении в различных темпах.
- Понятия о длительностях, музыкальном размере.
- Формирование представлений об особенностях танцевальных жанров (вальс, полька, галоп)
- Развитие умений ориентироваться в пространстве, координировать движения, концентрировать внимание.

Содержание учебного материала

Позиции ног I, II, III, VI (полувыворотные)

Положения рук:

- за юбочку;
- на поясе (за одну руку, накрест, соединение рук во вторую позицию «лодочка»);
- в массовых танцах («круг», «звёздочка», «корзиночка»).

Поклоны и реверансы

- в ритме вальса на 4 такта
- в ритме польки на 2 и на 1 такт (короткий реверанс – книксен)

Танцевальные шаги

- в ритме марша (перестроение)
- бытовой
- лёгкий шаг с носка (танцевальный)
- шаг на полупальцах
- шаг на пятках
- лёгкий бег на полупальцах
- бег с подниманием согнутых в коленях ног вперед, на месте и с продвижением.
- подскоки

Разминка

Упражнения для головы и корпуса – повороты направо-налево в различном темпе и характере, вверх-вниз с различной амплитудой.

Движения плеч и корпуса – подъем плеч в различном темпе и характере, поочередное выведение плеч вперед-назад, круговые вращения плеч; наклоны корпуса вперед, назад, в сторону.

Элементы партерной гимнастики

Развитие силы и эластичности ног

Формирование правильной осанки

Укрепление брюшных и тазобедренных мышц

Элементы классического танца

demi-plies по I, II, III позициям

battements tendus а) в сторону из I позиции

б) вперед из I позиции

в) назад из I позиции

battements tendus с demi plies вперед, в сторону, назад

relevés на полупальцах по I, II, III позициям

Элементы народно-сценического танца

Раскрывание рук вперед-в сторону, из положения на поясе, в характере русского танца.

Вытягивание ноги в сторону и вперёд с переводом «носок-каблук» в характере русского танца

Простой, переменный ход, шаг с ударами

Притопы, перетопы тройные

Танцевальные композиции

1. Вальс дружбы
2. «Хлопки» (хореография З. Бархатовой)
3. Чешский танец «Аннушка» (редакция Е. Коновой)
4. Белорусский танец «А-ха-ха» (хореография Р. Череховской)
5. Ритмический танец «Стирка»
6. Ритмический танец «Считалочка»
7. Русский хороводный танец «Пойду ль я, выйду ль я» (редакция Л. Богатковой)
8. «Посею лебеду на берегу» (редакция Л. Шмидт)

3. Требования к качеству освоения программы. Контроль и учет успеваемости. Критерии оценки

В конце каждой четверти проводится контрольный урок. В конце года выставляется итоговая оценка. Выставление оценок за четверть происходит по сумме текущих оценок, получаемых учениками.

Основные критерии определения оценки качества исполнения танцевальных элементов и композиций:

1. чувство ритма;
2. концентрация внимания;
3. эмоциональная выразительность;
4. ориентирование в пространстве;
5. координация движений;
6. запоминание танцевальных элементов.

4. Методические рекомендации

Основу программы составляют следующие разделы: развитие музыкально-ритмических навыков, освоение азов азбуки классического и народного танца, изучение танцевальных этюдов и композиций.

Все разделы изучаются одновременно, с постепенным их усложнением. При изучении элементов танцевальной азбуки педагог должен учитывать физические данные и возможности детей. Учебный процесс может быть видоизменён педагогом, если тот или иной раздел окажется недоступным данной группе.

Занятия должны быть разнообразными по содержанию (ритмические упражнения, задания на ориентировку, упражнения тренировочного характера, разучивание танцев) и по видам деятельности. Эффективны такие виды деятельности, как беседа в виде вопросов и ответов, прослушивание и разбор музыки, показ педагогом движений, постоянное повторение пройденного, музыкальные игры и импровизации. Весь процесс обучения строится на сознательном усвоении навыков. Это пробуждает у детей интерес к занятиям.

Занятия должны идти в хорошем темпе. Учащиеся дошкольного возраста быстро утомляются, допускают много ошибок при исполнении, забывают пройденное. Поэтому, проводя цикл упражнений, необходимо находить время и для игры.

Мышцы учащихся развиты слабо, они быстро устают от физических нагрузок. Ребенок не может долго удерживать корпус в подтянутом состоянии из-за слабости мышц спины. Педагог должен во-первых, увеличивать физическую нагрузку очень осторожно, а во-вторых – укреплять и развивать мышцы, формировать устойчивые навыки правильной осанки и совершенствовать основные танцевальные движения постепенно. Не следует долго отрабатывать одно и то же движение; повторяя его из урока в урок, ребенок постепенно научится выполнять это движение правильно и красиво.

Давление на детей нужно свести к минимуму. Ребенок дошкольного возраста еще не обладает достаточно развитой волей, упорством и самоорганизацией, вряд ли он оценит по достоинству слишком жесткую дисциплину на занятиях. Для него будут привлекательными занятия по танцу, построенные на простом материале, занятия с элементами игры и соревнования.

Разучивание танцев проводится в такой последовательности:

– вводное слово педагога (сообщение сведений об истории его возникновения; знакомство с темпом, характером, ритмическим рисунком танца);

– разучивание элементов танца, танцевальных движений, рисунка танца (педагог объясняет и сам показывает движения, затем ученики повторяют вместе с педагогом, потом самостоятельно);

– преподаватель обращает внимание детей на ошибки и поправляет их.

Движения разучиваются под музыку или под счет. Разучивая танец, педагог работает над движениями рук, ног, корпуса, головы, следя за соблюдением гармонии движения. Когда основные движения, позы, рисунок разучены, происходит их соединение в танцевальную композицию. Комбинации собираются в фигуры танца, а фигуры в целый танец. Все многократно повторяется учащимися в целях достижения грамотного и выразительного исполнения.

Важно сформировать у детей представление о танцевальном образе. Первое представление о нем и, соответственно, о стиле исполнения мы получаем, прослушивая музыку. Основная работа над танцевальным образом начинается с разучивания движений танца, отработки поз и положений рук. Показ педагога поможет ученикам увидеть типичные черты образа.

5. Литература

1. Бахто С. Е. Ритмика и танец. Программа для отделений общеэстетического образования и хореографических отделений школ искусств – М., 1980.
2. Ваганова А. Я. Основы классического танца. – СПб., 2003.
3. Васильева-Рождественская М. В. Историко-бытовой танец. – М., 1987.
4. Климов А. Основы русского народного танца. – М., 1994.
5. Пуртова Т. В., Беликова А. Н., Кветная О. В. Учите детей танцевать – М., 2003.
6. Сердюков В. П. Программа (проект) по ритмике для подготовительных отделений ДМШ и ДШИ. – М., 1986.
7. Фирилева Ж. Е. Ритмика в школе. Третий урок физической культуры. – М., 2014.
8. Яновская В. Ритмика. Практическое пособие. – М., 2012.