

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

Рассмотрена и одобрена  
Педагогическим советом  
МАУДО ДШИ № 24 «Триумф»  
Протокол № 5 от 20.06.2025

УТВЕРЖДЕНА  
приказом  
МАУДО ДШИ № 24 «Триумф»  
от 29.08.2025 № 25у

Дополнительная предпрофессиональная программа  
в области хореографического искусства  
«Хореографическое творчество»  
Программа по учебному предмету  
ПО.01.УП.02. Ритмика

Составители:  
преподаватель высшей  
квалификационной категории  
Лебедева С. В.  
преподаватель высшей  
квалификационной категории  
Лисица Г. Н.  
преподаватель высшей  
квалификационной категории  
Сатаева Т. С.  
методист  
Кононенко М. В.

Новосибирск  
2025

# **Структура программы учебного предмета**

## **I. Пояснительная записка**

- Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе
  - Срок реализации учебного предмета
  - Объем времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию 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
- Годовые требования по классам

## **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. Списки рекомендуемой литературы**

- Список рекомендуемой методической литературы
- Интернет-ресурсы

## **I. Пояснительная записка**

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

Программа учебного предмета «Ритмика» разработана на основе и с учетом федеральных государственных требований к дополнительной предпрофессиональной программе в области хореографического искусства «Хореографическое творчество».

На уроках ритмики происходит комплексное обучение и развитие ребенка на основе гармоничного сочетания музыкального, двигательного, физического и интеллектуального аспектов. Занятия ритмикой активизируют 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.

### **2. Срок реализации учебного предмета**

Срок реализации данной программы составляет 2 года (1, 2 классы).

**3. Объем учебного времени**, предусмотренный учебным планом на реализацию предмета – 130 аудиторных часов. Самостоятельная работа по учебному предмету «Ритмика» не предусмотрена.

	1 класс	2 класс
Количество часов	Количество часов	
Максимальная нагрузка	64	66
Количество часов на аудиторную нагрузку	64	66
Недельная аудиторная нагрузка	2	2

**4.Форма проведения учебных аудиторных занятий** – мелкогрупповая (от 4 до 10 человек). Продолжительность урока – 40 минут. Мелкогрупповая форма позволяет преподавателю лучше узнать ученика, его возможности, трудоспособность, эмоционально-психологические особенности.

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

**Цель:**

развитие музыкально-ритмических и двигательно-танцевальных способностей учащихся.

**Задачи:**

- умение передавать образное содержание музыки в ритмически организованных движениях;

- формирование двигательных навыков, способствующих развитию координации движения;
- развитие музыкальных способностей: памяти, метроритмического чувства;
- получение элементарных знаний в области музыкальной грамоты;
- формирование правильной осанки;
- активизация образного восприятия музыки и способности к двигательной импровизации; раскрытие творческой индивидуальности ребёнка;
- воспитание внимания, выносливости и стремления выполнить задачу, поставленную преподавателем;
- приобщение к здоровому образу жизни.

### ***6. Обоснование структуры учебного предмета***

Обоснованием структуры программы являются ФГТ, отражающие все аспекты работы преподавателя с учеником. Программа содержит следующие разделы:

- сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение предмета;
- распределение 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.

1. Наглядно-слуховой – прослушивание музыкального примера.
2. Словесный – беседа о характере музыки, её художественных образах; эмоциональный рассказ преподавателя о прозвучавшем произведении, необходимый для формирования у обучающихся ассоциативного восприятия музыки.
3. Практический – упражнение (простейшие танцевальные композиции с элементами русского (национального) танца)
4. Игровой (сюжетные игры).

Данные методы являются наиболее продуктивными при реализации поставленных цели и задач учебного предмета. Они основаны на изучении опыта и лучших традиций мировой и отечественной школ преподавания ритмики.

### ***8. Описание материально-технических условий реализации предмета***

Материально-техническая база школы соответствует санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

Учебные аудитории (балетные залы), предназначенные для реализации предмета «Ритмика», оснащены фортепиано. Их площадь должна быть не менее 40 м<sup>2</sup>, иметь пригодное для занятий напольное покрытие (деревянный пол или специализированное (линолеумное) покрытие), зеркала размером 7м x 2м на одной стене. В школе есть концертный зал с роялем, светотехническим и звукотехническим оборудованием; костюмерные с необходимым количеством костюмов для сценических выступлений, репетиционного процесса и учебных занятий.

Также в наличии раздевалки, душевые для обучающихся и преподавателей.

## **II. Содержание учебного предмета**

**1. Сведения о затратах учебного времени**, предусмотренного на освоение предмета.

	Всего часов	1 класс	2 класс
Максимальная нагрузка (в часах), в том числе:	130	64	66
Аудиторные занятия (в часах)	130	64	66
Консультации (в часах)	4	2	2

Аудиторная нагрузка по предмету обязательной части ДПП распределяется по годам обучения с учетом общего объема аудиторного времени, предусмотренного ФГТ на данный предмет.

Материал распределяется по годам обучения – классам. Каждый класс имеет свои дидактические задачи и объем времени, предусмотренный для освоения материала.

### **2. Требования по годам обучения**

Данная программа приближена к традициям и методам обучения, сложившимся в хореографическом образовании в детских школах искусств.

#### **I год обучения**

##### **Тема 1. Музыкальное восприятие**

###### **Характер музыки**

- умение слушать музыку и определять её характер;
- умение отражать в движении характер музыкальных произведений (весёлый, спокойный, энергичный, торжественный и т.д.).

###### **Динамика, штрихи**

- forte (громко);
- piano (тихо);
- fortissimo (очень громко);
- pianissimo (очень тихо);

- sforzando (внезапно громко);
- crescendo (постепенно увеличивая силу звука);
- diminuendo (постепенно ослабляя силу звука);
- legato (связно) и staccato (отрывисто).

### **Темп**

- allegro (быстро);
- allegretto (оживленно);
- andante (спокойно);
- adagio (медленно);
- lento (медленно, протяжно);
- ritenuto (замедляя);
- accelerando (ускоряя).

### **Метроритм (метр, размер)**

- размеры 2/4, 3/4, 4/4;
- сильные и слабые доли такта;
- затакт;
- тактирование в указанных размерах.

### **Строение музыкального произведения**

- мотив, фраза, предложение, период;
- начало и окончание музыкальной фразы;
- двухчастная, трёхчастная, куплетная формы;
- мелодия и аккомпанемент.

### **Длительности. Ритмический рисунок**

- целые, половинные, четверти, восьмые, шестнадцатые;
- ритмические рисунки (сочетание указанных длительностей);
- «ритмическое эхо» (учащиеся по памяти повторяют посредством движений ритмический рисунок прослушанной музыки).

### **Маршевая и танцевальная музыка**

- особенности танцевальных жанров: полька, лендлер, галоп;
- слушание и анализ маршевой и танцевальной музыки.

## **Тема 2. Формирование танцевально-двигательных навыков, основанных на метроритмической организации музыки**

- **танцевальные шаги и бег** в соответствии с музыкальными длительностями и размерами;
  - танцевальный шаг в продвижении вперёд и назад;
  - шаг на полупальцах в продвижении вперёд и назад;
  - шаг с высоким подъёмом колена на всей стопе и на полупальцах;
  - лёгкий бег; бег, сгибая ноги сзади; бег, вынося прямые ноги вперёд;
  - подскoki;
  - галоп;
- **позиции ног**, смена позиций ног на новый такт;
- **позиции и положения рук**, переводы рук из позиции в позицию; положения рук в паре;

- **положения корпуса;**
- **простейшие элементы русского (национального) танца;** ритмический рисунок в движении и музыке:
  - шаг польки;
  - русский переменный шаг;
  - припадание;
  - «ковырялочка»;
  - «гармошка»;
  - притопы;
  - хлопки в ладоши соло и в паре;
- **прыжки** (на двух ногах на месте, в продвижении вперёд, в повороте вокруг себя) на разные длительности и ритмические рисунки;
- **упражнения на ориентировку в пространстве** (повороты вправо-влево, движение по линии и против линии танца, движение по диагонали); изменение направления движения в соответствии с построением музыкального произведения;
- **построения и перестроения** (рисунки в танце); смена рисунка в танце в соответствии с музыкальным периодом, предложением, фразой.

### **Тема 3. Музыкально-ритмические этюды и игры**

- этюды с предметами (мяч, скакалка, обруч, шарф, лента и т. д.);
- этюды с использованием детских музыкальных инструментов (бубнов, колокольчиков, маракасов, ложек, барабанов и т. д.);
- музыкально-ритмические этюды и танцы, сочиненные самими учащимися;
- музыкально-ритмические игры (сюжетные и ролевые).

### **Объем знаний, умений, навыков**

Учащиеся, окончившие 1 класс, должны иметь следующие ЗУН:

- знать музыкальную терминологию в рамках программы «Слушание музыки и музыкальная грамота»;
- знать особенности народной и классической музыки;
- уметь определять характер и выразительные средства музыки (темп, штрихи, динамические оттенки);
- уметь правильно исполнять движения в характере музыки;
- начинать и заканчивать движение вместе с музыкой;
- правильно определять начало и окончание музыкальной фразы, сильную долю, длительности;
- различать жанры (песня, танец, марш);
- слышать изменения звучания и передавать их движением;
- выполнять упражнения с предметами и без них под музыку;
- уметь видеть свои ошибки и ошибки других учеников;
- уметь координировать движения рук, ног и головы;
- уметь ориентироваться в пространстве.

## **II год обучения**

### **Тема 1. Музыкальное восприятие**

#### **Характер музыки**

- жанровые особенности музыки (менуэт, галоп, полька, вальс, тарантелла, мазурка);
- активизация музыкального восприятия на примерах современной музыки.

#### **Динамика**

- умение согласовывать амплитуду движения с динамикой;
- динамика как средство музыкального формообразования.

#### **Темп**

- смена темпа в музыкальном произведении;
- удержание заданного темпа после прекращения звучания музыки.

#### **Метроритм (метр, размер)**

- размер 6/8;
- изучение размера 3/4 на более сложных примерах;
- затакт в развёрнутом музыкальном вступлении.

#### **Строение музыкального произведения**

- рондо;
- вариации.

#### **Длительности. Ритмический рисунок**

- ритмические фигуры «четверть с точкой – восьмая», пунктирный ритм.

#### **Маршевая и танцевальная музыка**

- особенности танцевальных жанров;
- слушание и анализ маршевой и танцевальной музыки.

### **Тема 2. Формирование танцевально-двигательных навыков, основанных на метроритмической организации музыки**

Танцевально-двигательные навыки на более сложном музыкальном материале, на более высоком качественном уровне исполнения.

#### **Тема 3. Музыкально-ритмические этюды и игры**

- более сложные этюды с предметами и музыкальными инструментами, на более сложном музыкальном материале;
- музыкально-ритмические упражнения и танцевальные этюды как творчество учащихся;
- музыкально-ритмические игры.

#### **Объем знаний, умений и навыков**

Учащиеся, окончившие 2 класс, должны иметь следующие ЗУН:

- знать музыкальную терминологию в рамках программы «Слушание музыки и музыкальная грамота»;
- различать жанры в музыке (менуэт, галоп, полька, вальс, тарантелла, мазурка);
- уметь правильно исполнять движения в характере музыки;

- выполнять более сложные упражнения с предметами и без них под музыку.

### **III. Требования к уровню подготовки обучающихся**

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

- знания основных понятий, связанных с метроритмом, темпом и динамикой в музыке;
- первичные знания о музыкальном синтаксисе, простых музыкальных формах;
- представления о длительностях 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.

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

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

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

Формы текущего контроля – проверочные задания.

Формы промежуточной аттестации – контрольные уроки, зачеты, проводимые в виде творческих показов на завершающих полугодие занятиях.

#### **График промежуточной аттестации**

Класс	1 полугодие	2 полугодие
1 класс	контрольный урок	зачет
2 класс	контрольный урок	зачет

Программа предусматривает проведение консультаций для обучающихся с целью их подготовки к контрольным урокам и зачетам.

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

#### *2. Критерии оценок*

<b>Оценка</b>	<b>Критерии оценивания выступления</b>
5 («отлично»)	Технически качественное, ритмические точное и художественно осмыщенное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения.
4 («хорошо»)	Оценка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами в любом из его аспектов.
3 («удовлетворительно»)	Исполнение с большим количеством ошибок, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, ритмическая неустойчивость, неумение анализировать свое исполнение.
2 («неудовлетворительно»)	Комплекс грубых ошибок, являющийся следствием плохой посещаемости аудиторных занятий.

Система оценок – пятибалльная.

## **V. Методическое обеспечение учебного процесса**

### ***1. Методические рекомендации педагогическим работникам***

Первостепенное значение при планировании урока ритмики имеет грамотный подбор музыкального материала, который должен содержать образцы русской и зарубежной музыки, как народной, так и классической. Она должна быть высокохудожественной и соответствовать возрасту учащихся. Качество исполнения музыкальных произведений должно быть на высоком профессиональном уровне.

Развитие двигательных навыков – один из главных факторов успешного выполнения программных требований по учебному предмету «Ритмика». Важную роль играет связь со смежными хореографическими предметами. Целесообразно проводить уроки ритмики параллельно с учебными предметами «Танец» и «Гимнастика», где изучается большой объём движений и гимнастических упражнений, направленных на укрепление мышечного аппарата учащегося и развитие танцевальной выразительности.

Не менее важна связь ритмики с предметом «Слушание музыки и музыкальная грамота». Теоретические знания, получаемые там, являются основополагающими для учебной дисциплины «Ритмика». Преподаватели должны знать программы обоих предметов и соблюдать последовательность в прохождении материала.

Каждое занятие включает в себя три органически взаимосвязанных раздела, в которых концентрическим методом прорабатываются перечисленные выше темы курса.

**Первый раздел.** Развитие музыкального восприятия и закрепление полученных навыков в движении.

**Второй раздел.** Музыкально-ритмическая тренировка.

**Третий раздел.** Музыкально-ритмические игры и этюды.

Все эти разделы должны чередоваться не механически, а соединяться органично, быть пронизаны единым педагогическим замыслом урока.

### **Первый раздел**

#### ***Развитие музыкального восприятия и закрепление полученных навыков в движении***

Главная цель – научить ребенка эмоционально воспринимать музыку и передавать её характер в движениях. Умение понимать музыкальный язык формируется в разных видах учебной деятельности, таких как развитие мелодического слуха, чувства метроритма, координации движений с музыкой. Это создает базу для дальнейшей эффективной реализации дополнительной предпрофессиональной общеобразовательной программы в области хореографического искусства «Хореографическое творчество».

### **Второй раздел**

#### ***Музыкально-ритмическая тренировка***

Музыкально-ритмическая тренировка является основой данного курса и подготовкой к последующим выступлениям ребенка на сцене. Используются несложные элементы народных плясок, хороводов, которые составляют основу современных детских композиций.

### **Третий раздел**

#### ***Музыкально-ритмические игры и этюды***

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

#### **Задачи первого этапа обучения:**

- ознакомление детей с новыми упражнениями, пляской, хороводом или игрой;
- создание целостного впечатления о музыке и движении;
- разучивание 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.

*Задачи второго этапа обучения:*

- углубленное разучивание музыкально-ритмического движения;
- уточнение его элементов и создание целостного образа музыкального произведения.

Преподаватель дает необходимые разъяснения, напоминает последовательность действий, доброжелательно оценивает достижения учащихся.

*Задачи третьего этапа обучения:*

- закрепление представления о музыке и движении, поощрение самостоятельной творческой работы учащихся. Методика закрепления и совершенствования музыкально-ритмического движения направлена на качество его исполнения. 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. Упражнения, игры, пляски для детей 6-7 лет. Ч. 1 и 2. – М., 1981.
3. Буренина А. И. Ритмическая мозаика. – СПб., 2000.
4. Горшкова Е. В. От жеста к танцу. – М., 2004.
5. Играем с начала. Гимнастика, ритмика, танец. – М., 2007.
6. Конорова Е. В. Методическое пособие по ритмике в I и II классах музыкальной школы. Вып. 1. – М., 1972.
7. Конорова Е. В. Занятия по ритмике в III и IV классах музыкальной школы. Вып. 2. – М., 1973.
8. Конорова Е. В. Танец и ритмика. – М., 1960.
9. Конорова Е. В. Методическое пособие по ритмике. Занятия по ритмике в подготовительных классах. Вып. 1. – М., 1963.
10. Колодницкий Г. А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов. – М., 2000.
11. Климов А. Основы русского народного танца. – М., 1994.
12. Лифиц И. Франио Г. Методическое пособие по ритмике. – М., 1987.
13. Пустовойтова М. Б. Ритмика для детей. Учебно-методическое пособие. – М., 2008.
14. Программы для хореографических школ искусств / Составитель Бахтов С. М. – М., 1984.
15. Руднева С., Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение. – М., 1972.
16. Ткаченко Т. С. Народные танцы. – М., 1975.
17. Франио Г. С. Ритмика в детской музыкальной школе. – М., 1997.
18. Франио Г. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей. – М., 1989.
19. Школа танца для юных. – СПб., 2003.
20. Яновская В. Ритмика. Практическое пособие. – М., 2012.

### **Интернет ресурсы**

1. <http://piruet.info>
2. <http://www.monlo.ru/time2>
3. [www.psychlib.ru](http://www.psychlib.ru)
4. [www.horeograf.com](http://www.horeograf.com)
5. [www.balletmusic.ru](http://www.balletmusic.ru)
6. <http://pedagogic.ru>
7. <http://spo.1september.ru>
8. <http://www.fizkultura-vsem.ru>
9. <http://www.rambler.ru/>
10. [www.google.ru](http://www.google.ru)
11. [www.plie.ru](http://www.plie.ru)