

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 двигательных 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 м², иметь пригодное для занятий напольное покрытие (деревянный пол или специализированное (линолеумное) покрытие), зеркала размером 7м х 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;
 - подскоки;
 - 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

Оценка	Критерии оценивания выступления
5 («отлично»)	Технически качественное, ритмически точное и художественно осмысленное 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. Албука 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
4. www.horeograf.com
5. 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
11. www.plie.ru