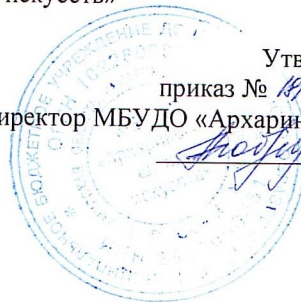


«Архаринская школа искусств»

Рассмотрено и рекомендовано  
на заседании методического объединения  
протокол № 1 от 30.08 2016 г.  
руководитель МО Верей Н.Е. Веремеенко

Утверждаю  
приказ № 18/1 от 30.08.16  
директор МБУДО «Архаринская школа искусств»  
Л.А. Походяева Л.А. Походяева



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА В ОБЛАСТИ  
ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА  
«ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ТВОРЧЕСТВО»**

**Предметная область  
ПО.01. ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ИСПОЛНИТЕЛЬСТВО**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по учебному предмету  
ПО.01.УП.02.  
РИТМИКА**

**Преподаватель:  
Андреева Елена Сергеевна**

Архара 2016г.

## Пояснительная записка.

Ритмике как учебно-воспитательной дисциплине должно отводиться значительное место в системе общего музыкального образования. Научить ребенка передавать характер музыкального произведения, его образное содержание через пластику движений под музыку – именно на это направлены занятия ритмикой, которые необходимо систематически проводить с детьми уже с самого раннего возраста.

Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально-ритмическая деятельность учащихся. Основными задачами уроков являются: приобщение детей к музыке, обучение их воспринимать на слух, различать и понимать такие специфические средства музыкального «языка», как звуковысотность, ладовая окрашенность, метроритм, динамика, темп. Дети усваивают несложные музыкальные формы, у них развиваются чувство ритма, музыкальный слух и память, совершенствуются музыкально-эстетические чувства. Эти задачи решаются через овладение учащимися разнообразными формами движения: выполнение с музыкальным сопровождением ходьбы, бега, прыжков, поскоков, гимнастических и танцевальных упражнений. Сюда же входят ритмические упражнения с звучащими инструментами – погремушками, дудками, барабанами и т.д.

Занятия ритмикой положительно влияют на развитие мышления детей: каждое задание нужно понять, осознать правила игры, осмыслить свое место в ней, свою роль; надо правильно выполнять движения, вовремя включаться в деятельность; наконец, надо осмыслить соответствие выбранных движений характеру музыки. Следует отметить, что эти занятия создают благоприятные условия для развития творческого воображения школьников.

Бесспорно также воздействие этих уроков на формирование произвольного внимания учащихся, на развитие их памяти. Потребность детей в движении превращается в осмысленную и упорядоченную деятельность.

Музыкальные произведения, кроме эмоционального воздействия, оказывают на ребенка организующее и дисциплинирующее влияние благодаря присутствующему в них ритму. Ритм пронизывает весь урок, регулирует движения, благодаря ему, вялые и расплывчатые движения детей становятся четкими и целесообразными, преодолевается хаотичность, суетливость действий, нормализуется двигательное беспокойство. Известно, что при сильном возбуждении дети особенно восприимчивы к музыке и ритму.

Данная программа рассчитана на два года обучения (1 и 2 классы). Занятия проводятся два раза в неделю по 1 академическому часу (45 минут)

**Примерный учебно-тематический план 1 года обучения**

<b>№</b>	<b>НАИМЕНОВАНИЕ РАЗДЕЛОВ И ТЕМ</b>	<b>КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ</b>
<b>1 РИТМИКА</b>		
1.	Характер музыки	1
2.	Сила звука, динамика	1
3.	Темп музыки	2
4.	Три кита в музыке	2
5.	Музыкальное вступление	2
6.	Начало и конец движения с музыкой	2
7.	Тембр (низкий и высокий звук)	1
8.	Дирижирование (сильная доля, пульсация)	3
9.	Короткие и длинные звуки.	3
<b>2 ОРИЕНТИРОВКА В ПРОСТРАНСТВЕ</b>		
1	Построения (круг, колонна, линия)	1
2.	Расширение и сужение круга	1
3.	Построение в одну, две колонны из круга и обратно	1
4.	Из круга в колонну по три человека	1
5.	Рисунок танца: «змейки», «воротца», «звездочки»	3
<b>3 УПРАЖНЕНИЯ НА РАЗВИТИЕ ХУДОЖЕСТВЕННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ</b>		
1.	Характеры и повадки зверей	2
2.	Этюды с элементами пантомимы («У зеркала», «Слезы», «Смех» и т.д.)	2
3.	Этюды «Загадка-образ»	1
4.	Этюд «Цветы и бабочки»	1
5.	Этюд «Герои любимых мультиков»	1
<b>4 ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ</b>		
1.	Партерная гимнастика	2
2.	Упражнения для рук	2
3.	Упражнения для развития гибкости	2
4.	Упражнения на выработку силы и выносливости	2
5.	Упражнения на развитие выворотности ног и паха.	2
6.	Упражнения с предметом (ленты)	3
<b>5 ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ</b>		
1.	Положения рук	2
2.	Повороты и наклоны головы, корпуса	1
3.	Подскоки по 6 позиции.	1
4.	Галоп (сольно и в паре)	1
5.	Легкий бег	1
6.	Марш с носка и с подъемом бедра.	1
7.	Постановочная работа над танцами	8
<b>6 МУЗЫКАЛЬНЫЕ ИГРЫ</b>		
1.	«Вышивание»	1
2	«Командиры»	1
3.	«Ритмическое эхо»	1
4.	«Имена и ритмы»	1

### **Задачи первого года обучения.**

1. Формирование внимания.
2. Воспитание волевых качеств.
3. Формирование эмоционального восприятия и развитие музыкальной памяти.
4. Восприятие и передача движениями темпов. Умение начинать и заканчивать движения синхронно с музыкой.
5. Формирование слуховых качеств.
6. Исполнение игровых этюдов, включающий программный материал
7. Умение ориентироваться в пространстве, выполнять простейшие танцевальные элементы.

### **РИТМИКА**

Тема 1. Характер музыкального произведения.

Умение слушать музыку, правильно определять её характер, отражать в движении разнообразные оттенки характера музыкальных пьес (веселый, спокойный, энергичный, торжественный, грустный).

Тема 2. Сила звука, динамика.

Различать динамические оттенки музыки (тихо, умеренно, громко) – forte, piano

Тема 3. Темп музыки.

Знакомство с выразительным значением темпа музыки (медленно, умеренно, быстро). Умение выполнять движения в различных темпах, переключаться из одного темпа в другой, постепенно ускорять и замедлять движение.

Тема 4. Три кита в музыке.

Знакомство с основными направлениями в музыке: марш, песня, танец.

Тема 5 и 6. Музыкальное вступление. Начало и конец движения с музыкой.

Понятие: вступление, части, музыкальная фраза. Умение менять движения в зависимости от смены частей и фраз. Умение определять характер различных частей и двигаться в характере музыки.

Тема 7. Тембр (низкий и высокий звук)

Различать низкие и высокие звуки. Уметь подобрать нужный образ, соответствующий данному тембру.

Тема 8. Дирижирование (сильная доля, пульсация)

Прием свободного дирижирования под музыкальное сопровождение.

Тема 9. Короткие и длинные звуки.

Понятие о ритмическом рисунке как сочетании различных длительностей. Умение воспроизводить на хлопках и шагах короткие и длинные звуки. Уметь сказать ритмослогами (та, ти-ти) небольшие стихи.

## ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

Партерная гимнастика.

- Упражнения на полу на напряжение и расслабление мышц;
- Упражнения на полу на выработку выворотности ног (лежа на полу и сидя на полу). Эти упражнения способствуют растягиванию ахоловых сухожилий, подколенных мышц и связок, укрепляют все группы мышц ног, приучают к ощущению вытянутости ног, в том числе пальцев ног и всей стопы.
- Работа со стопой – сидя на полу.
  - «Султанчик» - сидя на полу, ноги согнув в коленях, подтянуть их к груди. Медленно вытягивая ноги, наклониться вниз, распрямляя ноги и прижаться головой. Вернуться в исходное положение.
  - «Угол» - сидя на полу, поднимать ноги.
  - «Циркуль» - сидя на полу (наклоны корпуса направо, налево, вперед).
  - «Кошечка» - стоя на коленях прогнуть спину и обратно.
  - «Кошечка лезет под забор» - из основного положения «кошечки» перейти через прогиб вперед и касаясь пола грудью, животом, бедрами, прогнуться обратно.
  - «Лодочка», «Кораблик» - из положения лежа на животе.
  - «Лягушка» - сидя на полу, лежа на животе, лежа на спине.
  - «велосипед» - лежа на спине.
  - «Ракушка» - стоя на коленях, прогнуть спину назад.
  - «Полушпагат» - открытое положение, сидя на полу, ноги в сторону, вытянутую ногу поднять вверх к уху, рукой взяться за пятку.
  - «Свечка» - ноги поднимаются вверх и опускаются за голову.
  - «Шпагаты» - поперечный, боковой у палки и на середине.
- Упражнения с предметом (ленты)
  - Взмахи, «змейка» одной и двумя руками, круги большие и маленькие, взмахи со «змейкой».

## МУЗЫКАЛЬНЫЕ ИГРЫ

«Вышивание» - на ориентировку в пространстве. Дети держаться за руки, один водящий под музыку водит всех по классу, рисуя различные рисунки.

«Командиры» - закрепление всех видов марша. Дети разделены на две команды, один командир. По парам дети маршируют под музыку к командиру, тот выбирает лучшего т.д.

«Ритмическое эхо» - преподаватель для каждого ребенка хлопает определенный ритмический рисунок, ребенок должен его повторить.

«Имена и ритмы» - определенное имя разделить на ритмослоги и прохлопать его. (например: А-ЛЁ ША - ти-ти, та)

## Музыкальные произведения

А. Карманов. Птички

Т. Шутенко. Марш

А. Гречанинов. Грустная песенка

А. Гречанинов. Весельчак

Е. Кузнецов. Родничок

И. Беркович. Во саду ли, в огороде.

С. Майкапар. В садике

Полянка Русская народная мелодия

П. Чайковский. Марш деревянных солдатиков

Э.Григ. Танец эльфов  
 В.А. Моцарт. Вариации на тему  
 французской песни  
 М. Красев. Веселый человечек

Д. Шостакович. Полька  
 На горе-то калина – русская народная песня  
 Н. Метлова. Поезд

### Примерный учебно-тематический план 2 года обучения

№	НАИМЕНОВАНИЕ РАЗДЕЛОВ И ТЕМ	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ
<b>1 РИТМИКА</b>		
1.	Музыкальные размеры: 2/4, 3/4, 4/4	4
2.	Такт	2
3.	Минор и мажор – лады.	2
4.	Ритмический рисунок	3
5.	Длительности	4
6.	Сильные и слабые доли	2
7.	Структура музыкального произведения (предложение, фраза).	4
<b>2 ОРИЕНТИРОВКА В ПРОСТРАНСТВЕ</b>		
1	Перестроение из одного круга в два, четыре и более.	1
2.	Две диагонали через центр.	1
3.	Рисунки танца: «прочес», «улитка», «цепочки», «звездочки».	4
4.	Перестроение в парах.	2
<b>3 УПРАЖНЕНИЯ НА РАЗВИТИЕ ХУДОЖЕСТВЕННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ</b>		
1.	«клоуны»	1
2.	«Под дождем»	1
3.	«Трусливый заяц»	1
4.	«Необычное путешествие»	2
5.	«Море волнуется раз...»	2
<b>4 ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ</b>		
1.	На гибкость и развитие пресса	2
2.	Растяжка	2
3.	Гимнастические сказки: «Магазин игрушек», «Путешествие», «Кукла Таня»	4
4.	Джоггинг	4
5.	На укрепление тазового пояса, бедер и ног.	2
<b>5 ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ</b>		
1.	Шаг польки	2
2.	Положение в паре «лодочка»	2
3.	Шаг полонеза	3
4.	Вальсовая дорожка	3
5.	Легкий бег	1
<b>6 МУЗЫКАЛЬНЫЕ ИГРЫ</b>		
1.	«Фея – волшебница»	2
2	«Поезд»	1
3.	«Бабочки»	2

4.	«Смелые мышата»	2
----	-----------------	---

### **Задачи второго года обучения:**

1. Развитие волевых качеств, направленных на самооценку ребенком результатов своей деятельности.
2. Воспитание внимания как единого цельного процесса.
3. Определение музыкального размера и дирижирование.
4. Понятие такта.
5. Воспитание слуховых качеств: определение музыкальных фраз разной протяжности.
6. Развитие физических способностей (растяжка, выворотность, гибкость)

### **РИТМИКА**

Тема 1. Музыкальные размеры: 2/4, 3/4, 4/4. Понятие о музыкальном размере. Дирижирование в разных музыкальных размерах.

Тема 2. Такт

Тема 3. Минор и мажор – лады. Окраска музыкального произведения – лады. Мажор – веселый. Минор – грустный.

Тема 4. Ритмический рисунок. Нота целая, половинная, четвертная, восьмая. Запись ритмических рисунков нотами разной длительности.

Тема 5. Сильные и слабые доли. Понятие об акценте, метрической пульсации (периодически повторяющихся ударениях в музыке), сильных и слабых долях.

Тема 6. Структура музыкального произведения (предложение, фраза). Понятие строения музыкального произведения – предложения, фразы, периоды.

### **ОРИЕНТИРОВКА В ПРОСТРАНСТВЕ**

Научить организованно перестраиваться из одного рисунка в другой. Перестроение в парах: обход одним партнером другого и одной пары другой.

### **ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ**

- На гибкость и развитие пресса.

«Змея» - лежа на животе прогнуться назад при помощи рук.

«Кобра» - как упражнение «Змея», только руки находятся за головой.

«Ящерица» - лежа на животе поднять прямые ноги.

«Мостик» - с положения лежа на спине.

«Собачка» - из положения сидя на пятках, руки в упоре сзади, выгнуть спину и откинуть голову назад.

«Кукушка» - из положения лежа на животе, руки у груди, ноги прямые в упоре на полупальцах, поднять все тело, опираясь на руки и полупальцы, прогнуться как можно сильнее назад.

- На укрепление тазового пояса, бедер и ног.

«Бабочка» - из положения сидя, соединив стопы, прижать колени к полу.

«Рак» - из положения лежа на боку, поднять верхнюю ногу, взявшись за лодыжку.

«Ножницы» - из положения сидя, ноги приподнять над полом и быстро скрещивать их.

«Паучок» - исходное положение: стоя по 2 широкой позиции, руки в стороны. Переносить центр тяжести с одной ноги на другую.

«Ёлочка» - исходное положение: стоя, ноги вместе. Разводить ноги в разные стороны.

«Таракан» - из положения «березка» шевелить ногами как «усами».

- Джоггинг – серия упражнений на основе прыжков. «Мартышки», «Зайчата», «Лошадка», «Утята» и т.д.

- Гимнастические сказки: «Магазин игрушек», «Путешествие», «Кукла Таня». Данные комплексы могут включать в себя упражнения на развитие разных групп мышц.

## **МУЗЫКАЛЬНЫЕ ИГРЫ**

«Фея – волшебница» - игра на концентрацию внимания и быстрое переключение с одного задания на другое. Преподаватель (Фея – волшебница) хлопком в ладоши командой голоса «превращает» детей в сказочных героев и в разных животных. Если хлопка не было, то «превращение» не должно состояться.

«Поезд» - дети стоят друг за другом в колонку. Они изображают поезд, двигаясь топающим шагом на шестнадцатые в соответствии с изменением темпа, предлагаемом концертмейстером.

«Бабочки» - дети – «бабочки», летают по классу, в определенный момент они останавливаются в кругу и опускаются на колени и закрывают глаза. Водящая бабочка продолжает летать за кругом и потихоньку останавливается за спиной одного из детей. Ребенок, думающий, что «бабочка» за ним, оборачивается. Если угадал, - в следующий раз он будет водящей «бабочкой», если ошибся, - на один раз выйдет из круга.

«Смелые мышата» - в центре зала сидит ребенок, изображающий спящего кота. Все остальные дети – «мыши», стоят по кругу, лицом в центр. Шагая на каждую четверть «мыши» делают 8 шагов в центр круга. Проснувшийся «кот», топает на каждую восьмую, пугая «мышей», «мыши» разбегаются. «Кот» грозит пальцем и засыпает. «Мыши» на полупальцах шагают в центр круга, кружатся на месте. В конце возможно неожиданно проснется «кот» и ловит «мышей», кого поймает, тот становится «котом».



## Музыкальные произведения

С.Прокофьев Марш  
Н. Метлова. Поезд  
В. Селиванова. Шуточка  
Ф. Рыбицкий. Кот и мыши  
Н. Александрова. Пьеса  
А. Дворжак. Юмореска  
М. Красева. Колыбельная

П. Чайковский. Фрагмент  
Как на тоненький ледок. Р.н.п.  
И. Штраус. Полька  
Д. Кобалевский. Отрывок из «Легких  
вариаций»  
В. Калининкова. Кисонька  
Н. Паганини. Вариации  
Л. Бетховен. Немецкий танец.

## Основные требования к знаниям и умениям учащихся второго года обучения по предмету ритмика:

1. Уметь определять структуру музыкального произведения.
2. Уметь ориентироваться в пространстве, перестраиваться в различные рисунки.
3. Уметь определять и передавать в движении элементы музыкальной грамоты: характер музыки, темп музыки.
4. Уметь выполнять подражательные движения.
5. Уметь выполнять движения с предметами.

### **Используемая литература.**

1. Коренева Т.Ф. «Музыкально-ритмические движения» Часть 1. Москва ВЛАДОС 2001
2. Коренева Т.Ф. «Музыкально-ритмические движения» Часть 2. Москва ВЛАДОС 2001
3. Савинкова О.В., Полякова Т.А. «Раннее музыкально-ритмическое развитие детей» Москва
4. Чибрикова-Луговская А.Е. «Ритмика» методическое пособие. Москва 1998
5. Конорова Е.В. «Танец и ритмика в начальной школе» Москва Музгиз, 1960