

Частное образовательное учреждение  
дополнительного образования  
детская музыкальная Школа «ВДОХНОВЕНИЕ»

Утверждена приказом



директора

№ 20 от

30/08/ 2023 г.

Некипелов А.А.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по программе дополнительной общеразвивающей программы  
дополнительного образования художественно-эстетической  
направленности по предмету  
**«РИТМИКА»**

**Срок реализации**  
программы – 1 год

**Возраст учащихся – 6 лет**

Программа составлена:  
ЧОУ ДО ДМШ «Вдохновение»

Санкт-Петербург 2023 г.

# СОДЕРЖАНИЕ

## **I. Пояснительная записка**

- 1) Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе;
- 2) Срок реализации учебного предмета;
- 3) Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательной организации на реализацию учебного предмета;
- 4) Форма проведения учебных аудиторных занятий;
- 5) Цель и задачи учебного предмета;
- 6) Структура программы учебного предмета;
- 7) Методы обучения;
- 8) Описание материально-технических условий реализации учебного предмета;

## **II. Содержание учебного предмета**

- Учебно-тематический план;
- Годовые требования

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

- Требования к уровню подготовки на различных этапах обучения

## **IV. Формы и методы контроля**

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

## **VI. Список учебной и методической литературы**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа учебного предмета «Ритмика» для детей дошкольного возраста 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 современных тенденций в области музыкального искусства.

Ритмика – один из видов музыкальной деятельности, в котором содержание музыки, ее характер, образы передаются в движении. Основой является музыка, а разнообразные физические упражнения, танцы, сюжетнообразные движения используются как средства более глубокого ее восприятия и понимания. Основными задачами работы на уроках ритмики являются: воспитание характера музыки, развитие музыкальновыразительных представлений и творческой активности, воспитание чувства ритма, музыкально-ритмической памяти и сознательное освоение детьми метроритмической структуры музыки. Работа по ритмике строится на основных движениях: ходьбе, беге, различного рода прыжках, с соблюдением правильного положения корпуса при движении и торможении, метании (преимущественно работа с мячами), на гимнастических (общеразвивающих) упражнениях с предметами и без предметов, тренирующих различные группы мышц, построениях и перестроениях, танцевальных движениях – танцах, играх. Соприкасаясь с танцевальным искусством, в доступной для детей форме, они постепенно приобщаются к миру прекрасного. В обучении музыкально-ритмическим движениям ярко прослеживается взаимосвязь всех педагогических методов обучения (наглядный, словесный, практический), а игровая форма заданий, занимательность помогают без особых затруднений усваивать движения различной сложности. Удовлетворяя естественную потребность в двигательной активности занятия ритмикой способствуют гармоничному развитию личности. Каждый ребенок имеет возможность выразить себя, раскрыть свою индивидуальность, передать чувства, настроения, мысли, проявить характер.

Систематические занятия ритмикой позволяют ребенку не только в увлекательной и игровой форме войти в мир музыки и танца, но и развивают умственные и физические способности, а также способствуют его социальной адаптации.

**Цель программы:** содействие гармоничному развитию личности дошкольника посредством углубления и дифференциации восприятия музыки (выделение средств выразительности, формы), ее образов и формирования на этой основе навыков выразительного движения.

**Задачи программы:**

Развитие музыкальности.

- развитие способности воспринимать музыку, чувствовать ее настроение и характер, понимать ее содержание;

- развитие музыкальных способностей (музыкального слуха, чувства ритма);
- развитие музыкальной памяти.

Развитие двигательных качеств и умений.

- развитие ловкости, точности, координации движений;
- развитие гибкости, пластичности;
- формирование правильной осанки, красивой походки
- развитие умения ориентироваться в пространстве;
- обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.

Развитие творческих способностей. Потребности самовыражения в движении под музыку.

- развитие творческого воображения и фантазии;
- развитие способности к импровизации в движении.

Развитие и тренировка психических процессов.

- развитие эмоциональной сферы и умения выражать эмоции в мимике и пантомимике;
- тренировка подвижности нервных процессов;
- развитие восприятия, внимания, памяти, мышления.

Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности.

- воспитание умения сопереживать другим людям и животным;
- воспитание умения вести себя в группе во время движения, формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми.

**Методы и формы образовательной деятельности.**

Целостный процесс обучения танцевально-ритмическим движениям можно условно разделить на 3 этапа:

Начальный этап – обучение упражнению (отдельному движению);

Этап углубленного разучивания упражнения;

Этап закрепления и совершенствования упражнения.

Начальный этап обучения характеризуется созданием предварительного представления об упражнении. На этом этапе обучения педагог рассказывает, объясняет и демонстрирует упражнения, а дети пытаются воссоздать увиденное. Название упражнения, вводимое педагогом на начальном этапе, создают условия для формирования его образа, активизирует работу центральной нервной системы детей. Показ упражнения или отдельного движения должен быть ярким и понятным. Краткое и образное объяснение дополняет ту информацию, которую ребенок получил при просмотре. Если упражнение можно разделить на составные части, целесообразно применять расчлененный метод. Например: изучить сначала движение только ногами, затем руками, далее соединить эти движения вместе. Если упражнение нельзя разделить на составные части, применяется целостный метод обучения. Его можно

использовать, выполняя упражнение в медленном темпе и четком ритме, без музыкального сопровождения или под музыку.

Этап углубленного разучивания упражнения характеризуется уточнением и совершенствованием деталей техники его выполнения. Основным методом обучения на этом этапе является целостное выполнение упражнения. Повышению активности детей способствует постановка двигательных задач. С этой целью применяется соревновательный метод с установкой на лучшее исполнение.

Этап закрепления и совершенствования характеризуется образованием двигательного навыка. Этот этап можно считать законченным только тогда, когда дети начнут свободно двигаться с полной эмоциональной и эстетической отдачей.

Движение и игра – важнейшие компоненты деятельности детей, они всегда готовы двигаться и играть – это ведущий мотив их существования, поэтому занятия по ритмике целесообразно начинать со слов: «Мы сейчас будем играть...», «Мы сейчас превратимся...», «Мы сейчас отправимся в путешествие...» и т.п. Игровой метод придает учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятий и творческих способностей ребенка. Можно проводить занятия в форме игр-путешествий (или сюжетные занятия). Данные занятия помогают сплотить ребят и потренировать воображение. Например, дети отправляются в лес (шаги). В лесу встречаются разных зверей (образно-игровые движения), затем дети заблудились, ищут дорогу (строевые упражнения). Пришли на лесную поляну (подвижная игра) и т.д.

Игра – наиболее активная творческая деятельность, направленная на выражение эмоционального содержания музыки, осуществляется в образных движениях. Игра имеет определенный сюжет, правила, музыкально-учебные задания и помогает лучшему усвоению программных навыков. В методике музыкального воспитания определены два вида игр: игры под инструментальную музыку и игры под пение. Игры под инструментальную музыку разделяются на *сюжетные*, где выступают определенные персонажи, разворачивается действие и решается основная задача-передать музыкальноигровой образ персонажа, и *несюжетные*, правила которых связаны с музыкой, и решается задача двигаться в соответствии с содержанием, характером и формой музыкального произведения. Игры под пение включаются в хороводы, инсценировки песен и тесно связаны между собой. Построение их зависит от содержания. В действие поочередно включаются отдельные дети, небольшая их группа, весь коллектив, меняется направление движения, происходят перестроения: в круг, шеренги, пары, колонны и т.д. Таким образом, музыкальные игры по своим задачам принадлежат к дидактическим, по характеру – к подвижным. Их содержание находится в полном соответствии с музыкой.

Своеобразной формой музыкально-ритмических движений являются пляски, танцы, хороводы, включающие элементы народных и классических танцевальных движений. Исходя из поставленных задач и общего содержания, их можно последовательно сгруппировать:

- *пляски с зафиксированными движениями*, построение которых всегда зависит от структуры музыкального произведения;
- *пляски комбинированные*, имеющие зафиксированные движения и свободную импровизацию;
- *хороводы плясового характера*, чаще связанные с народными песнями, исполняя которые дети инсценируют сюжет, сопровождая его плясовыми движениями;
- *детский «бальный танец»*, включающий разнообразные польки, галопы, вальсовые движения. Легкий, оживленный характер музыки сопровождается все время повторяющимися танцевальными элементами;
- *характерный танец*, в котором «свободные» плясовые движения исполняет какой-либо персонаж в свойственной ему манере.

В плясках очень ограниченно используются самые простые движения, так как детям трудно запоминать их последовательность.

***Основные педагогические принципы*** – систематичность, постепенность и последовательность.

Знание особенностей восприятия детей дошкольного возраста позволяет преподавателю наиболее точно и грамотно использовать методические приемы обучения. Особенность детского восприятия такова, что вырабатывать точность, четкость, осмысленность движения помогает использование подражательных движений или образное сравнение.

Каждое упражнение имеет четкую педагогическую направленность, является средством, при помощи которого педагог направляет внимание детей на музыку.

### ***Срок реализации учебного предмета***

При реализации программы учебного предмета «Ритмика» для детей дошкольного возраста продолжительность учебных занятий составляет 35 недель в год. Срок обучения – 1 год.

Данная программа предполагает обучение детей дошкольного возраста с шести лет. Занятия проводятся 2 раза в неделю. Продолжительность занятия – 30 минут.

### ***Требования к уровню подготовки учащихся***

К концу учебного года учащийся должен уметь:

- ориентироваться в пространстве (строиться в шеренгу и в колонну, соблюдая интервалы, перестраиваться);
- самостоятельно начинать и заканчивать движение в соответствии с началом и концом музыки;

- при любых видах движений и остановках соблюдать правильное положение тела;
- передавать в пластике разнообразный характер музыки, различные оттенки настроения;
- различать жанр произведения и выражать это в соответствующих движениях;
- исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку;
- выполнять изучаемые в течение года ритмические композиции;
- уметь координировать движения;
- самостоятельно использовать запас плясовых движений в ритмических упражнениях, играх, танцах;
- согласовывать движения со строением музыкального произведения (четко начинать и менять движение по частям, фразам, ощущая их окончание);
- передавать в пластике музыкальный образ, используя гимнастические, имитационные, общеразвивающие и танцевальные виды движений;
- находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки, игрового образа выразительными жестами;
- уметь владеть мячом при ударе об пол, при броске вверх и перебросе друг другу.

Образовательная программа по программе «Ритмика» позволяет добиваться следующих результатов: - укрепления здоровья;

- развития музыкальности;
- развития двигательных качеств и умений;
- развития творческих и созидательных способностей;
- развития тренировки психических процессов;
- развития нравственно-коммуникативных качеств личности.

Насыщенность, динамичность, яркая эмоциональность, игровая форма занятия не дает детям скучать, ибо без интереса, без удовольствия невозможно добиться у занимающихся полного сокращения мышц, волевого усилия.

К концу обучения, используя простые движения и несложные комбинации, учащиеся демонстрируют навыки артистического перевоплощения в небольших сюжетных танцах и миниатюрах.

### ***Формы контроля***

Промежуточной аттестацией являются итоговые уроки в конце каждой четверти. Итоговой аттестацией является открытый урок в конце года. В качестве итогового урока можно применять форму урока-концерта.

### ***Условия реализации программы***

- наличие в классе фортепиано; набор шумовых инструментов;
- мячи, флажки разноцветные по числу детей в группе;
- учебная и методическая литература;
- заинтересованность родителей и учащихся.

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Темы программы	Кол-во часов
I четверть	16
<ul style="list-style-type: none"><li>- Ориентировка в пространстве</li><li>- Основные движения под музыку: разные виды шага (бодрый, высокий, шаг на носочках, мягкий, пружинящий)</li><li>- Упражнения на координацию движений (лево-право, повороты головы)</li><li>- Музыкальные размеры 2/4, 4/4(жанры: полька, марш) Понятие «сильная доля», выполнение акцента в движении</li><li>- Ритм, ритмический рисунок; выполнение простейших</li><li>- ритмических рисунков хлопками, шагами</li><li>- Понятие «вступления», «заклучения»</li></ul>	
II четверть	16
<ul style="list-style-type: none"><li>- Отражение длительностей в движении (четверть-«шаг», восьмые-«на носочках», половинная-«остановка») Происхождение и особенности русского хоровода,</li><li>- освоение хороводного шага</li><li>- Сужение и расширение круга</li><li>- Контрастность и повторность частей</li><li>- Движение в темпе исполняемого произведения, устойчивость в темпе</li><li>- Изменение направления движения</li><li>- Закрепление акцента в музыке</li></ul>	



III четверть	22
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Работа с мячом (бросок об пол, вверх, переброс)</li> <li>Размер 3/4</li> <li>- Знакомство с жанрами вальса, менуэта, мазурки</li> <li>- Затактовое построение</li> <li>- Отражение в движении «форте» и «пиано»</li> <li>- Понятие фразы, ощущение начала и окончания фразы с показом условных движений (остановка, хлопок, разведение рук в стороны)</li> <li>- Мажор-минор (отражение лада в характере движений)</li> </ul>	
IV четверть	16
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Сочетание основных движений с имитацией разнообразных действий</li> <li>- Отражение в движении выразительных средств (темп, динамика, регистры, лад)</li> <li>- Ощущение сильной доли в размере 2/4, 3/4, 4/4</li> <li>Закрепление музыкальной формы (вступление, фраза,</li> <li>- контрастность и повторность частей)</li> <li>- Танцевальные импровизации</li> <li>- Подготовка и выступление на итоговом мероприятии</li> </ul>	
Итого:	70

### **МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

Формирование музыкально-слуховых представлений. Сюда относятся следующие темы: восприятие характера музыки, темпа, динамики, регистровой окраски, метроритма и структуры музыкальных произведений.

Совершенствование движений. На занятиях используются упражнения с музыкально-ритмическими и двигательными задачами, гимнастические упражнения, музыкально-ритмические игры, танцевальные элементы, танцы и этюды.

Работая над восприятием характера музыки, педагог должен способствовать развитию отзывчивости на музыку, помогая проникнуть в образное содержание данного произведения. При знакомстве с новым произведением, уточняется его название, выясняется каким движением его лучше передать. Например, бег мелкими шагами, широким шагом, кружением и т.д.

Работа над темпом не проводится изолированно, она связана с работой над характером и выразительными особенностями данного произведения.

В работе над динамикой следует учесть, что выполнение динамических оттенков в движении зависит от мышечного напряжения и расслабленности. Дети должны научиться владеть своим телом, распределяя нагрузку в соответствии с динамикой.

Характер музыки, темп и динамика неотделимы друг от друга, и работа над ними осуществляется в тесном единстве, часто на одном и том же музыкальном материале.

Работая над разделом «Метроритм» педагог знакомит детей с длительностями (четверти, восьмые, шестнадцатые, половинные).

Выполнение ритмического рисунка проводится в виде хлопков под музыку в ладоши, а также шагами или фиксируется условными движениями.

Знакомство с размерами 2/4 и 3/4 осуществляется с помощью прохлопывания в ладоши сильных долей.

В работе над развитием ритмической памяти даются упражнения «эхо»: повторение хлопками, шагами и проигрывание на детских музыкальных инструментах исполненной педагогом мелодии. Паузы дети отмечают ударами пальца о палец или тихим хлопком.

Структура музыкальных произведений должна рассматриваться не формально, а в связи с развитием и изменением характера музыки. Знакомясь с музыкальными фразами, дети узнают, что фразы могут быть одинаковыми по ритму, но разными по мелодии, а также различными по протяженности. В работе можно использовать разнообразные приемы: поочередно прохлопывать в ладоши ритмический рисунок каждой фразы или в конце фразы сказать «вот», стоя в шеренге поочередно «проходить» вперед фразу, анализируя длину каждой из них.

В произведениях, построенных в простой двухчастной форме, обращается внимание на характер каждой из частей и соответственно выполняются разные движения. В трехчастной репризной форме следует указать на контрастность и повторность частей.

Для успешного выполнения программных требований следует уделить особое внимание развитию двигательных навыков, которые складываются из ряда элементов: основных движений (ходьба, бег, поскоки), гимнастических (общеразвивающих)

упражнений, упражнений с предметами, различных построений, перестроений, игр, плясок, танцев.

Во всех упражнениях необходимо следить за правильной осанкой, что предусматривает нормальное положение позвоночника, слегка отведенные назад плечи, втянутый живот и немного приподнятую голову. При движении необходимо соблюдать правильную координацию рук и ног, следить за равномерным дыханием.

Определенное место на уроке отводится изучению элементов танцевальных движений и танцев. Элементы танцевальных движений прорабатываются в специальных упражнениях и в дальнейшем используются в танцах, играх, а также в свободном творчестве детей.

Музыкально-подвижные игры содержат упражнения, применяемые практически на всех занятиях, и являются ведущим видом деятельности дошкольника. Здесь используются приемы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования – все то, что требуется для достижения поставленной цели при проведении занятий по ритмике.

## **СПИСОК УЧЕБНОЙ И МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

- Алпарова Н.Н., Николаев В.А., Сусидко И. П. Музыкально-игровой материал
- «Осень золотая» часть 1, часть 2. М.:«Владос», 2000
- Алпарова Н.Н., Николаев В.А. Музыкально-игровой материал «В зимнем лесу». М.: «Владос», 2002
- Андреева М, Конорова Е. Первые шаги в музыке. М.: «Советский композитор», 1991
- Бырченко Т. С песенкой по лесенке. М.: «Советский композитор», 1984
- Жигалко Е., Казанская Е. Музыка, фантазия, игра. С.-П.: «Композитор», 2008
- Конорова Е. Методическое пособие по ритмике. Вып.1, Музгиз, 1963
- Кошмина И.В., Ильина Ю.В., Сергеева М.П. Музыкальные сказки и игры. М.: «Владос», 2002
- Луговская А. Ритмические упражнения, игры и пляски. М.: «Советский композитор», 1991
- Минина Н. Давайте поиграем. М.: «Композитор», 1993
- Мерзлякова С.И., Мерзлякова Т.П. Музыкально-игровой материал «Наш веселый хоровод» вып.1. М.: «Владос», 2002
- Минеева Л.И. Музыка для ритмики. С.-П.: «Композитор», 2002
- Савинкова О.В., Полякова Т.А. Раннее музыкально-ритмическое развитие детей. М.: «Престо», 2003
- Тютюнникова Т.Э. Доноткино. С.-П.: «Музыкальная палитра», 2011
- Франио Г. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей. М.: «Советский композитор», 1989