

Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования "Детская школа искусств №1"  
муниципального образования "город Бугуруслан"

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ  
ОБЩАОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
В ОБЛАСТИ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА  
"ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ТВОРЧЕСТВО"**

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

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

Бугуруслан, 2025 г.

«Одобрено»  
Методическим Советом  
МБУ ДО «ДШИ № 1»  
Протокол № 1 от 27.08.2025 г.

«Утверждаю»  
Директор МБУ ДО «ДШИ №1»  
А.В. Шутова  
Приказ № 24-ОД от 27.08.2025г.

РАЗРАБОТАНА на основании федеральных государственных требований к дополнительным предпрофессиональным общеобразовательным программам в области хореографического искусства «Хореографическое творчество» (Утверждены приказом Министерства культуры Российской Федерации от 12 марта 2012 г. №158).

**Разработчик:**

- Еремина Анна Анатольевна, преподаватель хореографических дисциплин  
МБУ ДО «ДШИ №1» МО «город Бугуруслан».

## **Структура программы учебного предмета**

### **I. Пояснительная записка**

- *Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе;*
- *Срок реализации учебного предмета;*
- *Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию учебного 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;*
- *Требования по годам обучения;*

### **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. Список рекомендуемой литературы**

- *Список рекомендуемой методической литературы;*

- *Интернет ресурсы*

### **I. Пояснительная записка**

- *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 общеобразовательной программе в области хореографического искусства «Хореографическое творчество».

На занятиях по ритмике происходит непосредственное и всестороннее обучение ребенка на основе гармоничного сочетания музыкального, двигательного, физического и интеллектуального развития.

Уроки ритмики развивают 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.



Изучение предмета «Ритмика» тесно связано с изучением предметов «Слушание музыки и музыкальная грамота», «Танец», «Народно-сценический танец».

- ***Срок реализации учебного предмета «Ритмика»***

Срок освоения программы учебного предмета «Ритмика» составляет 1 год по 5-летней и дополнительной предпрофессиональной образовательной программе в области хореографического искусства «Хореографическое творчество».

- ***Объем учебного времени***, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию предмета «Ритмика»:

***Срок реализации учебного предмета «Ритмика» 2 года***

***Срок реализации учебного предмета «Ритмика»***

Класс/количество часов	1 класс
	Количество часов
Максимальная нагрузка	66
Количество часов на аудиторную нагрузку	66
Недельная аудиторная нагрузка	2
Консультации	4

***4. Форма проведения учебных аудиторных занятий:***  
мелкогрупповая (от 4 до 10 человек). Рекомендуемая продолжительность урока - 40-45 минут.

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

**Цель:** развитие музыкально-ритмических и двигательных способностей учащихся через овладение основами музыкально-ритмической культуры.

**Задачи:**

- применение знаний основ музыкальной грамоты, необходимых для успешного обучения на уроках ритмики;
- умение передавать характер и образное содержание музыки в ритмически организованных движениях;
- освоение двигательных навыков, способствующих развитию координации движения;
- воспитание внимания, выносливости и стремления выполнить задачу, поставленную преподавателем;
- приобщение к здоровому образу жизни; формирование правильной осанки;
- развитие образного восприятия музыки и способности к двигательной импровизации; воспитание творческой индивидуальности ребёнка;
- развитие музыкальных способностей: музыкальной памяти и метро-ритмического чувства.

•

***Обоснование структуры***

***учебного предмета «Ритмика»***

Обоснованием структуры программы являются требования ФГТ, отражающие все аспекты работы преподавателя с учеником.

Программа содержит следующие разделы:

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

- Наглядно-слуховой – прослушивание музыкального примера с последующим показом движений преподавателем.

- Словесный – **беседа** о характере музыки, её художественных образах; **объяснение** средств музыкальной выразительности; эмоциональный **рассказ** преподавателя о прозвучавшем произведении, необходимый для формирования у обучающихся ассоциативного восприятия музыки; аналитический: **оценка** результатов учебного процесса и разбор индивидуальных возможностей обучающихся.

- Практический – предварительное изучение подготовительных танцевальных движений, упражнений с предметами, с последующим включением их в музыкально-ритмические этюды; простейшие танцевальные композиции с элементами русского (национального) танца и сюжетные игры.

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

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

Материально-техническая база образовательного учреждения должна соответствовать санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

Учебные аудитории (балетные залы), предназначенные для реализации учебного предмета «Ритмика» оснащаются пианино/роялями. Площадь балетных залов должна быть не менее 40 кв.м., иметь пригодное для занятий напольное покрытие (деревянный пол или специализированное (линолеумное) покрытие), зеркала размером 7м х 2м на одной стене. Школа должна иметь театрально-концертный зал с пианино или роялем, пультами, светотехническим и звукотехническим оборудованием; костюмерную, располагающую необходимым количеством костюмов для сценических выступлений, репетиционного процесса и учебных занятий.

Также необходимо наличие раздевалок для переодевания и душевых для обучающихся и преподавателей.

- *Содержание учебного предмета*
- *Сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета «Ритмика», на максимальную, самостоятельную нагрузку обучающихся и аудиторные занятия*

4

<u><i>Класс</i></u>	<u><i>1</i></u>
<u><i>Продолжительность учебных занятий (в неделях)</i></u>	<u><i>33</i></u>
<u><i>Количество часов на</i></u>	<u><i>2</i></u>

<u>аудиторные занятия (в неделю)</u>	
<u>Общее количество часов на аудиторные занятия</u>	<u>66</u>
<u>Количество часов на самостоятельную работу в неделю</u>	<u>-</u>
<u>Общее количество часов на самостоятельную работу по годам</u>	<u>-</u>
<u>Общее количество часов на внеаудиторную (самостоятельную работу)</u>	<u>-</u>
<u>Максимальное кол-во часов занятий в неделю (аудиторные и самостоятельные)</u>	<u>2</u>
<u>Общее максимальное количество часов на весь период обучения (аудиторные и самостоятельные)</u>	<u>66</u>
<u>Объём времени на консультации (по годам)</u>	<u>4</u>
<u>Общий объём времени на консультации</u>	<u>4</u>

Аудиторная нагрузка по учебному предмету распределяется по годам обучения с учетом общего объема аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет ФГТ.

• Требования по годам обучения

*1 класс (2 урока в неделю)*

**Тема 1. Развитие слуховых способностей восприятия средств музыкальной выразительности**

**Характер музыки**

- умение слушать музыку и определять её характер;

- отражать в движении разнообразные оттенки характера музыкальных произведений (весёлый, спокойный, энергичный, торжественный и т.д.).

### **Динамика (сила звука)**

- forte (громко)
- piano (тихо)
- fortissimo (очень громко)
- crescendo (постепенно увеличивая силу звука)
- diminuendo (постепенно ослабляя силу звука)
- понятие штрихов legato (связанно) и staccato (отрывисто)
- sforzando (акцентируя, выделяя с силой)
- пианиссимо (pp) (очень тихо)
- фортиссимо (ff) (очень громко)

### **Темп (скорость музыкального движения)**

- allegro (быстро)
- allegretto (довольно быстро)
- andante (не спеша)
- adagio (медленно)
- lento (очень медленно)
- ritenuto (постепенно замедляя)
- accelerando (постепенно ускоряя)

### **Метроритм (метр, музыкальный размер)**

- 2/4, 3/4, 4/4, 6/8;
- такт, сильные и слабые доли такта;
- тактовые и затактовые вступления;
- тактирование (дирижирование) в указанных размерах.

### **Строение музыкального произведения (форма и фактура)**

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

- понятие о вступлении, куплете, запеве и припеве;
- мелодия и аккомпанемент.

### **Длительности. Ритмический рисунок**

- целые, половинные, четверти, восьмые, шестнадцатые;
- ритмические рисунки (сочетание указанных длительностей);
- несложное двухголосие, каноны с порядком вступления голосов в 1-2 такта;
- ритмические диктанты, так называемое «ритмическое эхо» (учащиеся повторяют по памяти движением ритмический рисунок прослушанной музыки (фразы, предложения), исполненной концертмейстером на музыкальном инструменте);
- ритмические фигуры «четверть с точкой и восьмая» или «восьмая с точкой и шестнадцатая».

### **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 музыкальными размерами; дирижирование во время исполнения шагов:
  - 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 музыкальный 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) в соответствии с музыкальными длительностями и ритмическими рисунками;
- **упражнения на ориентировку в пространстве** (повороты вправо-влево, движение по линии и против линии танца, движение по диагонали); согласовывать изменение направления движения 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**

(возможно использование предметов и музыкальных шумовых инструментов).

- этюды с предметами (мяч, скакалка, обруч, шарф, лента и т. д.);
- этюды с использованием детских музыкальных инструментов (бубен, колокольчики, маракасы, ложки, барабан и т. д.);
- музыкально-ритмические этюды и танцы, сочиненные самими учащимися;
- музыкально-ритмические игры (сюжетные и ролевые).

### **Объем знаний и умений**

Ученики должны иметь следующие знания, умения, навыки:



- уметь определять выразительные средства музыки - характер, темп, штрихи, регистр, динамические оттенки;
- знать музыкальную терминологию в объеме знаний учебного предмета «Слушание музыки и музыкальная грамота»;
- музыкальный размер 2/4,  $\frac{3}{4}$ , 4/4, 6/8;
- затакт;
- различать жанры в музыке: песня, танец, марш;
- знать особенности народной и классической музыки;
- уметь правильно исполнять движения в характере музыки;
- слышать изменения звучания темпа в музыке и передавать их движением;
- выполнять упражнения с предметами и без них под музыку в простых и сложных музыкальных размерах;
- уметь видеть свои ошибки и ошибки других учеников;
- уметь координировать движения рук, ног и головы;
- уметь ориентироваться в пространстве;
- уметь танцевать в паре и в ансамбле.

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

Результатом освоения программы «Хореографическое творчество» по учебному предмету «Ритмика», является приобретение обучающимися следующих знаний, умений и навыков:

- знания основных понятий, связанных с метром и ритмом, темпом и динамикой в музыке;

- знания понятия лада в музыке (мажор и минор) и умение отображать ладовую окраску в танцевальных движениях;
- первичные знания о музыкальном синтаксисе, простых музыкальных формах;
- представление о длительности нот 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**

- *Аттестация: цели, виды, форма, содержание*

Оперативное управление учебным процессом невозможно без осуществления контроля знаний, умений и навыков обучающихся. Именно через контроль осуществляется проверочная, воспитательная и корректирующая функции.

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

Успеваемость учащихся проверяется на различных выступлениях: контрольных уроках, концертах, просмотрах и т.д.

Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных уроков.

Контрольные уроки в рамках промежуточной аттестации проводятся на завершающих полугодие учебных занятиях в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

- *Критерии оценок*

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

*Критерии оценки качества исполнения*

**Таблица 8**

<b>Оценка</b>	<b>Критерии оценивания выступления</b>
5 («отлично»)	технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения
4 («хорошо»)	отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном)
3 («удовлетворительно»)	исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики исполнения изученных движений и т.д.
2 («неудовлетворительно»)	комплекс недостатков, являющийся следствием отсутствия регулярных аудиторных занятий, а также интереса к ним, невыполнение программных требований
«зачет» (без отметки)	отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения

Согласно ФГТ, данная система оценки качества исполнения является основной. В зависимости от сложившихся традиций того или иного учебного заведения и с учетом целесообразности оценка качества исполнения может быть дополнена системой «+» и «-», что даст возможность более конкретно отметить выступление учащегося.

Фонды оценочных средств призваны обеспечивать оценку качества приобретенных выпускниками знаний, умений и навыков.

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

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

Первостепенное значение в проведении урока ритмики имеет правильный подбор музыкального материала для занятий, который должен содержать образцы русской (национальной) и зарубежной музыки, как народной, так и классической. Она должна быть высокохудожественной и соответствовать возрасту учащихся. Особо следует уделить внимание работе преподавателя с концертмейстером. Качество исполнения музыкальных произведений должно быть на высоком профессиональном уровне.

Развитие двигательных навыков – одна из главных составляющих успешного выполнения программных требований по учебному предмету «Ритмика». Здесь важную роль играет связь со смежными хореографическими предметами. Целесообразно проводить уроки ритмики параллельно с учебными предметами «Танец» и «Гимнастика» (8-летняя предпрофессиональная образовательная программа), где изучается большой объём танцевальных движений и гимнастических упражнений, направленных на укрепление мышечного аппарата учащегося и развитие его танцевальной выразительности.

Не менее важна связь ритмики со смежным музыкальным предметом «Слушание музыки и музыкальная грамота». Теоретические знания, получаемые на этом предмете, должны быть основополагающими для предмета «Ритмика». Преподаватели должны знать программы обоих предметов и соблюдать последовательность в прохождении учебного материала.

Каждое учебное занятие учебного предмета «Ритмика» включает в себя три органически взаимосвязанных раздела, в которых концентрическим методом прорабатываются перечисленные темы курса.

**Первый раздел.** Развитие слухового 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 слухового 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 на учебном предмете «Ритмика» в разных видах учебной деятельности, таких как: развитие мелодического слуха, чувства ритма, координации движений с музыкой. Это создает основу для дальнейшей реализации предпрофессиональной образовательной 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. В ритмике 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 развития ребенка задачи. Форма игры создает условия для раскрытия эмоционального мира каждого ребенка 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 в процессе игры имеет возможность корректировать отношения между детьми, активизировать

творческую деятельность группы, создавать условия для наиболее полного проявления каждого ребенка в рамках заданных правил.

Образовательный процесс учебного предмета «Ритмика» предполагает решение следующих задач.

Задачи первого этапа обучения:

- ознакомление детей с новыми упражнениями, пляской, хороводом или игрой;
- создания целостного впечатления о музыке и движении;
- разучивания 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**

- Барышникова Т. Азбука хореографии. М., 2000
- Бекина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движение. Упражнения, игры, пляски для детей 6-7 лет. Часть 1 и Часть 2. М., 1981
- Буренина А.И. Ритмическая мозаика. СПб, 2000
- Горшкова Е. В. От жеста к танцу. М.: Издательство «Гном и Д», 2004
- Играем с начала. Гимнастика, ритмика, танец. М., 2007
- Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике в I и II классах музыкальной школы. Выпуск 1. Издательство «Музыка». М., 1972
- Конорова Е.В. Занятия по ритмике в III и IV классах музыкальной школы. Выпуск 2. Издательство «Музыка». М., 1973
- Конорова Е. В. Танец и ритмика. М: Музгиз, 1960
- Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике. Занятия по ритмике в подготовительных классах. Выпуск 1. М.: Музгиз, 1963, 1972, 1979
- Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов. М, 2000
- Климов А. Основы русского народного танца. М., Издательство «Московского государственного института культуры», 1994
- Лифиц И., Франио Г. Методическое пособие по ритмике. М., 1987
- Пустовойтова М.Б. Ритмика для детей. Учебно-методическое пособие. М., Гуманитарный издательский центр «ВЛАДОС», 2008
- Программы для хореографических школ искусств. Составитель Бахтов С.М. - М., 1984
- Руднева С., Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение. М.: Просвещение, 1972

- Ткаченко Т.С. Народные танцы. М., 1975
- Франио Г. Ритмика в детской музыкальной школе, М., 1997
- Франио Г. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей. М., 1989
- Чибрикова-Луговская А.Е. Ритмика. М., Издательский дом «Дрофа», 1998
- Школа танца для юных. СПб, 2003
- Шукшина З. Ритмика. М., Музыка, 1979
- Яновская В. Ритмика. М., Музыка, 1979

### Интернет ресурсы

- <http://piruet.info>
- <http://www.monlo.ru/time2>
- [www. psychlib.ru](http://www.psychlib.ru)
- [www. horeograf.com](http://www.horeograf.com)
- [www.balletmusic.ru](http://www.balletmusic.ru)
- <http://pedagogic.ru>
- <http://spo.1september.ru>
- <http://www.fizkultura-vsem.ru>
- <http://www.rambler.ru/>
- [www.google.ru](http://www.google.ru)
- [www.plie.ru](http://www.plie.ru)