

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Гимназия № 3 г. Южно-Сахалинска

УТВЕРЖДАЮ

приказ № 735
от 05.09.2019г.

И.о.директора

И.А. Ли

СОГЛАСОВАНО

на НМС

протокол № 1

от 02.09.2019г.

Председатель

НМС

И.А.Ли

ПРОВЕРЕНО

заместителем

Директора

по ВР

02.09.2019г.

Е.А. Хворостян

РАССМОТРЕНО

на ПМГ хореографических

дисциплин

протокол №1

от 30.08.2019г.

Руководитель ПМГ

Е.Е. Алексева

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая)
программа по предмету

«Ритмика»

Срок реализации: 8 лет

1-8 класс

г. Южно - Сахалинск
2019/2020 уч. г.

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа составлена в соответствии:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
2. Приказ Министерства образования и науки РФ от 09 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
3. Письмо Министерства образования и науки РФ от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»
4. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы).
5. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р
6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
7. Уставом МАОУ Гимназии №3 г.Южно-Сахалинска.

а также на основе:

- программа «Ритмика и танец» 1-8 классы, утвержденная Министерством образования 06.03.2001г.;
- программа «Ритмика и танец» 1-8 классы, утверждена Министерством культуры Московской области 2007г.;

Хореографическое воспитание занимает важное место в системе обучения детей, является наиболее эффективной формой художественно-эстетического развития личности ребенка, так как способствует раскрепощению детей, стимулирует их творческое общение, активизирует развитие восприятия, внимания, памяти, воображения, воли.

Программа «Ритмика» имеет практическую направленность, так как развивает у детей чувство ритма, координацию движений, танцевальную выразительность. Программа формирует любовь к танцу, учит осознанно воспринимать произведения хореографического искусства.

Учебный предмет «Ритмика» относится к предметной области исполнительской подготовки.

Цель и задачи учебного предмета

Целью предмета «Ритмика» является развитие музыкальных способностей учащихся через овладение основами музыкально-ритмической культуры.

Задачи учебного предмета

Задачами учебного предмета являются:

- развитие музыкально-ритмических способностей;
- развитие физических данных, координации, ориентировки в пространстве;
- активизация творческих способностей;
- психологическое раскрепощение;
- формирование умений соотносить движение с музыкой;
- приобретение общетеоретической грамотности, предполагающей знания основ хореографического и музыкального искусства;
- обучение творческому использованию полученных умений и практических навыков;
- развитие художественного вкуса, фантазии;
- воспитание внимания, аккуратности, трудолюбия.

Срок реализации учебного предмета

При реализации дополнительно предпрофессиональной программы учебного предмета «Ритмика» со сроком обучения 4 года, продолжительность учебных занятий в первом классе составляет 33 часа в год (один раз в неделю) со второго по четвертый класс составляет по 34 часа в год (один раз в неделю).

Форма проведения учебных занятий

Занятия проводятся в групповой форме. Продолжительность урока в первом классе в 1 полугодие 30 минут, со второго полугодия – 45 минут, со второго по четвертый класс продолжительность урока – 45 минут.

Ожидаемые результаты

Данный раздел содержит перечень знаний, умений и навыков, приобретение которых обеспечивает программа по учебному предмету «Ритмика»:

1. Знание основных понятий и терминов в области хореографии и музыки.
2. Представление о двигательных функциях отдельных частей тела.
3. Знание позиций ног, рук.
4. Навыки координации.
5. Владение различными танцевальными движениями.
6. Представление о сценической площадке, рисунке танца, слаженности и культуре исполнения танца.
7. Навыки исполнения танцевальных движений, комбинаций и композиций.

Формы подведения итогов при реализации дополнительно предпрофессиональной программы по предмету «Ритмика»

Контроль знаний, умений, навыков учащихся обеспечивает оперативное управление учебным процессом и выполняет обучающую, проверочную, воспитательную и корректирующую функции. Программа предусматривает текущий контроль, промежуточную аттестацию, а также итоговую аттестацию. Промежуточный контроль успеваемости учащихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет в виде творческого просмотра по окончании каждого полугодия учебного года. Преподаватель имеет возможность по своему усмотрению проводить промежуточные просмотры по разделам программы (текущий контроль).

Итоговая аттестация проводится в форме контрольного урока и участия в годовом отчетном концерте школы.

На заключительном просмотре учащиеся должны продемонстрировать:

знания:

- основ музыкальной грамоты;
- основ хореографического искусства;
- принципов взаимодействия музыки и танца;

умения и навыки:

- самостоятельно исполнять ритмические упражнения;
- исполнения танцевальных движений, комбинаций и композиций;
- соблюдения требований к безопасности при выполнении танцевальных движений.

Учебно-тематический план

№ раздела	Тема занятий	1 кл.			2 кл.			3 кл.			4 кл.		
		Общее кол-во часов	теоретические	практические	Общее кол-во часов	теоретические	практические	Общее кол-во часов	теоретические	практические	Общее кол-во часов	теоретические	практические
1	Раздел «Музыкально-ритмическое развитие» <ul style="list-style-type: none"> • Элементы музыкальной грамоты» • Музыкально — ритмические упражнения, гимнастика. • Слушание и анализ музыкального произведения. • Гимнастика. 	6	2	4	6	2	4	6	2	4	6	2	4
2	Раздел «Хореографическая азбука» Элементы: <ul style="list-style-type: none"> – классического танца; – народно — сценического танца; – историко-бытового танца; – бального танца; – современного танца 	13	3	10	14	4	10	14	4	10	14	4	10
3	Раздел «Музыка и танец. Танцевальные композиции» <ul style="list-style-type: none"> – Музыкально — танцевальные игры. – Ориентация в пространстве класса; – Постановка танцевальных композиций к вокальным произведениям. 	14	4	10	14	4	10	14	4	10	14	4	10
Итого		33	9	24	34	10	24	34	10	24	34	10	24

Содержание учебного процесса

Дополнительная предпрофессиональная программа по предмету «Ритмика» рассчитана на 4 года обучения. В программе учтен принцип систематического и последовательного обучения. Последовательность в обучении поможет учащимся применять полученные знания и умения в изучении нового материала. Программу наполняют темы, составленные с учетом возрастных возможностей детей. Формирование у учащихся умений и навыков происходит постепенно: от знакомства с музыкальной ритмикой, изучения основ хореографии до исполнения хореографических движений, комбинаций и композиций.

Теоретическая часть каждого раздела содержит перечень знаний, получаемых в процессе обучения: знания по музыкальной грамоте и выразительному языку танца, знания о характерных чертах и истории танца различных эпох и народов, знания по музыкальному и хореографическому этикету. В практическую часть входит перечень умений и навыков: упражнений, движений, танцев.

Содержание программы группируется по трем направлениям (видам деятельности):

1. Музыкально-ритмическое развитие.
2. Хореографическая азбука.
3. Музыка и танец. Танцевальные композиции.

Программа каждого года обучения включает в себя учебные материалы по всем видам деятельности.

Содержанием первого вида деятельности (первого раздела) являются ритмические упражнения, музыкальные игры, музыкальные задания по слушанию и анализу танцевальной музыки. Данный вид деятельности формирует музыкальное восприятие, представление о выразительных средствах музыки; развивает чувство ритма; умение ориентироваться в маршевой и танцевальной музыке, определять ее характер, метроритм, строение; умение согласовывать музыку с движением.

Второй вид деятельности (второй раздел) опирается на освоение элементов классического, народного, бального и историко-бытовых танцев. Включенные в этот раздел упражнения способствуют формированию правильной осанки, помогают исправить физические недостатки. Учащиеся приобретают двигательные навыки и умения, овладевают большим объемом новых движений.

Занятиям по классическому танцу придаётся особое значение, т.к. классический танец является основой хореографической подготовки обучающихся.

Главная задача педагога при изучении движений, положения или позы необходимо разложить их на простейшие составные части, а затем в совокупности этих частей воссоздать образ движения и добиваться от детей грамотного и чёткого их выполнения.

Этот раздел включает изучение народных плясок, исторических и современных бальных танцев. Наиболее подходящий материал по возможности выбирается в зависимости от конкретных условий. В процессе разучивания танца педагог добивается, чтобы учащиеся исполняли выученные танцы музыкально, выразительно, осмысленно, сохраняя стиль эпохи и национальный характер танца.

Занятия историко-бытовым и бальным танцем органически связано с усвоением норм этики, выработки высокой культуры, общения между людьми.

В программный материал по изучению историко-бытового танца входит:

- усвоение тренировочных упражнений на середине зала,
- ритмические упражнения,
- разучивание танцевальных композиций.

В начале, учащиеся знакомятся с происхождением танца, с его отличительными особенностями, композиционным построением, манерой исполнения и характером музыкального сопровождения. В танцах определённой композиции отмечается количество фигур, частей и количество тактов. Далее идёт усвоение учащимися необходимых специфических движений по степени сложности. После этого разученные элементы собираются в единую композицию.

Народно — сценический танец изучается на протяжении всего курса обучения и имеет важное значение для развития художественного творчества и танцевальной техники у учащихся. Учащиеся изучают простейшие элементы русского танца, упражнения по народно — сценическому танцу. Занятия по народному танцу включают в себя: тренировочные упражнения, сценические движения на середине зала и по диагонали, танцевальные композиции.

Также дети изучают элементы современной пластики. В комплекс упражнений входит:

- партерная гимнастика;
- тренаж на середине зала;
- танцевальные движения;
- композиции различной координационной сложности.

Третий раздел предусматривает приобретение учащимися знаний в области танцевальной выразительности, изучение разноплановых танцев.

Кроме этого в содержание раздела входят задания по развитию ритмо-пластики, упражнения танцевального тренинга, инсценирование стихотворений, песен, пословиц, сказок и т.д.; этюды для развития выразительности движений.

Учащиеся должны получить знания по технике безопасности при выполнении танцевальных движений.

Годовые требования

1 класс

Раздел I

Тема 1. Характер музыкального произведения, темп, динамические оттенки, легато-стаккато.

Тема 2. Длительности, ритмический рисунок, акценты, музыкальный размер.

Тема 3. Строение музыкального произведения. Понятия: вступление, заключение, мотив, фраза, часть.

Раздел включает в себя музыкально-ритмические упражнения и игры.

Музыкальный материал к темам 1, 2, 3

М.Глинка. Чувство

В.Витлин. Бубенцы

Ан.Александров. Вальс

Б.Годар. Марш

Ф.Госсек. Гавот

Раздел II

1. Ходьба и бег (со сменой размеров и темпов музыкального сопровождения):
 - шаги: бытовой, легкий с носка (танцевальный), шаг на полупальцах;
 - бег на полупальцах;
 - бег с высоким подъемом колена вперед;
 - подскоки.
2. Повороты головы, наклоны головы.
3. Позиции ног: I, II, III (полувыворотные), I прямая (VI), IV (полувыворотная).
4. Позиции рук: подготовительное положение: I, III, II. Port de bras.
5. Demi plié по 5 позиции.
6. Battements tendus по I позиции.
7. Relevés на полупальцы по I, II, VI позициям.
8. Элементы партерной гимнастики:
 - упражнения для развития выворотности;
 - упражнения для развития мышц живота;
 - упражнения для укрепления мышц спины;
 - растяжки.

Раздел III

1. Связь музыки и движения.
2. Метроритм. Упражнения на ощущение равномерной пульсации, сильной доли.
3. Упражнения на ориентировку в пространстве: различие движений правой и левой ноги, руки, плеча; повороты вправо и влево; построения в колонну, шеренгу, круг, «воротца», «змейка».
4. Приставные шаги. Русский переменный ход.
5. «Припадание», «гармошка», «елочка».
6. Па польки.
7. Pas shasse, галоп.
8. Реверанс для девочек, поклон для мальчиков.

2 класс

Раздел I

Закрепляются навыки, полученные в 5 классе. Поочередное вступление (каноном) на 2/4, 3/4, 4/4. Анализ предлагаемой педагогом музыки (темп, размер, характер).

Музыкальный материал

1. П.Чайковский. Марш из балета «Лебединое озеро»
2. Ф.Шуберт. Вальс
3. И.С.Бах. Гавот

Раздел II.

1. Battements tendus с нажимами (pur le pie)
2. Battements tendus.
3. Battements tendus jetes
4. Balansour
5. Pas degaje
6. Releve
7. Saute, chanjement, pas echarpe на II позицию

Раздел III

1. Вальсовая дорожка
2. Притопы

Танцевальные этюды:

1. Русский хоровод.
2. В ритме польки.
3. Образные танцы («мяу», «улыбка», «пингвины» и другие)

3 класс

Раздел I.

Повторение пройденного на новом музыкальном материале.

Музыкальный материал

1. П.И.Чайковский. «Танец феи Драже» из балета «Щелкунчик»
2. Д.Шостакович. «Хороший день»
3. П.И.Чайковский. «Январь» из цикла «Времена года»

Раздел II

1. Battements tendus jetes с pur le pie на 45⁰
2. Demi-rond de jambe par terre
3. Rond de jambe par terre en dehors и an dedans
4. Grand Battements jetes
5. Chanejment de pied

Раздел III

1. Танцы в ритме вальса.
2. Танцы в ритме мену
3. эта и гавота.
4. Сюжетные танцы.
5. Русские хороводы и пляски.

4 класс

Раздел I.

Повторение пройденного на новом музыкальном материале.

Музыкальный материал

4. П.И.Чайковский. «Танец феи Драже» из балета «Щелкунчик»
5. Д.Шостакович. «Хороший день»
6. П.И.Чайковский. «Январь» из цикла «Времена года»

Раздел II

6. Battements tendus jetes с pur le pie на 45°
7. Demi-rond de jambe par terre
8. Rond de jambe par terre en dehors и an dedans
9. Grand Battements jetes
10. Chanejment de pied

Раздел III

6. Танцы в ритме вальса.
7. Танцы в ритме мену
8. эта и гавота.
9. Сюжетные танцы.
10. Русские хороводы и пляски.

В результате изучения предмета «Ритмики» учащийся должен:
знать/понимать:

- Знание основных понятий и терминов в области хореографии и музыки.
- Представление о двигательных функциях отдельных частей тела.
- Знание позиций ног, рук.
- Навыки координации.
- Владение различными танцевальными движениями.
- Представление о сценической площадке, рисунке танца, слаженности и культуре исполнения танца.
- Навыки исполнения танцевальных движений, комбинаций и композиций.
- уметь правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носка;
- чувствовать характер музыки и передавать его с концом музыкального произведения;
- уметь тактировать руками размеры 2/4, 3/4, 4/4;
- отмечать в движении сильную долю такта;
- уметь самостоятельно ускорять и замедлять темп движений;
- отмечать в движении музыкальные фразы, акценты; несложный ритмический рисунок;
- выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами;
- иметь навыки актёрской выразительности;
- распознать характер танцевальной музыки;
- иметь понятия об основных танцевальных жанрах: полька, вальс, пляска, диско;
- исполнять движения в характере музыки — четко, сильно, медленно, плавно;
- знать темповые обозначения, слышать темпы применительно к движениям;
- уметь отсчитывать такты, определять на слух музыкальные размеры;
- различать особенности танцевальной музыки: марш, вальс, полька, пляска, хоровод и т. д.;

- уметь анализировать музыку разученных танцев;
- слышать и понимать значение вступительных и заключительных аккордов в упражнении.
- знать позиции ног и рук;
- усвоить правила постановки корпуса;
- уметь исполнять основные упражнения на середине зала;
- знать и понимать танцевальные термины: выворотность, координация, название упражнений и т.д.;
- уметь исполнять экзерсис на середине по классическому танцу;
- знать и уметь исполнять танцевальные движения: танцевальный шаг, переменный шаг, боковой шаг, галоп, подскоки, припадание, шаг с притопом, па польки, элементы русского танца (основные движения, ходы): ковырялочка, моталочка, молоточек, маятник; элементы русского танца в простой комбинации;
- освоить технику исполненных упражнений в более быстром темпе;
- иметь навык выворотного положения ног, устойчивости, координации движений;
- знать положения стопы, колена, бедра — открытое, закрытое;
- уметь исполнять основные движения русского танца: хороводный шаг, переменный ход (виды) — вращения на месте и в движении;
- знать основные положения в паре;
- уметь исполнять основные движения бальной хореографии

Формы подведения итогов при реализации дополнительно предпрофессиональной программы по предмету «Ритмика»

Контроль знаний, умений, навыков учащихся обеспечивает оперативное управление учебным процессом и выполняет обучающую, проверочную, воспитательную и корректирующую функции. Программа предусматривает текущий контроль, промежуточную аттестацию, а также итоговую аттестацию. Промежуточный контроль успеваемости учащихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет в виде творческого просмотра по окончании каждого полугодия учебного года. Преподаватель имеет возможность по своему усмотрению проводить промежуточные просмотры по разделам программы (текущий контроль).

Итоговая аттестация проводится в форме контрольного урока и участия в годовом отчетном концерте школы.

На заключительном просмотре учащиеся должны продемонстрировать:

знания:

- основ музыкальной грамоты;
- основ хореографического искусства;
- принципов взаимодействия музыки и танца;

умения и навыки:

- самостоятельно исполнять ритмические упражнения;
- исполнения танцевальных движений, комбинаций и композиций;
- соблюдения требований к безопасности при выполнении танцевальных движений.

Учебно-тематический план

№ раздела	Тема занятий	5 кл.			6 кл.			7 кл.			8 кл.		
		Общее кол-во часов	теоретические	практические	Общее кол-во часов	теоретические	практические	Общее кол-во часов	теоретические	практические	Общее кол-во часов	теоретические	практические
1	Раздел «Музыкально-ритмическое развитие» <ul style="list-style-type: none"> • Элементы музыкальной грамоты» • Музыкально — ритмические упражнения, гимнастика. • Слушание и анализ музыкального произведения. • Гимнастика. 	6	2	4	6	2	4	6	2	4	6	2	4
2	Раздел «Хореографическая азбука» Элементы: – классического танца; – народно — сценического танца; – историко-бытового танца; – бального танца; – современного танца	14	4	10	14	4	10	14	4	10	14	4	10
3	Раздел «Музыка и танец. Танцевальные композиции» – Музыкально — танцевальные игры. – Ориентация в пространстве класса; – Постановка танцевальных композиций к вокальным произведениям.	14	4	10	14	4	10	14	4	10	14	4	10
Итого		34	10	24	34	10	24	34	10	24	34	10	24

Содержание учебного процесса

Дополнительная предпрофессиональная программа по предмету «Ритмика» рассчитана на 4 года обучения. В программе учтен принцип систематического и последовательного обучения. Последовательность в обучении поможет учащимся применять полученные знания и умения в изучении нового материала. Программу наполняют темы, составленные с учетом возрастных возможностей детей. Формирование у учащихся умений и навыков происходит постепенно: от знакомства с музыкальной ритмикой, изучения основ хореографии до исполнения хореографических движений, комбинаций и композиций.

Теоретическая часть каждого раздела содержит перечень знаний, получаемых в процессе обучения: знания по музыкальной грамоте и выразительному языку танца, знания о характерных чертах и истории танца различных эпох и народов, знания по музыкальному и хореографическому этикету. В практическую часть входит перечень умений и навыков: упражнения, движений, танцев.

Содержание программы группируется по трем направлениям (видам деятельности):

4. Музыкально-ритмическое развитие.
5. Хореографическая азбука.
6. Музыка и танец. Танцевальные композиции.

Программа каждого года обучения включает в себя учебные материалы по всем видам деятельности.

Содержанием первого вида деятельности (первого раздела) являются ритмические упражнения, музыкальные игры, музыкальные задания по слушанию и анализу танцевальной музыки. Данный вид деятельности формирует музыкальное восприятие, представление о выразительных средствах музыки; развивает чувство ритма; умение ориентироваться в маршевой и танцевальной музыке, определять ее характер, метроритм, строение; умение согласовывать музыку с движением.

Второй вид деятельности (второй раздел) опирается на освоение элементов классического, народного, бального и историко-бытовых танцев. Включенные в этот раздел упражнения способствуют формированию правильной осанки, помогают исправить физические недостатки. Учащиеся приобретают двигательные навыки и умения, овладевают большим объемом новых движений.

Занятиям по классическому танцу придаётся особое значение, т.к. классический танец является основой хореографической подготовки обучающихся.

Главная задача педагога при изучении движений, положения или позы необходимо разложить их на простейшие составные части, а затем в совокупности этих частей воссоздать образ движения и добиваться от детей грамотного и чёткого их выполнения.

Этот раздел включает изучение народных плясок, исторических и современных бальных танцев. Наиболее подходящий материал по возможности выбирается в зависимости от конкретных условий. В процессе разучивания танца педагог добивается, чтобы учащиеся исполняли выученные танцы музыкально, выразительно, осмысленно, сохраняя стиль эпохи и национальный характер танца.

Занятия историко-бытовым и бальным танцем органически связано с усвоением норм этики, выработки высокой культуры, общения между людьми.

В программный материал по изучению историко-бытового танца входит:

- усвоение тренировочных упражнений на середине зала,
- ритмические упражнения,
- разучивание танцевальных композиций.

В начале, учащиеся знакомятся с происхождением танца, с его отличительными особенностями, композиционным построением, манерой исполнения и характером музыкального сопровождения. В танцах определённой композиции отмечается количество фигур, частей и количество тактов. Далее идёт усвоение учащимися необходимых специфических движений по степени сложности. После этого разученные элементы собираются в единую композицию.

Народно — сценический танец изучается на протяжении всего курса обучения и имеет важное значение для развития художественного творчества и танцевальной техники у учащихся. Учащиеся изучают простейшие элементы русского танца, упражнения по народно — сценическому танцу. Занятия по народному танцу включают в себя: тренировочные упражнения, сценические движения на середине зала и по диагонали, танцевальные композиции.

Также дети изучают элементы современной пластики. В комплекс упражнений входит:

- партерная гимнастика;
- тренаж на середине зала;
- танцевальные движения;
- композиции различной координационной сложности.

Третий раздел предусматривает приобретение учащимися знаний в области танцевальной выразительности, изучение разноплановых танцев.

Кроме этого в содержание раздела входят задания по развитию ритмо-пластики, упражнения танцевального тренинга, инсценирование стихотворений, песен, пословиц, сказок и т.д.; этюды для развития выразительности движений.

Учащиеся должны получить знания по технике безопасности при выполнении танцевальных движений.

Годовые требования

5 класс

Раздел I

Тема 1. Характер музыкального произведения, темп, динамические оттенки, легато-стаккато.

Тема 2. Длительности, ритмический рисунок, акценты, музыкальный размер.

Тема 3. Строение музыкального произведения. Понятия: вступление, заключение, мотив, фраза, часть.

Раздел включает в себя музыкально-ритмические упражнения и игры.

Музыкальный материал к темам 1, 2, 3

Ж.Бизе. Хор мальчиков из оперы «Кармен»

М.Глинка. Чувство

В.Витлин. Бубенцы

Ан.Александров. Вальс

Б.Годар. Марш

Ф.Госсек. Гавот

Раздел II

9. Ходьба и бег (со сменой размеров и темпов музыкального сопровождения):

- шаги: бытовой, легкий с носка (танцевальный), шаг на полупальцах;
- бег на полупальцах;
- бег с высоким подъемом колена вперед;
- подскоки.

10. Повороты головы, наклоны головы.

11. Позиции ног: I, II, III (полувыворотные), I прямая (VI), IV (полувыворотная).

12. Позиции рук: подготовительное положение: I, III, II. Port de bras.

13. Demi plié по 5 позиции.

14. Battements tendus по I позиции.

15. Relevés на полупальцы по I, II, VI позициям.

16. Элементы партерной гимнастики:

- упражнения для развития выворотности;
- упражнения для развития мышц живота;
- упражнения для укрепления мышц спины;
- растяжки.

Раздел III

9. Связь музыки и движения.

10. Метроритм. Упражнения на ощущение равномерной пульсации, сильной доли.

11. Упражнения на ориентировку в пространстве: различие движений правой и левой ноги, руки, плеча; повороты вправо и влево; построения в колонну, шеренгу, круг, «воротца», «змейка».

12. Приставные шаги. Русский переменный ход.

13. «Припадание», «гармошка», «елочка».

14. Па польки.

15. Pas shasse, галоп.

16. Реверанс для девочек, поклон для мальчиков.

6 класс

Раздел I

Закрепляются навыки, полученные в 5 классе. Поочередное вступление (каноном) на 2/4, 3/4, 4/4. Анализ предлагаемой педагогом музыки (темп, размер, характер).

Музыкальный материал

4. Н.Римский-Корсаков. Хороводные песни из оперы «Садко»
5. П.Чайковский. Марш из балета «Лебединое озеро»
6. Ф.Шуберт. Вальс
7. И.С.Бах. Гавот

Раздел II.

8. Battements tendus с нажимами (pur le pie)
9. Battements tendus.
10. Battements tendus jetes
11. Balansour
12. Pas degaje
13. Releve
14. Saute, chanjement, pas echarpe на II позицию

Раздел III

3. Вальсовая дорожка
4. Притопы

Танцевальные этюды:

4. Русский хоровод.
5. В ритме польки.
6. Образные танцы («мяу», «улыбка», «пингвины» и другие)

7 класс

Раздел I.

Повторение пройденного на новом музыкальном материале.

Музыкальный материал

7. П.И.Чайковский. «Танец феи Драже» из балета «Щелкунчик»
8. Д.Шостакович. «Хороший день»
9. П.И.Чайковский. «Январь» из цикла «Времена года»

Раздел II

11. Battements tendus jetes с pur le pie на 45⁰
12. Demi-rond de jambe par terre
13. Rond de jambe par terre en dehors и an dedans
14. Grand Battements jetes
15. Chanejment de pied

Раздел III

11. Танцы в ритме вальса.
12. Танцы в ритме мену
13. эта и гавота.
14. Сюжетные танцы.
15. Русские хороводы и пляски.

8 класс

Раздел I.

Повторение пройденного на новом музыкальном материале.

Музыкальный материал

10. П.И.Чайковский. «Танец феи Драже» из балета «Щелкунчик»
11. Д.Шостакович. «Хороший день»
12. П.И.Чайковский. «Январь» из цикла «Времена года»

Раздел II

16. Battements tendus jetes с pur le pie на 45^0
17. Demi-rond de jambe par terre
18. Rond de jambe par terre en dehors и an dedans
19. Grand Battements jetes
20. Chanejment de pied

Раздел III

16. Танцы в ритме вальса.
17. Танцы в ритме мену
18. эта и гавота.
19. Сюжетные танцы.
20. Русские хороводы и пляски.

В результате изучения предмета «Ритмики» учащийся должен:
знать/понимать:

- Знание основных понятий и терминов в области хореографии и музыки.
- Представление о двигательных функциях отдельных частей тела.
- Знание позиций ног, рук.
- Навыки координации.
- Владение различными танцевальными движениями.
- Представление о сценической площадке, рисунке танца, слаженности и культуре исполнения танца.
- Навыки исполнения танцевальных движений, комбинаций и композиций.
- уметь правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носка;
- чувствовать характер музыки и передавать его с концом музыкального произведения;
- уметь тактировать руками размеры $2/4$, $3/4$, $4/4$;
- отмечать в движении сильную долю такта;
- уметь самостоятельно ускорять и замедлять темп движений;
- отмечать в движении музыкальные фразы, акценты; несложный ритмический рисунок;
- выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами;
- иметь навыки актёрской выразительности;
- распознать характер танцевальной музыки;
- иметь понятия об основных танцевальных жанрах: полька, вальс, пляска, диско;
- исполнять движения в характере музыки — четко, сильно, медленно, плавно;
- знать темповые обозначения, слышать темпы применительно к движениям;
- уметь отсчитывать такты, определять на слух музыкальные размеры;
- различать особенности танцевальной музыки: марш, вальс, полька, пляска, хоровод и т. д.;

- уметь анализировать музыку разученных танцев;
- слышать и понимать значение вступительных и заключительных аккордов в упражнении.
- знать позиции ног и рук;
- усвоить правила постановки корпуса;
- уметь исполнять основные упражнения на середине зала;
- знать и понимать танцевальные термины: выворотность, координация, название упражнений и т.д.;
- уметь исполнять экзерсис на середине по классическому танцу;
- знать и уметь исполнять танцевальные движения: танцевальный шаг, переменный шаг, боковой шаг, галоп, подскоки, припадание, шаг с притопом, па польки, элементы русского танца (основные движения, ходы): ковырялочка, моталочка, молоточек, маятник; элементы русского танца в простой комбинации;
- освоить технику исполненных упражнений в более быстром темпе;
- иметь навык выворотного положения ног, устойчивости, координации движений;
- знать положения стопы, колена, бедра — открытое, закрытое;
- уметь исполнять основные движения русского танца: хороводный шаг, переменный ход (виды) — вращения на месте и в движении;
- знать основные положения в паре;
- уметь исполнять основные движения бальной хореографии

Формы подведения итогов при реализации дополнительно предпрофессиональной программы по предмету «Ритмика»

Контроль знаний, умений, навыков учащихся обеспечивает оперативное управление учебным процессом и выполняет обучающую, проверочную, воспитательную и корректирующую функции. Программа предусматривает текущий контроль, промежуточную аттестацию, а также итоговую аттестацию. Промежуточный контроль успеваемости учащихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет в виде творческого просмотра по окончании каждого полугодия учебного года. Преподаватель имеет возможность по своему усмотрению проводить промежуточные просмотры по разделам программы (текущий контроль).

Итоговая аттестация проводится в форме контрольного урока и участия в годовом отчетном концерте школы.

На заключительном просмотре учащиеся должны продемонстрировать:

знания:

- основ музыкальной грамоты;
- основ хореографического искусства;
- принципов взаимодействия музыки и танца;

умения и навыки:

- самостоятельно исполнять ритмические упражнения;
- исполнения танцевальных движений, комбинаций и композиций;
- соблюдения требований к безопасности при выполнении танцевальных движений.

Методы обучения

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета используются следующие методы обучения:

- словесно-образное объяснение, беседа, рассказ - универсальный метод обучения с его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой и др. Это определяет разнообразие методических приёмов использования слова в обучении;
- наглядный качественный показ;
- эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, художественные впечатления);
- практический (творчески-самостоятельное создание учащимися музыкально-двигательных образов, разучивание композиций).

Ступенчатый метод широко используется для освоения самых разных упражнений и танцевальных движений. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения двигательного движения, улучшение выразительности движения и т.п. Этот метод может также применяться при изучении сложных движений.

Метод целостного освоения упражнений и движений объясняется относительной доступностью упражнений. Однако, использование данного метода подразумевает наличие двигательной базы, полученной ранее. В эту базу входят двигательные элементы и связки, позволяющие на их основе осваивать в дальнейшем более сложные движения.

Принципы обучения

Процесс обучения учащихся по предмету «Ритмика» в основном построен на реализацию дидактических принципов.

Принципы сознательности и активности предусматривает сознательность в отношении занятий, формирование интереса в овладении танцевальными движениями и осмысленного отношения к ним, воспитание способности к самооценке своих действий и к соответствующему их анализу.

Принцип наглядности помогает создать представление о темпе, ритме, амплитуде движений; повышает интерес к более глубокому и прочному усвоению танцевальных движений.

Принцип доступности требует постановки перед учащимися задач, соответствующих их силам, постепенного повышения трудности осваиваемого учебного материала по дидактическому правилу: от известного к неизвестному, от легкого к трудному, от простого к сложному.

Принцип систематичности предусматривает непрерывность процесса формирования танцевальных навыков, чередование работы и отдыха для поддержания работоспособности и активности учащихся, определенную последовательность решения танцевально-творческих заданий.

Принцип гуманности в воспитательной работе выражает:

- безусловную веру в доброе начало, заложенное в природе каждого ребенка, отсутствие давления на волю ребенка;
- глубокое знание и понимание физических, эмоциональных и интеллектуальных потребностей детей;
- создание условий для максимального раскрытия индивидуальности каждого ребенка, его самореализации и самоутверждения;

Принцип демократизма основывается на признании равных прав и обязанностей взрослых и ребенка, на создании эмоционально-комфортного климата в социальной среде.

Материально-технические условия реализации учебного предмета «Ритмика»

Класс для занятий ритмикой должен быть просторным, светлым, оснащен необходимым оборудованием (балетными станками, фортепиано, звуко- и видеовоспроизводящим устройством), наглядными пособиями.

Каждый учащийся обеспечивается доступом в библиотечный фонд для ознакомления с учебно-методической литературой по хореографическому искусству (печатными и электронными изданиями).

Методическое обеспечение учебного процесса

В каждом ребенке в большей или меньшей степени заложена потребность в движении, в танце. Основная педагогическая задача – активизировать и поддержать эту потребность. «Добывая» музыкальные знания, учащийся осуществляет мыслительные действия, которые позволяют ему повторить открытия, когда-то уже совершенные. В данном процессе происходит «присвоение» знаний, которые становятся духовным капиталом учащегося.

В процессе обучения учащийся открывает для себя свойства музыкального звука (тембр, длительность, высоту, громкость); познает двигательные способности своего тела. Учебная работа по восприятию данных качеств звука развивает музыкальные способности ученика, метроритмическое чувство. И, как результат развития этих способностей, - формирование навыков движения под музыку.

Программа имеет своей целью адаптировать относительно сложные музыкальные и хореографические; сформировать навыки исполнения различных танцев, обогатить познания учащегося об окружающем мире представлениями о хореографическом искусстве. Поскольку речь идет о групповых занятиях, предпочтение отдается методике игрового сотрудничества.

Музыкальное сопровождение урока является основой музыкально-ритмического воспитания и влияет на развитие музыкальной культуры учащихся. Музыкальное оформление должно быть разнообразным и качественно исполненным. Произведения должны быть доступными для восприятия детей, ясными по фактуре, жанру, стилю, разнообразными по характеру и мелодическому содержанию.

На занятиях используется:

- классическая музыка,
- народная музыка,
- музыка в современных ритмах.

Список литературы:

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. Л. - М., 1964
2. Барышникова Т. Азбука хореографии (Внимание: дети) - М.: Ральф, 2000
3. Бырченко Т., Франио Г. Хрестоматия по сольфеджио и ритмике. М., Советский композитор, 1991
4. Ваганова А.Д. Основы классического танца. Л.-М., 1963
5. Васильева - Рождественская М. Историко-бытовой танец. М., 1968
6. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. М., 2004
7. Жак-Далькроз Э. Ритм. – М.: Классика – XXI век, 2001
8. Заводина И. В. Методическое пособие по ритмике для 3 класса музыкальной школы (любое издание)
9. Заводина И. В. Методическое пособие по ритмике для 4 класса музыкальной школы (любое издание)
10. Ивановский Н. Бальный танец XVI - XIX в. М. - Л., 1948
11. Конорова Е. Методическое пособие по ритмике. Вып 1, 2. - М.: Музыка, 1978
12. Кулагина И. Художественное движение. - М.: Изд-во «Наука», 1999
13. Луговская А. Ритмические упражнения, игры и пляски - М.: Советский композитор, 1991
14. Руднева С., Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение.- М.: Просвещение, 1972
15. Ткаченко Т.С. Народные танцы. М., 1975
16. Франио Г.С., Лифиц И.В. Методическое пособие по ритмике. 1 класс. М., Музыка, 1995
17. Франио Г.С. Методическое пособие по ритмике. 2 класс. М., Музыка, 1996
18. Франио Г.С. Роль ритмики в эстетическом воспитании. М., 1988
19. Шушкина З. Ритмика. – М., 1967
20. Яновская В. Ритмика. – М., 1979

Список литературы для родителей

1. Влияние технологий Артпедагогики на личностный рост преподавателей эстетического цикла. - Южно-Сахалинск, СОИПиПКК, 2008.
2. Иванов М.А. Прежде всего мы родители – М., Сов. Россия. 1992.-220с.
3. Суперинтеллект. Практикум по развитию. - М., Мир книги, 2066-320с.

Критерии оценки

5 (отлично)

1. Знания, понимания, глубины усвоения обучающимся всего объема программного материала.
2. Умения выделять главные положения в изученном материале, делать выводы, устанавливать межпредметные и внутрипредметные связи, творчески применять полученные знания в незнакомой ситуации.
3. Отсутствия ошибок и недочетов при воспроизведении изученного материала, при устных ответах, устранения отдельных неточностей с помощью дополнительных вопросов учителя, соблюдения культуры устной речи.

4 (хорошо)

1. Знание всего изученного программного материала.
2. Умение выделять главные положения в изученном материале, на основании фактов и примеров обобщать, делать выводы, устанавливать внутрипредметные связи, применять полученные знания на практике.
3. Незначительные (негрубые) ошибки и недочеты при воспроизведении изученного материала, соблюдение основных правил культуры устной речи.

3 (удовлетворительно)

1. Знание и усвоение материала на уровне минимальных требований программы, затруднение при самостоятельном воспроизведении, необходимость незначительной помощи преподавателя.
2. Умение работать на уровне воспроизведения, затруднения при ответах на видоизмененные вопросы.
3. Наличие грубой ошибки, нескольких негрубых ошибок при воспроизведении изученного материала, незначительное несоблюдение основных правил культуры устной речи.

2 (неудовлетворительно)

1. Знание и усвоение материала на уровне ниже минимальных требований программы, отдельные представления об изученном материале.
2. Отсутствие умений работать на уровне воспроизведения, затруднения при ответах на стандартные вопросы.
3. Наличие нескольких грубых ошибок, большого числа негрубых при воспроизведении изученного материала, значительное несоблюдение основных правил культуры письменной и устной речи, правил оформления письменных работ
4. Ставится за полное незнание изученного материала, отсутствие элементарных умений и навыков.