

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ДЕТСКАЯ ХОРЕОГРАФИЧЕСКАЯ ШКОЛА ИМЕНИ М.М. ПЛИСЕЦКОЙ  
ГОРОДСКОГО ОКРУГА ТОЛЬЯТТИ

**ПРОГРАММА РАННЕГО ЭСТЕТИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ**

**Программа по учебному предмету**

**РИТМИКА**

**(для учащихся 5-6 лет)**

Рассмотрено Педагогическим советом МБУ ДО ДХШ им. М.М. Плисецкой	Утверждаю Директор МБУ ДО ДХШ им. М.М. Плисецкой  С.Ю. Видяхина
1 сентября 2025 г. (дата рассмотрения)	1 сентября 2025 г. (дата утверждения)



Разработчики:

Горбачева Светлана Александровна, преподаватель хореографических дисциплин

Горохова Валентина Петровна, концертмейстер

Рецензент:

Самойлова Анастасия Вадимовна – преподаватель специальных дисциплин  
Государственного автономного профессионального образовательного учреждения  
Самарской области «Колледж технического и художественного образования г. Тольятти»

**Рецензия**  
**на программу раннего эстетического развития**  
**для детей дошкольного возраста (5-6 лет)**  
**по учебному предмету «Ритмика»**

Представленная к рецензированию программа составлена преподавателем МБУ ДО ДХШ им. М.М. Плисецкой Горбачёвой С.А. и концертмейстером Гороховой В.П. Программа рассчитана на 1 год обучения и предназначена для учащихся дошкольного возраста (5-6 лет).

Данная программа создает условия для развития творческих способностей детей дошкольного возраста средствами хореографии, гармоничного сочетания музыкального, двигательного, физического и интеллектуального развития, построена с учетом современных требований педагогики и психологии, обеспечивая единство воспитания и обучения.

Структура программы включает в себя следующие разделы: пояснительная записка, содержание учебного предмета, требования к уровню подготовки обучающихся, формы и методы контроля, методическое обеспечение учебного процесса, список методической литературы.

В пояснительной записке отражена характеристика учебного предмета, его роль в образовательном процессе и срок реализации, объем учебного времени; определены цели и задачи, которые ориентированы на приобщение детей к хореографическому искусству и развитие их творческих способностей, подробно прописаны содержание, формы и методы организации учебного процесса; обозначены формы контроля и учет успеваемости, даны характеристики планируемых результатов по итогам освоения программы.

Учебный материал учебного предмета «Ритмика» распределен по пяти разделам: музыкально-ритмические навыки; навыки выразительного движения; комплексы ритмической гимнастики и логоритмических упражнений; танцевальные композиции и игры; танец.

«Содержание учебного предмета» включает учебно-тематическое планирование и представляет собой последовательность изучаемых тем и разделов.

Рецензируемый материал соответствует современному уровню требований, предъявляемых к программам в области раннего эстетического развития для детей дошкольного возраста (5-6 лет), и может быть рекомендован к практическому применению в учебно-образовательном процессе подготовительного отделения муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования детской хореографической школы имени М.М. Плисецкой городского округа Тольятти.

Рецензент:  
преподаватель специальных дисциплин  
Государственного автономного  
профессионального образовательного учреждения  
Самарской области «Колледж технического  
и художественного образования г. Тольятти»



А. В. Самойлова

## **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 программы учебного предмета.

### **II. Содержание учебного предмета**

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

### **IV. Формы и методы контроля, система оценок**

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

- методические рекомендации педагогическим работникам;
- требования к музыкальному оформлению урока;
- практический материал к урокам ритмики (названия движений, описание упражнений);
- музыкально-ритмические игры.

### **VI. Список рекомендуемой методической литературы**

## **I. Пояснительная записка**

### **1. Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе**

Ритмика занимает значительное место в системе общего эстетического образования. Она способствует формированию слуховых и двигательных способностей ребенка, развитию умения передавать характер музыкального произведения, его образное содержание через пластику движений. Палитра движений, которые используются в ритмике, довольно разнообразна, она не исчерпывается танцевальными элементами, а включает в себя основные движения: ходьбу, бег, прыжки, образные имитационные движения. Кроме того, ритмика предполагает ряд специальных заданий и упражнений, которые в свою очередь развивают эмоциональную отзывчивость детей на музыку.

Музыкально-ритмические движения являются синтетическим видом деятельности, следовательно, программа, основанная на движениях под музыку, развивает и музыкальный слух, и двигательные способности, а также психические процессы, которые лежат в их основе. Однако, занимаясь одним и тем же видом деятельности, можно преследовать различные цели, например, акцентировать внимание на развитии чувства ритма у детей, либо двигательных навыков, артистичности и т.д.

В основе занятий ритмикой лежит изучение тех средств музыкальной выразительности, которые наиболее естественно и логично могут быть отражены в движении. Это темп, динамические оттенки, метроритм, строение музыкального произведения. Все это составляет специфику и особенность предмета «Ритмика».

Кроме того, этот предмет является важным компонентом общего физического воспитания. Здесь совершенствуются двигательные навыки, укрепляется мышечная система, благотворно развивается система дыхания. В то же время ритмика развивает музыкальный слух, память, чувство ритма, активизирует восприятие музыки; формирует художественно-эстетический вкус детей; развивает творческие способности каждого ребенка, тем самым зарождавая в каждом из них зерно прекрасного.

Программа учебного предмета «Ритмика» разработана на основе и в соответствии с нормативно-правовыми документами:

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.06.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Приказ Министерства культуры Российской Федерации от 02.06.2021 № 754 «Об утверждении Порядка осуществления образовательной деятельности образовательными организациями дополнительного образования детей со специальными наименованиями "детская школа искусств", "детская музыкальная школа", "детская хоровая школа", "детская художественная школа", "детская хореографическая школа", "детская театральная школа", "детская цирковая школа", "детская школа художественных ремесел";

Письмо Министерства культуры Российской Федерации от 21.11.2013 № 191-01-39/06-ГИ «О направлении „Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств“».

Данная программа составлена с учетом особенностей образовательного учреждения, возраста и уровня подготовки детей, режима и временных параметров осуществления учебной деятельности.

Изучение предмета «Ритмика» тесно связано с изучением предметов «Балетная гимнастика», «Музыка».

## **2. Срок реализации учебного предмета «Ритмика»**

Срок освоения программы «Ритмика» для детей, для учащихся дошкольного возраста (5-6 лет) составляет 1 год.

**3. Объем учебного времени,** предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию предмета «Ритмика» (для учащихся 5-6 лет) - 136 аудиторных часов. Самостоятельная работа не предусмотрена.

**Таблица 1**

<b>Объем учебного времени</b>	<b>Количество часов</b>
Продолжительность учебных занятий (в неделю)	36
Количество часов на аудиторные занятия (в неделю)	1
Общее количество часов на аудиторные занятия	36

**4. Форма проведения учебных аудиторных занятий:** средняя наполняемость групп – 10 человек. Рекомендуемая продолжительность урока – 25 минут.

## 5. Цель и задачи учебного предмета

**Цель:** Пробуждение и развитие у детей дошкольного возраста художественно-эстетических ценностей и выявление индивидуальных творческих способностей каждого ребенка. Активизация восприятия детьми музыки через движение и помощь в выявлении музыкальных способностей.

### **Задачи:**

1. Развивать двигательные навыки и эмоционально-волевое восприятие детей.
2. Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности – как основу физического и эмоционального роста.
3. Обучать навыкам работы в творческом коллективе, воспитать морально-волевые качества: выдержку, настойчивость и работоспособность в достижении положительных результатов, сознательную дисциплину и самоконтроль.
4. Развивать творческое начало и способности каждого ребенка через исполнение танцевальных упражнений, игр, простейших танцев, как во время обучения – на уроках, так и вовремя выступлений на открытых уроках и концертах.
5. Формировать первоначальные навыки восприятия и передачи музыки, навыки выразительного движения и простейшей координации.

## 6. Методы обучения

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

*Общепедагогический.* Должны проводиться беседы о танцевальной культуре, о музыке.

*Показ с объяснением* – основных движений, танцевальных элементов, рисунков, перестроений.

*Практический.* Проводится работа над движениями, отработка исполнения элементов, чистоты и точности рисунков.

Для реализации данной программы огромную роль играют 3 метода обучения, которые достаточно просты для восприятия детьми 5-6 лет:

- Объяснительно-иллюстрационный метод (информационный). Здесь используются все источники информации – слово, наглядность.

- Репродуктивный метод обеспечивает возможность передачи значительного объема знаний и умений за достаточно короткий срок. Прочность знаний, благодаря возможности их многократного повторения может быть значительной. Этот метод обязательно должен сочетаться с другими методами, т.к. он предшествует творческой деятельности.

- Частично-поисковый метод (метод творчества): суть данного метода заключается в том, что учащиеся исполняют некоторые задания самостоятельно (например, различные положения рук, корпуса). С первых уроков детям важно предоставить возможность самостоятельно отвечать на музыку движением. Обучение творчеству в ритмике побуждает детей переносить усвоенные под руководством педагога знания в самостоятельную деятельность. Очень полезно использовать на уроках способность и умение фантазировать, включая в уроки задания на придумывание образа, рассказа или танцевальной комбинации по прослушанному музыкальному материалу. Педагог здесь организует не изложение знаний, а поиск новых знаний с помощью различных средств. Часть знаний сообщает педагог, часть – учащиеся выполняют сами; в результате чего у них формируются осознанные прочные знания.

Систематичность, постепенность и последовательность – это основные педагогические принципы, которые применяются в обучении детей дошкольного возраста. Дети не смогут выполнять движения под музыку свободно и красиво, если танец или игра разучиваются сразу, без предварительных подготовительных упражнений, направленных на освоение необходимых двигательных и танцевальных навыков. Система упражнений строится по принципу «от простого - к сложному». Учитывая все необходимые музыкально-ритмические навыки выразительного движения, при условии многократного повторения, она поможет успешному выполнению целей и задач программы.

На занятиях по предмету «Ритмика» дети знакомятся не только с основными движениями, элементами и перестроениями, но и с простейшими музыкальными понятиями, такими как *темпы* музыкального произведения (быстрый – медленный), которые передаются через бег или ходьбу; *силу звука* (piano–forte), *характер и динамика движений* (отражение в движении характера музыки и ее динамических оттенков; *регистры звучания* (высокие, средние или низкие звуки), *форма и фразировка* (часть, предложение, фраза), *метр и ритмический рисунок* (передача ритмического рисунка хлопками, шагами, бегом и другими движениями; соблюдением пауз, синкопированными движениями; ритмическим контрапунктом) и т.д.

В сфере музыкально-ритмической деятельности приобщение к музыке происходит посредством доступных и интересных упражнений, музыкальных игр, танцев, помогающих ребенку лучше почувствовать и полюбить музыку, проникнуться ее настроением, осознать характер произведения, понять его форму и выразительные средства.

Предложенные методы работы являются наиболее продуктивными при реализации поставленных целей и задач учебного предмета и основаны на проверенных методиках.

## 7. Описание материально-технических условий реализации учебного предмета

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

Минимально необходимый для реализации программы «Основы хореографии» (для учащихся 5-6 лет) перечень учебных аудиторий, специализированных кабинетов и материально-технического обеспечения включает в себя:

- балетные залы площадью не менее 40 кв.м., имеющие пригодное для танца напольное покрытие (деревянный пол или линолеумное покрытие), зеркала размером 7м х 2м на одной стене;

- музыкальный инструмент (фортепиано);
- наличие аудио и видео аппаратуры;
- гимнастические коврики;
- предметы, атрибуты для танцев (платочки, ленты и т.д.).

## II. Содержание учебного предмета

### 1. Сведения о затратах учебного времени

Таблица 2

№	Основные разделы и темы программы	Кол-во часов
<b>I.</b>	<b>Музыкально-ритмические навыки</b>	<b>12</b>
1.	Характер музыкального произведения; ритмический рисунок и ритмические акценты, части и фразы музыкального произведения.	4
2.	Форма музыкального произведения (простая, трехчастная).	4
3.	Различие музыкальных жанров: марш – песня – танец	4
<b>II.</b>	<b>Навыки выразительного движения</b>	<b>12</b>
1.	Основные движения и положения корпуса; галоп, шаг польки.	4
2.	Упражнения для рук с предметом и без него.	2
3.	Построения и перестроения.	2
4.	Свободное ориентирование в пространстве.	2
5.	Выразительное и легкое исполнение маленьких танцевальных композиций.	2
<b>III.</b>	<b>Комплексы ритмической гимнастики, логоритмические упражнения.</b>	<b>4</b>
<b>IV.</b>	<b>Танцевальные композиции, игры</b>	<b>4</b>
<b>V.</b>	<b>Танец</b>	<b>4</b>
1.	Элементы народного танца (русского, белорусского)	2
2.	Элементы характерного танца (образы и движения, имитирующие движения природы, птиц, животных)	1
3.	Элементы современного и бального танца	1
	<b>Итого:</b>	<b>36</b>

## **2. Содержание разделов**

В данной программе весь материал систематизирован в разделы, которые в той или иной степени взаимосвязаны друг с другом, что позволяет достичь необходимых результатов в комплексном развитии учащихся.

Учебный материал учебного предмета «Ритмика» распределен по пяти разделам:

- музыкально-ритмические навыки;
- навыки выразительного движения;
- комплексы ритмической гимнастики и логоритмических упражнений;
- танцевальные композиции и игры;
- танец.

### **Раздел 1. «Музыкально-ритмические навыки».**

Задачи раздела:

- развитие способности воспринимать музыку, т.е. чувствовать ее настроение и характер, понимать ее содержание;
- развитие специальных музыкальных способностей: музыкального слуха и чувства ритма;
- развитие музыкальной памяти.

Тема 1. Характер музыкального произведения, темповые и динамические изменения, ритмический рисунок и акценты, части и фразы музыкального произведения.

Тема 2. Форма музыкального произведения – простая, двухчастная – медленная и быстрая, простая трехчастная.

Тема 3. Метроритм, его выразительное значение и отражение в музыке.

Тема 4. Различие музыкальных жанров: марш, танец, песня.

### **Раздел 2. «Навыки выразительного движения».**

Задачи раздела:

- развитие ловкости, точности, координации движений;
- обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений;
- развитие умения ориентироваться в пространстве.

Тема 1. Основные движения (ходьба, бег, галоп, подскоки, шаг польки, прыжки).

Тема 2. Упражнения для рук (с предметом и без).

Тема 3. Построения и перестроения.

Тема 4. Свободное ориентирование в пространстве.

Тема 5. Выразительное и легкое исполнение элементов или маленьких танцевальных композиций.

### **Раздел 3. «Комплексы ритмической гимнастики, логоритмические упражнения».**

Задачи раздела:

- развитие природных и физических данных детей;
- формирование координации речевых и двигательных согласований у ребёнка и чувства ритма.

### **Раздел 4. «Танцевальные композиции, игры и упражнения с предметами».**

Например, «Мы играем в паровоз», «Сказочный лес», «Времена года», «В зоопарке», «В цирке», «Подводное царство», «Хитрый мышонок», «Приключения муравьишки», «Магазин игрушек», «Аплодисменты» и т.д.

Использование игрушек (куклы, мячи, мишки, лошадки, детские зонтики), а также элементов и предметов (ленточки, платочки, султанчики, цветы) и т.п.

### **Раздел 5. «Танец».**

Тема 1. Элементы народного танца (русского, белорусского).

Тема 2. Элементы характерного танца движения и образы природы, птиц, животных.

Тема 3. Элементы бального и современного танца (построения и перестроения в парах, в кругу, в шахматном порядке; свободная пластика, копирование движений, сольное исполнение, поддержка солиста, исполнение движений за солистом).

Занятия носят комплексный характер и включают в себя:

- разминку;
- общеразвивающие упражнения и элементы ритмической гимнастики;
- музыкально-танцевальные элементы и композиции.

### **Примерный регламент занятия для детей дошкольного возраста:**

I часть (5 минут) – разминка, упражнения на совершенствование навыков основных движений, задания на пространственные ориентировки.

II часть (5 минут) – комплекс ритмической гимнастики.

III часть (10 минут) – танцевальные композиции.

IV часть (5 минут) – музыкально-ритмические игры.

В *разминку* входят упражнения на построения и перестроения, различные виды ходьбы – в характере музыки, бег, галоп, подскоки. Эти упражнения в начале занятий организуют и объединяют детей, развивают чувство ритма и темпа, способствуют подготовке организма к занятию.

*Общеразвивающие упражнения* включают в себя упражнения для каждой части корпуса в отдельности:

- для головы;
- для рук и плечевого пояса;
- для ног;
- для корпуса.

Они направлены на развитие двигательных качеств – координации, ловкости, равновесия, пространственного ориентирования. А также на развитие различных систем детского организма: опорно-двигательной, дыхательной.

*Элементы ритмической гимнастики* в свое время используются для развития физических данных детей. На уроках ритмики для детей дошкольного возраста рекомендуется применять элементы ритмической гимнастики в сочетании с игровыми моментами, а также логоритмические упражнения (с проговариванием небольших стихотворных текстов).

*Музыкально-танцевальные элементы и композиции.* Здесь используются различные элементы, упражнения на развитие музыкальности, пластичности и выразительности и координации движений. Движения и упражнения на развитие образного мышления и внимания. Проучиваются элементы народного, характерного, современного и бального танца, которые в свою очередь развивают эмоциональную подачу материала.

### Содержание разделов

Таблица 3

1	Основные разделы программы	Цели и задачи	Содержание
1	2	3	4
<b>I. Музыкально-ритмические навыки</b>			
1.	Характер музыкального произведения, ритмический рисунок и ритмические акценты, части и фразы музыкального произведения.	Закреплять умение детей выразительно и ритмично двигаться в соответствии с характером музыки.	Отражение в движении различных оттенков и акцентов музыкального произведения, характера музыки и смены ее темпа (медленно – быстро). Начинать двигаться с началом музыкальной фразы (прослушав музыкальное вступление) и останавливаться с завершением музыки, или менять движение с переменной характера музыки. Реагирование на затактовое построение музыкальной фразы,

			используя затакт как момент подготовки к движению. Динамические оттенки в музыке и передача их в движении. Выполнение движений в разных темпах. Игры «Аплодисменты», «Зеркало и музыка».
2.	Форма музыкального произведения	Познакомить с простой трехчастной формой музыкального произведения.	Понятия: музыкальная фраза. Строение музыкальных произведений (двух-, трехчастная форма музыкального произведения, их строение). Практические занятия: построение, перестроения и передвижения в танцевальном зале в разных направлениях, с разными ходами и движениями в соответствии с формой музыкального произведения. Музыкально-танцевальные игры «Покажи – повтори», «Какое животное?», «Мы играем в паровоз», «Рисуем музыку».
3.	Различие музыкальных жанров	Развивать слуховое внимание и музыкальную память.	Музыкальные жанры: марш, танец, песня, хоровод, мазурка, полька, русская плясовая, колыбельная. Практические занятия: отражение в движении разных жанров. Определение жанров музыкального произведения. Определение музыкального размера произведения. Выполнение танцевальных движений в соответствии с темпоритмом и жанром музыкального произведения. Игра «Марш – песня – танец».
<b>II. Навыки выразительного движения</b>			
1	2	3	4
	Основные движения. Положение корпуса. Галоп. Шаг польки.	Учить детей держать прямую спину и сохранять стройную осанку. Учить выполнять галоп и шаг польки легко и музыкально.	Положение корпуса с прямой спиной. Движение головы в соответствии с характером, темой, темпом, и ритмом музыкального произведения (повороты, наклоны, круг, полукруг). Виды движений корпуса: повороты, наклоны, повороты в положении наклона корпуса. Виды галопов: прямой, боковой. Шаг польки. Исполнение движений в характере музыки. Закрепление исполнения разных видов шагов, ходьбы, бега и поскоков. Упражнения на выработку и совершенствование двигательных навыков. Игры «Кто так делает?», «Хитрый мышонок», «Посмотри – повтори».

1	Упражнения для рук с предметом и без него.	Учить детей выполнять точные положения и движения рук с предметом. Закреплять положения рук без предмета.	Постановка и положение рук в танцевальных композициях и музыкальных играх в соответствии с характером, темой, темпом и ритмом музыкального произведения. Положение рук: на поясе (в обхват, в кулачках), вперед и в стороны на уровне плеч. Раскрывание рук вперед и в стороны из положения на поясе. Упражнения «Разноцветные ленты», «День рождения», «Шарики».
2.	Ориентирование в пространстве, построения и перестроения.	Учить детей свободно ориентироваться в пространстве и строиться в разные рисунки.	Понятия: круг, шеренга, колонна, диагональ. Перестроения в круг, колонну, шеренгу. Самостоятельное нахождение под музыку свободного места в зале, перестроение в круг, построение в пары и друг за другом; построение в несколько кругов, в шеренги, в колонны. Самостоятельное выполнение перестроений в характере музыкального произведения «Змейка», «Воротики». Построение в круг и полукруг, их сужение и расширение. Движение о диагонали зала.
3.	Танцевальные композиции.	Учить детей эмоционально, выразительно и легко исполнять танцевальные композиции.	Понятие музыкальной композиции. Музыкальное произведение и средства изобразительной выразительности. Практические занятия: выражение нюансов в пластике движений под музыку. Музыкальные игры «Кто лучше станцует», «Перепляс».
<b>III. Комплексы ритмической гимнастики, логоритмических упражнений.</b>			
1	2	3	4
1.		Развивать у детей первоначальные физические данные. Формировать у детей координацию речевых и двигательных согласований и чувство ритма.	Понятия: гимнастика, ритмическая гимнастика. Выполнение общеукрепляющих физических упражнений под музыку. Игровые упражнения «Султанчик», «Мельница», «Неваляшка». Логоритмические упражнения.
<b>IV. Упражнения с предметами</b>			
1.		Учить детей свободно выполнять упражнения с предметами.	Повторение движений руками, ногами, корпусом без предметов. Исполнение движений с предметами (флажки, шарики, цветы, метелочки, ленты, платочки и др.). Работа над выразительностью исполнения и синхронностью. Игровые упражнения «Упражнение с лентами», «Мячик»,

			«Наши любимые игрушки», «Цветочная клумба», «Листопад».
<b>V. Танец</b>			
1.	Элементы народного танца (белорусского, украинского).	Учить детей выполнять легко и выразительно основные элементы русского и белорусского танцев.	Понятие – белорусский танец. Положение рук: за юбочку, за спину, в кулачках, в паре. Основные движения: шаг с носка, приставной шаг, тройной притоп. Рисунки: круг, цепочка, линия, две линии. Танцы: «Танец с хлопками», «Потанцуем вместе», «Полька», «Сел комарик на дубочек». Понятие – русский танец. Положение рук: на талии, в паре. Основные движения: поскоки, ковырялочка, галоп, притоп, полуприсядка. Рисунки: круг, два круга, змейка, колонна. Танцы: «Веснянка», танец – игра «Ловушка», «Приглашение».
1.	Элементы характерного танца.	Учить детей передавать характер музыки через движения, имитирующие движения птиц, природы, животных.	Выявление характерных особенностей птиц, животных, движения, характерные для них. Изображение разнообразных животных, птиц и явлений природы в пластике движений. Наблюдение за творческими находками детей (положение головы, рук, ног, корпуса). Игры «Кто это, что это?», «Птичий двор», «Танец гномов», «Цирковые лошадки».
2.	Элементы современного и бального танцев.	Прививать ребенку этикет танцевальной культуры. Обучать средствам выразительного движения посредством элементов современного и бального танцев.	Понятие современного танца. Слушание музыки, свободная пластика, сочетание рядадвиженийранее изученных с придуманными. Копирование движений. Построения, перестроения. Танец солиста с ансамблем. Игра «Перетанцовка». Понятие бального танца. Слушание музыки. Основные положения рук и движения. Построения и перестроения в пары, полукруг, в шахматном порядке. Взаимоотношения в паре. Игра «Собираемся на бал».

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

Уровень подготовки обучающихся является результатом освоения программы учебного предмета «Ритмика» для детей дошкольного возраста (5-6 лет), который определяется формированием комплекса знаний, умений и навыков, таких как:

- первичные 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 простых музыкальных формах;
- умение согласовывать движения со строением музыкального произведения;
- навыки двигательного воспроизведения ритмических движений посредством воспроизведения ударом в ладоши и музыкального инструмента;
- навыки сочетания музыкально-ритмических упражнений с танцевальными движениями.

### **IV. Формы и методы контроля, система оценок**

В конце каждого полугодия проводятся открытые занятия, на которых демонстрируются знания, умения и навыки, приобретенные учащимися за данный период обучения. Подобные занятия проводятся в присутствии администрации школы, преподавателей, родителей.

Желательным условием работы по данной программе являются диагностические исследования и наблюдения за динамикой развития как каждого учащегося в отдельности, так и групп учащихся. Итоговая аттестация не предусмотрена.

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

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

Программа по учебному предмету «Ритмика» приближена к традициям, опыту и методам обучения, сложившимся в хореографическом образовании в детских школах искусств, отражает разнообразие музыкально-ритмических упражнений, музыкальных игр, задания по слушанию и анализу танцевальной музыки. Настоящая программа предусматривает приобретение учащимися в игровой форме элементарных знаний в области музыкальной грамоты, изучение средств музыкальной выразительности на основе танцевального движения, восприятия чувства ритма, музыкального слуха, навыка двигательной координации, хореографической памяти.

При организации и проведении занятий по предмету «Ритмика» необходимо придерживаться следующих принципов:

- принципа сознательности и активности, который предусматривает, прежде всего, воспитание осмысленного овладения техникой танца, заинтересованности и творческого отношения к решению поставленных задач;
- принципа наглядности, который предусматривает использование при обучении комплекса средств и приемов: личная демонстрация приемов, видео и фотоматериалы, словесное описание нового приема и т.д.;
- принципа доступности, который требует, чтобы перед учеником ставились посильные задачи. В противном случае у обучающихся снижается интерес к занятиям. От преподавателя требуется постоянное и тщательное изучение способностей учеников, их возможностей в освоении конкретных элементов, оказание помощи в преодолении трудностей;
- принцип систематичности, который предусматривает разучивание элементов, регулярное совершенствование техники элементов и освоение новых элементов для расширения активного арсенала приемов, чередование работы и отдыха в процессе обучения с целью сохранения работоспособности и активности учеников.

Процесс обучения музыкально-ритмическим движениям включает три этапа.

На первом этапе ставятся задачи:

- ознакомления детей с новым упражнением, 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.

На втором этапе задачи расширяются:

- углубленное разучивание музыкально-ритмического движения,
- уточнение его элементов и создание целостного образа, настроения музыкального произведения.

Преподаватель дает необходимые разъяснения, напоминает последовательность действий, своевременно, доброжелательно оценивает достижения детей.

Задача третьего этапа заключается в том, чтобы закрепить представления о музыке и движении, поощряя детей самостоятельно выполнять разученные движения.

Методика закрепления и совершенствования музыкально-ритмического движения нацелена на работу над его качеством. Преподаватель, напоминая последовательность, используя образные сравнения, отмечая удачное исполнение, создает условия для эмоционального выполнения детьми музыкально-ритмических движений.

При планировании занятий в форме традиционного группового урока, необходимо учитывать анатомо-физиологические особенности детей дошкольного возраста, специфику восприятия музыки. Дети в группе, занимающиеся ритмикой, должны быть одного возраста. Для занятий у детей должна быть форма, не стесняющая движений, отвечающая эстетическим требованиям: для девочек – гимнастические купальники, короткие юбочки-солнце, белые носочки, гладкая прическа; для мальчиков – майка, шорты, белые носки. Обязательна специальная обувь – балетные тапочки.

Очень важно, чтобы занятия проходили в сопровождении концертмейстера-аккомпаниатора. Лишь частично можно использовать фонограммы.

## **2. Требования к музыкальному оформлению урока**

Музыкальное оформление урока является основой музыкально-ритмического воспитания и влияет на развитие музыкальной культуры учащихся. Музыкальное оформление должно быть разнообразным и качественно исполненным, будь то работа концертмейстера или звучание фонограммы.

Музыкальное произведение (фрагмент) подбирается к каждой части урока, определяется его структура, темп, ритмический рисунок, характер. Мелодии должны быть простыми, но не примитивными и не монотонными.

В оформлении урока можно использовать:

- классическую музыку русских и зарубежных композиторов;
- народную музыку;
- музыку в современных ритмах.

Музыкальный материал должен быть:

- доступным по форме, жанру, стилю и характеру для восприятия детьми дошкольного возраста;
- иметь выразительную мелодию и четкую фразировку;
- быть близким по содержанию детским интересам.

При подборе материала для музыкального оформления руководствуются следующими принципами:

- музыкальное произведение обладает свойствами квадратности;
- для каждого упражнения музыкальный материал должен быть с определенным ритмическим рисунком и темпом;
- наличие вступления для каждого упражнения;
- учитываются темповые, ритмические и метроритмические особенности каждого вида движения.

Содержание музыкальных произведений может быть самым разнообразным: лирическим, энергичным, торжественным, веселым. Для сопровождения упражнений мелодии скорбного, меланхолического, характера не рекомендуются, так как отрицательно влияют на эмоциональное состояние занимающихся. Также не рекомендуется использовать большие по объему и сложные по содержанию произведения.

Наиболее распространенными музыкальными произведениями на уроке ритмики являются песни и танцевальные мелодии. Они должны быть разнообразными. Длительное применение одних и тех же музыкальных произведений на протяжении многих уроков снижает внимание и интерес к занятиям. Кроме того, необходимо, чтобы музыкальное сопровождение нравилось учащимся и соответствовало хорошему музыкальному вкусу.

Преподавателю при составлении комплекса упражнений, следует придерживаться следующей последовательности:

- определить задачи и направленность комплекса упражнений;
- подобрать музыку;
- прослушать музыку несколько раз;
- определить характер музыкального произведения;
- определить структуру музыкального произведения, схематично обозначить ее части;
- выделить части музыкального произведения с основной мелодией (например, куплеты и припев);
- подобрать основные движения для составления упражнения, соответственно характеру музыкального произведения и его структурным особенностям;
- приступить к постановке комплекса упражнений под музыку;
- апробировать составленный комплекс упражнений на небольшой группе детей и внести коррективы.

Помимо задач общего физического развития в процессе занятий с музыкальным сопровождением решаются и задачи эстетического воспитания. Хорошо подобранная к

каждому движению музыка помогает детям закрепить мышечное чувство, а слуховым анализаторам запомнить движения совместно со звучанием музыкальных отрывков. Это постепенно воспитывает музыкальную память, вводит в привычку ритмично и красиво исполнять движения.

Упражнения для согласования движений с музыкой являются специальным разделом в ритмической гимнастике и подбираются для формирования знаний и умений различать средства музыкальной выразительности (темп, музыкальный размер, ритм, динамические оттенки, характер музыкального произведения и др.).

Они помогают занимающимся лучше согласовывать движения с музыкой, регулировать скорость и силу мышечного напряжения. В связи с этим на каждом занятии по ритмике у дошкольников необходимо работать над согласованием движений со средствами музыкальной выразительности, систематически развивать у детей музыкальный слух.

Успех работы с детьми во многом зависит от того, насколько правильно, выразительно концертмейстер доносит содержание музыкального произведения до детей. Яркая фразировка, яркие динамические контрасты, штрихи, темп помогают детям слышать музыку и отразить ее в упражнениях и танцевальных движениях.

Во время исполнения музыкального материала учитываются разные физические возможности детей – при исполнении упражнений помогать ребенку соответствующим темпом и штрихами, динамикой, акцентами. Характер музыки и темп должны соответствовать характеру упражнения, которое предлагает педагог. Оно может быть в одном темпе и характере, а может быть с переходом от одного темпа в другой. Переход бывает внезапным или постепенным, когда музыкальный материал исполняется с некоторым ускорением или замедлением (под темп педагога).

При движении по диагонали в музыкальном сопровождении желательно учитывать темп каждого ребенка (особенно на начальном этапе). Это поможет детям постепенно начать слышать сильную долю такта и двигаться в ритме музыки. Активно использовать штрихи, подчеркивая характер движения. Например, ходьба на «носочках» - стаккато, на «пяточках» – нон легато.

Примерный музыкальный материал (Приложение 1).

### **3. Практический материал к урокам ритмики для учащихся 5-6 лет (названия движений, описание упражнений).**

На уроках ритмики необходимыми являются следующие условия:  
- чтобы дети не теряли интереса к изучаемому материалу, не следует работать над каждым упражнением или этюдом дольше 2-4 занятий подряд. Даже если за это время выполнены

не все поставленные задачи, лучше обратиться к новому материалу, а к прежнему вернуться некоторое время спустя;

- в процессе обучения используются игрушки, атрибуты с целью побуждения детей к более выразительному исполнению движений. В связи с этим нужно отбирать яркий, эстетически – выразительный игровой материал в том количестве, которое необходимо для занятий;

- на занятиях должна быть доброжелательная обстановка, искренний и чуткий интерес педагога к любым, малейшим находкам, успехам своих воспитанников; поддержка и поощрение их самостоятельности.

Чрезвычайно важно воспитывать такое же внимательное отношение у детей друг к другу, их умение искренне радоваться достижениям своих товарищей, желание помочь им в преодолении встречающихся трудностей. Все это создает действительно творческую атмосферу на занятиях, без которой невозможно становление и развитие творчества.

Чтобы учебный процесс у детей дошкольного возраста был эффективным, на занятиях максимально используется ведущий вид деятельности ребенка - дошкольника – игра. Используя игровые упражнения, имитационные движения, сюжетно-творческие зарисовки, возможно усилить эмоциональное восприятие музыки детьми и помочь полнее и всестороннее решить поставленные задачи.

Отдельные игровые упражнения могут быть использованы на занятиях в качестве динамических пауз для отдыха – если всё занятие проводится в достаточно большом темпе и подразумевает много движений.

Комплексы игровых упражнений включаются в различные части занятия: в разминку или в занятие целиком. Комплексы объединяются сюжетом, темой или предметом – атрибутом, с которым выполняются движения.

#### **Азбука музыкального движения**

- *Понятие осанка.* Постановка корпуса. Положения головы. Поклон-приветствие. Позиция ног – VI.
- *Хлопки в ладоши* – простые и ритмические. Положение рук: перед собой, вверх, внизу, справа и слева на уровне головы.
- *Положения головы.* Прямо, вверх-вниз; «уложить ушко» вправо и влево; повороты вправо и влево; упражнения «тик-так» – «уложить ушко» с задержкой в каждой стороне (можно с ритмическим рисунком).
- *Музыкальные темпы:* вальс, полька. Импровизационные движения в соответствии с каждым темпом.

- «*Пружинка*» - легкое приседание. Музыкальный размер 2/4. темп умеренный. Приседание на два такта, потом на один такт и два приседания, на один такт.
- «*Мячик*» - прыжки по VI позиции. Музыкальный размер 2 \4. Темп умеренный. Прыжок на два такта, затем на один такт и четыре и более прыжков на один такт.
- *Упражнения для рук и кистей.* Руки поднять вперед на уровень грудной клетки, затем развести в стороны, поднять вверх и опустить вниз в исходное положение. В каждом положении кисти делают «фонарики» – это круговые движения кистей с раскрытыми пальцами и «кивание» - сгибание и разгибание кистей.
- *Упражнение для плеч.* Оба плеча поднять вверх и опустить, изображая «удивление». Поочередное поднятие плеч. Положение рук: на поясе и внизу. «*Мельница*» - круговые движения прямыми руками вперед и назад, двумя – поочередно и по одной.
- «*Птичка*» - оттянутый носок вперед, в стороны.
- *Упражнение «Улыбнемся себе и другу».* Наклоны корпуса вперед и в стороны с поворотом головы вправо и влево. Исполняться поклоны могут как по VI позиции, так и по II позиции.
- *Логика поворотов вправо и влево.* Повороты по четырем точкам шагами на месте – по два шага в каждую точку.

#### **Основные виды движения**

- Шаги с носка по кругу. Музыкальные размеры 4/4, 2/4.
- Шаги с высоким подъемом колена. Музыкальный размер 2/4.
- Шаги на полу пальцах.
- Шаги на пятках.
- Шаги в комбинации с хлопками.
- Прыжки «зайчики» в продвижении по кругу в глубоком приседании и на прямых ногах.
- Бег на месте и в продвижении «лошадки» (вперед колени).
- Галоп (лицом в круг, по диагонали).
- Шаг польки, поскоки по диагонали зала.

#### **Рисунки танца. Пространственные перестроения**

Понятие пространственных перестроений.

- *Круг.*  
- лицом и спиной;

- по одному и в парах.

Собираться в маленький круг и расходиться в большой круг.

Перестроения из свободного расположения в круг и обратно.

- *Линия.* Движения в линиях, смены линиями, движение в линиях вправо и влево, вперед и назад.
- *Диагональ.* Выполнение основных видов разных видов шагов, ходьбы, бега и прыжков по диагонали зала.
- «Воротца».
- «Звёздочки».
- «Шахматный» порядок.
- Ходьба по ходу часовой стрелки, и против часовой стрелки.

### **Простые элементы танца**

Изучение комбинаций из основных, ранее выученных движений.

Комбинации движений на месте.

*I комбинация.* Исходное положение – ноги вместе, руки на поясе. Музыкальный размер 2/4.

1 такт – отвести правую ногу на носок вперед («птичка»).

2 такт – вернуться в исходное положение.

3 – 4 такты – упражнение «тик-так» головой.

5 такт – отвести левую ногу на носок вперед («птичка»).

6 такт – вернуться в исходное положение.

7 – 8 такты – упражнение «тик-так» головой.

*II комбинация.* Исходное положение – ноги вместе, руки на поясе. Музыкальный размер 2/4.

1 такт – шаг правой ногой в сторону, корпус наклонить вперед, шею вытянуть вперед.

2 такт – вернуться в исходное положение.

3 – 4 такты – то же повторить еще раз.

Комбинацию повторить с левой ноги.

*III комбинация.* Исходное положение – ноги вместе, руки на поясе. Музыкальный размер 2/4.

1 такт – отвести правую ногу на носок вперед («птичка»).

2 такт – перевести правую ногу на пятку («утюжок»).

3 такт – поднять правую ногу, согнутую в колене («флажок»).

4 такт – вернуться в исходное положение.

Комбинацию повторить с левой ноги.

*IV комбинация.* Исходное положение – ноги вместе, руки опущены вдоль корпуса.

Музыкальный размер 2/4.

1 – 2 такт – правая рука изображает волнистые движения справа налево.

3 – 4 такты – левая рука изображает волнистые движения слева направо.

5 – 6 такты – руки перед собой согнуты в локтях, кисти в кулачках. Исполняются круговые движения «кулачок за кулачком».

7 – 8 такты – руки разводим в стороны.

Комбинации движений в продвижении по кругу.

*I комбинация.* Исходное положение – ноги вместе, руки на поясе. Музыкальный размер 2/4.

Три шага с правой ноги – приставить. Три хлопка в ладоши – исходное положение.

*II комбинация.* Исходное положение – ноги вместе, руки свободно вдоль корпуса.

Музыкальный размер 4/4.

Четыре шага со свободными движениями рук, затем поворот вправо на полупальцах, руки поднять вверх («раскрытый цветок»).

*III комбинация.* Исходное положение – ноги вместе, руки в стороны. Музыкальный размер 2/4.

1 – 4 такты – мелкий бег на полу пальцах.

5 – 8 такты – присесть в глубокое приседание, руки опустить вниз.

#### **4. Музыкально-ритмические игры**

##### **1) «Аплодисменты»**

Одна из самых простых музыкальных игр – на запоминание прохлопанного ритма. Возможны несколько участников и ведущий.

Описание: Первый из участников придумывает простейший ритм и прохлопывает его в ладоши. Следующий должен точно, без ошибки его повторить и придумать следующий ритм, который передается таким же образом дальше. И так по кругу.

Ритмы можно постепенно усложнять. Если кто-то не может повторить прохлопанный ритм с первого раза, ведущий должен попросить придумавшего этот ритм повторить его столько раз, сколько потребуется для отгадывания. В этом есть определенная сложность для того, кто предлагает, задает пример – он не должен забывать

и путаться при повторе, то есть первоначальный ритмический отрывок должен быть сложным ровно настолько, насколько сам «автор» может точно его запомнить и воспроизвести.

Игру можно постепенно усложнять, вводя в ритмический рисунок простейшие возгласы или слова, например: «И раз!», «Оле-оле-оле», «Раз, два, три» и т. д. Можно использовать какие-нибудь смешные присказки или поговорки, проговаривая их ритмически организованно.

#### Игра развивает:

- чувство ритма;
- реакцию;
- память, так как ребенок запоминает задание и исполняет его спустя некоторое время.

## 2) «Хитрый мышонок»

Описание игры: В игре может принять участие любое количество игроков. Пространство, отведенное для игры, условно делится на две половины. На одной стороне находится «кот», на другой — «мышинные норки». При помощи считалочки выбирается водящий — вада, который будет «котом». Дети становятся в круг и «считаются»:

Тара-бара, растобара,  
Сидит кот у самовара,  
А мышонок — под столом.  
Вада — ты, из круга — вон!

Под тихую, но ритмичную и тревожную музыку водящий изображает засыпающего «кота». Остальные игроки-«мышки» прячутся в своих «норках». Музыка меняется, становится более спокойной и тихой. Это для «мышей» служит сигналом того, что «кот» наконец заснул. «Мышки» тихонечко выбегают из своих «норок» и подкрадываются к «сладко спящему коту». Они встают вокруг него и начинают двигаться по часовой стрелке. Прижав палец к губам, «мышки» тихо, в такт музыке нараспев произносят:

Тише, тише, тишина...  
Укачали мы кота.  
Котик сладко спит  
И на мышек не глядит.  
Стоит только зашуметь,  
Кот наш мышек может съесть!..

Если музыка звучит по-прежнему спокойно, дети-«мышки» снова тихо пропевают слова, двигаясь при этом в противоположную сторону, то есть против часовой стрелки. А

потом музыка внезапно становится быстрой и энергичной, и это значит, что «кот» «проснулся». Это сигнал не только для «мышей», но и для «котика»: он должен первым уловить изменения в музыке и предупредить действия «мышат». Он неожиданно вскакивает и пытается поймать возмутителей своего спокойствия. Пойманным считается игрок, не успевший спрятаться в свою «норку», до которого «кот» успел дотронуться.

С окончанием музыки заканчивается и игра. «Кот» пересчитывает свою «добычу».

**Примечание.** Игра повторяется до тех пор, пока все «мышата» не окажутся пойманными. Тот «мышонок», которому удастся остаться на свободе, объявляется победителем игры. Под звуки торжественного марша и дружные аплодисменты остальных игроков ему присваивается почетное звание «Самый хитрый мышонок».

Игра развивает:

- координацию движения ребенка;
- музыкальность (так как начало и окончание движения связано с музыкой);
- реакцию;
- умение согласовывать свои движения с коллективом.
- умение двигаться выразительно, в соответствии с выбранным музыкальным образом.

### 3) «Мы играем в паровоз»

Описание игры: Дети становятся друг за другом. Стоящий впереди ребенок — машинист «паровоза», остальные дети — вагончики, они «прицепляются» к машинисту, произнося нараспев считалочку:

Что за чудо-паровоз?

Он без пара и колес!

Прицепляемся друг к другу...

Машинист, давай сигнал!

Отправлений час настал...

С началом музыки «машинист» дает «гудок». «Паровоз» приходит в движение: дети перебирают ногами, изображая движение колес и имитируя их перестук. «Паровоз» трогается с места и едет до «станции» (например, «Ромашкино»). С изменением темпа музыки меняется и «скорость паровоза»: он идет то медленно, то ускоряет или замедляет ход.

Задача каждого участника — не отцепиться от впереди стоящего ребенка и не отстать, так как «состав» на полном ходу может «маневрировать». Поезд должен прийти к остановке в полном составе.

Примечание: в игре принимают участие не менее 5—7 детей. Основная задача, стоящая перед игроками, — действовать слаженно и четко, всем коллективом. В игре также могут участвовать команды из 3—5 человек. В этом случае игра становится соревнованием. Победителем будет считаться самый дружный «паровозик», при своем передвижении не потерявший ни одного «вагончика».

Игра развивает:

- музыкального слуха;
- координацию движений;
- умение соотносить свои движения с изменением темпа музыки;
- навыки коллективизма и взаимодействия.

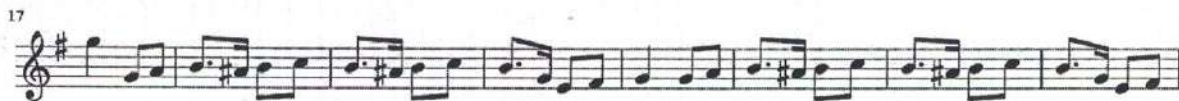
## Литература

1. Булгакова С.Ф. Методические рекомендации по ритмике. – Тольятти, 1997
2. Буренина А.М. Ритмическая мозаика. Ч.1, 2 – СПб, 2000
3. Волкова Г.А. Логопедическая ритмика. – М., Просвещение, 1985
4. Ильина Г.А. Особенности развития музыкального ритма у детей//Вопросы психологии – М., Просвещение, 1960
5. Каплунова И., Новоскольцева И. Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. –СПб.: Композитор, 2005
6. А. Кенеман «Детские подвижные игры народов СССР»
7. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике. – М., Просвещение, 1973
8. Макарова Е.П., Ритмическая гимнастика и игровой танец в занятиях стрейчингом. – СПб, 1993
9. Руднева С.Д., Фиш Э.М. Ритмика. Музыкальное движение. - М, 1972
10. С.Л. Слуцкая. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду. – М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2006.
11. Слуцкая С.Л. Теория и методика преподавания основ хореографического искусства в детском саду. Программа и методические рекомендации по обучению дошкольников основам хореографического искусства. – Тольятти, изд-во фонда «Развитие через образование», 2001.

Примерный музыкальный материал

# Марш

Ю. Чичков



# Латышская полька

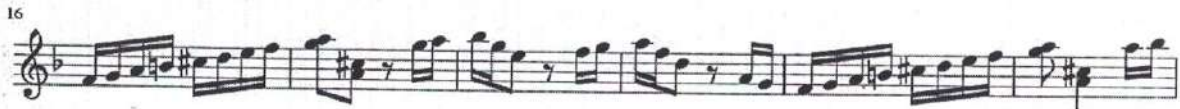
Ходьба на "носочках"



# Полька

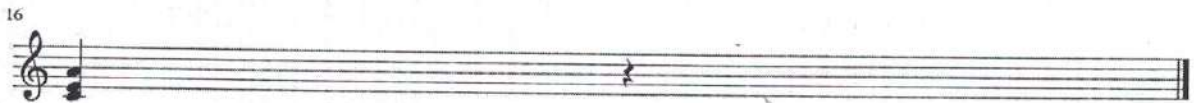
Бег "Лошадка". Бег "Лисичка "

Ю. Чичков



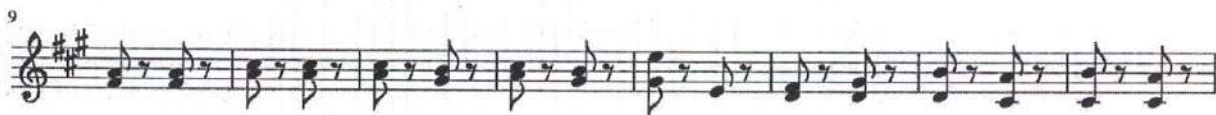
# Танец с баяном

Ритмическая комбинация рук, сидя на полу в положении "Бабочка" Б. Тихонов



## Словацкая полька

Прыжки



## Травушка-муравушка (русская народная песня)

Логоритмическое упражнение



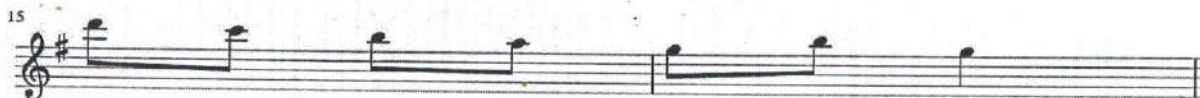
# Руцавиетис (латышский народный танец)

Подскоки



# Галоп

Б.Можжевелов



## Юла (молдавский народный танец)

Упражнение "Дождик"



## Цепочка (литовский танец).

Ходьба на пяточках.

