

**муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования города Новосибирска
«Детская школа искусств № 22»**

Рассмотрена и одобрена на заседании
Педагогического совета МБУДО
ДШИ № 22
протокол № 01 от 28.08.2025



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Раннее эстетическое развитие»**

По учебному предмету

« Ритмика (танец) »

Срок реализации: 1 год, 2 года

Возраст обучающихся: 5,6 лет

Пояснительная записка

Программа по ритмике составлена на основе программы Г.С. Франио (1997 год), но не потеряла актуальности в наши годы. На уроках ритмики происходит изучение тех элементов выразительности, которые естественно и логично могут быть отражены в движении.

На занятиях по ритмике происходит активизация музыкального мышления ребёнка через движение, а это очень важно в детском возрасте.

Предмет «Ритмика» образовательной программы «Раннее эстетическое развитие» включает в себя:

- спортивно–танцевальные движения (разминка),
- основные элементы детского танца,
- музыкальные игры,
- музыкальные задания по слушанию и анализу танцевальной музыки.

Недостаточное музыкальное развитие детей на первом этапе обычно является основным тормозом в развитии их танцевальных способностей.

Цель: общефизическое и общехудожественное развитие ребёнка, приобщение детей к двигательной культуре.

Перед преподавателем – хореографом стоит множество **задач:**

- привить детям любовь к танцу,
- сформировать их танцевальные способности,
- развить чувство ритма,
- эмоциональную отзывчивость на музыку,
- координацию движений,
- ориентировку в пространстве,
- дать всем детям первоначальную танцевальную подготовку,
- выявить их склонности и способности.

Педагогические принципы:

- доступность,
- посильность заданий,
- доброжелательность,
- учет возрастных и индивидуальных особенностей,
- занимательность,
- наглядность.

Программа рассчитана на 1- 2- 3 года (срок обучения зависит от возраста детей. Для поступающих в 4 года – 3 года, в 5 лет – 2 года, в 6 лет – 1 год. Занятия проводятся 2 раза в неделю по одному часу с группой 8 – 10 учащихся.

Предполагаемые результаты

| Знать | Уметь | Воспитать |
|--|---|--|
| Характер музыки и отличать медленный, лирический танец от быстрого и весёлого. Танец "Полонез" Танец "Весёлые ритмы" Танец "Полька" Танец "Рок-н-ролл". «Танец утят» «Аннушка» «Конькобежцы» «Вальс Дружбы» «Чунга-чанга» | Сохранять правильную осанку. Эмоционально - правильно передавать характер танца. Исполнять выученные танцы. Совершенствовать координацию движений, исправлять осанку, укреплять мышцы ног, живота и спины. Приобрести навыки владения своими мышцами, развить мышечную и зрительную память. | Коммуникабельность. Выносливость. Чувство ритма. |

Виды оценки

Дети пока ещё очень маленькие и отметка за работу не предусмотрена программой. В конце полугодия проходят открытые контрольные уроки для родителей в виде концерта. Концерты проходят 3 раза в год:

- Новый год,
- 8-е марта,
- Заключительный концерт в конце учебного года.

Открытые уроки для родителей проводятся 1-2 раза в год, для того, чтобы показать чему научились дети, какой деятельностью заняты на уроке. За время обучения на отделении «Раннее эстетическое развитие» преподаватели видят склонности детей к хореографии, музыке, ИЗО и рекомендуют родителям выбрать то, или иное направление деятельности. Обязательно учитывается пожелание самого ребёнка.

Основным видом деятельности является урок. Все предметы: (хореография, хор, ИЗО) это групповое занятие, на котором сочетаются коллективная и индивидуальная работа с детьми.

Содержание программы

Урок является основной формой работы. Это коллективное занятие, в группе 10-12 человек, но на уроке сочетаются коллективная и индивидуальная работа. Занятия по ритмике проходят под музыку и необходимо, чтобы качество исполнения было высоким. Высокохудожественная музыка воспитывает хороший вкус, расширяет музыкальный кругозор детей. Поэтому особое внимание следует уделить подбору концертмейстера и качеству фонограмм. В зависимости от задач, поставленных преподавателем-хореографом, подбирается соответствующий музыкальный материал.

План построения урока ритмики

(1 год обучения)

Урок подразделяется на несколько частей, свободно вытекающих и дополняющих друг друга...

1. Подготовка ног к работе, элементы музыкальной грамоты, построение в линии – 10 минут.

- понятие музыкального вступления;
- движения по кругу;
- шаг с носка, в темпе музыки;
- пяточки;
- носочки;
- высоко поднимаем коленочки;
- бег;
- «шарик надули, шарик сдули»;
- прибежали на линеечки;

2. Работа над координацией – 5 минут. Сюда входят понятия:

- правой и левой руки;
- правой и левой ноги;
- работа плечами;
- повороты головы (вправо, влево);

3. Комплекс упражнений на полу – 30 минут.

- повороты корпуса (вправо, влево);
- вынос ноги в стороны, с наклоном;
- работа со стопами;
- «барабанные палочки»;
- «шахи – падишахи» (выворотность);
- «куклы»;
- «гвоздики»;
- «велосипед»;
- «солнышко»;
- «животик» закрепляем мышцы позвоночника;

4. Упражнения на развитие групп мышц – 15 минут.

- «катаемся на лифтике» (плие по позициям с поворотами корпуса, подъём на полупальцы);
- «сказка про зайчика» (наклоны корпуса вперёд, приставные шаги в стороны, хлопки, притопы);

5. Музыкальная игра – 15 минут.

- Катаемся на машинке: 1 скорость: пяточки, 2 скорость: носочки, 3 скорость: бег.
- Приехали и превратились в лисичек, зайчиков, медведей, бабочек...

6. Этюдная работа – 15 минут.

- «Петушок»;
- «Кузнечики»;

- «Жили у бабушки»;
- «Лошадки»;
- «Буратинки»;
- Работа с предметами (погремушки, мячики, ленточки и т.д).

План построения урока ритмики

(2 год обучения)

Урок подразделяется на несколько частей, свободно вытекающих и дополняющих друг друга. Закрепляется материал прошлого года. Акцент урока сдвигается в сторону изучения танцев, движений.

1. *Вводная часть – 10 минут.*

- шаги с носка, в темпе музыки;
- пяточки;
- носочки;
- бег;
- марш по кругу с расходами через центр в разные стороны по-одному, парами, четвёрками;
- марш в повороте по точкам;

2. *Работа над координацией – 10 минут.*

- правой и левой рукой (добавляется корпус, голова);
- правая и левая нога (корпус, голова);
- работа плечами;
- повороты головы (наклоны вправо, влево).

3. *Комплекс упражнений на полу – 30 минут.*

Упражнения 1-го класса повторяются, но ускоряется темп, увеличивается количество упражнений.

4. *Упражнения на развитие групп мышц – 15 минут.*

- Деми-плие по позициям, перевод рук из подготовительной в первую;
- вынос ноги в сторону на носок, подъём на полупальцы, поочередной вынос ног (передача корпуса с ноги на ногу) – размер 2/4;
- прыжки с поджатыми ногами (2/4).

5. *Танцевальные комбинации.*

- подбор движений к постановочной работе;
- подскок, поклон,
- шаг белорусской польки, галоп,
- комбинации на основе русского танца («ковырялочка», приставные шаги, притопы, хлопки, повороты, бег);
- комбинации к танцу «Солдатики» (маршировка, подъём ноги с разворотом корпуса, выпады и т.д.).

6. *Музыкальная игра – 15 минут.*

- На развитие внимания «Задом наперёд», «Кот и мыши»;

- на развитие мимики пантомимы «Просыпаемся, улыбаемся, сплетничаем, пугаемся, удивляемся».

План построения урока ритмики

(3 год обучения)

Урок подразделяется на несколько частей, свободно вытекающих и дополняющих друг друга. Закрепляется и усложняется материал прошлого года. Акцент урока сдвигается в сторону изучения танцев, движений. Дети уже накоплен опыт: они знают много танцевальных движений, хорошо откликаются на характер музыки, умеют слушать замечания преподавателя и исправлять ошибки и неточности в освоении тех или иных движений.

Учебный план

| № | Тема | Кол-во часов |
|----|-------------------------------------|--------------|
| 1 | Разминка. | |
| 2 | Гимнастические упражнения. | |
| 3 | Танцевальные шаги и движения. | |
| 4 | Детские массовые танцы и игры. | |
| 5 | Танец "Полонез" | |
| 6 | Танец "Весёлые ритмы" | |
| 7 | Укрепление вестибулярного аппарата. | |
| 8 | Танец "Полька" | |
| 9 | Танец "рок-н-ролл " | |
| 10 | Репетиционная работа. | |
| 11 | Эмоциональность. | |
| 12 | Итого: | 72 |

Учебно – тематический план

(более подробный, на основе которого можно составлять календарные планы)

| № | Тема | Часы | Содержание |
|---|--------------------------------------|------|--|
| 1 | Поклоны и разминка. | | Движения головы, плечевого пояса, корпуса, тазобедренного пояса, ног, рук, прыжки. Усовершенствование движений тела: движения головы и плеч, корпуса, бёдер, ног, рук, прыжки. Работа над координацией движений. |
| 2 | Гимнастические движения. Элементы | | Работа над силой рук и ног, гибкостью тела, растяжкой ног, мышцами спины и живота. Работа над выносливостью. |

| | | | |
|---|------------------------------------|----|--|
| | партерной гимнастика. | | |
| 3 | Укрепление вестибулярного аппарата | | Повороты, расположение учащихся в классе, танцевальные рисунки, перестроения из рисунка в рисунок. |
| 4 | Детские массовые танцы и игры. | | Разучивание: «Утята», «4 шага», «Полонез», «Летка – енька», «Весёлые ритмы». Знакомство с происхождением танца, характером и манерой его исполнения, основные ходы, движения рук и ног, рисунки. |
| 5 | Репетиционная работа. | | Повышение качества исполнения этюдов, движений и элементов танца. |
| 6 | Танцевальные шаги и движения. | | Марш, галоп, подскоки, боковой галоп. Рисунок танца. Ритмические рисунки, акценты, музыкальные размеры. Перестроения из рисунка в рисунок. Повороты, расположение учащихся в классе, танцевальные рисунки. |
| 7 | Эмоциональность | | Работа над соответствием эмоций, музыки и движения. |
| 8 | Повторение | | Закрепление пройденного материала. Контрольный урок. |
| | Итого: | 72 | |

Литература:

1. Бырченко Т. Хрестоматия по сольфеджио и ритмике. - М.; 1991 г.
2. Бырченко Т. С песенкой по лесенке. - М.; Советский композитор, 1981 г.
3. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике. - М.; Музыка, 1972.
4. Михайлова М.А., Воронина И.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - Ярославль: Академия Холдинг, 2000 г.
5. Музыка и движение /под ред. Т.П.Ломовой, Е.П.Соковниковой, С.И.Бекиной/. – Просвещение; 1983, 1984 г.
6. Руднева С., Фиш Э. Ритмика: Музыкальное движение. - М.; 1972 г.
7. Чистякова М. И. Тихо - гимнастика /под ред. М.И.Буянова/.- М; 1997 г.
8. Франио Г., Лифиц И. Методическое пособие по ритмике. - М.; 1987 г.
9. Франио Г. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей. - М.; 1989 г.