

муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования города Новосибирска  
**«Хоровая детская музыкальная школа № 19»**

**ПРИНЯТА:**

протоколом педсовета  
от 04.06.2018 года

**УТВЕРЖДЕНА:**

приказом директора № 14-ог  
от 04.06.2018 года



Э. В. Юдина

**Рабочая программа**

**по предмету**

**Ритмика**

направленность: художественная

уровень программы: базовый

возраст: от 7-8 до 12 лет

срок реализации программы: 7 лет

Новосибирск  
2018

## **Структура программы учебного предмета**

### **I. Пояснительная записка**

- Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе;
- Цели и задачи учебного предмета;

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

- Этапы обучения;
- Годовые требования;
- Учебно-тематический план (для групповых предметов);

### **III. Принципы построения предмета**

### **IV. Основные методы и формы**

### **V. Условия реализации предмета**

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

- Аттестация: цели, виды, форма, содержание;
- Критерии оценки;

### **VII. Списки литературы**

## **Пояснительная записка.**

Духовная и нравственная сила танцевальной культуры и в наши дни оказывает благотворное воспитывающее влияние на всех, кто к ней прикасается, сохраняя и оберегая наши традиционно нравственные и жизненные народные ориентиры.

Изучение самобытной уникальной культуры наших предков имеет огромное значение в выполнении задач нравственного, патриотического и эстетического воспитания подрастающего поколения.

В патриархальном обществе дети, естественно, были включены и в трудовую жизнь, где без них не могли обходиться, и в традиционную культуру, где у них была своя роль, характерная для прежних времен передача традиции от взрослых детям давно нарушилась. Современная система воспитания и образования выделила детей из мира взрослых, появились пространственная и психологическая разобщенность работающих родителей и детей, разрыв между «культурой взрослых» и «культурой детей». Не во всех семьях услышишь вечернюю сказку бабушки, колыбельную матери. То, что утеряно обществом в отношении народности образования, необходимо восстановить и переосмыслить в духе времени, которое характеризуется не только ростом национального самосознания народов, но и обострением межнациональных конфликтов. И сегодня каждый раз, прикасаясь к самобытной уникальной культуре наших предков, мы пробуждаем генетическую память, мы закладываем в умы и сердца молодого поколения любовь к родным корням, отношение к Родине, Роду, уважение к традициям предков, понимание культуры других народов, осознание необходимости жить в гармонии со всей вселенной, частью которой являемся мы.

Как известно, сущность природы человека заключается в созидательном характере его деятельности. Именно эта особенность должна стать объектом постоянной заботы взрослых, ибо именно в детстве проявляется огромная естественная потребность человека в познании мира, в самостоятельном опыте. Трудно найти другой материал, столь же близкий по духу и

одновременно содержащий огромные воспитательно-обучающие возможности, каким является фольклор. Наполненные творчеством учебные занятия, органичная связь в них пения, игры, пластики и других видов художественного самовыражения, помогает ребенку ощутить момент истинного творчества, вкусить его радость, сделать творчество такой же потребностью души, какую испытывают подлинные носители народной культуры.

Изучение традиционной народной культуры является одним из приоритетных направлений работы с детьми, обучающимися по ОП «Народное хоровое пение». Занятия на основе фольклора объединяет содержание различных предметов: сольное пение, фольклорный ансамбль, ритмика и народный хор. Изучая фольклор, учащиеся каждый раз могут убедиться в чистоте и мудрости нашего народа, в красоте и искренности народного танца и народной песни.

Гармоничное соединение в фольклоре пения, танца, игры на народных инструментах и драматического действия открывает большие возможности переключения внимания учащихся с одного вида творчества на другой. Тем самым, фольклор можно рассматривать как один из видов психофизической разгрузки, способствующей физическому развитию детей. Важной частью работы учащихся является изучение и воссоздание предметов крестьянского быта: домашней утвари, народной одежды, вышивки, игрушки, народных музыкальных инструментов. В работу очень широко вовлечены родители школьников. Они становятся не только сотворцами постановок ансамбля, пламенными участниками бесед и диспутов о важности нравственного, патриотического и духовного воспитания детей средствами традиционного народного искусства, но и оказывают неоценимую помощь в проведении фольклорных праздников, коллективного посещения концертов, в покупке и изготовлении народных музыкальных инструментов, пошиве костюмов.

Тематика и содержание программы «Ритмика» дают возможность для развития воображения и фантазии, формирования творческого мышления

у детей, их эмоциональной сферы, развития эмпатии, как глубоко нравственной черты человека.

Программа разработана с учетом возрастных особенностей каждого года обучения. Программа построена по концентрическому принципу. Постоянное возвращение к отдельным темам, усложнение упражнений и заданий позволяет комплексно строить занятия, используя материал из разных тем. Таким образом, распределение материала по темам носит условный характер.

Программа позволяет познакомить учащихся с музыкальным фольклором, историей, устным творчеством русского народа, его обычаями, обрядами, праздниками. Тем самым можно говорить о создании условий для пробуждения генетической памяти детей, глубинного интереса и любви к истории и традициям своей Родины.

Более того, содержание программы поможет ребенку понять себя и определиться в этом мире, реализовать свои творческие возможности через развитие музыкальных и общих способностей, формировать художественный вкус через пение, танец, общение с произведениями народных мастеров, расширять кругозор, открывая детям целый мир звуков, движений, образов.

Изучение народных традиций способствует формированию творческой личности, развитию мышления, помогает активизации интереса школьников к истории и культуре своего народа.

Обрести свободу и получить радости творчества, возможность выразить себя через звук, движение; снять напряжение, скованность, зарядиться положительной энергией, стать физически и морально здоровым человеком – в этом главная концепция занятий по программе.

Путь к духовности и нравственности начинается с малой родины, с приобщения к истокам традиционной культуры, многовековой мудрости народа. Без них нам не выжить, не выстоять: они – наша опора и надежда, наша боль и радость.

## **Цель и задачи:**

**Цель:** приобщение учащихся к культурному наследию своего народа через освоение русского народного танца.

## **Задачи:**

- осваивая движения русского танца, развивать силу, упругость и эластичность мышц, координацию движений, их образность и выразительность, навыки импровизации;
- дать учащимся широкое представление о фольклорном танце различных регионов России и Сибири, в частности.

## **Содержание программы.**

### **Учебно-тематический план.**

Содержательная часть учебно-тематического плана на протяжении всех лет обучения сохраняется. Количество часов может изменяться, это зависит от целей и задач, поставленных преподавателем. Изучение новых постановок, танцев требует освоения новых элементов, но постоянно идёт работа по совершенствованию уже выученных движений.

	<b>Название темы</b>	<b>Примерный объем часов</b>
.	<b>1 год обучения.</b> Введение. Лекция о русском народном танце.	1
.	Вводное занятие. Техника безопасности.	1
.	Проверка ритмики у детей на специальных упражнениях.	2
.	Элементы музыкальной грамоты. Характер музыкального произведения, его темп, динамические оттенки, легато - стаккато.	3
.	Элементы музыкальной грамоты. Длительности, ритмический рисунок, акцен-	3

	ты метрическая пульсация, сильные - слабые доли, музыкальный размер.	
.	Основные положения и движения рук.	2
.	Позиции ног.	2
.	Русский поклон.	2
.	Элементы русского народного танца.	4
0.	Сценическое мастерство (работа на сцене).	7
1.	Развитие песенно-танцевальной координации.	7
2.	Концерт - отчёт (коллективный творческий отчёт).	2
<b>Всего:</b>		<b>36</b>
3	<b>2 год обучения.</b> Вводное занятие. Техника безопасности.	1
4	Повторение пройденного в 1 классе.	2
5	Истоки возникновения хоровода.	1
6	Орнаментальные хороводы.	2
7	Игровые хороводы.	2
8	Хороводная пляска.	2

9	Хороводный ход в различных направлениях.	2
0	Простой шаг, переменный шаг.	2
1	Особенности построения хоровода.	5
2	Сценическое мастерство (работа на сцене).	8
3	Развитие песенно-танцевальной координации.	7
4	Концерт - отчёт (коллективный творческий отчёт).	2
<b>Всего:</b>		<b>36</b>
5	<b>3 год обучения.</b> Вводное занятие. Техника безопасности.	1
6	Повторение пройденного во 1-2 классе.	2
7	Русская кадрили. Происхождение кадрили.	2
8	Шаг с подскоком	6
9	Притоп с продвижением	3
0	Квадратная (угловая);	3
1	Линейная (двухрядная);	3
2	Круговая.	3



3	Сценическое мастерство (работа на сцене).	5
4	Развитие песенно-танцевальной координации.	6
5	Концерт - отчёт (коллективный творческий отчёт).	2
<b>Всего:</b>		<b>36</b>
6	<b>4 год обучения.</b> Вводное занятие. Техника безопасности.	1
7	Повторение пройденного в 1- 3 классе.	1
8	Истоки зарождения, особенности русской пляски.	1
9	Сольная пляска.	2
0	Женская пляска.	2
1	Мужская пляска.	2
2	Парная пляска.	2
3	Перепляс.	2
4	Массовый пляс. Групповая пляска.	2
5	«Гармошечка», «Ковырялочка», простой притоп, двойной притоп, «Трилетник», двойная дробь с притопом	6
	Сценическое мастерство (работа на сцене).	7

6		
7	Развитие песенно-танцевальной координации.	6
8	Концерт - отчёт (коллективный творческий отчёт).	2
<b>Всего:</b>		<b>36</b>

### Старшие классы

№	Содержание	Кол-во часов	
1	Язык русского танца, его лексика, элементы	1	
2	Хоровод, виды хороводов	1	
3	Основные фигуры хоровода	2	
4	Сочетание простейших рисунков – фигур в орнаментальном хороводе	2	
5	Построение в игровых хороводах – соединение отдельных фигур	2	
6	Игровые хороводы	2	
7	Освоение движений:	2	
8	Основные положения рук: подбоченившись (калачиком)	1	
9	Линии: «круг», «круг в круге», «стенка»	1	
		2	
0	1	Виды танцевального шага: бытовой шаг	1
1	1	Простой с притопом	2
2	1	С проскальзывающим ударом каблука	2
	1	Притопы на сильную и слабую доли такта	2

3		
4	1	Подскоки на одной и двух ногах
5	1	Русский поклон: поясной и глубокий до земли
6	1	Приглашение к танцу – вынос ноги на каблук (с фасоном)
7	1	Народные бытовые танцы Новосибирской области
		Итого: 35

### **Содержание программы «Ритмика».**

#### **Младшие классы.**

#### **ЭЛЕМЕНТЫ МУЗЫКАЛЬНОЙ ГРАМОТЫ.**

Педагогу следует с большей ответственностью подходить к подбору музыкальных произведений и их исполнению. Произведения должны быть высокохудожественны, разнообразны и ясны по форме и содержанию, доступны для эмоционального восприятия ребёнка и удобны для исполнения движений.

#### **Характер музыкального произведения, его темп, динамические оттенки, легато - стаккато.**

Умение слушать музыку, определять её характер. Проявлять активность и самостоятельность в передаче характера музыки и своего отношения к музыкальному произведению через движение. Умение выполнять движения с различной силой, амплитудой в зависимости от характера музыки. Понятия легато (связно) и стаккато (отрывисто) в музыке и движении. Умение двигаться в темпе исполняемого произведения, узнавать темпы (медленный, быстрый, умеренный). Уметь ускорять и замедлять темп. Различать динамические оттенки музыки (тихо, умеренно, громко).

**Длительности, ритмический рисунок, акценты метрическая пульсация, сильные - слабые доли, музыкальный размер.**

Понятие о длительностях (целые, половинные, четверти и восьмые). Понятие о ритмическом рисунке как сочетании различных длительностей. Умение воспроизводить на хлопках, шагах, различных простейших русских «дробях» разнообразные ритмические рисунки, состоящие из восьмых четвертных и половинных нот. Понятие об акценте, метрической пульсации (периодически повторяющихся ударениях в музыке), сильных и слабых долей. Умение выделять сильные и слабые доли на слух, отображать их различными танцевальными движениями.

Определённое место в творческом развитии детей должно быть отведено этюдам. Это небольшие сюжетные и несюжетные действия, исполняемые группой детей или индивидуально. Они представляют наиболее законченный вид ритмических упражнений, в которых суммируются двигательные навыки. В этюдах дети самостоятельно находят нужные движения (ходьбу, бег, подскоки, кружение и т.д.) и сочетание их.

Работа по ритмике строится на основных движениях: ходьбе, беге, различного рода прыжках, соблюдении правильного положения корпуса при движении и торможении, метании (преимущественно работа с мячами), на гимнастических (общеразвивающих) упражнениях с предметами и без предметов, тренирующих различные группы мышц, построениях и перестроениях, танцевальных движениях, играх.

**Элементы русского народного танца.**

Правильная постановка корпуса. Позиции и положения ног, рук, головы (руки на поясе, скрещенные на груди, свободно опущенные вниз и т.д.) Развитие танцевальной координации посредством элементов народного танца (всевозможные танцевальные шаги: простой, переменный, шаг с припаданием, с притопом, с проскальзывающим ударом каблука); притопы на сильную и слабую долю; хлопучки; поклон; хороводные движения; упражнения для головы, корпуса. Развитие песенно-танцевальной координации.

## **ИСТОКИ ВОЗНИКНОВЕНИЯ ХОРОВОДА.**

Определение понятия термина «хоровод» в искусстве русского фольклора. Хоровод как форма народной хореографии. Развитие песенно-танцевальной координации. Областные особенности хоровода, основные фигуры, виды хоровода:

- орнаментальные;
- игровые;
- обряд;
- пляска.

## **РУССКАЯ КАДРИЛЬ. ПРОИСХОЖДЕНИЕ КАДРИЛИ.**

Определение понятия «кадриль», истоки возникновения, название и разделение фигур кадрили, типичные черты, областные особенности, виды кадрили:

- квадратная (угловая);
- линейная (двухрядная);
- круговая;
- лансье.

Разучивание с обучающимися простейших фигур кадрили, движений кадриливого характера; отношение в паре; местные особенности исполнения кадрили. Развитие песенно-танцевальной координации.

## **ИСТОКИ ЗАРОЖДЕНИЯ, ОСОБЕННОСТИ РУССКОЙ ПЛЯСКИ.**

Предпосылки возникновения пляски, областные особенности, главные отличительные черты пляски и хоровода, виды пляски:

- сольная;
- женская пляска;
- мужская пляска;
- парная пляска;
- перепляс;
- массовый пляс;
- групповая пляска.

## **Особенности построения, характерные черты каждого вида пляски.**

Характерные черты исполнения русской народной пляски; основные фигуры групповых плясок; виды русской пляски. Разучивание различных движений русской народной пляски и танцевальных комбинаций. Свободная импровизация обучающихся, сочинение танцевальных комбинаций с использованием элементарных движений отображающих характер музыкального произведения. Развитие песенно-танцевальной координации.

### **Русский танец.**

Изучение основных элементов русского народного танца («моталочка», «ковырялочка»); местные особенности исполнения некоторых элементов русского народного танца; дробные выстукивания: «одинарная», «двойная», «трилистник». Развитие песенно-танцевальной координации. Сочинение обучающимися этюдов на развитие музыкально-хореографического образа посредством движений русского народного танца. Добиться полной связи движений с музыкой. Уметь использовать всё имеющееся пространство соблюдая определённые интервалы. Знакомство с фольклорными танцами Новосибирской области. Развитие песенно-танцевальной координации.

## **Старшие классы**

### **Годовые требования**

#### **Пятый год обучения**

- Постановка корпуса.
- Знакомство с «поклоном», его виды.
- Позиция рук.
- Позиция ног.
- Основные хороводные проходки.
- Основные плясовые проходки.
- Основные кадильные проходки.
- Хороводные рисунки. Круг как основа хоровода.
- Знакомство с группой выстукивающих движений.
- Самостоятельная работа – хороводный рисунок.
- Игра на деревянных ложках.
- Народно бытовые танцы Новосибирской области.

## **Примерный репертуар**

### **Первое полугодие**

- разминка в кругу (постановка корпуса).
- упражнения для рук (позиция рук).
- ритмическое упражнение (ритм, хлопки, удары в пол).
- «Зимняя дорога» (хоровод) – шаг с носка, рисунок.
- «Ванюшка» (руки, характер).
- «При боре сосенка» (проходка).
- «На горе» (легкий шаг – «поступь»).
- «А что в этом у дому» (проходка).
- «Все мы песни перепели» (дробь «мелкий горох»).
- «Крестьяне» (характер).

### **Второе полугодие**

- «Юрин конь» (тройной шаг с подставкой с одной ноги, рисунок танца начинается заводящий).
- «Шаловать и баловать» Иваново (руки внизу, притопы ногами, заводящий начинается пляску).
- «Как по травкам» (рисунок заводит солист).
- «Летал соловей» (руки)
- упражнения с ложками.
- «Я ду-ду» (импровизация на проигрыш, ложки- как аккомпанемент к танцу).
- «Девка по саду ходила» (работа над особенностями исполнения песни и танца Белгородской области: руки, шаг, пересек)

## **Навыки и умения, приобретённые на пятом году обучения**

Хороводы

Прыжковые комбинации

Кадрильные проходки

Плясовые проходки

Хороводные проходки

Поклоны

Соединение рук в хороводе

Танцевальный шаг простой с притопом

Хоровод «Змейка»

Дробь «трилистник с низенькой»

Народный бытовой танец «Во саду ли, в огороде»

Народный бытовой танец «Краковяк» с хлопками

### **Шестой год обучения**

- Специальные упражнения для укрепления мышц корпуса, рук, ног, шеи.
- Ритмические упражнения.
- Дробные и выстукивающие движения.
- Основные отличия исполнения движений в танцах различных регионов России.
- Работа над импровизацией, образностью и характером исполняемого танца.
- Народно бытовые танцы Новосибирской области.
- Творческая работа: участие в концертах, конкурсах, фестивалях; посещение выставок, народных праздников и гуляний, знакомство с другими коллективами, сходными по жанру.

### **Примерный репертуар**

#### **Первое полугодие**

- «Сяду на полу» (ритмический рисунок).
- «Молоковская кадрили» (1 и 2 часть).
- «Ой, ты, Таня» (проходка, характер).
- «Загорелась жаркая калина» (образ, областные особенности, руки).
- Повторение репертуара прошлого года.
- Ритмические упражнения.
- «Молоковская кадрили» (3 и 4 часть) – работа над корпусом, характером, рисунком.
- Упражнение с «дробями» (укрепление мышц ног).
- «Мы ранёшенько вставали» (образ, проходка).



## **Второе полугодие**

- «Ты заря, ты моя зоренька» (хоровод) – хороводные особенности Сибири.

- «Молоковская кадриль» (5 и 6 часть).

- «Шаловать и баловать» (импровизация).

- «Масленичные песни» (характер, заклички, проходки, работа над сценарием).

- «Молоковская кадриль» (7 часть, поклон гармонисту).

- «Жнивная» руки.

- «Краковяк», «Семеновна», «Страдания».

- Ритмическое, физическое, выстукивающее упражнение.

- Подготовка и проведение отчетного концерта.

## **Навыки и умения, приобретённые на шестом году обучения**

Основные положения рук.

Навык пения песен с сочетанием движения в хороводе.

Соединение рук в хороводах.

Переменный танцевальный шаг.

Хоровод с сочетанием отдельных простейших рисунков: «восьмёрка».

Дробь низенькая.

Народный бытовой танец «Краковяк» воротца.

Народный бытовой танец «Кадриль» с подскоками.

## **Седьмой год обучения**

- Специальные упражнения для укрепления мышц корпуса, рук, ног, шеи.

- Ритмические упражнения.

- Дробные и выстукивающие движения.

- Народные бытовые танцы Новосибирской области.

- Основные отличия исполнения движений в танцах различных регионов России.

- Работа над импровизацией, образностью и характером танца.

- Творческая работа: участие в концертах, конкурсах, фестивалях; посещение выставок, народных праздников и гуляний, знакомство с другими коллективами, сходными по жанру.

### **Навыки и умения, приобретённые на седьмом году обучения**

Разминка.

Дробь «двойная».

Дробь «двойная» с подскоком.

Основные положения рук.

Навык пения песен с сочетанием движения в хороводе.

Соединение рук в хороводе.

Танцевальный шаг «перекатиками».

Хоровод «стенка».

Народный бытовой танец «Коробочка».

Народный бытовой танец «Порушка-Параня».

Народный бытовой танец «Чижик-пыжик».

### **Восьмой год обучения**

Дробь «подскок».

Разминка.

Основные положения рук.

Соединение рук в хороводах.

Навык пения песен с сочетанием движения в хороводе.

Танцевальный шаг «тройной».

Хоровод «Перечёс».

Хоровод «круг в круге».

Народный бытовой танец «Кадриль» (1 колено).

Народный бытовой танец «Кадриль» (2 колено).

Народный бытовой танец «Коробочка» (в две руки).

Хоровод «Корзинка».

Хоровод «Крест».

Дробь «двойная» с дорожкой.

Дробь «ключ».

Народный бытовой танец «Кадриль» (3 колена).

Народный бытовой танец «Кадриль» (4 колена).

Народный бытовой танец «Кадриль» (5 колена).

Народный бытовой танец «Коробочка» (в одну руку с доигрыванием).

### **Принципы построения программы**

1. Индивидуальный подход к обучающемуся в условиях коллективного обучения.
2. Систематичность, последовательность в освоении ритмическо-хореографических навыков.
3. Движение от простого к сложному.
4. Доступность и наглядность в освоении нового материала.
5. Принцип развития личности обучающегося.
6. Индивидуальный подход к обучающемуся в условиях коллективного обучения.
7. Систематичность, последовательность в освоении ритмическо-хореографических навыков.
8. Движение от простого к сложному.

### **Основные формы и методы работы.**

Основной формой учебно-воспитательной работы является занятие группы, которое проходит один раз в неделю по одному часу 7 лет обучения. Учащиеся могут объединяться в группы из 10-15 человек с целью создания коллектива.

Начиная с первых занятий, следует уделять большое внимание развитию творческой активности детей. Включение в творческий процесс на уроках должно происходить постепенно, ненавязчиво. основополагающим методом работы на уроках является игровой.

План работы коллектива включает в себя концертные выступления в общешкольных, районных, городских мероприятиях, смотрах, концертах, что является важнейшим стимулом для обучающихся.

## **Условия реализации программы**

Помещение для занятий должно соответствовать противопожарным и санитарным нормам, нормам охраны труда. Музыкальный инструмент должны быть настроен.

## **Формы и методы контроля**

Основными принципами проведения и организации всех видов контроля успеваемости являются: систематичность, учёт индивидуальных особенностей обучаемого и коллегиальность. Текущий контроль направлен на поддержание учебной дисциплины, выявление отношения к предмету, на ответственную организацию домашних занятий, имеет воспитательные цели, может носить стимулирующий характер.

*Текущий контроль* осуществляется регулярно преподавателем, оценки выставляются в журнал и дневник учащегося. На основании результатов текущего контроля выводятся четвертные оценки.

В рамках *промежуточной аттестации* по предмету «Ритмика» оценить знания, умения, навыки учащихся возможно по результатам академических хоровых концертов, которые проходят в конце каждого полугодия. Они могут быть приравнены к зачетам или контрольным урокам. *Итоговая аттестация* может проводиться в виде отчетного концерта (театрализованного выступления), исполнения концертных программ, творческого показа в конце учебного года.

## **Список методической литературы**

1. Волков Г.Н. Этнопедагогика. – М., 2000.
2. Дети и традиционная культура. Вып. 2. НИПКиРО. Школа русской традиционной культуры ДДТ Центрального района
3. Картавцева М.Т. Концепция школы русского фольклора. – М., 2001.
4. Науменко Г.М. Фольклорный праздник. – М., 2000.
5. Науменко Г.М. Фольклорная азбука. – М., 2000.
6. Шамина Л.В. Работа с самодеятельным хоровым коллективом. – М., 1981.

