


**ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ ЧАСТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**  
**Международная гимназия инновационного центра «Сколково»**

Утверждаю  
Директор ОЧУ МИ «Сколково»  
  
Демьяненко О.Ю. 2023 г.

Согласовано  
Зам. директора по развитию  
образования

  
\_\_\_\_\_  
Фрыкин А.Д. 2023 г.

Рассмотрено  
на заседании кафедры  
искусств

  
\_\_\_\_\_  
Симаева Ю.М. 2023 г.

**Рабочая программа**  
*учебного предмета внеурочной деятельности «Ритмика»*  
**на 2023-2024 учебный год**  
**1 класс**

**Составители рабочей программы:**  
Учитель Симаева Ю. М.

Москва

2023-2024 учебный год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Ритмика обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я» как составную часть орудия общества. Система упражнений выстроена от простого к сложному, с учетом всех необходимых музыкально-ритмических навыков и навыков выразительного движения при условии многократного повторения заданий, что помогает успешному выполнению требований программы.

Рабочая учебная программа по предмету «Ритмика» составлена на основе документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 04.08.2023) «Об образовании в Российской Федерации»
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 372 «Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования» (Зарегистрирован 12.07.2023 № 74229)
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 года № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования», зарегистрирован 05.07.2021 № 64100);
- Требованиям программ начального общего образования (далее - НОО) в Российской Федерации (далее - РФ) и Primary Years Programme (далее - РҮР) International Baccalaureate (далее - РҮР IB)
- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ (от 29.12.2010 №189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»;
- Учебного плана ОЧУ МГ «Сколково» на 2023- 2024 учебный год;

На основе программ:

- Программа по ритмической пластике для детей «Ритмическая мозаика» под ред. А.И.Буренина
- Т. Барышникова «Азбука хореографии» Москва 2001г.
- Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина «Танцевально-игровая гимнастика для детей» Санкт – Петербург 2003г

- Электронные образовательные ресурсы (интернет-сайты, интернет- платформы и т.д.) и предполагает организацию учебных занятий в различных формах, проектную деятельность, использование дополнительных ресурсов: интернет (видео, аудио, тексты и т.д.)

Данная программа может быть реализована в очной и дистанционной формах обучения.

Основной целью курса обучения является формировать у детей творческие способности через развитие музыкально-ритмических и танцевальных движений.

**Задачи обучения:**

Образовательные:

- через образы дать возможность выразить собственное восприятие музыки;
- расширение музыкального кругозора, пополнение словарного запаса;
- умение отмечать в движении метр (сильную долю такта), простейший ритмический рисунок;
- умение менять движения в соответствии с двух- и трехчастной формой, и музыкальными фразами.

Развивающие:

- развитие координации, гибкости, пластичности, выразительности и точности движений;
- умение ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, динамикой;
- координация и укрепление опорно-двигательного аппарата;
- приобщение к совместному движению с педагогом.

Воспитательные:

- воспитание у детей интереса к занятиям хореографией путем создания положительного эмоционального настроения;
- психологическое раскрепощение ребенка;
- воспитание умения работать в паре, коллективе,
- понимать и исполнять ритмические движения, названия которых даются педагогом на французском языке.

Программа рассчитана на 1 год обучения из расчёта 1 час в неделю (34 часа в год, всего -34 часа).

Последовательность освоения танцевально-ритмической техники определяет преподаватель в зависимости от степени подготовки учащегося и времени, необходимого для решения профессиональных задач.

### **Требования к минимуму содержания Основные дидактические единицы:**

- формирование необходимых двигательных навыков, развитие музыкального слуха и чувство ритма;
- совершенствование жизненно-важных навыков и умений чувствовать и ощущать музыкальный ритм посредством обучения ритмическим движениям;
- развитие интереса к занятиям ритмикой, формам активного досуга, развитие координации движения, эстетического вкуса, художественно-творческой и танцевальной способности, фантазии, памяти, кругозора;
- развитие двигательных качеств: силы, выносливости, быстроты, гибкости, танцевальных навыков;
- формирование красивой осанки, выразительности пластики движений и жестов в танцах, играх, хороводах, упражнениях;
- улучшение психического состояния, повышение работоспособности и двигательной активности;
- воспитание умений работать в коллективе;

Формы проведения занятий:

- посещение концертов и музыкальных спектаклей;
- участие в тематических праздниках;
- репетиция;
- итоговое занятие;
- Учебное занятие;

Учебное занятие, индивидуальная работа над созданием музыкального, драматического и пластического образа, репетиции, музыкальный спектакль, посещение концертов и музыкальных спектаклей.

В основе предмета «ритмика» должны лежать следующие педагогические принципы:

- единство технического и художественно – эстетического развития учащегося;
- постепенность и последовательность в овладении искусством танца;

- использование ассоциативного мышления в формах работы с учащимся;
- принцип эмоционального положительного фона обучения;
- индивидуальный подход к учащемуся.

### **Методы.**

**Игровой метод.** Основным методом обучения хореографии детей дошкольного возраста является игра, так как игра – это основная деятельность, естественное состояние детей дошкольного возраста.

Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха на занятии, а о том, чтобы пронизывать занятие игровым началом, сделать игру его органическим компонентом. Каждая ритмическая игра имеет в своей основе определенную цель, какое-либо задание. В процессе игры дети знакомятся с окружающей жизнью, уточняют и осмысливают свои представления о мире.

**Наглядный метод** – выразительный показ под счет, с музыкой.

**Метод аналогий.** В программе обучения широко используется метод аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), где педагог-режиссер, используя игровую атрибутику, образ, активизирует работу правого полушария головного мозга ребенка, его пространственно-образное мышление, способствуя высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания.

**Словесный метод.** Это беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение методики исполнения движений, оценка.

**Практический метод** заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения.

### **Требования к знаниям, умениям и навыкам студента за период обучения**

Дети владеют навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определенный «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях. Могут передавать характер музыкального произведения в движении (веселый, грустный, лирический, героический и т.д.). Владеют основными хореографическими упражнениями по программе этого периода обучения. Умеют исполнять ритмические танцы и комплексы упражнений под музыку.

Могут хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально-подвижных игр.

За период обучения по предмету «Ритмика» учащиеся должны:

Знать:

- 1 Научиться различать и знать музыкальные размеры, темп и характер музыки;
2. Изучить хореографические названия изученных элементов.

Уметь:

1. воспроизводить заданный ритмический рисунок хлопками;
2. владеть корпусом во время исполнения движений;
3. ориентироваться в пространстве;
4. координировать свои движения;
5. исполнять хореографический этюд.
6. корректировать свою деятельность в соответствии с заданиями и замечаниями педагога;
7. контролировать собственное исполнение, согласовывая его с коллективным;
8. самостоятельно выполнять изученные элементы классического танца;

Главный ожидаемый результат: овладение детьми навыками искусства танца, способности и желание продолжать занятия хореографией после освоения программы.

При организации учебно - воспитательного процесса для реализации программы по предмету «Ритмика» предпочтительными формами контроля учебной деятельности являются:

- Учебный этюд (танцевальная комбинация)
- Танцевальный номер в рамках общешкольного мероприятия
- Беседа

Итоговая работа проводится:

- 1 класс: один раз в триместр (безотметочно)

**Содержание программы.**

Предмет «Ритмика» направлен на приобретение опыта музыкально-ритмической деятельности младших школьников, формирование соответствующих умений и навыков в процессе занятий ритмикой. Ритмика закладывает основы музыкальной культуры учащихся и способствует развитию музыкальных и творческих способностей учащихся, развитию всех психических процессов: восприятия, внимания, памяти, мышления, воображения и т.д. Произведения русской и зарубежной классики, народного творчества, современной музыки, входящие в программу, приобщают учащихся к лучшим образцам мировой музыкальной культуры.

Особое значение в начальной школе приобретает развитие эмоциональной отзывчивости на музыку, ее образного восприятия в процессе музыкально-ритмической деятельности, так как она развивает способность творческого самовыражения, художественного творческого мышления, воображения, интуиции, умения передавать характер и средства музыкальной выразительности в движении. Огромное значение в школьном возрасте имеет формирование целостной системы представлений о музыкальном и танцевальном искусстве, так как оно способствует становлению музыкально-эстетического сознания учащихся, духовно-нравственных ценностей и развитию интеллекта. Одним из главных результатов уроков ритмики является переход к новому внутреннему состоянию ребенка, которое называется одухотворенностью, и воспитание ценностных отношений к музыке и жизни. Основа ритмики – комплексы ритмической гимнастики. Последовательность и постепенное усложнение музыкальных фраз и форм произведений постепенно приводит учащихся к освоению более трудных музыкальных построений, средств музыкальной выразительности, теоретических музыкальных знаний и более сложных музыкально-ритмических движений. Тематическое построение программы создает условия для достижения цельности урока, единства всех его элементов, а так же дает возможность заменять одно произведение другим с аналогичными художественными и музыкально-ритмическими задачами.

Творческие задания, музыкально-ритмические игры, создание импровизационных этюдов раскроют музыкально-творческие способности учащихся, придадут свободу и пластичность движениям.

Музыкально-ритмическая деятельность привлекает детей своей эмоциональностью, возможностью активно выразить свое отношение к музыке в движении. Учитывая возрастные особенности детей, их запросы и интересы занятия хореографией проводятся в игровой форме, большое внимание уделяется музыкальным играм, импровизации. В музыкальных играх, создавая тот или иной образ, дети слышат в музыке и передают в движении разнообразные чувства.

Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох столь же необходимо, как изучение всемирной истории и этапов развития мировой художественной культуры, ибо каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер.

Изучение танцев своего народа должно стать такой же потребностью, как и изучение родного языка, мелодий, песен, традиций, ибо в этом заключены основы национального характера, этнической самобытности, выработанные в течение многих веков.

## **Тема 1.\_ Введение.**

1. Вспомнить с детьми правила поведения на занятиях, правила проведения занятия (поклон).
2. Познакомить с требованиями к внешнему виду.

3. Разговор о технике безопасности на занятиях.
4. Провести начальную диагностику на элементарных движениях.

## **Тема 2.** «Знакомство с танцем»

Задачи:

1. Познакомить детей с различными видами танцев: народными, классическими, современными, бальными.
2. Рассказать о танцах народов различных стран и познакомить с их характерными особенностями.
3. Рассказать о пользе танца для здоровья детей.
4. Беседа о любимых танцах.

## **Тема 3.** «Музыкальная грамота»

Задачи:

1. Закрепить знания, умения и навыки, полученные ранее.
2. Расширить представления о танцевальной музыке
3. Учить детей сознательно подбирать нужные сложные характеристики к музыкальным образам.
4. Развивать умение двигаться в соответствии с характером музыки.

Содержание:

1. Задания на анализ музыкальных произведений (темп, характер, динамика, ритмический рисунок, регистр, строение).
2. Такт, размер 2/4, 4/4.
3. Умение выделять сильные и слабые доли на слух (хлопками, шагом, движением, предметом).
  - творческая задача: поочередное вступление (каноном) на 2/4, 4/4. Дети начинают делать движение по очереди на каждый следующий такт;
  - выделять сильную долю, слышать слабую долю;
  - игра: «Вопрос – ответ», «Эхо», «Повтори-ка»
  - прохлопывать заданный ритмический рисунок.



#### 4. Музыкальный жанр

- полька, марш, вальс (устно определить жанр)
- игра: «Марш – полька – вальс
- Слушать музыку а'capella, уметь двигаться под нее.

#### **Тема 4. «Танцевальные игры» (комплексы ритмопластики)**

Задачи:

1. Развивать внимание, память, координацию движений.
2. Подготовить организм ребенка к выполнению более сложных элементов.
3. Двигаться в соответствии с характером музыки.
4. Учить через движения передавать эмоциональный настрой произведения.

Содержание:

«Разноцветная игра», «Красная шапочка», «Любитель-рыболов», «Кошки-мышки», «Танцуем, сидя», «Стирка», «Голубая вода», «Буратино».

Танцевальные этюды на современном материале.

#### **Тема 5. «Рисунок танца»**

Задачи:

1. Приобрести навыки свободного перемещения в пространстве.
2. Изучить простые рисунки танца для использования их в концертных номерах.
3. Привить навык держать равнение в рисунке, соблюдать интервалы.

Содержание:

1. Движение по линии танца.
2. Рисунок танца «Круг»:
  - замкнутый круг;
  - раскрытый круг (полукруг);

- круг в круге;
- сплетенный круг (корзиночка);
- лицом в круг, лицом из круга;
- круг парами,
- круг противходом.

Научить перестраиваться из одного вида в другой.

3. Рисунок танца «Колонна», «Линия»:
  - перестроения из круга в колонну, в линию, (на задний, передний план);
  - перестроения из нескольких кругов (самостоятельно, выбрав ведущих).
4. Понятие «Диагональ»:
  - перестроение из круга в диагональ;
  - перестроение из маленьких кружков в диагонали;
5. Рисунок танца «Спираль».
  - Игра «Клубок ниток».
6. Рисунок танца «Змейка»:
  - горизонтальная.

Перестроение из «круга» в «змейку» (самостоятельно, выбрав ведущего).

**Тема 6.** «Танцевальная мозаика» (репетиционно - постановочная работа)

Задачи:

1. Научить детей самостоятельно двигаться под музыку.
2. Подготовить к показательным выступлениям.
3. Учить выражать через движения заданный образ.

**Тема 7.** «Элементы классического танца»

Задачи:

1. Развивать мускулатуру ног, рук, спины.
2. Формировать правильную осанку и координацию движений.
3. Подготовить детей к изучению более сложных элементов.
4. Балетная гимнастика.

Содержание:

Выполнение упражнений на середине (отработка положений и позиций рук и ног):

- постановка корпуса (ноги в свободном положении);
- понятия рабочая нога и опорная нога;
- позиции ног;
- постановка корпуса на полупальцы;
- чередование позиций
- легкие прыжки;
- позиции рук: подготовительная, I-я, II-я, III-я;
- перевод рук из позиции в позицию;

**Учебно- тематический план  
Первый год обучения**

Содержание и виды работ	Общее кол-во часов	Теория	Практика
1. Введение	1	1	-
2. Знакомство с танцем	1	1	-
3. Музыкальная грамота	5	-	5
4. Танцевальные игры	7	-	7
5. Рисунок танца	7	-	7
6. Танцевальная мозаика	8	-	8
7. Элементы классического танца	5	-	5
Итого:	34	2	32

## **Средства обучения**

### 1. Технические средства обучения (звуковые):

- Видеоаппаратура;
- Мультимедийная система;
- Пианино.

### 2. Учебно-наглядные пособия:

- Детские музыкальные инструменты.

### 3. Музыкальные игры:

- «Определи по ритму», «Тихо, громко», «Музыкальное лото», «Веселые ладошки», «Ну- ка, повторяйте», «Стирка», «Зайцы», «Три поросенка», «Волшебный цветок», «Мельница», «Цирковые лошадки», «Кукляндия», «Цветок», «Ленточки», «Снежинки», «Сладкий апельсин» и др.

### 4. Набор СД – дисков с записями мелодий.

### 5. Нотное приложение.

## **Методическое обеспечение программы.**

### **Литература для преподавателей**

1. Программа по ритмической пластике для детей «Ритмическая мозаика» под ред. А.И.Буренина
2. Т. Барышникова «Азбука хореографии» Москва 2001г.
3. Н. Зарецкая, З. Роот «Танцы в детском саду» Москва 2003г.
4. Заводина. И.В. Ритмика. Методическое пособие. Выпуск 1-3. М: Музыка, 2016 г.
5. Конова Е. Методическое пособие по ритмике, М., 1976 г., ч1-2.
6. Конова Е. Ритмика. Методическое пособие. Выпуск 1-2, М: Музыка, 2012г.
7. Коренева Т. В мире музыкальной драматургии. Методическое пособие по ритмике. М.,1996г.
8. Лифиц И. Ритмика. М. 1992 г., ч.1-2.
9. Музыкально-двигательные упражнения. Сост. Е.Раевская, С. Руднева, М., 1991г.

10. Мы танцуем и играем. Сост. С.Бекина, Ю.Комальков, Э.Соболева. М.,1994г., Вып 1-6.
11. Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина «Танцевально-игровая гимнастика для детей» Санкт – Петербург 2003г.
12. Франио Г. Поурочный план по ритмике. М., 1993г.
13. Франио Г., Лифиц И. Методическое пособие по ритмике для 1 класса музыкальной школы. М., 1987г.

#### Электронные ресурсы

1. Музыкальный центр
2. Телевизор
3. Мультимедиа проектор
4. Платформа Zoom