

Управление культуры
Администрации городского округа город Воронеж
Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
Детская школа искусств №18
городского округа город Воронеж

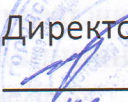
Программа

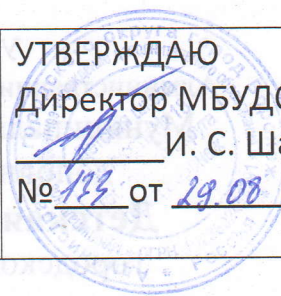
Дополнительного образования детей
по учебному предмету **«Ритмика»**
(отделение платных услуг)

Работа преподавателя:
Кукуевой И.М.
Срок реализации – 5 лет
Возраст 13-15 лет

Воронеж 2025

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
Протокол № 1 от 27.08.2025г

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУДО ДШИ №18
 И. С. Шатохин
№ 133 от 29.08 2025г



Протокол

Дополнительного образования детей
«ВНИМАНИЕ» учреждение культуры
(отделение правительственных дел)

Работа преподавателя:
Кукуева Н.М.
Срок реализации – 2 лет
Возраст 13-15 лет

Воронеж 2025

1.Пояснительная записка.

Форма обучения: очная.

Программа учебного предмета «Ритмика» является частью программы обучения отделения платных услуг в области хореографического искусства «Хореографическое творчество» и разработана в соответствии с федеральными государственными требованиями к минимуму содержания, структуре, условиям реализации и срокам обучения по этой программе. В основу обучения детей младшего школьного возраста необходимо положить игровое начало. Речь идет о том, чтобы сделать игру органичным компонентом урока. Игра на уроке ритмики не должна являться наградой или отдыхом после нелегкой работы, скорее труд возникает на почве игры, становится ее смыслом и продолжением. Правильно подобранные и организованные в процессе обучения танцы-игры способствуют умению трудиться, вызывают интерес к уроку, к работе. Срок реализации предмета «Ритмика » 5 лет в образовательной программе «хореографическое творчество» на базе отделения платных услуг, рассчитанной на 5-летний курс обучения. Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом ДШИ №18 на реализацию учебного предмета «Ритмика» по 5-летнему сроку обучения:

Наименование частей предметных областей, разделов и учебных предметов.	Максимальная учебная нагрузка	Аудиторные занятия	Распределение по годам обучения				
	Трудоемкость в часах	Трудоемкость в часах	1 кл.	2 кл.	3 кл.	4 кл.	5 кл.
Ритмика	36	36	1ч.	1ч.	1ч.	1ч.	1ч.

2. Цель и задачи обучения.

Цель программы: развитие познавательного, физического, художественно-эстетического потенциала личности, формирование творческой активности, воображения, речи в процессе обучения уроков ритмики. Задачи программы: Обучающие: формирование представлений об окружающем мире; знакомство с многообразием культуры разных народов; расширение кругозора учащихся. Воспитательные: воспитание эстетического вкуса (умения видеть красоту движения в танце); воспитание чувства коллективизма; воспитание нравственных качеств; воспитание уважения к традициям и культуре других народов. Развивающие: формирование двигательных навыков, развитие чувства ритма, умения слушать музыку и отражать в движении характер музыки; формировать общее физическое развитие учащихся; развивать творческое воображение ребенка, совершенствовать навыки творческого самовыражения; развитие связной речи младших школьников.

2. Содержание учебного предмета.

ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Знать названия основных танцевальных движений и элементов. Знать терминологию партерного экзерсиса. Знать правила гигиены тела, тренировочной одежды. Уметь двигаться и исполнять различные упражнения в соответствии с контрастным характером музыки. Уметь реагировать на начало музыки и её окончание, а так же ритмично ходить под музыку, легко бегать, хлопать ладошами, притопывать ногами, вращать кистями рук, кружиться вокруг себя, прыгать на двух ногах, владеть простейшими навыками игры с мячом. Уметь двигаться по кругу, взявшись за руки друг за

другом или парами, располагаться по залу врассыпную и собираться в круг или в линию. Уметь выполнять элементы партерной гимнастики.

ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Знать начало и конец музыкального вступления. Знать названия новых танцевальных элементов и движений. Знать правила исполнения движений в паре. Уметь откликаться на динамические оттенки в музыке. Уметь выполнять простейшие ритмические рисунки. Уметь реагировать на музыкальное вступление. Уметь красиво и правильно исполнять танцевальные элементы. Уметь давать характеристику музыкальному произведению. Уметь хорошо ориентироваться в пространстве на основе круговых и линейных рисунков. Уметь исполнять движения в парах, в группах. Уметь держаться правильно на сценической площадке.

ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Уметь выполнять простейшие ритмические рисунки. Уметь выполнять элементы партерной гимнастики. Уметь красиво и правильно исполнять танцевальные элементы. Уметь давать характеристику музыкальному произведению. Уметь исполнять движения в парах, в группах. Уметь держаться правильно на сценической площадке. Уметь хорошо ориентироваться в пространстве на основе круговых и линейных рисунков.

ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Уметь выполнять простейшие ритмические рисунки. Уметь реагировать на музыкальное вступление. Уметь красиво и правильно исполнять танцевальные элементы. Уметь давать характеристику музыкальному произведению. Знать названия новых танцевальных элементов и движений. Знать правила исполнения движений в паре. Уметь держаться правильно на

сценической площадке. Уметь хорошо ориентироваться в пространстве на основе диагональных, линейных, шахматных и круговых рисунков.

ПЯТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Знать терминологию и названия всех элементов танцевальных композиций. Уметь ориентироваться в пространстве при перестроение из одного рисунка в другой. Грамотно распределять сценическую площадку при исполнении хореографической постановки. Уметь работать в паре и соло. Знать музыкальный размер произведения, под которое исполняется сценический номер.

3.Содержание тем программы.

ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Тема 1. Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений

Ознакомление детей с танцевальной азбукой: постановка корпуса; упражнения для рук, кистей, и пальцев; упражнения для плеч; упражнения для головы; упражнения для корпуса; Выполнение упражнений танцевальной азбуки. Ознакомление детей с элементами танцевальных движений: ходьба: простой шаг в разном темпе и характере; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; притопы: удар одной ногой в пол, поочередные удары правой и левой ногой; топающий шаг, выставление ноги на носок перед собой; хлопки; упражнения с атрибутами (мяч, погремушка) Выполнение проученных элементов танцевальных движений. Ознакомление детей с танцевальными рисунками и ориентацией в пространстве: упражнения и игры по ориентации в пространстве; построение в круг; построение в линию; построение в две линии. Выполнение упражнений по ориентации в пространстве. Тема 2. Партерная гимнастика (упражнения на полу)

Ознакомление с элементами партерной гимнастики: упражнения для развития гибкости; упражнения для стоп; упражнения для развития растяжки; упражнения для позвоночника. Выполнение тренировочных упражнений на полу. Тема 3. Танцевальные этюды, игры, танцы составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов; сочинение с детьми танцевальных этюдов; ознакомление детей с играми; применение игр на занятиях.

ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Тема 1. Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений

Закрепление и ознакомление с новыми элементами танцевальной азбуки:

упражнения для головы: наклоны головы вперед, назад, в стороны, по полукругу; упражнения для плеч: спокойные или быстрые подъемы плеч вверх и опускания их вниз; упражнения для рук, кистей, пальцев. Работа над выразительностью подъема рук в стороны или вверх; упражнения с предметами. Развитие полученных навыков игры с мячом. Постановка корпуса: продолжение работы над подтянутостью спины, постановкой головы. Выполнение проученных упражнений танцевальной азбуки.

Выполнение проученных элементов танцевальных движений. Ознакомление детей с танцевальными рисунками. Проведение игр для развития ориентации детей в пространстве. Тема 2. Партерная гимнастика (упражнения на полу)

Ознакомление с новыми элементами партерной гимнастики: образные движения; танцевальные этюды на полу. Тема 3. Танцевальные этюды, игры, танцы. Слушание музыки, сказок и придумывание музыкальных образов, танцевальных этюдов. Отгадывание музыкальных загадок.

ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Тема 1. Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений

Закрепление и ознакомление с новыми элементами танцевальной азбуки:

упражнения для головы: наклоны головы вперед, назад, в стороны, по

полукругу; упражнения для плеч: спокойные или быстрые подъемы плеч вверх и опускания их вниз; упражнения для рук, кистей, пальцев. Работа над выразительностью подъема рук в стороны или вверх; упражнения с предметами. Развитие полученных навыков игры с мячом. Постановка корпуса: продолжение работы над подтянутостью спины, постановкой головы. Выполнение проученных упражнений танцевальной азбуки.

Ознакомление с новыми элементами танцевальных движений: равномерный бег с захлестом голени; легкие, равномерные, высокие прыжки; перескоки с ноги на ногу; простой танцевальный шаг, приставной шаг шага на полупальцах и пятках; притопы: удары стопы в пол равномерно и по три;

Выполнение проученных элементов танцевальных движений. Закрепление танцевальных элементов: полуприседания, повороты на двух ногах, вынос ноги на каблук. Ознакомление детей с танцевальными рисунками.

Проведение игр для развития ориентации детей в пространстве. Выполнение проученных рисунков и упражнений по ориентации в пространстве. Тема 2.

Партерная гимнастика (упражнения на полу) Ознакомление с новыми элементами партерной гимнастики: образные движения; танцевальные этюды на полу. Выполнение проученных упражнения партерной гимнастики на растягивания и гибкость. Тема 3. Танцевальные этюды, игры, танцы.

Сочинение танцевальных элементов в статичном положении или в продвижении. Слушание музыки, сказок и придумывание музыкальных образов, танцевальных этюдов. Отгадывание музыкальных загадок.

ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Тема 1. Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений.

Закрепление и ознакомление с новыми элементами танцевальной азбуки: упражнения для спины, наклоны в сторону, вперед, назад. Работа с предметами (мяч, скакалка, гимнастический кубик). Развитие полученных навыков игры с мячом(работа на координацию). Постановка корпуса: продолжение работы над подтянутостью спины, постановкой головы и

позициями рук. Выполнение проученных упражнений танцевальной азбуки. Повторение элементов танцевальных движений: равномерный бег с захлестом голени; легкие, равномерные, высокие прыжки; перескоки с ноги на ногу; простой танцевальный шаг, приставной шаг шага на полупальцах и пятках; притопы: удары стопы в пол равномерно и по три; Выполнение проученных элементов танцевальных движений. Закрепление танцевальных элементов: полуприседания, повороты на двух ногах и на одной, вынос ноги на каблук. Ознакомление детей с танцевальными рисунками (круг, диагональ, квадрат, шахматный порядок, рассыпная.) Проведение игр для развития ориентации детей в пространстве. Выполнение проученных рисунков и упражнений по ориентации в пространстве. Тема 2. Партерная гимнастика (упражнения на полу) Ознакомление с новыми элементами партерной гимнастики: *Battement tendu jete*. Выполнение проученных упражнения партерной гимнастики на растягивания и гибкость. Тема 3. Танцевальные этюды, игры, танцы. Сочинение танцевальных элементов с использованием ранее выученных рисунков. Слушание музыки и придумывание музыкальных образов, танцевальных этюдов.

ПЯТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Тема 1. Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений. Закрепление ранее выученных и ознакомление с новыми элементами танцевальной азбуки: упражнения для головы, наклоны в сторону, вперед, назад, круговые вращения. Работа с предметами (мяч, скакалка, гимнастический кубик). Развитие полученных навыков игры с мячом (работа на координацию). Постановка корпуса: продолжение работы над подтянутостью спины, постановкой головы, позициями рук и ног. Повторение элементов танцевальных движений: танцевальный бег; легкие, равномерные, высокие прыжки; прыжки в партер; перескоки с ноги на ногу; шага на полупальцах и пятках; притопы: удары стопы в пол равномерно и по три; Выполнение проученных элементов танцевальных движений.

Закрепление танцевальных элементов: полуприседания, полное приседание в кувырок, повороты на двух ногах и на одной, поворот с прыжком. Работа над танцевальными рисунками (круг, диагональ, квадрат, шахматный порядок, рассыпная.) Проведение игр для развития ориентации детей в пространстве.

Тема 2. Партерная гимнастика (упражнения на полу) Ознакомление с новыми элементами партерной гимнастики: *passé par terre*, *grand battement* .

Выполнение проученных упражнения партерной гимнастики на растягивания и гибкость. Тема 3. Танцевальные этюды, игры, танцы. Сочинение танцевальных элементов с использованием ранее выученных рисунков. Слушание музыки и придумывание музыкальных образов, танцевальных этюдов.

4. Формы и методы контроля, система оценок.

Основными формами промежуточной аттестации являются контрольные уроки. Контрольные уроки проводятся в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет. При проведении дифференцированного зачета и контрольной работы качество подготовки обучающегося оценивается по пятибалльной шкале: 5 (отлично), 4 (хорошо), 3 (удовлетворительно), 2 (неудовлетворительно).

5.Методическое обеспечение учебного процесса.

В учебно-методический комплекс входят: учебники, методические пособия, нотная литература, дидактический материал, фонотека, видеотека, календарно-тематические планы, планы открытых уроков, наглядные пособия, методические разработки, фонограммы, фильмы концертов. Методическое обеспечение программы направленно на оптимизацию учебно-воспитательной деятельности педагогического коллектива в целях совершенствования профессионального мастерства, новых педагогических решений. Системное построение образовательного цикла обеспечивающие наиболее эффективное развитие художественной одаренности, помогает в

формировании гармоничной творческой личности. Успешная реализация программы возможна при строгом соблюдении всего образовательного цикла. Учебно-воспитательный процесс осуществляется квалифицированными педагогами.

6. Материально-техническое обеспечение учебного процесса.

Для занятий в школе имеются 1 хореографический зал. В зале: фортепиано, зеркала, станки настенные и переносные, спортивные маты, аудио аппаратура, стол для преподавателя, Обеспечение санитарно-гигиенических норм и правил техники безопасности: 1. Тщательная влажная уборка помещения. 2. Проветривание. 3. Соблюдение режима обучения и перерывов. 4. Проведение занятий по технике безопасности.

7.Список литературы и средств обучения.

1. Бахто С.Е. Программа «Ритмика и танец» для хореографических школ и хореографических отделений школ искусств. Москва, 1984г.
2. Бриске И.Э. Ритмика и танец. Челябинск, 1993г.
3. Барышникова Т. Азбука хореографии. Внимание: дети. Москва 2000г.
4. Ерохина О.В Школа танцев для детей. Мир вашего ребенка. Ростов-на-Дону «Феникс» 2003г.
5. Ионова И.И. Программа для уроков ритмики в начальных классах всей типов школ. Казань, 2003г.
6. Пуртонова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В.. Учите детей танцевать. 7. Москва, 2003г.
8. Роот З.Я. Танцы с нотами для детского сада. Москва 2007г.
9. Зарецкая Н.В. Танцы для детей старшего дошкольного возраста. Москва 2007г.

10. Чибрикова-Луговская А.Е. Ритмика. Москва 1998г.

11. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. Ярославль 2004г

МУНИЦИПАЛЬНОЕ
БЮДЖЕТНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ
ДЕТСКАЯ ШКОЛА
ИСКУССТВ №18
ГОРОДСКОГО ОКРУГА
ГОРОД ВОРОНЕЖ

Подписан: МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ
№18 ГОРОДСКОГО ОКРУГА ГОРОД ВОРОНЕЖ
DN: C=RU, S=Воронежская область, STREET="ул.
Теплоэнергетиков, д. 15а", L=Воронеж,
Т=Директор, О=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ
№18 ГОРОДСКОГО ОКРУГА ГОРОД ВОРОНЕЖ,
OTPRN=1023602458791, СНИЛС=04970369690,
ИНН ЮЛ=3650004576, ИНН=366216363357,
E=shatohin.ivan@list.ru, G=Иван Сергеевич,
SN=Шатохин, CN=МУНИЦИПАЛЬНОЕ
БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТСКАЯ
ШКОЛА ИСКУССТВ №18 ГОРОДСКОГО ОКРУГА
ГОРОД ВОРОНЕЖ
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение: место подписания