

**Управление культуры Администрации города Челябинска
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детская школа искусств № 3» города Челябинска**

**Платные образовательные услуги
дополнительная общеразвивающая общеобразовательная
программа художественной направленности
«Раннее эстетическое развитие» (1 год обучения с 4, 5 лет)**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА
РИТМИКА**

Челябинск, 2017

РАССМОТРЕНО:

Методическим советом школы

от « 21 » 08 20 17₂

Протокол № 1

УТВЕРЖДЕНО:

Педагогическим советом школы

от « 28 » 08 20 17₂

Протокол № 1

Разработчики – Райхерт О.Е., Закарян А.Б. – преподаватели хореографии
МБУДО «ДШИ №3»

Рецензент – Дубских Т.М. – ЧГАКИ, заслуженный работник культуры РФ

Рецензент – Пантелеева Н.С. – преподаватель по хореографии МБОУ «СОШ №
107»

Содержание

Пояснительная записка.....	4
1. Учебно – тематический план.....	5
2. Содержание учебного предмета.....	8
3. Планируемые результаты обучения.....	18
4. Формы, методы контроля, система оценок.....	18
5. Методическое обеспечение.....	18
Рекомендуемая литература.....	23

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Предмет ритмика входит в комплекс предметов раннего эстетического развития и предназначен для детей, обучающихся по дополнительной общеразвивающей общеобразовательной программе художественной направленности «Раннее эстетическое развитие» в ДШИ.

Образовательная программа раннего эстетического развития позволяет:

- расширить возможности детской школы искусств за счет включения образовательных программ разных видов искусства, программ эстетического развития, прививая общеэстетические и специальные навыки;
- и при этом избежать единообразия, усредненности, схоластического, обезличенного, отчужденного стиля общения педагога с детьми.

Эстетическое направление представляет не альтернативу, а новые по осмыслению возможности развития образовательного пространства школы, предполагает комплексное развитие творческих способностей ребенка сразу в нескольких формах деятельности: музыка, хореография, изобразительное искусство.

Актуальность и необходимость создания данной программы обусловлена отсутствием программного обеспечения для эстетических отделений школ искусств на дошкольной ступени.

Занятия по предмету «Ритмика» проводятся в соответствии с действующими учебными планами, утвержденными приказом Министерства культуры РФ от 23.06.2003 г. № 66-0116/32 по образовательной программе раннего эстетического развития для детей, поступающих в школу с 4, 5-ти лет.

Данная рабочая программа создана на основе программы: «Ритмика и танец». Примерная программа для детских хореографических школ и хореографических отделений детских школ искусств (подготовительные классы) – составитель – Е. А. Пинаева, М., 2006 г., рекомендованной научно – методическим центром по художественному образованию Министерства культуры РФ. В ней также использованы материалы Программы «Ритмика в детской музыкальной школе» - составитель Г.С. Франио, М., 1997 г., материалы учебного пособия «Ритмика» /И.В. Лифиц – М., 1999г., методического пособия «Мир танца для детей» - составитель И.Э. Бриске – Челябинск, 2005 г., «Азбука хореографии» - Т. Барышникова – М., 2001 г., примерной программы «Гимнастика» для детских хореографических школ и хореографических отделений школ искусств – составитель С.Г. Федотова – М., 2003 г.

Программа имеет следующие особенности:

- ✓ в материал введены новые средства хореографии, в частности присутствует раздел корригирующей гимнастики;
- ✓ содержание программы структурировано по формам работы, что позволяет подробно показать весь объем материала;
- ✓ программа рассчитана на работу специалиста – хореографа.

Цель программы – эстетическое развитие ребенка, укрепление его здоровья.

Задачи: образовательные, оздоровительные, воспитательные.

Образовательные задачи:

- ✓ Формирование двигательных навыков;
- ✓ Развитие чувства ритма, музыкальности;
- ✓ Развитие внимания, наблюдательности, памяти.

Воспитательные задачи:

- ✓ Воспитание двигательной культуры и расширение арсенала выразительных средств;
- ✓ Воспитание трудолюбия, дисциплинированности, аккуратности;
- ✓ Привитие культуры общения друг с другом, культуры поведения.

Оздоровительные задачи:

- ✓ Развитие всех систем и функций организма;
- ✓ Повышение физической работоспособности;
- ✓ Контроль за психикой, эмоциями, телом;
- ✓ Коррекция состояния здоровья с помощью средств ритмики, связанных с физическими нагрузками.

Программа рассчитана на дошкольный возраст. Срок реализации – 1 год.

Формой организации учебного процесса является урок, занятия предполагают групповую форму обучения. Состав группы в среднем 6 человек.

Обучение проходит два раза в неделю по одному часу. При организации занятий необходимо руководствоваться возрастными и психофизиологическими особенностями развития детей. Практические занятия должны сопровождаться и дополняться художественными впечатлениями.

**I. Учебно – тематический план
1 год обучения**

№	Содержание	часы
1.	Вводное занятие: знакомство с группой, правила поведения на уроке, техника безопасности на уроке ритмики.	1
2.	Основные движения в передаче характера музыки средствами танцевальной выразительности: - Шаги бытовой; - поклон по VI позиции; - Понятие - вступление. Умение определять характер различных частей и двигаться в характере музыки.	2
3.	Построения, перестроения, пластические упражнения в передаче формы музыкального произведения: - Линия (шахматный порядок – «Гнездышко»).	2
4.	Танцевально – ритмические элементы: - Постановка корпуса «Елочка», постановка ног «ножки поспорились – ножки помирились».	2

5.	Построения, перестроения, пластические упражнения в передаче формы музыкального произведения: - Различие правой, левой ноги, руки, плеча.	2
6.	Основные движения в передаче характера музыки средств танцевальной выразительности: - Шаг с носка.	2
7.	Танцевально – ритмические элементы: - «Музыкальный оркестр» - развитие мелкой моторики рук; - «Карандаши» - упражнения для головы.	2
8.	Построения, перестроения, пластические упражнения в передаче формы музыкального произведения: - «Змейка» – поворот с помощью преподавателя.	2
9.	Танцевально – ритмические элементы: - «Незнайка» - упражнение для рук и плеч.	2
10.	Танцевальная развернутая композиция: «Зайка и сугроб».	2
11.	Танцевальная развернутая композиция: «Зайка и сугроб».	2
12.	Основные движения в передаче характера музыки средств танцевальной выразительности: - Легкий бег.	2
13.	Танцевально – ритмические элементы: - «Крылышки» - плавные движения рук. Элементы музыкальной грамоты: - Овладение навыками слушания музыки, отражения в движении разнообразных оттенков характера музыкальных пьес.	2
14.	Основные движения в передаче характера музыки средств танцевальной выразительности: - Прыжки на двух ногах с маленьким отскоком «Зайки».	2
15.	Танцевально – ритмические элементы: - «Утюжки», «Клювики» - развитие голеностопного сустава.	2
16.	Танцевальные этюды: Этюд «Тик – так».	2
17.	Танцевальные этюды: Этюд «Тик – так».	2
18.	Основные движения в передаче характера музыки средств танцевальной выразительности: - Прыжки «Зайки» с продвижением.	2
19.	Построения, перестроения, пластические упражнения в передаче формы музыкального произведения: - Упражнения на ориентировку в пространстве («Паровозики», «Самолетики», «Машинки», «Гнездышки»).	2

20.	Элементы музыкальной грамоты: - Знакомство с выразительным значением темпа музыки (быстро, медленно)	2
21.	Корригирующая гимнастика: - «Складка» - резкие наклоны вперед; - «Бутерброд» - плавный, расслабленный наклон корпуса вперед; - «Лодочка» - развитие гибкости позвоночника; - «Медуза» - укрепление мышц пресса; - «Кит» - укрепление мышц пресса; «Травка растет» - укрепление мышц ног.	4
22.	Построения, перестроения, пластические упражнения в передаче формы музыкального произведения: - Повороты вправо и влево; - Движения по линии танца. Основные движения в передаче характера музыки средств танцевальной выразительности: - Шаг на полупальцах.	2
23.	Элементы музыкальной грамоты: - Выполнение движений с различной силой, амплитудой в зависимости от динамики произведения (форте, пиано)	1
24.	Танцевально – ритмические элементы: - «Бабочки» - развитие тазобедренного сустава.	2
25.	Танцевальная развернутая композиция: Танцевальная композиция: «Зайки».	2
26.	Танцевальная развернутая композиция: Танцевальная композиция: «Зайки».	2
27.	Основные движения в передаче характера музыки средств танцевальной выразительности: - Шаг с высоким подъемом колена вперед.	2
28.	Построения, перестроения, пластические упражнения в передаче формы музыкального произведения: - Круг.	2
29.	Танцевально – ритмические элементы: - «Печати» - плавные и резкие наклоны корпуса вниз.	2
30.	Танцевальная развернутая композиция: - Танцевальная композиция «Грибочки».	2
31.	Танцевальная развернутая композиция: - Танцевальная композиция «Грибочки».	2
32.	Элементы музыкальной грамоты: - Понятие об акценте, метрическая пульсация, музыкальный размер 4/4.	2
33.	Танцевальные этюды: - Этюд «Паровозик».	2

34.	Танцевальные этюды: - Этюд «Паровозик».	2
35.	Итоговый контрольный урок по пройденному материалу	4
ИТОГО:		70 ч.

II. Содержание учебного предмета

Программа содержит следующие разделы:

- ✓ **Основные движения в передаче характера музыки и средств танцевальной выразительности.** Самыми доступными движениями являются естественные, или основные движения: различные виды ходьбы, виды бега, подскоков, прыжков, пружинные движения ног;
- ✓ **Построения, перестроения, пластические упражнения в передаче формы музыкального произведения.** В этом разделе внимание детей привлекается к разнообразным построениям и перестроениям (колонна, шеренга, круг, змейка) сделанным самостоятельно или с помощью педагога;
- ✓ **Танцевально - ритмические элементы.** Вданном разделе движения направлены на постановку корпуса, головы, рук, ног, развитие мелкой моторики и двигательного аппарата;
- ✓ **Элементы музыкальной грамоты** (характер музыкального произведения, метроритм, его выразительное значение и отражение в разнообразных движениях, строение музыкального произведения). В данном разделе дети знакомятся с простыми размерами, вводится понятие темпа, ритма, ритмической пульсации динамики и прививается навык работы по определению характера музыкального произведения;
- ✓ **Этюды.** Данный раздел является составной частью развернутых композиций, изучаемых далее. Широко могут быть использованы этюды, составленные самим педагогом. Очень полезна этюдная работа над небольшими сюжетными танцами, отражающими сказочные сюжеты, животных, птиц, явления природы.
- ✓ **Танцевальная развернутая композиция.** В этом разделе суммируются все ранее приобретенные умения и навыки, что позволяет создавать концертные номера, которые могут быть представлены на открытых уроках, праздниках, концертах. При работе над танцевальным репертуаром важным моментом является развитие у детей танцевальной выразительности. Однако необходимо отметить, что выразительность исполнения – результат не механического «натаскивания», а систематической работы, когда ученик от более простых заданий постепенно переходит к более сложным.
- ✓ **Сюжетно – образная драматизация.** Музыкальные игры - позволяют детям вживаться в разнотипные образы, проявляя своеобразный артистизм, изображая повадки животных, птиц, явления природы. В сюжетно – образных упражнениях и музыкальных играх сохраняется основной принцип ритмики: все движения должны быть органически связаны с музыкой;
- ✓ **Самостоятельное музыкально – ритмическое творчество,**

импровизация. В этом разделе предлагается импровизация на тему, заданную педагогом;

✓ **Корригирующая гимнастика** - способствует формированию осанки, корректирует физические недостатки строения тела, тренирует сердечно – сосудистую и дыхательную систему, развивает мышечно – связочный аппарат.

РАЗДЕЛ 1. Основные движения в передаче характера музыки и средств танцевальной выразительности

Двигательной основой данного раздела являются, главным образом, наиболее простые и естественные для человека функции (ходьба, бег, подскоки, прыжки).

Виды ходьбы

Бодрый шаг – обыкновенный шаг, но более устремленный и решительный. Взмахи рук (вперед-назад) активные, сильные, их движение идет от плеча. Корпус устремлен по направлению движения, тяжесть тела падает на переднюю часть ступни, что способствует удлинению шага. При выполнении бодрого шага необходимы: хорошая осанка, поднятая голова (взгляд выше идущего впереди товарища).

Спортивно-торжественная ходьба – выражает активность, жизнерадостность, приподнятость физкультурных и праздничных маршей. Нога ступает с носка (а не с подушечки, как в бодром шаге), маховые движения рук более энергичны, осанка прямая, все мышцы работают сильно и четко.

Спокойный шаг – неторопливый, непринужденный, прогулочный, шаги небольшие, нога ставится на всю ступню, взмахи рук свободные. В спокойной ходьбе нет устремленности, настроение уравновешенное, безмятежное благодаря спокойному однообразному характеру музыкального сопровождения.

Высокий шаг – соответствует мужественной, решительной, четкой музыке; движение активное — оно связывается с представлением о том, как идут солдаты, или с игровыми образами шагающих петрушек, лошадок на манеже, образами кузнечиков, аистов и т.д. При высоком шаге свободная нога, согнутая в колене, резко поднимается вперед, бедро принимает горизонтальное положение, а голень образует с бедром прямой угол. Корпус прямой, голова поднята, руки со сжатыми в кулак кистями помогают движению энергичными махами – одной вперед, другой назад; когда поднимается правая нога, вперед выносятся левая рука и наоборот. Нога опускается на пол с притопом; шаг небольшой, но настойчивый и решительный. Положение рук может меняться в зависимости от образов.

Шаг на носках – нога ставится на полупальцы, пятка отделяется от пола. Колени при этом втягиваются, шаги плавные, без толчков. Сохраняется хорошая непринужденная осанка, руки кладутся на пояс или поднимаются в стороны.

Тихая, осторожная ходьба – ноги ставятся мягко на всю ступню, беззвучно, тяжесть тела падает на переднюю часть ступни, корпус несколько наклоняется вперед, движение рук снимается.

Пружинистый шаг – на каждом шаге нога мягко опускается на всю ступню (начиная с подушечки), слегка прогибается в колене и сразу выпрямляется, поднимаясь на полупальцы. движение вниз и вверх непрерывное, равномерное, спокойное. Каждый шаг равен четверти. Пульсирующий ритм придает походке слегка танцевальный характер.

Виды бега

Легкий бег – осанка ненапряженная, движение рук свободное. Ноги упруго отталкиваются от пола и мягко приземляются. Форма и выразительность его зависят от характера и темпа музыки.

Неторопливый, танцевальный или пружинистый бег – это, по существу, цепь легких пружинистых прыжков с одной ноги на другую. Величина их и устремленность бега меняются в зависимости от музыки.

Стремительный бег – обычно выполняется без музыки или под громкое, стремительное музыкальное заключение. Корпус сильно выносится вперед, руки согнуты в локтях, ноги сильно и быстро отталкиваются от пола, движения собранные, целенаправленные, динамичные.

Широкий бег – бег большими скачками (как будто перепрыгивая через воображаемые препятствия). Корпус сильно выносится вперед, ноги энергично отталкиваются от пола, руки выполняют сильные взмахи одна вперед, другая назад.

Высокий бег – нога, согнутая в колене, поднимается вверх, корпус прямой и слегка откинут назад. Ноги с силой отталкиваются от пола, носки оттянуты вниз.

Прыжковые движения

Прыжки на двух ногах могут использоваться с большим и меньшим отскоком от пола в зависимости от звучащей музыки. Приземление на переднюю часть ступни бесшумное, при этом колени мягко сгибаются. Корпус всегда должен оставаться прямым. В легких прыжках работают главным образом ступни, в сильных (с высокими отскоками) — более энергичные и сильные движения всей ноги, а иногда и при помощи взмахов рук. Прыжки на двух ногах бывают на месте, с продвижением вперед, в кружении. Встречаются прыжки на одной ноге, со сменой ног, прыжки ноги вместе — врозь или одна вперед — другая назад.

Подскоки с ноги на ногу:

Легкие подскоки соответствуют легкой, подвижной, радостной музыке, чаще всего в размере 6/8 или включающей пунктирный ритм (восьмая с точкой — шестнадцатая). Движение легкого подскока — скользящее, полетное, почти без вертикального отскока от пола. Нога лишь слегка выносится вперед.

Сильные подскоки соответствуют энергичной, веселой, громкой музыке. Свободная нога, согнутая в колене, поднимается вперед до горизонтального положения; руки выполняют сильные маховые движения вперед-назад, что влечет за собой сильный отскок. Энергичный толчок ногами придает движению

вертикальность (продвижение вперед небольшое).

Начинать разучивание подскоков легче с сильных, чтобы учащиеся овладели техникой движения. Легкие и сильные подскоки исполняются с продвижением вперед, на месте, при кружении. Подготовительными упражнениями к подскокам являются пружинки, пружинящий шаг и бег, высокий шаг и бег.

«Мячики» - прыжки на двух ногах с большим отскоком.

«Игра в мячик» - прыжки на двух ногах с маленьким отскоком в полуприсяде, движение выполняется в парах.

«Солдаты» - прыжки на двух ногах, чередуя ноги вместе, ноги врозь.

Многие движения изучаются на уроках ритмики не изолированно, а последовательно, в определенном порядке, так как одни движения создают двигательную основу для других, подготавливают к их быстрому освоению. Следовательно, при подборе не только музыкального материала раздела, но и двигательного существует своя логика, четкая последовательность, соблюдается принцип постепенного усложнения. Так, например, пружинки подготавливают двигательный аппарат к исполнению пружинящего шага. Пружинящий шаг, затем высокий шаг и бег подготавливают к выполнению подскоков.

РАЗДЕЛ П. Построения, перестроения, пластические упражнения в передаче формы музыкального произведения

В упражнениях данного раздела особое внимание уделяется точному началу движений с началом звучания музыки и четкой остановке с ее окончанием. Если в музыке есть вступление, оно используется как момент подготовки к движению.

Ритмические упражнения раздела строятся таким образом, чтобы повторяющиеся части музыки были связаны с одним и тем же движением или движениями, тесно объединенными каким-то общим признаком. Постепенно учащиеся подводятся к различению контрастности или повторяемости более мелких подразделов: периодов, предложений, музыкальных фраз, осознанию симметрии или построения музыкальных произведений.

В связи с этим они учатся свои движения, согласуя их с формой музыкального сопровождения быстро переключаться с одного движения на другое, изменять характер, направление движения, возвращаться к ранее исполненному движению, тормозить движение, выполнять различные перестроения, действовать поочередно, отдельными группами или индивидуально и т.д.

Все это помогает в работе над освоением навыков ориентировки в коллективе и пространстве, учит планировать свои действия, развивает волевые качества, внимание, память.

Осваивая данный раздел, можно использовать самые разнообразные методические приемы: отметить начало или конец новой музыкальной

фразы хлопком, притопом ногой, прищелкиванием пальцами. Связь движений с музыкой не ограничивается только соответствием действий с метрической пульсацией, ее общим характером и темпом. В ритмике взаимосвязь движений с музыкой более тонкая.

Построения и перестроения

С самых первых уроков внимание учащихся привлекается к построениям и перестроениям.

Круг. Стоя в кругу повернуться к его центру либо лицом, либо спиной, строиться боком к центру круга или лицом по его линии. Уметь сужать и расширять круг, сохраняя равнение. Перестраиваться в два изолированных друг от друга круга, из большого круга образовывать несколько маленьких кружков и наоборот (ведущие назначаются заранее). Перестраиваться в полукруг.

РАЗДЕЛ III. Танцевально - ритмические элементы.¹

Корригирующая гимнастика

Корригирующая гимнастика включает в работу основные группы мышц: мышцы верхнего плечевого пояса, брюшного пресса, косые мышцы, мышцы ног.

Методика разучивания упражнений может быть самой разнообразной. В одних случаях упражнение показывается педагогом под музыку целиком, а затем, по необходимости, и отдельные его части. В других случаях, когда упражнения несложные, педагог может ограничиться лишь предварительными словесными указаниями и выполнять упражнение вместе с учениками. Некоторые более сложные элементы полезно отработать отдельно до разучивания всего упражнения, предвидя возможные трудности. Упражнения повторяются некоторое время из урока в урок, что позволяет достичь хорошего уровня их исполнения. Если же возникают погрешности в качестве того или иного элемента, можно поработать над ним более детально, используя показ отдельных учеников, у которых это движение получается точно, хорошо согласуется с музыкой. Полезным приемом оказывается исполнение ряда упражнений подгруппами, когда имеется возможность наблюдать за товарищами, затем включиться в анализ их исполнительства, отмечая поощрительные стороны и некоторые ошибки.

«Осьминожки играют в прятки» - упражнение на развитие боковых мышц спины, исходное положение сед по-турецки, руки на коленях. Поворот назад, упор правой руки сзади, левой рукой опереться о правое колено, поворот головы назад и вернуться в исходное положение;

«Дельфин» - упражнение на укрепление мышц ног, исходное положение лежа на боку, руки вверх. Приподнять ноги и удержать позу и вернуться в исходное положение;

«Солнышко» - упражнение на укрепление мышц ног, исходное положение сидя, руки в упоре сзади. Приподнять правую ногу вперед и выполнять

¹ По усмотрению педагога в раздел могут включаться дополнительные упражнения.

круговые движения стопой во внутрь, вернуться в исходное положение. То же с левой;

«**Цветочек**» - упражнение для развития выворотности ног, исходное положение сидя по-турецки, руки за головой. Глубокий наклон вперед, коснуться локтями пола и вернуться в исходное положение. Отводя локти назад прогнуться и вернуться в исходное положение;

«**Танец аиста**» - упражнение для развития гибкости ног, исходное положение лежа на спине, руки в стороны. Отводить правую ногу в сторону, взяться руками за пальцы стоп в тянуть ногу к туловищу и удержать. То же с левой;

«**Лягушка**» - подготовка к поперечному шпагату, стоя на коленях, колени в стороны, ягодицами тянуться к полу;

«**Мостик**» - из положения лежа на спине подняться на прямые руки и ноги.

РАЗДЕЛ IV. Элементы музыкальной грамоты (характер музыкального произведения, метроритм, его выразительное значение и отражение в разнообразных движениях, строение музыкального произведения)

Освоение размера 4/4, 2/4, 3/4 - хорошее ощущение метрической пульсации;

Знакомство с выразительным значением темпа музыки (быстро, медленно, умеренно).

Метрическая пульсация (выделение слабых и сильных долей) в пройденных размерах.

Характер музыкального произведения (отражение в движении разнообразных оттенков характера музыкальных пьес – веселый, энергичный, спокойный, торжественный):

Знакомство с динамическими оттенками в музыке (тихо, громко) – выполнение движений с различной амплитудой в зависимости от динамики произведения.

Строение музыкального произведения - вступление, исходное положение, умение менять движения в зависимости от смены частей.

РАЗДЕЛ V. Этюды

На уроках ритмики определенное место занимает изучение этюдов. Танцевальные движения могут включаться и в отдельные упражнения, игры и даже гимнастические комплексы.

«**Пробуждение**» – этюд направлен на постановку корпуса, головы, воспитание чувства красоты и доброты, развитие выразительности движения рук. Музыкальное сопровождение – нежная, неторопливая музыка, напоминающая рассвет – размер 4/4.

«Листопад» - этюд направлен на закрепление построений и перестроений, координацию рук и ног. Музыкальное сопровождение – легкая, динамичная музыка на 2/4.

«Солнца лучик» этюд направлен на координацию движений. Музыкальное сопровождение – легкая, динамичная музыка на 2/4.

РАЗДЕЛ VI. Танцевальная развернутая композиция

Данный раздел является наиболее зрелищным. Поэтому отработанные танцы могут включаться вразличного рода выступления.

Удовлетворяя естественную потребность в двигательной активности, танцы способствуют гармоническому развитию личности. В изящных или задорных движениях танца каждый имеет возможность выразить себя, раскрыть свою индивидуальность, передать чувства, настроение, мысли, проявить характер. Через танец развивается эмоциональная восприимчивость к музыке, совершенствуются музыкальные способности, прививается хороший эстетический вкус.

Чтобы передать выразительность танцевальных образов, необходимо запомнить не только движения и их последовательность (что само по себе положительно влияет на развитие внимания и памяти), но и мобилизовать воображение, наблюдательность, творческие возможности. В танце все проникается общим настроением, участие в коллективных действиях объединяет и сплачивает.

Танец становится одним из средств не только эстетического, но и нравственного воспитания.

Систематические занятия танцами очень полезны для физического развития, улучшается осанка, устраняется ряд физических недостатков, укрепляются мышцы и связки, становятся подвижными суставы, совершенствуются движения.

РАЗДЕЛ VII. Сюжетно – образная драматизация.

Музыкальные игры

Сюжетно-образной драматизации, инсценировкам, музыкальным играм на уроках ритмики отводится определенное место, так как они создают широкую возможность для развития художественно - творческих способностей.

Известно, что дети с удовольствием перевоплощаются в сказочные персонажи, используя разнообразную мимику, характерные жесты, действия, проявляя при этом фантазию, выдумку инициативу.

Сюжетно – образные движения связаны с элементами подражательства, поэтому их часто называют имитационными. Дети «вживаются» в разнотипные образы, проявляя своеобразный артистизм, изображая повадки животных, птиц, явления природы, движение различного транспорта – автомобиля, поезда, парение самолета и т.д., подражая воинам, космонавтам, игрушечным, сказочным героям.

В сюжетно-образных упражнениях и музыкальных играх сохраняется основной принцип ритмики: все движения должны быть органически связаны с музыкой, то есть соответствовать ее характеру и средствам музыкальной выразительности.

Музыкальный материал данного раздела во многом построен на программной музыке, более разнообразной и разноплановой, имеющий более яркое эмоционально-образное содержание.

Сюжетно-образная драматизация полностью исключает штампы и шаблоны.

РАЗДЕЛ VIII. Самостоятельное музыкально – ритмическое творчество. Импровизация

Одной из важных задач ритмики является развитие художественно-творческих способностей детей, умение импровизировать, побуждение к творческой активности.

Результатом работы детей могут стать творческие показы и конкурсы. Творческие работы можно красочно оформить и затем представить родителям.

ГОДОВЫЕ ТРЕБОВАНИЯ²

Основные движения в передаче характера музыки средств танцевальной выразительности:

- Шаги (бытовой, легкий шаг с носка, шаг на полупальцах, шаг с высоким подъемом колена вперед);
- Легкий бег;
- Прыжки на двух ногах с маленьким отскоком – «Зайки» с игровыми элементами по требованию педагога (лапки, ушки, хвостик);
- Прыжки «Зайки» с продвижением (враспынную), на двух ногах вперед и назад, вправо и влево, на одной ноге, со сменой ног, в кружении.

Построения, перестроения, пластические упражнения в передаче формы музыкального произведения:

- Линия (шахматный порядок - «Гнездышко»);
- Круг (умениестроиться лицом в центр, умение сужать и расширять круг с помощью педагога);
- Змейка - поворот с помощью преподавателя;
- Упражнения на ориентировку в пространстве;
- Различение правой, левой ноги, руки, плеча;
- Повороты вправо и влево;
- Движение по линии танца.

Танцевально – ритмические элементы, корригирующая гимнастика:

² Содержание программы, распределение материала по классам могут быть изменены и перепланированы педагогом в зависимости от подготовленности и перспективности учащихся.

- Постановка корпуса «Елочка»;
- Постановка ног «Ножки поссорились - ножки помирились» (тяпки вместе, носки врозь, пятки и носки вместе);
- «Музыкальный оркестр» - развитие мелкой моторики рук, движение пальцев, изображающих игру на музыкальных инструментах и складывание четырех пальцев вместе, указательный отдельно;
- «Карандаши» - упражнения для головы (движения вперед, назад, вправо, влево, круговые движения);
- «Незнайка» - упражнение для рук и плеч (плечи поднимаются и опускаются одновременно, поочередное поднятие плеч);
- «Крылышки» - плавные движения рук;
- «Печати» - плавные и резкие наклоны корпуса вниз;
- «Утюжки» и «Клювики» - развитие голеностопного сустава (вытягивание и сокращение голеностопного сустава – вместе и поочередно);
- «Складка» - резкие наклоны вперед при выполнении движения с большой амплитудой, сидя на полу, руки вперед;
- «Бутерброд» - плавный, расслабленный наклон корпуса вперед;
- «Бабочки»- развитие тазобедренного сустава, плавное раскачивание ног, согнутых в колене;
- «Лодочка» - развитие гибкости позвоночника;
- «Медуза» -укрепление мышц пресса;
- «Кит» - укрепление мышц пресса;
- «Травка растет» -укрепление мышц ног;
- Поклон по VI позиции.

Элементы музыкальной грамоты:

- Овладение навыками слушания музыки, отражения в движении разнообразных оттенков характера музыкальных пьес (веселый, спокойный, энергичный, торжественный);
- Знакомство с выразительным значением темпа музыки (медленно, быстро). Выполнение движений в различных темпах, переключение из одного темпа на другой, постепенное ускорение и замедление движений;
- Выполнение движений с различной силой, амплитудой в зависимости от динамики произведения;
- Понятие об акценте, метрической пульсации (периодически повторяющихся ударений в музыке), сильных и слабых долях, музыкальном размере. Умение выделять сильные и слабые доли на слух, отмечать их хлопками в музыкальном размере 4/4;
- Понятие – вступление. Умение менять движение в зависимости от смены фраз и частей. Умение определять характер различных частей и двигаться в характере музыки.

Танцевальные этюды:

Танцевальные этюды типа:

«Тик - так», «Паровозик»

Танцевальная развернутая композиция:

Танцевальная развернутая композиция типа: «Зайчики», «Зайка и сугроб», «Грибочки».

ПРИМЕРНЫЙ РЕПЕРТУАРНЫЙ СПИСОК МУЗЫКАЛЬНЫХ ПРОИЗВЕДЕНИЙ ДЛЯ СОПРОВОЖДЕНИЯ

Р.Глиэр	Маленький марш
М.Старокадомский	Марш
И.Дунаевский	Веселый ветер
Ш.Гуно	Отрывок из оперы «Фауст»
В.Витлин	Бубенцы
А.Гречанинов	Моя лошадка
Ан.Александров	Вальс
Т.Попатенко	Уголки (упражнение «То бегом, то шагом»)
Т.Ломова	Ускоряя, замедляя
Л.Бетховен	Лендлер (упражнение «Ветерок и ветер»)
Ж.Люлли	Марш
Б.Годар	Марш
Венгерская народная мелодия (упражнение «После дождя»)	
Английская и французская народные мелодии (Упражнение «Как звучит музыка»)	
С.Затоплинский	Танец (упражнение «Радуюсь солнышку»)
Б.Асафьев	Отрывок из балета «Белая лилия»
Т.Ломова	Прогулка (упражнение «Певучий хоровод»)
В.Моцарт	Отрывок из оперы «Дон-Жуан» (упражнение «Бесконечная сказка»)
Л.Бетховен	Контрданс
Н.Ладухин	Маленькая пьеса
Ф.Шуберт	Марш соч. 51, № 3
П.Чайковский	Песенка без слов
Ф.Госсек	Гавот
Б.Барток	Детская пьеса
М.Красев	Веселый человек
Русская народная песня «Ах ты, береза»	
Чешская народная песня «Аннушка»	
Н.Александров	Игра в мяч
Н.Руднева	Щебетала пташечка
Ф.Шуберт	Военный марш соч. 51, № 3
Ф.Шуберт	Экосез соч.18, тетрадь 1
Э.Григ	Свадебный день в Трольхаузене
Л.Бетховен	Отрывок из сонаты
М.Глинка	Краковяк из оперы «Иван Сусанин»
М.Красев	Танец снежинок
Венский вальс в записи М.Мейчика	

III. Планируемые результаты обучения

К концу обучения учащиеся должны:

- уметь активно слушать музыку, разбираться в ее содержании и средствах музыкальной выразительности;
- уметь проявлять свои музыкальные впечатления в осмысленных движениях и действиях иметь навыки актерской выразительности;
- быть ритмичными и координированными;
- иметь представление о правильной осанке (постановка корпуса, рук, ног, головы);
- красиво и правильно исполнять танцевальные элементы (различные виды ходьбы, бега, подскоков, прыжков, правила исполнения движения в паре);
- владеть навыками пространственной ориентации.

IV. Формы контроля знаний учащихся, система оценок

Оценка учащегося складывается из текущих оценок по предмету, контрольных уроков (форма текущего контроля). В конце учебной четверти для проверки знаний проводятся контрольные уроки в игровой форме. На таком уроке необходимо обязательно фиксировать достижения детей и давать оценку их деятельности в словесной форме, проговаривать результаты детям и родителям. Желательно вести видеозаписи контрольных уроков с целью последующего анализа. Учитывая возрастную специфику, в конце контрольного урока необходимо продумать систему поощрения: это может быть сладкий приз, сюрприз.³

В конце первого и второго полугодия контрольные уроки проводятся в присутствии родителей.

Учет успеваемости учащихся проводится преподавателем на основе требований:

- знание всего материала, пройденного по программе;
- выполнение всех требований преподавателя, касающихся учебной дисциплины. Оценки в баллах не выставляются.

V. Методическое обеспечение учебного процесса

Ритмика – музыкально – педагогическая дисциплина в основе, которой лежат идеи выдающегося швейцарского музыканта – педагога, композитора, пианиста и дирижера – Эмиля Жака – Далькроза, получившие широкое распространение в начале XX века. Назначение своей системы Далькроз сформулировал так: «Цель ритмики – подвести ее последователей к тому, чтобы они могли сказать к концу своих занятий – не столько «Я знаю», сколько

³ Систему поощрений разрабатывает родители.

«Я ощущаю», и, прежде всего, создавать у них непреодолимое желание выражать себя, что можно делать после развития их эмоциональных способностей и их творческого воображения».

Ритмика в своём роде уникальна. Не случайно она получила такое массовое распространение во всем мире. К занятиям ритмикой рекомендуется приступать с самого раннего возраста, поскольку дети дошкольного возраста, подвижны, они ярче и эмоциональнее воспринимают музыку через движение. Ребенок получает огромное удовольствие от свободных и легких движений, от сочетания музыки с пластикой тела.

Таким образом, роль физического развития и духовно – эстетического воспитания взял на себя этот предмет.

Курс «Ритмики» имеет практическую направленность, он должен дать ребенку навыки индивидуально-творческой и коллективной деятельности.

В основе обучения ритмики лежит принцип целостного, активного и эмоционального восприятия музыки, тесной взаимосвязи музыки и движения.

Для детей дошкольного возраста предлагаются методика занятий, где основой является соединение игры и ритмики собственно, что позволяет через игровую деятельность в сочетании с музыкой и разнообразными движениями всесторонне решать задачи воспитания детей дошкольного возраста, минуя муштру и принуждение, помогает развитию их физических способностей и психических возможностей в полной мере, используя природный потенциал каждого ребёнка с учётом его индивидуальных особенностей.

Упражнения, выбираемые для занятий должны быть доступны детям дошкольного возраста. Это простейшие шаги, элементы корригирующей гимнастики, упражнения на ориентировку в пространстве, несложные элементы танцев.

Работа по ритмике строится на основных движениях: ходьбе, беге, различного рода прыжках с соблюдением правильного положения корпуса при движении и торможении, на гимнастических упражнениях с предметами и без предметов, тренирующих различные группы мышц, построениях и перестроениях, танцевальных движениях – танцах, играх.

Каждый урок включает все виды деятельности: ритмику, слушание и анализ музыки, этюды и элементы танцев, упражнения на ориентировку в пространстве и т.д. При этом необходимо умело сочетать материал из всех разделов программы, например: ритмические упражнения, элементы танцевальной азбуки, разучивание этюдов, танцев. Все виды деятельности должны чередоваться не механически, а соединяться органично, подчиняясь единому педагогическому замыслу.

Урок делится на три части:

- подготовительная - включает разминку, основанную на построениях, перестроениях и простейших движениях, способствующих разогреву мышц, суставов и связок с элементами образности;

- основная – включает движения в передаче характера музыки и средств танцевальной выразительности, танцевально - ритмические элементы, элементы музыкальной грамоты, работа по развитию физических данных через корригирующую гимнастику, этюды, танцевально – развернутые композиции;
- заключительная - сюжетно – образная драматизация, Самостоятельное музыкально – ритмическое творчество, импровизация.

В процессе обучения следует учитывать физическую нагрузку, не допуская перенапряжения детей, не злоупотребляя партерной гимнастикой и прыжковыми движениями. Следует учить детей правильно дышать, не задерживая дыхания. Все упражнения должны способствовать:

- формированию правильной осанки, постановки корпуса, ног, рук, головы;
- развитию координации движений.

В основе ритмики лежит музыка, ее восприятие и эмоциональный отклик. Поэтому основным принципом ритмики является закон от музыки — к движению. Движение используется как средство более глубокого проникновения и понимания музыкального искусства.

Известный советский психолог Б.М.Теплов, проводивший обширные исследования психологии музыкальных способностей, утверждал: «Едва ли на первых этапах музыкального обучения можно найти другой, более прямой и целесообразный путь развития музыкально-ритмического чувства, чем ритмика, понимаемая как передача ритма музыки в простых и легко доступных детям движениях»⁴

Следует учитывать, что недостаточное музыкальное развитие детей на первоначальном этапе обучения обычно является основным тормозом в развитии их ритмических способностей. Поэтому так важно развивать музыкальное восприятие ребенка одновременно с работой над развитием чувства ритма, акцентировать его слух на взаимосвязь музыки и движения (соответствие характера, настроения, темпа), дать понятие о музыкальном вступлении, исходном положении исполнителя, законченности мелодии и танцевального движения – провести связь с музыкальной формой и выразительными средствами музыки.

Музыка сообщает движениям определенный характер, придает соответствующую эмоциональную окраску. Изменение характера музыки, появление каких-то новых оттенков, интонаций в том же характере непременно влечет за собой и изменение характера движений.

В зависимости от музыки движения выполняются то плавно, то отрывисто, то спокойно, то энергично, с разной силой, амплитудой, объемом.

Внимание детей следует обращать на темп музыки.

Первый этап работы над темпом — это следование темпу музыкального произведения (темп, как правило, обозначает композитор). Необходимо принимать и передавать в движениях различные темпы музыкальных примеров всевозможными оттенками. Надо найти такой объем (размах, амплитуду)

⁴Теплов Б.М. Проблемы индивидуальных различий – М., 1961. – с.219

движений, такую степень мышечного напряжения, чтобы двигаться в данном темпе удобно, естественно и целесообразно. Так, в быстром темпе легкие и мелкие движения, а в более медленном темпе выполнять широкие и плавные.

Другая задача — научиться сохранять устойчивость в темпе. Так с прекращением звучания музыки необходимо продолжать движение в заданном темпе. Часто наблюдается тенденция к ускорению темпа движений, если они без музыкального сопровождения. Тренировка в выдерживании темпа очень полезна.

Следующая задача — научиться переключаться с одного темпа в другой, изменять темп в соответствии с изменением темпа музыки. Соответственно происходит изменение интенсивности двигательной энергии, она нарастает и ослабевает. Например, если музыка звучит в медленном темпе — шаги будут широкие, свободные. С ускорением музыки шаг делается энергичнее, чаще, короче напряжение увеличивается и, наконец, следует переход на бег, большей затраты энергии.

Одним из важных средств музыкальной выразительности является динамика (от греческого динамис — сила), громкость звучания. Динамические оттенки, своеобразные для каждого музыкального произведения, усиливают выразительность музыки, ярче очерчивают музыкальные образы. Звучность может постепенно возрастать или ослабевать, доходя до полного затихания, может происходить контрастная смена динамики, возникать внезапные всплески звучности — все это нарушает равномерность течения музыкальной мысли, сообщает музыке движение.

Общий уровень динамики обычно связан с образно-художественным содержанием музыкального произведения. С развитием динамической линии, как правило, увеличивается мускульная нагрузка, движения и его амплитуда. Необходимо хорошо владеть своим телом, чтобы заставить мышцы работать в определенном направлении, затрачивая на данное движение нужное, количество энергии. Поэтому на уроках ритмики уделяется внимание мышечной тренировке.

При создании музыкально - ритмических упражнений обращается внимание на регистровую окраску. Это проявляется в большей степени в образных произведениях и играх, где отдельным персонажам соответствуют определенные регистры (например, птичкам, зайчикам — верхние регистры; лисичкам, белочкам — средние, а волкам и медведям нижние и т.д.).

Работа над передачей в движении характера музыки темпа, динамических оттенков, регистровой окраски проводится в тесном единстве, так как все средства выразительности между собой взаимосвязаны.

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. Музыкальные произведения подбираются к каждой части урока, определяется их структура, темп, ритмический рисунок, характер. Мелодии должны быть простыми, но не примитивными и не монотонными. В оформлении урока нужно использовать классическую музыку русских и зарубежных композиторов, народную музыку и музыку в современных ритмах. Музыкальный материал должен быть доступным по форме, жанру, стилю и характеру для восприятия детьми дошкольниками, иметь выразительную мелодию и четкую фразировку, быть близким по содержанию детским интересам.

Апробация учебной программы в практике

С 2008 – 2009 учебного года ведется работа областной экспериментальной площадки по апробации программы «Ритмика» под руководством учебно – методического центра по образованию и повышению квалификации работников культуры и искусства Челябинской области. Кроме данной программы, разработана диагностика уровня овладения знаниями, умениями и навыками, разрабатывается хрестоматия музыкального материала к программе.

В процессе работы по программе постоянно расширяется музыкальный, аудио, материал, совершенствуются методы и формы работы. Результат освоения программы:

- разработано программно – методическое обеспечение;
- систематизированы принципы и методические приемы, применяемые в работе с детьми дошкольного возраста;

РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Андреева М., Конорова Е. Первые шаги в музыке / Методическое пособие. – М., Кифара, 1994.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии/Т. Барышева Внимание дети.- М.: Ральф, 2000.
3. Бахто С. Ритмика и танец Программа для хореографических школ и хореографических отделений школ искусств/ С. Бахто – М.: Музыка, 1984.
4. Бекина С. Музыка и движение /С. Бекина , Т Ломова, Е. Соковнина – М.: Просвещение, 1984.
5. Бриске И.Э. Мир танца для детей Методическое пособие/ И.Э. Бриске - Челябинск, 2005.
6. Конорова Е. Методическое пособие по ритмике. Вып 1. Занятия по ритмике с 1-2 классом музыкальной школы/ Е. Конорова – М.: Музыка, 1972.
7. Коренева Т. Музыкально – ритмические спектакли для детей дошкольного возраста/Т. Коренева – Владос, 2002.
8. Лифиц И.В. Ритмика Учебное пособие/ И.В. Лившиц – М.: «Академия», 1999.
9. Пилипенко Л. Азбука ритма Учебное пособие/ Л. Пилипенко – ИД Катанского, 2004.
10. Пинаева Е.А. Образные танцы для детей. Учебно – методическое пособие/ Сост. Е.А. Пинаева – Пермь: ОЦХТУ «Росток», 2005.
11. Раевская Е. Музыкально-двигательные упражнения в детском саду/ Е. Раевская – М.: Просвещение, 1991.
12. Федотова С.Г. Гимнастика Примерная программа для детских хореографических школ и хореографических отделений школ искусств/ С.Г. Федотова – М.: Классика -21 век, 2003.
13. Франио Г., Лисиц И. Методическое пособие по ритмике для 1 класса музыкальной школы/ Г. Франио – М.: Музыка, 1995.