

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «КАТАЙСКАЯ ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ»

РЕКОМЕНДОВАНО

Методическим советом
МБОУДО «Катайская ДШИ»
протокол № 1, от 29 августа 2025 г.
зам.директора по УР



УТВЕРЖДЕНО

педагогическим советом
МБОУДО «Катайская ДШИ»
протокол №1 от 29 августа 2025 г.
председатель



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Основы хореографии»**

(платная дополнительная образовательная программа)

возраст учащихся 4 - 5 лет,
срок обучения 1 год

Катайск

Составлена на основе примерных программ:

ПРОЕКТ примерной программы ПО.01.УП.02. РИТМИКА. Москва 2012

Составитель: А.А. Малышева, преподаватель МБОУДО «Катайская ШИ»

I. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

1. Цели

Основной целью данной дисциплины является приобщение детей к танцевальному искусству, способствовать эстетическому и нравственному развитию дошкольников. Привить детям основные навыки умения слушать музыку и передавать в движении ее многообразие и красоту. Выявить и раскрыть творческие способности дошкольника посредством хореографического искусства.

2. Задачи

Образовательные:

1. Обучить детей танцевальным движениям.
2. Формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями.
3. Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.
4. Формировать умение ориентироваться в пространстве.
5. Формировать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы.
- 6.

Развивающие:

1. Развивать творческие способности детей.
2. Развить музыкальный слух и чувство ритма.
3. Развить воображение, фантазию.

Воспитательные:

1. Развить у детей активность и самостоятельность, коммуникативные способности.
2. Формировать общую культуру личности ребенка, способность ориентироваться в современном обществе.
3. Формировать нравственно-эстетические отношения между детьми и взрослыми.
4. Создание атмосферы радости детского творчества в сотрудничестве.

3. Место курса в профессиональной подготовке

Предложенный курс рассчитан на 1 год, является дополнительной программой образования и первой ступенью предпрофессиональной хореографической подготовки для детей 4-5 лет. Качество его усвоения помогает определить уровень психомоторных способностей ребенка (чувство ритма, музыкальность, координация, выразительность, артистизм), - одного из важнейших факторов пригодности к дальнейшему профессиональному обучению профессии артист балета.

4. Требования к уровню усвоения курса

В результате изучения курса дети должны иметь следующие знания, умения, навыки:

1. Знать правила безопасности при занятиях физическими упражнениями с предметами и без предметов.
2. Владеть навыками различных видов передвижений по залу и определённый «запас» движений в общеобразовательных и танцевальных упражнениях.
3. Уметь передавать характер музыкального произведения в движении.
4. Владеть основными хореографическими упражнениями по программе этого года обучения.
5. Уметь исполнять ритмические упражнения, выполнять комплексы упражнений под музыку, а также двигательные задания по танцевально-ритмической гимнастике.
6. Воспроизводить заданный ритмический рисунок хлопками, владеть корпусом во время исполнения движений.
7. Ориентироваться в пространстве, уметь координировать свои движения.

II. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Занятия по дисциплине ритмика проводятся в группах от 10 до 18 человек, под музыкальное сопровождение.

1. Разделы курса

РАЗДЕЛ I. Начало урока.

РАЗДЕЛ II. Основы музыкальной грамоты.

РАЗДЕЛ III. Музыкально-ритмические упражнения.

РАЗДЕЛ IV. Танцевальные элементы, движения, этюды.

РАЗДЕЛ V. Музыкально-ритмические игры и творческая деятельность.

2. Темы и содержание курса

РАЗДЕЛ I. Начало урока.

1. Поклоны

2. Разминка: на месте выполнение движений под музыкальное сопровождение (топнем ножкой, машем ручкой, поворот на месте); ходьба по залу (по кругу) танцевальный шаг, шаг на высоких полупальцах, шаг с подъемом колен, снова танцевальный шаг. Музыка: 4/4 - 2/4 - 4/4.

РАЗДЕЛ II. Основы музыкальной грамоты.

Для детей от 4 до 5 лет:

- 1) Регистровая окраска. Понятие о звуке (низкие, средние и высокие).
- 2) Характер музыки (грустный, печальный и т.д., веселый, задорный и т.д.).
- 3) Музыкальный темп (быстрый, медленный, умеренный).
- 4) Динамические оттенки (громко, тихо).
- 5) Музыкальный размер (2/4, 3/4, 4/4).

РАЗДЕЛ III. Музыкально-ритмические упражнения.

- 1) Развитие музыкально-ритмической памяти посредством слушания и последующего воспроизведения различных ритмических рисунков с помощью движений рук и ног (прохлопать, протопать) или ударного музыкального инструмента (бубен, ложки и т.п.). Индивидуальные и групповые задания.
- 2) Развитие выразительности и артистизма: передача характера музыки, ее настроения посредством пластики и мимики. Индивидуальные и групповые задания.
- 3) Практические упражнения на воспроизведение в движении пройденного теоретического материала по музыкальной грамоте: движения быстрые, медленные, умеренные; движения "тихие" и "громкие"; движения только на сильную долю и др. по выбору преподавателя. Индивидуальные и групповые задания.

РАЗДЕЛ IV. Танцевальные элементы, движения, этюды.

- 1) Позиции ног (VI позиция, свободная I позиция), понятие опорной и работающей ноги.
- 2) Положения рук (вниз, вверх, в стороны, на талии, за юбочку, в паре, на плечах своих или партнера, за руки с партнером, за руки в группе, стоя или двигаясь в линии или в кругу). Понятие "свободных" рук. Волнообразные движения рук.
- 3) Повороты и наклоны головы, повороты и наклоны корпуса, приседания, подъем на полупальцы, отведение ноги в сторону и вперед, подъем вытянутого носка в колену опорной ноги ("флажок"), прыжки (трамплинные, на одной ноге, "врозь-вместе").
- 4) Проучивание простых танцевальных элементов и движений: танцевальный шаг, танцевальный бег, подскоки на месте и с продвижением, галоп. Координация движений в разных темпах (например, ноги медленно, руки быстро и наоборот).
- 5) Упражнения на ориентировку в пространстве (распределение точек в танцевальном классе, понятие "рисунок танца": линия (линии), колонна (колонны), шахматный порядок, круг, полукруг).
- 6) Использование выученных элементов, движений и комбинаций при создании танцевальных этюдов по выбору преподавателя.

РАЗДЕЛ V. Музыкально-ритмические игры и творческая деятельность.

- 1) Групповые музыкально-ритмические игры по выбору преподавателя.
- 2) Групповая и индивидуальная импровизация на заданную музыку на основе пройденного материала с использованием собственной фантазии.

III. РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТЫ

Занятия по дисциплине ритмика проводятся с сентября по июнь 2 раза в неделю (43 недели) длительностью 2 академических часа.

Количество уроков в учебном году - 84, количество часов - 84 академических.

Контрольных уроков - 2, количество часов - 2 академических.

Концертных выступлений - 2, количество часов - 2 академических.

Итого: 88 академических часов.

№	Наименование тем и разделов	Всего за урок (мин.)	За 1 год (час)	Самостоятельная работа
1.	РАЗДЕЛ I. Начало урока. 1. Поклоны 2. Разминка: на месте выполнение движений под музыкальное сопровождение (топнем ножкой, машем ручкой, поворот на месте); ходьба по залу (по кругу) танцевальный шаг, шаг на высоких полупальцах, шаг с подъемом колен, снова танцевальный шаг. Музыка: 4/4 - 2/4 - 4/4.	10	20	
2.	РАЗДЕЛ II. Основы музыкальной грамоты. 1) Регистровая окраска. Понятие о звуке (низкие, средние и высокие). 2) Характер музыки (грустный, печальный и т.д., веселый, задорный и т.д.). 3) Музыкальный темп (быстрый, медленный, умеренный). 4) Динамические оттенки (громко, тихо). 5) Музыкальный размер (2/4, 3/4, 4/4).	5	10	
3.	РАЗДЕЛ III. Музыкально-ритмические упражнения. 1) Развитие музыкально-ритмической памяти посредством слушания и последующего воспроизведения различных ритмических рисунков с помощью движений рук и ног (прохлопать, протопать) или ударного музыкального инструмента (бубен, ложки и т.п.). Индивидуальные и групповые задания. 2) Развитие выразительности и артистизма: передача характера музыки, ее настроения посредством пластики и мимики. Индивидуальные и групповые задания. 3) Практические упражнения на воспроизведение в движении пройденного теоретического материала по музыкальной грамоте: движения быстрые, медленные, умеренные; движения "тихие" и "громкие"; движения только на сильную долю и др. по выбору преподавателя. Индивидуальные и групповые задания.	10	20	
4.	РАЗДЕЛ IV. Танцевальные элементы, движения, этюды. 1) Позиции ног (VI позиция, свободная I позиция), понятие опорной и работающей ноги. 2) Положения рук (вниз, вверх, в стороны, на талии, за юбочку, в паре, на плечах своих или партнера, за руки с партнером, за руки в группе, стоя или двигаясь в линии или в кругу). Понятие "свободных"	15	30	

	рук. Волнообразные движения рук. 3) Повороты и наклоны головы, повороты и наклоны корпуса, приседания, подъем на полупальцы, отведение ноги в сторону и вперед, подъем вытянутого носка в колену опорной ноги ("флажок"), прыжки (трамплинные, на одной ноге, "врозь-вместе"). 4) Проучивание простых танцевальных элементов и движений: танцевальный шаг, танцевальный бег, подскоки на месте и с продвижением, галоп. Координация движений в разных темпах (например, ноги медленно, руки быстро и наоборот). 5) Упражнения на ориентировку в пространстве (распределение точек в танцевальном классе, понятие "рисунок танца": линия (линии), колонна (колонны), шахматный порядок, круг, полукруг). 6) Использование выученных элементов, движений и комбинаций при создании танцевальных этюдов по выбору преподавателя.			
5.	РАЗДЕЛ V. Музыкально-ритмические игры и творческая деятельность. 1) Групповые музыкально-ритмические игры по выбору преподавателя. 2) Групповая и индивидуальная импровизация на заданную музыку на основе пройденного материала с использованием собственной фантазии.	5	8	
Итого:		45 мин.	88 часов	

IV. ФОРМЫ ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Аттестация по дисциплине представляет собой:

1. Контрольный урок (I-е полугодие, декабрь)
2. Контрольный урок (II-е полугодие, май - июнь)
3. Концертное выступление (II-е полугодие, июнь)

Критерии оценки качества усвоения программы

Оценка	Критерии оценивания
5 (отлично)	Технически качественное и художественно-осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения.
4 (хорошо)	Отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами, как в техническом, так и в художественном плане.
3 (удовлетворительно)	Наличие некоторых теоретических знаний с большим количеством недочетов практики на данном этапе обучения, а именно: неритмичность, немзыкальность, невыразительность, невладение методикой исполнения изученных движений, слабая техническая подготовка и т.п.
2 (неудовлетворительно)	Невыполнение программных требований, большой комплекс недостатков.

V. Учебно-методическое обеспечение курса

1. Барышникова Т. Азбука хореографии, М.: Айрис Пресс, 1999
 2. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. Игры, которые лечат, М.: ТЦ Сфера, 2009
- Бекина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движение. Упражнения, игры, пляски для детей 6-7 лет. Часть 1 и Часть 2, М., 1981

3. Буренина А.И. Ритмическая мозаика, СПб, 2000
4. Ваганова А. Я. Основы классического танца, СПб., 2000
5. Васильева Т. К. Секрет танца, СПб.: Диамант, 1997
6. Воронина И. Историко-бытовой танец, М.: Искусство, 1980
7. Горшкова Е. В. От жеста к танцу. М.: Издательство «Гном и Д», 2004
8. Дереклеева Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы, М.: ВАКО, 2007
9. Добовчук С.В. Ритмическая гимнастика: учебное пособие, М.: МГИУ, 2008
10. Зяткина Т.А., Стрелкова Л. В. Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие, М.: Издательство «Глобус», 2009
11. Играем с начала. Гимнастика, ритмика, танец. М., 2007
12. Игровые и рифмованные формы физических упражнений. Автор-составитель С.А. Авилова, Т.В. Калинина, Волгоград: Учитель, 2008
13. Климов А. Основы русского народного танца, М.: Искусство, 1981
14. Ковалько В.И. Школа физкультминуток: 1-4 классы, М.: ВАКО, 2009
15. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике в I и II классах музыкальной школы. Выпуск 1. Издательство «Музыка». М., 1972
16. Конорова Е.В. Занятия по ритмике в III и IV классах музыкальной школы. Выпуск 2. Издательство «Музыка». М., 1973
17. Конорова Е.В. Танец и ритмика. М: Музгиз, 1960
18. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике. Занятия по ритмике в подготовительных классах. Выпуск 1. М.: Музгиз, 1963, 1972, 1979
19. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов, М., 2000
20. Лифиц И. Франио Г. Методическое пособие по ритмике. М., 1987
21. Петрусинский В.В. Обучение, тренинг, досуг, М.: Новая школа, 1998
22. Программы для хореографических школ искусств. Составитель – Бахтов С.М., М., 1984
23. Пустовойтова М.Б. Ритмика для детей. Учебно-методическое пособие, М., Гуманитарный издательский центр «ВЛАДОС», 2008
24. Ротерс Т.Т. Музыкально-ритмическое воспитание, М.: Просвещение, 1989
25. Руднева С., Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение, М.: Просвещение, 1972
26. Ткаченко Т.С. Народные танцы, М., 1975
27. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Са-фи-дансе. Танцевально-игровая гимнастика для детей: учебно-методическое пособие, СПб.: Детство-пресс, 2001
28. Франио Г.С. Ритмика в детской музыкальной школе, М., 1997
29. Франио Г. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей, М., 1989
30. Шершнева В.Г. От ритмики к танцу, М., 2008
31. Школа танца для юных, СПб, 2003

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 520251343390373548250310750880108285629354443859

Владелец Кузнецова Елена Геннадьевна

Действителен с 23.05.2025 по 23.05.2026