Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования

«Детская школа искусств» Приволжского района г.Казани

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Рассмотрено  на заседании школьного методического объединения преподавателей хореографических дисциплин  протокол №\_\_\_\_\_,  «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ год | Принято  Педагогическим советом МБУДО «Детская школа искусств» Приволжского района г.Казани от «\_\_»\_\_\_\_\_\_\_201\_\_года, протокол №\_\_\_\_\_\_\_ | «Утверждено»  Директор МБУДО «Детская школа искусств» Приволжского района г.Казани  \_\_\_\_\_\_\_\_\_ Р.И.Сулейманова  Приказ №\_\_\_\_\_\_\_ «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_год |

**Рабочая дополнительная общеразвивающая образовательная программа художественной направленности**

**«Ритмика и танец»**

Составитель: преподаватель 1 кв кт

*Габдулхакова Алиса Габдулхабировна*

Казань, 2022 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дисциплина «Ритмика и танец» является первой ступенью в хо­реографическом образовании. Её освоение способствует формирова­нию общей культуры детей, музыкального вкуса, навыков коллектив­ного общения, развитию двигательного аппарата, мышления, фанта­зии,раскрытию индивидуальности. Предмет «Ритмика и танец» является ба­зовым для овладения другими хореографическими дисциплинами: «Классический танец», «Народный танец», «Бальный танец», «Современный танец».

2. Данная дисциплина «Ритмика и танец», включена в программу «Хореографическое искусство» со сроком обучения - 7лет.

Срок обучения по данной дисциплине - 2 года. Обучение начинается с 1-го класса. Возраст обучающихся 6,5-9 лет.

3. Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом, составляет 288 академических часов. Из них аудиторные занятия –

272 часа, зачеты и контрольные уроки -16 часов. Недельная нагрузка составляет – 4 академических часа в неделю на протяжении 2 лет обучения.

Формы работы

4. Форма проведения учебных аудиторных занятий – групповая.

Основной формой учебной работы является - урок

(состав группы 11 человек).

Во время проведения урока возможна индивидуальная форма работы преподавателя с учащимся.

Важное значение для формирования детского коллектива имеет работа по подготовке учащихся к концертному выступлению.

Цели и задачи программы:

**Обучающая цель:**

**Формирование первоначальной хореографической подготовки**

**задачи:**

1. формирование основных двигательных навыков и умений;
2. формирование умений соотносить движения с музыкой;

**Развивающая цель:**

**Развитие физических данных, укрепление здоровья, активизация творческих способностей.**

**задачи:**

1. развитие координации движения, пластично­сти, хореографической памяти, выносливости;

**-** развитие общей музыкальности, чувства ритма;

1. развитие творческого мышления.

**Воспитательная цель:**

**Воспитание любви и интереса к хореографическому искусству**.

**задачи:**

1. формирование духовно-нравственных ценностей;

- эстетическое воспитание;

1. воспитание трудолюбия.

**Программа состоит из 3-х разделов.**

1.Музыка и танец.

2. Музыкально-ритмические упражнения

3.Элементы классического, народного и бального танцев.

Первый раздел предусматривает приобретение учащимися зна­ний в области музыкальной грамоты, изучение средств музыкальной выразительности на основе танцевального движения, воспитание чувства ритма, музыкального слуха посредством ритмических уп­ражнений и музыкальных игр.

Второй раздел предусматривает приобретение учащимися дви­гательных навыков и умений, овладение большим объемом новых движений, развитие координации, формирование осанки и физических данных, необходимых для занятий хореографией.

Третий раздел предполагает изучение элементов разноплановых танцев: народных , классических бальных, которые могут стать основой репертуара для сце­нической практики.

Содержание разделов программы предполагает вариантность использования предлагаемого материала, (т.е. на каждом уроке используются задания всех разделов), выбор которого направлен на раскрытие способностей учащихся, формиро­вание культуры поведения и общения, воспитание и реализацию творческого начала.

**Учебно- тематический план**

**1 класс**

|  |  |
| --- | --- |
| № п/п | Наименование разделов и тем |
| Максимальная учебная нагрузка | Самостоятельная работа | Аудиторные занятия |
| 1. РАЗДЕЛ Музыка и танец | | | | |
|  | Вводное занятие.  Понятие Музыка и танец | 3 | 1 | 2 |
|  | Характер музыкального произведения | 3 | 1 | 2 |
|  | Динамические оттенки музыкального произведения |  | 1 | 2 |
|  | Знакомство с понятием «Мелодия» | 3 | 1 | 2 |
|  | Знакомство с понятием «движение» | 3 | 1 | 2 |
|  | Определение понятия «темп» | 3 | 1 | 2 |
|  | Виды музыкальных темпов. | 3 | 1 | 2 |
|  | Понятие «легато» и «Стаккато» в музыке и движении | 3 | 1 | 2 |
|  | Знакомство с Понятием «Длительности в музыке» | 3 | 1 | 2 |
|  | Знакомство с понятиями «Ритмический рисунок» | 3 | 1 | 2 |
|  | Понятия об акценте, метрической пульсации, сильные - слабые доли, | 3 | 1 | 2 |
|  | Музыкальный размер | 3 | 1 | 2 |
|  | Сильные и слабые доли | 3 | 1 | 2 |
|  | Определение понятия «контрастная музыка» | 3 | 1 | 2 |
|  | Строение музыкального произведения | 3 | 1 | 2 |
| 2 РАЗДЕЛ Музыкально-ритмические упражнения | | | | |
|  | Знакомство с позициями ног: I, II | 3 | 1 | 2 |
|  | Знакомство с положением рук (основное положение –на поясе) | 3 | 1 | 2 |
|  | Знакомство с позициями ног III , VI | 3 | 1 | 2 |
|  | Музыкально-ритмические упражнения  на область шеи, рук | 3 | 1 | 2 |
|  | Наклоны головы с различной амплитудой | 3 | 1 | 2 |
|  | Круговые движения головы,\ ввер-вниз | 3 | 1 | 2 |
|  | Музыкально-ритмические упражнения  на область корпуса | 3 | 1 | 2 |
|  | Наклоны корпуса вперед и в сторону | 3 | 1 | 2 |
|  | Движения плеч и корпуса: подъем и опускание плеч | 3 | 1 | 2 |
|  | Повороты, выводя правое и левое плечо вперед | 3 | 1 | 2 |
|  | Музыкально-ритмические упражнения  на область ног и стопы | 3 | 1 | 2 |
|  | Музыкально-ритмические упражнения  на развитие стопы | 3 | 1 | 2 |
|  | Упражнения на развитие внимания. | 3 | 1 | 2 |
|  | Изучение видов пространственных построений: круг, линия, диагональ. | 3 | 1 | 2 |
|  | Виды пространственных построений: диагональ, полукруг | 3 | 1 | 2 |
|  | Промежуточный контрольный срез:  Практическое задание: «исполнение ритмических упражнений» | 3 | 1 | 2 |
|  | Тактирование под музыку в разном темпе | 3 | 1 | 2 |
|  | Усвоение последовательности исполнения упражнений ритмики | 3 | 1 | 2 |
|  | Движения для головы: повороты направо, налево | 3 | 1 | 2 |
|  | Упражнения в ходьбе в различных направлениях в сочетании с движениями рук и ног. | 3 | 1 | 2 |
|  | Поднимание на полупальцы в сочетании с полуприседанием | 3 | 1 | 2 |
| 3 РАЗДЕЛ Элементы классического, народного и бального танцев. | | | | |
|  | Виды рисунков танца | 3 | 1 | 2 |
|  | Прыжки на двух ногах по 6 и 1 позициям | 3 | 1 | 2 |
|  | Перевод рук из позиции в позицию | 3 | 1 | 2 |
|  | Полуприседание по 1,2,3,6 позициях | 3 | 1 | 2 |
|  | Шаг с носка | 3 |  | 2 |
|  | Шаг на полупальцах, шаг с подскоком | 3 | 1 | 2 |
|  | Русский переменный шаг | 3 | 1 | 2 |
|  | Легкий бег | 3 | 1 | 2 |
|  | Освоение основного движения- бег, бег с высоким подниманием колен. | 3 | 1 | 2 |
|  | Освоение постановки рук, ног, головы и корпуса. | 3 | 1 | 2 |
|  | Освоение основного движения- боковой галоп | 3 | 1 | 2 |
|  | Шаг с подскоком | 3 | 1 | 2 |
|  | Разучивание элемента «Шаг польки» | 3 | 1 | 2 |
|  | Разучивание элемента «Шаг переменный» | 3 | 1 | 2 |
|  | Позиции ног (полувыворотные) | 3 | 1 | 2 |
|  | Выдвижение ноги в сторону (6 и1 позиции) | 3 | 1 | 2 |
|  | Выдвижение ноги в сочетании с полуприседанием | 3 | 1 | 2 |
|  | Выдвижение ноги в сочетании с переводом на каблук | 3 | 1 | 2 |
| 55 | Носок-каблук в характере русского танца | 3 | 1 | 2 |
| 56 | Упражнения на ориентировку в пространстве: повороты вправо, влево, движения по диагонали | 3 | 1 | 2 |
| 57 | Построения и перестроения: в колонну, в пары | 3 | 1 | 2 |
| 58 | Освоение техники выполнения приставных шагов в разных направлениях. | 3 | 1 | 2 |
| 59 | Усвоение элемента «Вальсовая дорожка» | 3 | 1 | 2 |
| 60 | Усвоение элемента «Балансе в сторону» | 3 | 1 | 2 |
| 61 | Усвоение элемента «Балансе вперед» | 3 | 1 | 2 |
| 62 | Закрепление элементов Вальса | 3 | 1 | 2 |
| 63 | Постановка «Вальса цветов» | 3 | 1 | 2 |
| 64 | Положения рук, принятые в русской пляске: свободно опущенные вниз | 3 | 1 | 2 |
| 65 | Руки вбок, руки скрещенные на груди | 3 | 1 | 2 |
| 66 | Взмахи платочком, хлопки в ладоши | 3 | 1 | 2 |
| 67 | Хлопушки для мальчиков | 3 | 1 | 2 |
| 68 | Построения и перестроения: в колонну по одному, в пары и обратно | 3 | 1 | 2 |
| 69 | Упражнения «Воротца» | 3 | 1 | 2 |
| 70 | Сужение и расширение круга, два круга | 3 | 1 | 2 |
| 71 | Свободное размещение в зале | 3 | 1 | 2 |
| 72 | Итоговый контрольный срез практическое задание | 3 | 1 | 2 |
|  | Итого: |  | 72 | 144 |

2 класс

|  |  |
| --- | --- |
| № п/п | Наименование разделов и тем |
| Максимальная учебная нагрузка | Самостоятельная работа | Аудиторные занятия |
| 1 РАЗДЕЛ Музыка и танец | | | | |
| 1 | Вводное занятие.(назначение хореографического зала) Инструктаж по технике безопасности ИОТ Нулевой контрольный срез | 3 |  | 2 |
| 2 | Понятие- характер музыкального произведения | 3 |  | 2 |
| 3 | Закрепление понятия Характер музыкального произведения | 3 | 1 | 2 |
| 4 | Закрепление понятия Динамические оттенки музыкального произведения | 3 | 1 | 2 |
| 5 | Закрепление понятия «Мелодия» | 3 | 1 | 2 |
| 6 | Закрепление понятия «движение» | 3 | 1 | 2 |
| 7 | Закрепление понятия «темп» | 3 | 1 | 2 |
| 8 | Закрепление понятия Виды музыкальных темпов. | 3 | 1 | 2 |
| 9 | Закрепление понятия «легато» и «Стаккато» в музыке. | 3 | 1 | 2 |
| 10 | Закрепление понятия «Длительности в музыке» | 3 | 1 | 2 |
| 11 | Закрепление понятия «Ритмический рисунок» | 3 | 1 | 2 |
| 12 | Закрепление понятия об акценте, метрической пульсации, сильные - слабые доли, | 3 | 1 | 2 |
| 13 | Музыкальный размер, закрепление | 3 | 1 | 2 |
| 14 | Сильные и слабые доли, закрепление | 3 | 1 | 2 |
| 15 | Закрепеление понятия «Контрастная музыка», закрепление | 3 | 1 | 2 |
| 16 | Строение музыкального произведения, закрепление | 3 | 1 | 2 |
| 2 РАЗДЕЛ Музыкально-ритмические упражнения | | | | |
| 17 | Музыкально-ритмические упражнения на область шеи, рук: круговые движения головы и рук | 3 | 1 | 2 |
| 18 | Знакомство с положением рук Подготовительное положение | 3 |  | 2 |
| 19 | Музыкально-ритмические упражнения на область корпуса | 3 | 1 | 2 |
| 20 | Музыкально-ритмические упражнения на область стопы:  Подъемы на полупальцы | 3 | 1 | 2 |
| 21 | Музыкально-ритмические упражнения на развитие ног: бег с подниманием колен, бег с выбросом ног вперед | 3 | 1 | 2 |
| 22 | Упражнения на развитие внимания «Враво, влево» | 3 | 1 | 2 |
| 23 | Изучение видов пространственных построений: круг, линия, диагональ. | 3 | 1 | 2 |
| 24 | Виды пространственных построений: диагональ, полукруг | 3 | 1 | 2 |
| 25 | Промежуточный контрольный срез.  Практическое задание: «исполнение ритмических упражнений» | 3 | 1 | 2 |
| 26 | Тактирование под музыку в разном темпе | 3 | 1 | 2 |
| 27 | Усвоение последовательности исполнения упражнений ритмики | 3 | 1 | 2 |
| 28 | Виды рисунков танца | 3 | 1 | 2 |
| 29 | Закрепление позиций ног и рук. | 3 |  | 2 |
| 30 | Танцевальный шаг назад в медленном темпе | 3 |  | 2 |
| 31 | Шаг на полупальцах назад | 3 | 1 | 2 |
| 32 | Шаг с высоким подъемом колена вперед на полупальцах | 3 | 1 | 2 |
| 33 | Спортивная ходьба,делая маховые движения руками | 3 | 1 | 2 |
| 34 | Освоение основного движения: бег, сгибая ноги сзади | 3 | 1 | 2 |
| 35 | Освоение основного движения: бег, вынося прямые ноги вперед | 3 | 1 | 2 |
| 36 | Полупреиседание по I II III позициям | 3 | 1 | 2 |
| 37 | Выдвижение ноги в сторону из III позиции | 3 | 1 | 2 |
| 38 | Выдвижение ноги вперед из III позиции | 3 | 1 | 2 |
| 39 | Закрепление элемента «Шаг переменный» | 3 | 1 | 2 |
| 40 | Выдвижение ноги вперед, в сторону по III позиции в сочетании с полуприседанием | 3 | 1 | 2 |
| 41 | Поднимание на полупальцы по III позиции | 3 | 1 | 2 |
| 42 | Выдвижение ноги на дегаже по II III позициям | 3 | 1 | 2 |
| 43 | Положение -Анфас | 3 | 1 | 2 |
| 44 | Положение -Эпольман | 3 | 1 | 2 |
| 45 | Прыжки на двух ногах по I,II позициях | 3 | 1 | 2 |
| 46 | Русский переменный ход вперед и назад в сочетаии с руками | 3 | 1 | 2 |
| 47 | Раскрывание рук вперед, в сторону из положения на поясе, в характере русского танца | 3 | 1 | 2 |
| 48 | Разучивание элементов Боковой русский ход «Припадание», «Гармошка», «Елочка» | 3 | 1 | 2 |
| 49 | Закрепеление элементов Боковой русский ход «Припадание», «Гармошка», «Елочка» | 3 | 1 | 2 |
| 50 | Разучивание элементов «Ковырялочка», «Припляс» | 3 | 1 | 2 |
| 51 | Закрепление элементов «Ковырялочка», «Припляс» | 3 | 1 | 2 |
| 52 | Разучивание дробных выстукиваний.  Для мальчиков – присядка «Мячик» | 3 | 1 | 2 |
| 53 | Закрепление дробных выстукиваний.  Для мальчиков – присядка «Мячик» | 3 | 1 | 2 |
| 54 | Разучивание вальсовой дорожки, двигаясь вперед и назад | 3 | 1 | 2 |
| 55 | Закрепление вальсовой дорожки, двигаясь вперед и назад | 3 |  | 2 |
| 56 | Построения и перестроения: «Звездочки», «Карусель» | 3 | 1 | 2 |
| 57 | Закрепление построения и перестроения: «Звездочки», «Карусель» | 3 | 1 | 2 |
| 58 | Построения и перестроения: «Плетень», «Корзиночка» | 3 | 1 | 2 |
| 59 | Закрепление построения и перестроения: «Плетень», «Корзиночка» | 3 | 1 | 2 |
| 60 | Перестроение из одного круга в два,  в три концентрических | 3 | 1 | 2 |
| 61 | Закрепление перестроения из одного круга в два,в три концентрических | 3 | 1 | 2 |
| 62 | Разучивание построения «Шен» | 3 | 1 | 2 |
| 63 | Закрепление построения «Шен» | 3 | 1 | 2 |
| 64 | Разучивание элементов «Переступание», «Шаг в сторону на каблук» | 3 | 1 | 2 |
| 65 | Закрепление элементов «Переступание», «Шаг в сторону на каблук» | 3 | 1 | 2 |
| 66 | Разучивание элементов: «Моталочка», «Веревочка» | 3 | 1 | 2 |
| 67 | Закрепление элементов: «Моталочка», «Веревочка» | 3 | 1 | 2 |
| 68 | Разучивание Композиция танца в ритме Польки | 3 | 1 | 2 |
| 69 | Закрепление композиции танца в ритме Польки | 3 | 1 | 2 |
| 70 | Разучивание танцевальной композиции «Сувенир» | 3 | 1 | 2 |
| 71 | Закрепление танцевальной композиции «Сувенир» | 3 | 1 | 2 |
| 72 | Итоговый контрольный срез .  Показ всех танцевальных композиций | 3 | 1 | 2 |
|  | Итого: |  | 72 | 144 |

**Содержание учебного предмета**

Раздел1. Музыка и танец

Связь музыки и движения. Взаимосвязь танцевального движения с музыкой. Понятие о строении музыкальной и танцевальной речи (мотив, фраза, предло­жение). Законченность мелодии и танцевального движения. Понятие о музыкальном вступлении и исходном положении танцующего. На­чало исполнения движения после музыкального вступления. Отраже­ние в движениях построения музыкального произведения. Понятие о трех музыкальных жанрах: марш - танец - песня. Знакомство с двухчаст­ным и трехчастным построением музыкального произведения.

Темп музыкального произведения в танцевальных движениях.

Понятие о музыкальных темпах. Классификация музыкальных темпов: медленный, быстрый, умеренный (изучается последним). Выполнение движений в различных темпах: переход из одного темпа в другой, ускорение и замедление заданного темпа, сохранение заданного темпа после пре­кращения звучания музыки.

Динамика и характер музыкального произведения в танцевальных движениях.

Понятие о динамике (forte, piano) музыкального произведения. Знакомство с динамическими контрастами в связи со смысловым со­держанием музыкального произведения. Определение на слух дина­мических оттенков музыки. Выполнение движений с различной амплитудой и силой мышечного напряжения в зависимости от динами­ческих оттенков.

Использование образных упражнений: «Ветер и ветерок», «Волны большие и маленькие», «Лес шумит» и др .

Понятие о характере музыки (радостная, печальная, торжест­венная и др.). Ладовая окраска музыкального произведения (мажор, ми­нор).

Этюды - импровизации на самостоятельное создание различных образов, развивающие творче­скую активность учащихся.

Метроритм, специальные упражнения.

Понятие о метре, ритме, ритмическом рисунке. Воспроизведе­ние разнообразных ритмических рисунков с помощью хлопков в ла­доши, притопов ног, позднее в сочетании с простыми танцевальными движениями.

Поня­тие сильных и слабых долей. Знакомство с музыкальными размерами: 2/4, 3/4, 4/4;

Упражнения на акцентирование «сильной» первой доли такта: ударом мяча, притопом ноги, хлопком в ладоши, прыжком, передачей куклы, взмахом платка и т.д. На «слабые» доли исполнение движений менее сильных.

Понятие о длительностях (целые, половинные, четвертные, вось­мые). Воспроизведение длительностей нот движениями:

- целая нота – полное приседание, круговое движение в поясе и др.;

- половинная нота – полуприседание, круговое движение головой по полукругу и др.;

- четвертная нота – шаг, подскок, прыжок и др.;

- восьмая нота – различные виды беговых шагов и т.д.

Раздел 2. Музыкально - ритмические упражнения

Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов. Развитие опорно-двигательного аппарата. Упражнения для различных частей тела: головы, шеи, плечевого пояса, рук, корпуса, ног. Подбор упражнений, способствующих разогреву мышц, развитию координации, скорости мышечных реакций. Ритмическая основа уп­ражнений должна соответствовать музыкальному материалу.

Упражнения для головы, шеи и плечевого пояса:

1. наклоны головы вперед, назад и в стороны;
2. повороты головы вправо, влево;
3. круговые движения головой по полукругу и по целому кругу;
4. вытягивание шеи вперед и в стороны;
5. подъем и опускание плеч вверх, вниз, вместе и поочередно;

- круговые движения плечами вперед и назад, двумя вместе и поочередно.

Упражнения для рук:

1. подъем и опускание вверх-вниз;
2. разведение в стороны;
3. сгибание рук в локтях;
4. круговые движения «мельница»;
5. круговые махи одной рукой и двумя вместе;

- отведение согнутых в локтях рук в стороны.

для кистей рук:

- сгибание кистей вниз, вверх;

- отведение вправо, влево;

- вращение кистей наружу, внутрь.

Упражнения для корпуса:

- наклоны вперед, в стороны;

- перегибы назад;

- повороты корпуса «пилка»;

- круговые движения в поясе;

- смещение корпуса от талии в стороны;

- расслабление и напряжение мышц корпуса (ронять корпус).

Упражнения для ног:

- полуприседания;

- подъем на полупальцы;

- подъем согнутой в колене ноги;

- разгибание и сгибание ноги в коленном суставе вперед, в сторону;

- то же с приседанием;

- отведение ноги, выпады вперед и в стороны;

- разворот согнутой в колене ноги.

для ступней ног:

- сгибание и разгибание ноги в голеностопном суставе;

- отведение стопы наружу в суставе, внутрь;

- круговые движения стопой.

Прыжки:

- на обеих ногах;

- на одной (по два, четыре, восемь на каждой);

- прыжок с просветом (из 6 позиции на 2 позицию и обратно);

- перескоки с одной ноги на другую с отведением работающей ноги на носок или пятку вперед и в стороны;

- подскоки;

Различные построения рисунков и фигур. Приемы перестроения из одной фигуры в другую. Развитие ориентировки в пространстве. Развитие чувства музыкального ритма и ритмичности движения. Ис­пользование различных видов шагов. Создание музыкально-двигательного образа на основе мелодии.

Виды рисунков танца: Виды фигур:

1. круг; - круг в круге;
2. змейка; - «звёздочка»;
3. цепочка; - «воротца»;
4. квадрат; - сужение и расширение круга.
5. колонна;
6. шеренга;
7. диагональ;
8. зигзаг.

Виды шагов и ходов:

1. танцевальный шаг с носка;
2. шаг с пятки;
3. шаг на полупальцах;
4. приставной шаг;
5. шаги на полуприседании;
6. маршевый шаг;
7. галоп;
8. подскок;
9. легкий бег с отбрасыванием ног назад, согнутых в коленях;

Раздел 3 Элементы классического, народного

и бального танцев

Элементы классического танца. Изучаются на середине зала при неполной выворотности ног.

Постановка корпуса, ног, рук, головы:

- позиции ног: 1, 2, 3;

- постановка стоп;

- позиции рук: подготовительное положение, постановка кисти, 1, 3, 2 (изучается последней, как наиболее трудная), музыкальный размер: 4/4 - 1 такт; 3/4 - 4 такта;

- battement tendu в 1 и 3 позициях, все направления, музыкальный размер: 4/4 - 2 такта;

- demi - plie в 1 и 3 позициях, музыкальный размер: 4/4 - 2такта;

- battement tendu et demi-plie в 1 и 3 позициях, музыкальный размер: 4/- 2такта, (1такт - на каждое движение);

- постановка корпуса, ног у станка (лицом к станку) в полувыворот­ных позициях;

1. preparation для руки у станка (держась одной рукой за станок);
2. наклон корпуса вперед, в сторону;
3. трамплинные прыжки;
4. понятие en face.

Элементы народного танца.

1. положение рук на поясе;
2. положения рук в паре (в русском);
3. шаг с приставкой;
4. шаг с подскоком;
5. притоп одинарный, тройной;
6. галоп;
7. подскок;
8. «ковырялочка»;
9. гармошка;
10. полуприсядка с выносом ноги вперед и в сторону;
11. присядка «мячик»;
12. хлопки в ладоши;
13. полька;
14. простейшие хлопушки;
15. вращение по точкам класса на месте.

Знакомство с основными правилами поведения в парном танце:

1. приглашение на танец;
2. постановка исполнителей в паре:
3. положение корпуса: лицом друг к другу, лицом по линии танца,  
   лицом против линии танца, в повороте парой, и др.
4. положения рук: взявшись за одну руку, за две руки, «крест-  
   накрест», «воротца», «под руки» и др.

- ведущая роль партнёра;

Воспитание уважительного отношения партнёров друг к другу. Развитие навыков исполнения парного танца.

Изучение классических бальных танцев:

- полька - вальс: «Фигурный»,

Массовые композиции. Освоение композиционного пространства. Навыки коллективного исполнительства. Обогащение исполнительской выразительности. Понятие об ансамбле, как согласованном действии исполнителей.

Изучение массовых композиций: «Вальс цветов», Русский танец «Сувенир», «Веселая полька» и др. (по выбору преподавателя)

**Требования к уровню подготовки учащихся**

1 КЛАСС

1 раздел: - иметь представление о темпах и динамике музыкальных произве­дений, уметь их определять и отражать в движениях;

- знать понятия: вступление, начало и конец предложения, уметь своевременно начинать движение по окончании вступления;

- знать понятия: «сильной» и «слабой» доли в такте и уметь выде­лить их соответствующими движениями;

- знать понятие метра и ритма;

-иметь навыки воспроизведения простейших ритмических рисунков с помощью хлопков в ладоши и притопов ног.

2 раздел: - иметь представление о двигательных функциях отдельных частей тела (головы, плеч, рук, корпуса, ног);

- иметь первоначальные навыки движенческой координации, хорео­графической памяти;

- знать простейшие построения (фигуры и рисунки танца), уметь самостоятельно размещаться в танцевальном зале;

- знать позиции ног (полувыворотные), позиции рук;

- владеть различными танцевальными шагами

3 раздел: - иметь представление о танцевальной композиции, выразительно­сти исполнения разнообразных танцев;

- уметь ориентироваться на площадке танцевального зала;

- иметь навыки исполнения движений в различных ракурсах и рисунках танца;

- иметь навыки исполнения танцевальных комбинаций и компози­ций;

- иметь навыки коллективного исполнительства.

2 КЛАСС

1 раздел:

- иметь представление о длительностях нот в соотношении с танце­вальными шагами;

- знать понятие лада в музыке (мажор, минор) и уметь отражать ла­довую окраску в художественных образах;

- знать понятие простых музыкальных размеров 2/4, 3/4, 4/4; уметь определять их на слух;

физических данных.

2 раздел:

- владеть навыками воспроизведения разнообразных ритмических рисунков с помощью хлопков в ладоши и притопов ног в сочета­нии с простыми танцевальными движениями.

- владеть первоначальными навыками постановки корпуса, ног, рук, головы;

- иметь навыки комбинирования движений;

- уметь перестраиваться из одной фигуры в другую;

- владеть различными танцевальными движениями, упражнениями на развитие физических данных.

3 раздел:

- иметь представление о массовой композиции, сценической площадке, рисунке танца, слаженности и культуре исполнения танца;

- уметь ориентироваться на сценической площадке;

- уметь самостоятельно создавать музыкально-двигательный образ;

- иметь навыки ансамблевого исполнения, сценической практики.

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.

Музыкальное произведение (фрагмент) подбирается к каждой части урока, определяется его структура, темп, ритмический рисунок, характер. Мелодии должны быть простыми, но не примитивными и не монотонными.

В оформлении урока можно использовать:

1. классическую музыку русских и зарубежных композиторов;
2. народную музыку;
3. музыку в современных ритмах.

Музыкальный материал должен быть:

1. доступным по форме, жанру, стилю и характеру для восприятия детьми младшего школьного возраста;
2. иметь выразительную мелодию и четкую фразировку;
3. быть близким по содержанию детским интересам.

**Формы и методы контроля, система оценок**

1. форма и содержание открытого урока определяется преподавателем; ­
2. контрольный урок, зачет должен включать отдельные фрагменты всех разделов программы и представлять собой законченный по форме музыкально-ритмический и танцевальный материал, ­соответствующий требованиям класса;
3. итоги контрольного урока, зачета обсуждаются преподавателями хореографических дисциплин.

В процессе работы учитель осуществляет **текущий и тематический контроль.** Контроль можно проводить в виде опроса, практического исполнения упражнений, викторин, игровых заданий и др.

В конце каждой четверти (октябрь, декабрь, март, май) проводятся **контрольные уроки**. В конце курса обучения проводится собеседование по вопросам, утвержденным преподавателями отделения. В каждый билет входит теоретический вопрос, практические задания.

**Промежуточная аттестация** осуществляется в виде просмотров, которые проводятся в конце полугодия (декабрь, май).

**Итоговая аттестация** осуществляется в виде просмотра исполнения всех программных элементов.

**Критерии оценки устных индивидуальных и фронтальных ответов:**

Активность участия.

Умение собеседника прочувствовать суть вопроса.

Искренность ответов, их развернутость, образность, аргументированность.

Самостоятельность.

Оригинальность суждений.

**Формы контроля уровня обученности:**

•  Викторины

•  Кроссворды

•  Отчетное творческое выступление

•  Тестирование

**Методическое обеспечение учебного процесса**

На уроках дисциплины «Ритмика и танец» учащиеся приобретают навыки музыкально-двигательной деятельности, осваивают простейшие тан­цевальные элементы.

Первая, подготовительная часть включает маршировку и разминку, построенные на простейших движениях, способствующие разогреву мышц, суставов и связок, желательно с элементами образно­сти.

Вторая, основная часть - изучение элементов классического и народного танцев; основ музыкальной грамоты; танцевальных дви­жений, их комбинирование; работу по развитию физических данных; работу над этюдами, композициями.

Третья, заключительная часть включает закрепление музыкаль­но-ритмического материала в игре, танцевально-игровые упражне­ния.

У каждой части урока свои задачи.

Главная задача подготовительной части - организовать внимание учащихся, подготовить мыш­цы, суставы, связки к интенсивной физической работе.

Задачами основной части являются: формирование осан­ки (постановка корпуса, рук, ног, головы); развитие силы, выносли­вости, начальных элементов координации посредством освоения тренировочных и танцевальных движений, музыкального и выразительного их исполнения.

Задача заключительной части - снятие физического и нервного напряжения, подъем эмоционального тонуса посредством игры.

При проведении урока необходимо постепенно увеличивать на­грузку: от простых упражнений к более сложным, расчленяя каждое упражнение на элементы. При этом следить за свободным, правиль­ным дыханием и общим самочувствием учащихся. Не следует ста­вить задачу разучить большое количество движений за урок. Важно добиваться осмысленного, правильного, музыкального исполнения каждого задания урока.

С первых уроков важна работа над культурой исполнения движений.

**Основные педагогические принципы в работе с детьми:**

доступ­ность,

системность,

последовательность,

учет возрастных особенно­стей,

заинтересованность,

перспективность.

Основные методы работы:

1. наглядный - практический качественный показ;
2. словесный - объяснение, желательно образное;
3. игровой - учебный материал в игровой форме;
4. творческий - самостоятельное создание учащимися музыкально- двигательных образов.

Качество знаний, умений и практических навыков учащихся вы­являются на контрольных уроках и дифференцированном зачёте по окончанию курса.

РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. (Внимание: дети). – М.: Ральф, 2000.
2. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. – Л..: Искусство,  
   1983.
3. Бекина С. И др. Музыка и движение – М.: Просвещение, 1984.
4. Васильева Т. Балетная осанка. Методическое пособие. – М.: Высшая школа изящных искусств.
5. Зацепина К., Климов А. и др. Народно-сценический танец.  
   Учебно-методическое пособие. – М.: Искусство, 1976.
6. Пинаева Е. Новые детские диско-танцы. Учебно-методическое пособие. – М.: ПБОЮЛ Монастырская М.В., 2003.
7. Пинаева Е. Образные танцы для детей. Учебно-методическое  
   пособие. – Пермь: ОЦХТУ «Росток», 2005.
8. Пинаева Е. Польки, вальсы, марши для детей. Учебно-  
   методическое пособие. – Пермь: ОЦХТУ «Росток», 2005.
9. Пинаева Е. Танцы современных ритмов для детей. Учебно-  
   методическое пособие. – Пермь: ОЦХТУ «Росток», 2005.
10. Пинаева Е. Массовые композиции для детей. Учебно-  
    методическое пособие. – Пермь: ОЦХТУ «Росток», 2005.