

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Учебного предмета

«Ритмика»

Учебный предмет ПО.01.УП.05.

срок обучения: 1 год

Старый Оскол

2026

Рассмотрено Педагогическим советом Протокол № 10 от 09.06.2026	Утверждено приказом № 53/5 от 09.06.2026
--	---

Разработчики:

Бовдей А.А.,

преподаватель МБУ ДО «Детская школа искусств №3» г. Старый Оскол
Белгородской области

Тибекин А.П.,

преподаватель МБУ ДО «Детская школа искусств №3» г. Старый Оскол
Белгородской области

Структура программы учебного предмета

I. Пояснительная записка

- Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе;
- Срок реализации учебного предмета;
- Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательной организации на реализацию учебного предмета;
- Форма проведения учебных аудиторных занятий;
- Цели и задачи учебного предмета;
- Обоснование структуры программы учебного предмета;
- Методы обучения;
- Описание материально-технических условий реализации учебного предмета.

II. Содержание учебного предмета

- Сведения о затратах учебного времени;

- Годовые требования по классам.

III. Требования к уровню подготовки учащихся

IV. Формы и методы контроля, система оценок

- Аттестация: цели, виды, форма, содержание;
- Критерии оценки.

V. Методическое обеспечение учебного процесса

- Методические рекомендации педагогическим работникам.

VI. Рекомендуемая литература

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1. Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе

Программа учебного предмета «Ритмика» разработана на основе и с учетом федеральных государственных требований к дополнительной предпрофессиональной программе в области театрального искусства «Искусство театра».

Учебный предмет «Ритмика» направлен на развитие музыкально-ритмических, двигательных и творческих способностей учащихся, формирование навыков восприятия музыки через движение и является составной частью комплекса учебных предметов, обеспечивающих театрально-исполнительскую подготовку.

Занятия ритмикой развивают музыкальный слух, память, чувство ритма, координацию движений, способствуют развитию творческой активности учащихся, знакомят с элементарными теоретическими основами музыкального искусства. Наряду с другими учебными предметами программа способствует расширению музыкального кругозора учащихся, формированию музыкального вкуса, развитию интереса к музыке и музыкальному театру.

Полученные на занятиях по ритмике знания, умения и навыки используются учащимися при освоении предметов театрального исполнительства и способствуют развитию музыкальности, пластической выразительности, координации и свободы движения.

2. Срок реализации учебного предмета

Срок реализации учебного предмета «Ритмика» составляет **1 год** и предусматривает его освоение в **1 классе**.

3. Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательной организации на реализацию учебного предмета

<i>Вид учебной нагрузки</i>	<i>Количество часов</i>
-----------------------------	-------------------------

Максимальная учебная нагрузка	33
-------------------------------	----

Аудиторные занятия	33
--------------------	----

Внеаудиторная (самостоятельная) работа не предусмотрена

Учебные занятия проводятся в течение **33 учебных недель** из расчета **1 часа в неделю**.

4. Форма проведения учебных аудиторных занятий

Занятия по учебному предмету «Ритмика» проводятся в мелкогрупповой форме (от 4 до 10 человек) или групповой форме (от 11 человек).

Продолжительность одного учебного занятия — **40 минут**.

Групповая и мелкогрупповая формы занятий позволяют развивать навыки взаимодействия учащихся, координацию движений, чувство ритма и ансамблевого взаимодействия.

5. Цель и задачи учебного предмета

Цель: развитие музыкально-ритмических, двигательных и творческих способностей учащихся посредством освоения основ музыкально-ритмической культуры.

Задачи:

- развивать чувство ритма, музыкальный слух, память и координацию движений;
- развивать навыки пластического интонирования музыкальных фраз и передачи средствами движения характера музыки;
- формировать чувство метрической упорядоченности музыкального движения;
- развивать воображение и фантазию посредством воплощения музыкальных образов в движении;
- формировать понимание значения темпа, динамики, метроритма и других средств музыкальной выразительности;
- формировать элементарные знания музыкальной терминологии и умение применять их в практической деятельности;
- развивать навыки свободного управления движениями и своим телом, способствовать снятию излишнего мышечного напряжения;
- формировать умение согласовывать движения с характером, темпом и ритмом музыкального произведения;
- осваивать основные музыкально-ритмические и танцевальные движения;
- развивать навыки взаимодействия в группе при выполнении музыкально-ритмических упражнений;

- формировать навыки, необходимые для дальнейшего освоения учебных предметов театрально-исполнительской направленности.

6. Обоснование структуры программы учебного предмета

Обоснованием структуры программы являются федеральные государственные требования, определяющие основные направления содержания и организации образовательного процесса.

Программа содержит следующие разделы:

- сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета;
- содержание учебного предмета и годовые требования;
- требования к уровню подготовки учащихся;
- формы и методы контроля, система оценок;
- методическое обеспечение учебного процесса;
- рекомендуемая литература.

В соответствии с данными направлениями строится содержание программы учебного предмета «Ритмика».

7. Методы обучения

Для достижения поставленной цели и реализации задач учебного предмета используются следующие методы обучения:

- **словесный** — объяснение, беседа, рассказ;
- **наглядный** — показ движений, упражнений и способов их выполнения;
- **наглядно-слуховой** — восприятие и анализ музыкального материала;
- **практический** — выполнение музыкально-ритмических упражнений и движений;
- **репродуктивный** — повторение и закрепление изученных движений и ритмических моделей;
- **эмоционально-образный** — использование музыкальных образов, ассоциаций, игровых и творческих заданий.

Методы обучения применяются с учетом возраста учащихся, уровня их подготовки и индивидуальных особенностей.

8. Описание материально-технических условий реализации учебного предмета

Материально-техническая база образовательной организации должна соответствовать санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

Для реализации учебного предмета «Ритмика» необходима учебная аудитория, обеспечивающая возможность свободного выполнения музыкально-ритмических и двигательных упражнений.

Учебная аудитория должна быть оснащена музыкальным инструментом (фортепиано или пианино), оборудованием для воспроизведения аудиозаписей, а также необходимыми учебными и методическими материалами.

Для проведения занятий должны быть созданы условия, обеспечивающие безопасность учащихся и возможность выполнения двигательных, ритмических и пластических упражнений.

II. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Музыкально-ритмические закономерности, знания, умения и навыки, приобретаемые учащимися в ходе занятий ритмикой посредством пластического интонирования и освоения средств музыкальной выразительности, составляют содержание учебного предмета «Ритмика».

Программа включает следующие основные направления работы:

- теоретические сведения;
- упражнения для выполнения музыкально-теоретических заданий;
- общеразвивающие упражнения;
- развитие творческих навыков;
- танцы и танцевальные упражнения;
- игры;
- упражнения с различными предметами;
- фигурные построения;
- музыкально-ритмические этюды.

Материал изучается в течение учебного года последовательно, с постепенным усложнением музыкально-ритмических и двигательных задач. Различные темы могут осваиваться на одном музыкальном материале, что позволяет закреплять приобретенные знания, умения и навыки и применять их в различных видах практической деятельности.

1. Сведения о затратах учебного времени

Срок реализации учебного предмета «Ритмика» составляет 1 год.

<i>Класс</i>	<i>Продолжительность занятий (в неделях)</i>	<i>учебных</i>	<i>Количество часов в неделю</i>	<i>аудиторных</i>	<i>Общее аудиторных часов</i>	<i>количество</i>
1	33		1		33	
Самостоятельная работа по учебному предмету «Ритмика» не предусматривается.						

2. Годовые требования

1 класс

Теоретические сведения

В течение учебного года учащиеся осваивают следующие понятия и представления:

- характер музыки;
- темп и его значение в создании музыкального образа;
- постепенное ускорение и замедление темпа;
- динамика, основные динамические оттенки, постепенное усиление и ослабление звучания, акценты;
- лад и основные ладовые связи;
- метрическая пульсация, такт, сильная и слабая доли;
- размеры 2/4, 3/4, 4/4;
- затакт;
- длительности нот: целая, половинная, четвертная, восьмая, половинная с точкой;
- паузы соответствующей продолжительности;
- ритмический рисунок;
- основные способы выполнения движений в соответствии с характером музыки;
- наиболее употребительные музыкальные термины;
- строение музыкального произведения: мелодия и аккомпанемент, фраза, кульминация, повторение, часть, реприза, вступление, заключение, куплет, запев, припев.

Упражнения для выполнения музыкально-теоретических заданий

Учащиеся должны приобретать и развивать следующие умения и навыки:

- воспринимать и передавать в движении характер, темп и динамические оттенки музыкального произведения;
- двигаться в заданном темпе без музыкального сопровождения;
- синхронизировать движения с музыкой, начинать и заканчивать движение одновременно с музыкальным звучанием;
- передавать в движении метрическую пульсацию;
- выполнять элементарные дирижерские движения в размерах 2/4, 3/4 и 4/4;
- передавать движением несложные ритмические рисунки;
- воспроизводить ритмические рисунки мелодии условными жестами;
- воспринимать и отражать в движении логическое членение музыкальной речи;
- соотносить характер движения со штриховой артикуляцией музыки: *legato*, *staccato*, *non legato*.

В процессе выполнения творческих заданий предусматриваются:

- выбор направления и характера движения в соответствии с музыкальным материалом;
- импровизация танцевальных и пластических движений;
- составление несложных двигательных комбинаций;
- создание доступных возрасту музыкально-двигательных образов;
- импровизация движений, отражающих характер, темп, динамику и ритм музыкального произведения;
- выполнение творческих заданий с различными предметами;
- развитие воображения, фантазии и способности самостоятельно находить способы двигательного воплощения музыкального образа.

Общеразвивающие упражнения

В течение учебного года формируются следующие умения и навыки:

- свободно и выразительно выполнять основные виды движений: ходьбу, бег, прыжки, подскоки;
- сохранять правильную осанку;
- координировать движения различных частей тела;
- выполнять общеразвивающие упражнения в соответствии с характером, темпом и ритмом музыкального сопровождения;
- сочетать собственные действия с действиями других участников группы;
- сохранять заданные построения: ряд, колонну, круг и другие;
- ориентироваться в пространстве;
- выполнять движения свободно, ритмично и выразительно.

Танцы, игры, упражнения с предметами и фигурные построения

Работа по данному направлению предусматривает:

- передачу в движении содержания и характера музыкально-ритмических игр и танцев;
- восприятие и отражение в движении особенностей музыкального материала и его структуры;
- выразительное и ритмически точное выполнение движений;
- согласование индивидуальных действий с действиями группы;
- развитие навыков взаимодействия с партнерами посредством движения;
- ориентирование в сценическом и учебном пространстве;
- выполнение основных танцевальных движений: танцевального шага с носка, мелкого бега на полупальцах, подскоков, бокового галопа, русского переменного шага, «припадания», «ковырялочки»;
- выполнение несложных действий с различными предметами: флажками, мячами и другими;

- использование простейших ударных и шумовых музыкальных инструментов;
- выполнение фигурных построений и перестроений в соответствии со структурой музыкального произведения.

Музыкально-ритмические этюды

Музыкально-ритмические этюды направлены на комплексное применение приобретенных знаний, умений и навыков.

В процессе работы учащиеся учатся:

- передавать средствами движения характер и образ музыкального произведения;
- согласовывать движения с темпом, ритмом, динамикой и формой музыки;
- самостоятельно находить выразительные движения;
- взаимодействовать с партнерами и группой;
- использовать приобретенные музыкально-ритмические и двигательные навыки при создании законченного музыкально-пластического образа.

III. ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ

Результатом освоения программы учебного предмета «Ритмика» является приобретение учащимися следующих знаний, умений и навыков:

- знание основных понятий, связанных с характером, темпом, динамикой, метроритмом и строением музыкального произведения;
- умение воспринимать характер музыкального произведения и эмоционально выразительно передавать его в движении;
- умение согласовывать движения с темпом, метроритмом, динамикой и строением музыкального произведения;
- умение начинать и заканчивать движение одновременно с началом и окончанием музыкального звучания;
- умение передавать в движении несложные ритмические рисунки;
- умение ориентироваться в пространстве, выполнять основные построения и перестроения;
- умение выполнять основные танцевальные и общеразвивающие движения;
- умение координировать движения различных частей тела;
- умение использовать движения для создания музыкально-двигательного образа;
- навыки выполнения индивидуальных, парных и групповых упражнений;
- навыки согласованного выполнения движений в группе;
- первоначальные навыки музыкально-двигательной импровизации.

IV. ФОРМЫ И МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ, СИСТЕМА ОЦЕНОК

1. Аттестация: цели, виды, форма, содержание

Контроль знаний, умений и навыков учащихся обеспечивает оперативное управление учебным процессом и выполняет обучающую, проверочную, воспитательную и корректирующую функции.

Оценка качества реализации программы учебного предмета «Ритмика» включает текущий контроль успеваемости и промежуточную аттестацию учащихся.

Текущий контроль успеваемости осуществляется преподавателем в процессе учебных занятий и направлен на определение степени освоения учащимися изучаемого материала, сформированности музыкально-ритмических и двигательных навыков. Текущий контроль проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Промежуточная аттестация проводится в форме контрольного урока в конце учебного года в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Контрольный урок может включать выполнение общеразвивающих и музыкально-ритмических упражнений, заданий на определение и передачу в движении характера, темпа, динамики, метроритма и строения музыкального произведения, а также исполнение танцев, музыкально-ритмических игр, этюдов, парных и групповых упражнений.

График промежуточной аттестации

<i>Класс</i>	<i>Вид аттестации</i>	<i>промежуточной аттестации</i>	<i>Дата</i>
1	Зачет (контрольный урок)		Май

2. Критерии оценки

Для проведения аттестации учащихся используются оценочные средства, позволяющие определить степень освоения предусмотренных программой знаний, умений и навыков.

При оценивании учитываются музыкальность и ритмичность исполнения, координация движений, соответствие движений характеру и структуре музыки, ориентирование в пространстве, выразительность и качество выполнения индивидуальных, парных и групповых заданий.

Оценка	Критерии оценивания
5 («отлично»)	Точное, ритмичное и выразительное выполнение заданий; уверенная координация движений; соответствие движений характеру, темпу, динамике и структуре музыкального произведения; свободное ориентирование в пространстве и согласованное взаимодействие с группой.
4 («хорошо»)	Грамотное и достаточно выразительное выполнение заданий с отдельными неточностями в координации, ритме или согласовании движений с музыкой, не нарушающими общего характера исполнения.
3 («удовлетворительно»)	Выполнение основных заданий с заметными неточностями; недостаточная координация и выразительность движений; отдельные нарушения ритма, темпа и пространственной организации; выполнение заданий требует помощи преподавателя.
2 («неудовлетворительно»)	Учащийся не справляется с основными программными требованиями; допускает значительные нарушения ритма и координации, затрудняется согласовывать движения с музыкой и выполнять основные музыкально-ритмические задания даже при помощи преподавателя.
«зачет» (без отметки)	Учащийся освоил основные знания, умения и навыки, предусмотренные программой, и выполняет программные требования на достаточном уровне.

При выставлении оценки учитывается степень освоения учащимся программных требований учебного предмета «Ритмика» и динамика его развития в течение учебного года.

V. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

Методические рекомендации педагогическим работникам

Основными направлениями работы на занятиях по учебному предмету «Ритмика» являются:

- формирование интереса к музыке и музыкально-театральной деятельности;
- формирование двигательных умений и навыков;
- развитие физических данных, координации движений, пластичности, двигательной памяти и выносливости;
- формирование умения соотносить движения с характером, темпом, ритмом и строением музыкального произведения;
- развитие свободы и выразительности движений;
- развитие творческих способностей учащихся;

- развитие внимания, музыкальной памяти, воображения и эмоциональной отзывчивости.

Работа на занятиях по ритмике строится на сочетании коллективных, групповых, парных и индивидуальных форм деятельности. Коллективные формы работы способствуют развитию организованности, навыков взаимодействия и согласованности движений. Вместе с тем занятия должны быть организованы таким образом, чтобы каждый учащийся имел возможность проявить индивидуальность, инициативу и творческие способности.

Важное место в процессе обучения занимает развитие детского творчества. Посредством движения учащиеся учатся передавать характер, настроение и содержание музыкального произведения. Использование разнообразных движений и их сочетаний в соответствии с характером музыки способствует развитию музыкальности, инициативы, воображения и творческой активности.

Одной из форм работы являются музыкально-ритмические этюды. Они представляют собой небольшие сюжетные или бессюжетные композиции, выполняемые индивидуально, в парах или группах. В этюдах учащиеся применяют приобретенные двигательные и музыкально-ритмические навыки, самостоятельно подбирают и сочетают движения в соответствии с характером и строением музыкального произведения. Музыкально-ритмические игры также способствуют развитию творческой активности, музыкального слуха, чувства ритма, внимания и координации движений.

Практическая работа на занятиях основывается на использовании различных видов движений: ходьбы, бега, прыжков, подскоков, танцевальных движений, общеразвивающих упражнений с предметами и без предметов, а также построений и перестроений. Особое внимание следует уделять правильному положению корпуса, координации движений, свободе мышечного аппарата и соблюдению требований безопасности при выполнении упражнений.

При организации учебного процесса необходимо соблюдать принципы последовательности, постепенности, доступности и систематичности. Учебные задания должны соответствовать возрастным и индивидуальным особенностям учащихся и постепенно усложняться по мере освоения ими необходимых знаний, умений и навыков.

Особое значение имеет подбор музыкального материала. Музыкальные произведения должны быть художественно содержательными, разнообразными по жанру, характеру, темпу и средствам выразительности, ясными по форме и доступными для эмоционального восприятия учащимися младшего школьного возраста.

В музыкальном оформлении занятий могут использоваться:

- произведения русских и зарубежных композиторов;
- народная музыка;
- произведения современных композиторов и современная музыка, соответствующая возрасту учащихся и задачам учебного предмета.

Музыкальный материал должен:

- соответствовать возрастным особенностям учащихся;
- быть доступным для восприятия по форме, жанру, стилю и характеру;
- иметь выразительную мелодию, четкую метроритмическую организацию и ясную фразировку;
- способствовать выполнению поставленных музыкально-ритмических и двигательных задач;
- создавать условия для развития музыкальности, выразительности движений и творческой активности учащихся.

VI. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Андреева М.П., Конорова Е.В. Первые шаги в музыке. Ч. II. Ритмика. - М., 1979
2. Ефремова Н.И. Теоретические основы становления музыкально-ритмической культуры музыканта: Автореферат дис. канд искусствоведения. – Магнитогорск, 2002
3. Жак-Далькроз Э. Ритм. – М.: Классика – XXI век, 2001
4. Заводина И.В. Методическое пособие по ритмике для 3 класса музыкальной школы
5. Заводина И.В. Методическое пособие по ритмике для 4 класса музыкальной школы
6. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике. Вып. 1. - М., 1972
7. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике. Вып. 2. - М., 1973
8. Куш В., Фролкин В. Предмет «Ритмика» в музыкальном воспитании// Художественное воспитание подрастающего поколения. Проблемы и перспективы: сборник статей. – Новосибирск, 1989. Стр. 197- 205

9. Медушевский В.В. Пути обновления методов музыкальной педагогики// Педагогический процесс как культурная деятельность. – Самара: СИПКРО, 1999. Стр. 367-369
10. Рыбкина Т.В. Музыкальное восприятие: пластические образы ритмоинтонации в свете учения Б.Асафьева: Автореферат дис. канд. искусствоведения – Магнитогорск, 2004
11. Сто пьес и отрывков для занятий по ритмике. Сост. Н.Г.Александрова. – М., 1948
12. Франио Г.С., Лифиц И.В. Методическое пособие по ритмике для первого класса музыкальной школы. М., 1987
13. Франио Г.С. Роль ритмики в эстетическом воспитании. М., 1988
14. Шушкина З. Ритмика. – М., 1967
15. Яновская В. Ритмика. – М., 1979