

**ДЕПАРТАМЕНТ КУЛЬТУРЫ ГОРОДА МОСКВЫ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ
"ДЕТСКАЯ МУЗЫКАЛЬНАЯ ШКОЛА ИМЕНИ А.П.БОРОДИНА"**

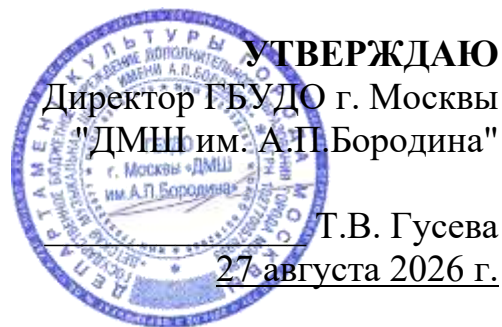
**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ
ПРОГРАММА В ОБЛАСТИ
МУЗЫКАЛЬНОГО ИСКУССТВА
"Фортепиано", "Хоровое пение", "Струнные инструменты",
"Народные инструменты", "Духовые и ударные инструменты"**

**Предметная область
В.ОО. ВАРИАТИВНАЯ ЧАСТЬ**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по учебному предмету
В.01.УП.01 РИТМИКА
Срок обучения – 2 года (1-2 класс)
(для учащихся, поступивших в первый класс
в возрасте от 6 лет 6 месяцев до 9 лет)**

Москва 2026

Рассмотрено
Педагогическим советом
ГБУДО г. Москвы
"ДМШ им. А.П.Бородина"
(Протокол от 27 августа 2026 г. № 1)



Составитель:

М.А.Хакимулина, преподаватель по классу ритмики Государственного бюджетного учреждения дополнительного образования города Москвы "ДМШ им. А.П. Бородина".¹

¹Данная программа основана на материалах программы, разработанной **Н.А.Москвичевой**, преподавателем Детской школы искусств города Новоуральска Свердловской области, главным балетмейстером Свердловского государственного академического театра музыкальной комедии; Главный редактор: **И.Е.Домогацкая**, генеральный директор Института развития образования в сфере культуры и искусства, кандидат педагогических наук; Технический редактор: **С.М.Пелевина**, научный сотрудник Института развития образования в сфере культуры и искусства; Рецензент: **Л.В.Костяшова**, преподаватель Детской музыкальной школы №68 имени Р.К.Щедрина города Москвы, член городского методического совета, почетный работник культуры города Москвы.

Структура программы учебного предмета

I Пояснительная записка.....	4
<i>Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе.....</i>	<i>4</i>
<i>Цель и задачи учебного предмета.....</i>	<i>4</i>
<i>Место учебного предмета в структуре образовательной программы.....</i>	<i>5</i>
<i>Срок реализации учебного предмета.....</i>	<i>5</i>
<i>Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию учебного предмета.....</i>	<i>7</i>
<i>Форма проведения учебных аудиторных занятий.....</i>	<i>6</i>
<i>Обоснование структуры программы учебного предмета.....</i>	<i>6</i>
<i>Методы обучения.....</i>	<i>6</i>
<i>Описание материально-технических условий реализации учебного предмета.....</i>	<i>7</i>
II Содержание учебного предмета.....	8
<i>Распределение учебного материала по годам обучения.....</i>	<i>8</i>
III Требования к уровню подготовки обучающихся.....	21
IV Формы и методы контроля, система оценок.....	22
<i>Аттестация: цели, виды, форма, содержание.....</i>	<i>22</i>
<i>Критерии оценки.....</i>	<i>23</i>
V Методическое обеспечение учебного процесса.....	23
<i>Методические рекомендации педагогическим работникам.....</i>	<i>23</i>
<i>Рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся</i>	
VI Список рекомендуемой учебно-методической литературы.....	25
<i>Основная учебно-методическая литература.....</i>	<i>25</i>
Учебная литература	
Методическая литература	
Ссылки на Интернет-ресурсы	

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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

Программа учебного предмета В.04.УП.04 "Ритмика" разработана на основе и с учетом Федеральных государственных требований к дополнительной предпрофессиональной программе в области музыкального искусства: "Фортепиано", "Хоровое пение", "Народные инструменты", "Струнные инструменты", "Духовые и ударные инструменты", утвержденных приказом Министерства культуры Российской Федерации в 2026 году.

Хореографическое воспитание занимает важное место в системе обучения детей в детской музыкальной школе, является наиболее эффективной формой художественно-эстетического развития личности ребенка, так как способствует раскрепощению детей, стимулирует их творческое общение, активизирует развитие восприятия, внимания, памяти, воображения, воли.

Программа "Ритмика" имеет практическую направленность, так как развивает у детей чувство ритма, координацию движений, танцевальную выразительность. Программа формирует любовь к танцу, учит осознанно воспринимать произведения хореографического искусства.

Предлагаемая программа рассчитана на один год обучения. Рекомендуемый возраст детей, приступающих к освоению программы 6 лет 6 месяцев.

Занятия проводятся в мелкогрупповой форме, численность учащихся в группе - от 4 до 10 человек. Мелкогрупповая форма занятий позволяет преподавателю построить процесс обучения в соответствии с принципами дифференцированного и индивидуального подходов.

Данная программа предполагает проведение итоговой аттестации в форме контрольного урока. Возможны другие формы итоговой аттестации. При выборе той или иной формы завершения обучения образовательная организация вправе применять индивидуальный подход.

Цель и задачи учебного предмета

Целью предмета "Ритмика" является развитие музыкальных способностей учащихся через овладение основами музыкально-ритмической культуры.

Задачи учебного предмета

Задачами учебного предмета являются:

- развитие музыкально-ритмических способностей;
- развитие физических данных, координации, ориентировки в пространстве;
- активизация творческих способностей;
- психологическое раскрепощение;

- формирование умений соотносить движение с музыкой;
- приобретение общетеоретической грамотности, предполагающей знания основ хореографического и музыкального искусства;
- обучение творческому использованию полученных умений и практических навыков;
- развитие художественного вкуса, фантазии;
- воспитание внимания, аккуратности, трудолюбия.
-

Место учебного предмета в структуре образовательной программы

Учебный предмет "Ритмика" входит в вариативную часть дополнительных предпрофессиональных программ "Фортепиано", "Хоровое пение", "Струнные инструменты", "Народные инструменты", "Духовые и ударные инструменты".

Данный раздел содержит перечень знаний, умений и навыков, приобретение которых обеспечивает программа по учебному предмету "Ритмика", а также возможность индивидуального подхода к каждому ученику. Содержание программы направлено на обеспечение художественно-эстетического развития личности и приобретение художественно-исполнительских знаний, умений и навыков.

Результатом освоения программы учебного предмета "Ритмика" являются следующие *знания, умения, навыки*:

- Знание основных понятий и терминов в области хореографии и музыки.
- Знание техники безопасности.
- Представление о двигательных функциях отдельных частей тела.
- Знание позиций ног, рук.
- Навыки координации.
- Владение различными танцевальными движениями.
- Представление о сценической площадке, рисунке танца, слаженности и культуре исполнения танца.
- Навыки исполнения танцевальных движений, комбинаций и композиций.

Срок реализации учебного предмета

При реализации программы учебного предмета "Ритмика" со сроком обучения 2 года, продолжительность учебных занятий в течение каждого года обучения составляет 33 недели в году.

**Объём учебного времени предусмотренный учебным планом
образовательного учреждения на реализацию учебного предмета**

Таблица 1

Срок обучения/класс	Срок обучения - 2 года
Максимальная учебная нагрузка (в часах)	99
Аудиторная нагрузка (в часах)	66
Самостоятельная нагрузка (в часах)	33

**Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом
образовательного учреждения на реализацию учебного предмета**

Общая трудоемкость учебного предмета "Ритмика" при 2-х летнем сроке обучения составляет 33 недели в год. Из них: 66 часов – аудиторные занятия, 33 часа – самостоятельные занятия, *максимальная нагрузка составляет –99 часов.*

Форма проведения учебных аудиторных занятий

-групповая (от 4-х человек)

Структура программы

Программа содержит необходимые для организации занятий параметры:

1. сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета;
2. распределение учебного материала по годам обучения;
3. описание дидактических единиц учебного предмета;
4. требования к уровню подготовки учащихся;
5. формы и методы контроля, система оценок;
6. методическое обеспечение учебного процесса.

В соответствии с данными направлениями строится основной раздел программы "Содержание учебного предмета".

Методы обучения

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

- словесно-образное объяснение, беседа, рассказ;

- наглядный качественный показ;
- эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, художественные впечатления);
- практический (творчески-самостоятельное создание учащимися музыкально-двигательных образов, разучивание композиций).

Описание материально-технических условий реализации учебного предмета

Учебная аудитория для занятий по предмету имеет соответствующую площадь, обеспечена необходимой мебелью и оснащена необходимым оборудованием (балетными станками, фортепиано, звуко- и видеовоспроизводящим устройством), наглядными пособиями.

Эксплуатация всех систем находится на техническом обслуживании различных организаций города Москвы. Техническое, эстетическое и санитарное состояние всех учебных помещений соответствует требованиям СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей" от 4 июля 2014 года №41.

Имеется концертный зал на 49 мест, 2 кладовые (для хранения музыкальных инструментов, концертных костюмов).

Наименование специализированных кабинетов и их материально-техническое обеспечение

Наименование дисциплин в соответствии с учебным планом	Наименование специализированных кабинетов с перечнем основного оборудования
"Ритмика"	№ 4 Кабинет индивидуальных дисциплин Электропиано Yamaha YDP-161C - 1 шт. Arius+BC100DR с банкеткой Тумба - 2 шт. Банкетка 2-х местная (от пианино 4087/3617 с 9 класса) - 1 шт. Стул бежевый - 1 шт. Стул на металлокар белый -18 шт. Стул СМ-1 - 1 шт. Зеркало для хореографического зала (1000х2000) - 7 шт. Станок хореографический стационарный - 4 шт.

II. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Учебно-тематический план

Содержание учебного предмета направлено на обеспечение художественно-эстетического развития личности и приобретения ею художественно-исполнительских знаний, умений и навыков. В течение учебного года планируется проведение открытых уроков для родителей, участие в массовых мероприятиях.

Первый год обучения (1 класс)

№	Название раздела и темы	Количество часов		
		теория	практика	всего
<u>1 четверть</u>				
1	Вводное занятие (организационное)		1	1
2	Мелодия и движение, темпы;		1	1
3	Строение музыкального произведения;		1	1
4	Характер музыки		2	2
5	Музыкально- ритмическая гимнастика и общеукрепляющие упражнения		3	3

№	Название раздела и темы	Количество часов		
		теория	практика	всего
<u>2 четверть</u>				
1	Музыкально-ритмическая гимнастика и общеукрепляющие упражнения		3	3
2	Построения и перестроения		1	1
3	Танцевальные		3	3

	этюды			
4	Контрольный урок		1	1
№	Название раздела и темы	Количество часов		
		теория	практика	всего
<u>3 четверть</u>				
1	Вводное занятие (организационное)		1	1
2	Мелодия и движение, темпы;		2	2
3	Характер музыки		2	2
4	Шаги и бег		2	2
5	Музыкально-пространственные упражнения		3	3

№	Название раздела и темы	Количество часов		
		теория	практика	всего
4 четверть				
1	Вводное занятие (организационное)		1	1
2	Музыкально- ритмические игры		2	2
3	Характер музыки		2	2
4	Упражнения с предметами		1	1
5	Контрольный урок		1	3

Годовые требования (1 класс)

На первом году обучения важным является развитие музыкального слуха и памяти, двигательных навыков (лёгкость шага, прыжка, бега), исправление недостатков в осанке и развитие эмоциональной сферы ребенка.

1. Музыкальная грамота:

Тема 1. Воспитание восприятия характера музыки.

Тема 2. Темп. Речевые упражнения.

Тема 3. Динамика.

Тема 4. Строение музыкального произведения.

Материал разбивается концентрическим методом в течение всего учебного года, уроки строятся комплексно.

Часто разные темы прорабатываются на одном и том же музыкальном примере.

2. Музыкально-ритмическая гимнастика и общеукрепляющие упражнения

1. Упражнения для головы:

- повороты головы;
- наклоны головы;
- круговые движения головы.

2. Движения плеч и корпуса:

- подъем и опускание плеч;
- наклоны корпуса вперед, в сторону.

3. Упражнения для ног:

- подъем на полупальцы;
- перекаты с полупальцев на пятки;
- сгибание ног в коленях (пружинка).

4. Прыжки:

- прыжки по VI позиции;
- на одной ноге.

5. Шаги:

- бытовой;
- легкий шаг с носка;
- шаги с хлопками;
- шаг на полупальцах;
- приставной шаг.

6. Бег:

- легкий бег;
- бег, сгибая ноги сзади;

3. Музыкально-пространственные упражнения

1. Различие правой, левой ноги, руки, плеча.

2. Повороты

3. Построения и перестроения:

- в колонну по одному;
- из колонны в шеренгу;
- круг;

4. Музыкально-ритмические игры:

- упражнения с мячом;
- упражнения с платочками.

4. Танцевальные этюды и танцы

Этюд поставленный педагогом, на выученном материале.

Второй год обучения (2 класс)

№	Название раздела и темы	Количество часов		
		теория	практика	всего
<u>1 четверть</u>				
1	Вводное занятие (организационное)		1	1
2	Мелодия и движение, темпы;		1	1
3	Строение музыкального произведения;		1	1
4	Характер музыки		2	2
5	Музыкально- ритмическая гимнастика и общеукрепляющие упражнения		3	3

№	Название раздела и темы	Количество часов		
		теория	практика	всего
<u>2 четверть</u>				
1	Музыкально-ритмическая гимнастика и общеукрепляющие упражнения		3	3

2	Построения и перестроения		1	1
3	Танцевальные этюды		3	3
4	Контрольный урок		1	1

№	Название раздела и темы	Количество часов		
		теория	практика	всего
3 четверть				
1	Вводное занятие (организационное)		1	1
2	Мелодия и движение, темпы;		2	2
3	Характер музыки		2	2
4	Шаги и бег		2	2
5	Музыкально- пространственные упражнения		3	3

№	Название раздела и темы	Количество часов		
		теория	практика	всего
4 четверть				
1	Вводное занятие (организационное)		1	1
2	Музыкально- ритмические игры		2	2
3	Характер музыки		2	2
4	Упражнения с предметами		1	1
5	Контрольный урок		1	3

Годовые требования (2 класс)

На втором году обучения акцент делается на закреплении и углублении навыков, полученных в 1-м классе, развитии чувства ритма, координации движений, выразительности исполнения, а также на формировании навыков коллективного взаимодействия в музыкально-ритмических упражнениях и танцах.

1. Музыкальная грамота

Тема 1. Ритм и ритмические рисунки.

Тема 2. Метр и размер (2/4, 3/4, 4/4).

Тема 3. Длительности нот (целые, половинные, четверти, восьмые).

Тема 4. Акцент и сильная доля.

Тема 5. Музыкальные фразы и предложения.

Материал распределяется концентрическим методом в течение учебного года, уроки строятся комплексно. Разные темы часто прорабатываются на одном и том же музыкальном примере, что позволяет глубже усвоить материал и развить музыкальный слух.

2. Музыкально-ритмическая гимнастика и общеукрепляющие упражнения

1. Упражнения для головы и шеи:

- плавные повороты головы влево-вправо;
- наклоны головы вперёд-назад;
- круговые движения головой (по часовой стрелке и против).

2. Движения плеч и корпуса:

- подъём и опускание плеч поочерёдно и одновременно;
- вращения плечами вперёд и назад;
- наклоны корпуса вперёд, назад, в стороны;
- повороты корпуса с вытянутыми в стороны руками.

3. Упражнения для рук:

- подъёмы и опускания рук в разных направлениях;
- круговые движения руками;
- синхронные и асинхронные движения руками.

4. Упражнения для ног:

- подъём на полупальцы и опускание на всю стопу;
- перекаты с полупальцев на пятки;
- сгибание ног в коленях с пружинящим движением;
- махи ногами вперёд, в сторону, назад (с опорой и без).

5. Прыжки:

- прыжки по VI позиции с мягким приземлением;
- прыжки на одной ноге с сохранением равновесия;
- лёгкие прыжки с чередованием ног;
- прыжки с поворотом на 90°.

6. Шаги:

- бытовой шаг с ровной осанкой;
- лёгкий шаг с носка;
- шаги с хлопками в ладоши;
- шаг на полупальцах;
- приставной шаг вправо и влево;
- переменный шаг (чередование правой и левой ноги).

7. Бег:

- лёгкий бег с высоким подниманием коленей;
- бег, сгибая ноги сзади, с лёгким касанием пяток руками;
- бег с изменением направления под музыку.

3. Музыкально-пространственные упражнения

1. Ориентация в пространстве:

- различение правой и левой стороны, руки, ноги, плеча;
- определение направления движения (вперёд, назад, влево, вправо, по диагонали).

2. Повороты:

- повороты на месте на 90° и 180°;
- повороты во время движения.

3. Построения и перестроения:

- в колонну по одному и по двое;
- из колонны в шеренгу и обратно;
- построение в круг, полукруг;
- перестроения "змейкой", "расходящимися линиями".

4. Музыкально-ритмические игры:

- игры с мячом (передача по кругу, подбрасывание в такт музыке);
- упражнения с платочками (хлопки в такт, передача по кругу);
- игры на внимание и реакцию ("Замри", "Повторяй за мной").

4. Танцевальные этюды и танцы

1. Этюды, поставленные педагогом на основе изученных движений:

- этюды с элементами марша;
- этюды с прыжками и поворотами;
- этюды с использованием рук и корпуса.

2. Простые танцы:

- хоровод с перестроениями;
- парный танец с простыми шагами и поворотами;
- танец с предметами (платочки, ленты).

3. Импровизация:

- свободное движение под музыку с использованием изученных элементов;
- создание мини-этюдов в парах и группах.
-

III. ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ

Прогнозируемые результаты по окончанию первого года обучения

Учащийся должен овладеть рядом знаний и навыков:

- правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку;
- иметь навык легкого шага с носка на пятку;
- передать характер музыки, ритм, темп;
- уметь вовремя начать движение и закончить его с концом музыкального предложения.

Прогнозируемые результаты по окончании второго года обучения **(2-й класс)**

Учащийся должен овладеть рядом знаний и навыков:

- Различать на слух музыкальные размеры 2/4, 3/4, 4/4 и передавать их в движениях.
- Сохранять правильную осанку и координацию при выполнении шагов (бытовой, с носка, приставной, переменный) и прыжков (по VI позиции, с поворотом на 90°).
- Начинать и заканчивать движение точно с началом и концом музыкального предложения, соблюдая темп и динамику (медленный/быстрый, громко/тихо).
- Ориентироваться в пространстве и выполнять под музыку построения и перестроения: в колонну (по одному и по двое), шеренгу, круг, "змейкой".
- Воспроизводить простые ритмические рисунки хлопками, шагами или ударами ног, выделять сильную долю в разных размерах.
- Исполнять простые танцы и этюды (хоровод, парный танец, танец с предметами — платочки, ленты) с выражением, согласовывая действия с партнёрами

IV. ФОРМЫ И МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ, СИСТЕМА ОЦЕНОК.

Аттестация: цели, виды, форма, содержание

Контроль знаний, умений, навыков учащихся обеспечивает оперативное управление учебным процессом и выполняет обучающую, проверочную, воспитательную и корректирующую функции. Программа предусматривает текущий контроль, промежуточную аттестацию, а также итоговую аттестацию. Промежуточный контроль успеваемости учащихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет в виде творческого просмотра по окончании каждой четверти учебного года. Преподаватель имеет возможность по своему усмотрению проводить промежуточные просмотры по разделам программы (текущий контроль).

Итоговая аттестация проводится в форме контрольного урока и участия в годовом отчетном концерте школы.

На заключительном просмотре учащиеся должны продемонстрировать:

знания:

- основ музыкальной грамоты;
- основ хореографического искусства;
- принципов взаимодействия музыки и танца;

умения и навыки:

- самостоятельно исполнять ритмические упражнения;
- исполнения танцевальных движений, комбинаций и композиций;
- соблюдения требований к безопасности при выполнении танцевальных движений.

Критерии оценки

По результатам текущей, промежуточной и итоговой аттестации выставляются оценки: "отлично", "хорошо", "удовлетворительно".

- *5 (отлично)* - ставится, если учащийся точно и грамотно выполнил задания;
- *4 (хорошо)* – ставится при некоторой неточности в исполнении заданных движений и комбинаций, недочетов в исполнении танцевальных композиций;
- *3 (удовлетворительно)* - ставится, если исполнение неряшливо, недостаточно грамотно и маловыразительно.

Согласно ФГТ данная система оценки качества исполнения является основной и носит объективный характер. В зависимости от сложившихся традиций того или иного образовательного учреждения и с учётом целесообразности оценка качества исполнения может быть дополнена системой "+" и "-", что даст возможность более конкретно и точно оценить выступление учащегося.

V.МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

Методические рекомендации преподавателям

В каждом ребенке в большей или меньшей степени заложена потребность в движении, в танце. Основная педагогическая задача – активизировать и поддержать эту потребность. "Добывая" музыкальные знания, ребенок осуществляет мыслительные действия, которые позволяют ему повторить открытия, когда-то уже совершенные. В данном процессе происходит "присвоение" знаний, которые становятся духовным капиталом ребенка.

В процессе обучения ребенок открывает для себя свойства музыкального звука (тембр, длительность, высоту, громкость); познает двигательные способности своего тела. Учебная работа по восприятию

данных качеств звука развивает музыкальные способности ученика, метроритмическое чувство. И, как результат развития этих способностей, - формирование навыков движения под музыку.

Программа имеет своей целью адаптировать относительно сложные музыкальные и хореографические понятия к младшему школьному возрасту; сформировать навыки исполнения различных танцев, обогатить познания ребенка об окружающем мире представлениями о хореографическом искусстве. Поскольку речь идет о групповых занятиях, предпочтение отдается методике игрового сотрудничества.

Музыкальное сопровождение урока является основой музыкально-ритмического воспитания и влияет на развитие музыкальной культуры учащихся. Музыкальное оформление должно быть разнообразным и качественно исполненным. Произведения должны быть доступными для восприятия детей, ясными по фактуре, жанру, стилю, разнообразными по характеру и мелодическому содержанию.

На занятиях используется:

- классическая музыка,
- народная музыка,
- музыка в современных ритмах.

Рекомендации по организации самостоятельной работы учащихся

С учётом специфики предмета (необходимости непосредственного контроля преподавателя над качеством движения, точностью пространственных координат и мышечным освобождением, особенно на первом этапе обучения) при планировании самостоятельной домашней работы учащихся методически целесообразнее направить их не на повторение хореографических композиций целиком, а на отработку отдельных элементов, не требующих большого пространства и не несущих риска закрепления двигательных ошибок. На первом этапе обучения (1 класс) самостоятельная работа сводится преимущественно к ритмическим и слуховым упражнениям, не связанным с перемещением в пространстве; во 2 классе возможно добавление простых двигательных заданий с обязательным самоконтролем перед зеркалом.

Начинать разбор произведения можно с ритмического рисунка (прохлопывая его в ладоши, отстукивая пальцами по столу), впоследствии соединив его с пластическим движением по возможности — только hands-only варианты (движения рук, головы, корпуса на месте). Разбор и запоминание структуры произведения (чередование частей, фразировка, динамические контрасты) является другой важной частью домашнего задания. Проговаривание схемы движения в ритме и характере произведения — например: "четыре шага вперёд — поворот — четыре шага назад — поза" — является действенным методом в процессе подготовки к уроку. При таком подходе к домашней работе меньше вероятность негативного результата, когда самостоятельные занятия (а именно — повторение движения без

контроля) закрепляют ошибочные двигательные стереотипы, и в классе приходится переучивать, устраняя приобретённые дома дефекты координации и осанки.

Существенную роль в самостоятельной работе играет прослушивание музыки, под которую на уроке строится движение. Учащийся должен знать произведение, под которое он будет двигаться, настолько хорошо, чтобы узнавать фразы, anticipate смену характера и предугадывать сильные доли

Для этого преподаватель выдаёт список произведений и аудиозаписи (или ссылки на них). Слушание следует сопровождать методическими указаниями: на что обратить внимание — где музыка ускоряется, где становится тихой, где вступает новый инструмент. Полезно давать задание "нарисовать форму музыки" — отметить на листе, сколько раз повторяется фраза, где контраст, где кульминация.

Нельзя переоценить пользу, которую приносит просмотр видеозаписей профессиональных исполнителей — балетных и хореографических номеров, эстрадных и спортивно-балльных программ, фольклорных ансамблей, — с обязательным методическим обсуждением, привлечением внимания ученика к ключевым моментам: осанке, координации рук и ног, выразительности позы, соответствию движения характеру музыки. Просмотр записи своего собственного выступления на школьном концерте или открытого урока с последующим разбором не менее полезен — это формирует навык самонаблюдения и адекватной самооценки.

Не менее полезным является совместное посещение концертов и спектаклей: балетных постановок, хореографических концертов, выступлений ансамблей народного и современного танца, детских хореографических коллективов. На этих концертах учащиеся могут увидеть выступления наиболее одарённых и хорошо подготовленных детей своего возраста, успехи которых стимулируют их собственное дальнейшее развитие и формируют зрительский опыт, неотъемлемый от исполнительского.

Большое значение для развития, обучения и воспитания учащихся имеют тематические общешкольные концерты и открытые уроки учащихся и преподавателей: таким образом осуществляется преемственность в концертно-исполнительской деятельности, воспитание уважения к традициям и патриотическое воспитание учащихся, прививается культура поведения — как на сцене, так и в зрительном зале. Участие в концерте требует от учащегося собранности, ответственности и готовности продемонстрировать результат своей работы, что само по себе является мощным стимулом к более осознанной самостоятельной подготовке.

VI. СПИСКИ РЕКОМЕНДУЕМОЙ УЧЕБНОЙ И МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

Учебная литература

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. М.: 2000.
2. Руднева С., Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение. М.: Просвещение, 1972.
3. Современный балльный танец – под редакцией В.М. Стриганова и В.И.Уральской. М.: Просвещение, 1978.
4. Бекина С.И., Музыка и движение. М.: Просвещение, 1983.
5. Климов А., Основы русского народного танца. М.: Искусство.1981.

Методическая литература

1. Лифиц И.В. Ритмика: Учебное пособие
2. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике
3. Г. Франио. Методическое пособие по ритмике
4. Э.Жак-Далькроз. Ритм

Ссылки на Интернет-ресурсы

1. https://dshi16.ucoz.ru/2018/pdf/programma_ritmika_1-2_klass.pdf
2. https://rusneb.ru/catalog/006764_000132_RU_ГПНТБ+России_IBIS_116739/
3. https://muzruk2-dou9.edumsko.ru/uploads/36200/36133/section/790065/Briske_I.E._Ritmika_i_tanec._Chelyabinsk_1993g..pdf