

Государственное автономное нетиповое образовательное учреждение
Свердловской области «Дворец молодёжи»
Отделение художественно-эстетического образования

Принята на заседании
научно-методического совета
ГАНОУ СО «Дворец молодёжи»
Протокол № 3 от 14.05.2026 г.

Утверждена директором
ГАНОУ СО «Дворец молодёжи»
А.Н. Слизько
Приказ № 682-д от 14.05.2026 г.

**Дополнительная предпрофессиональная
программа в области хореографического искусства
«Хореографическое творчество»**

Срок реализации: 8 лет
Возраст обучающихся: от 6 л. 6 мес.-9 лет до 18 лет
Срок реализации: 5 лет
Возраст обучающихся: от 10-12 лет до 18 лет

Предметная область ПО.01. Хореографическое исполнительство
Программа по учебному предмету
ПО.01.УП.02. «РИТМИКА»
для 1 - 2 года обучения с 8-летним сроком освоения
для 1 года обучения с 5-летним сроком освоения

СОГЛАСОВАНО:
Начальник отделения
художественно-эстетического
образования
Н. Н. Пирогова
«05» апреля 2026 г.

Авторы-составители:
Голланд К.Л., педагог
дополнительного образования
Зверева В.Н., старший методист
Гарбуличева А.В., методист

г. Екатеринбург, 2026

Содержание

1. Пояснительная записка

- 1.1. Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе
- 1.2. Срок реализации учебного предмета
- 1.3. Объём учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию учебного предмета
- 1.4. Форма проведения учебных аудиторных занятий
- 1.5. Цели и задачи учебного предмета
- 1.6. Обоснование структуры программы учебного предмета
- 1.7. Методы обучения
- 1.8. Материально-технические условия реализации учебного предмета

2. Содержание учебного предмета

- 2.1. Сведения о затратах учебного времени
- 2.2. Учебно-тематический план
- 2.3. Годовые требования по годам обучения

3. Требования к уровню подготовки

4. Формы и методы контроля, система оценок

- 4.1. Аттестация: цели, виды, форма, содержание
- 4.2. Критерии оценки

5. Методическое обеспечение учебного процесса

- 5.1. Методические рекомендации педагогическим работникам

6. Список литературы и средств обучения

7. Фонд оценочных средств для проведения текущей, промежуточной и итоговой аттестации

1. Пояснительная записка

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

Программа учебного предмета «Ритмика» разработана на основе и с учётом федеральных государственных требований к дополнительной предпрофессиональной программе в области хореографического искусства «Хореографическое творчество».

Учебный предмет «Ритмика» 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. Учебный предмет «Ритмика» является базовым для овладения другими хореографическими дисциплинами такими как: классический танец, народный танец, историко-бытовой танец, современный танец.

Учебный предмет «Ритмика» состоит из двух разделов. Первый раздел предусматривает приобретение учащимися двигательных навыков и умений, овладение большим объёмом новых движений, развитие координации, формирование осанки и физических данных, необходимых для занятия хореографией. Второй 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. Содержание разделов программы предполагает вариативность использования предложенного материала, выбор которого направлен на раскрытие способностей учащихся.

1.2. Срок реализации учебного предмета

Срок освоения программы для детей, поступивших в образовательное учреждение в возрасте от шести лет шести месяцев до девяти лет, составляет 2 года по 8-летней программе. Срок освоения программы для детей, поступивших в образовательное учреждение на обучение в возрасте от 10 до 12 лет, составляет 1 год по 5-летней программе.

1.3. Объём учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию учебного предмета

Срок обучения 8 лет

Таблица 1

Вид учебной работы	1 год обучения	2 год обучения
Максимальная нагрузка (в часах)	64	66
Количество часов на аудиторные занятия	64	66
Общее количество часов на внеаудиторные (самостоятельные) занятия	-	-
Общее количество часов на аудиторные занятия	130	
Недельная аудиторная нагрузка	2	2
Консультации	4	4

Срок обучения 5 лет

Таблица 2

Вид учебной работы	1 год обучения	2 год обучения
Максимальная нагрузка (в часах)	66	-
Количество часов на аудиторные занятия	66	-
Общее количество часов на внеаудиторные (самостоятельные) занятия	-	-
Общее количество часов на аудиторные занятия	66	
Недельная аудиторная нагрузка	2	-
Консультации	2	-

Аудиторная нагрузка по учебному предмету распределяется по годам обучения с учётом общего объёма аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет ФГТ.

1.4. Форма проведения учебных аудиторных занятий – групповая, мелкогрупповая. Формы проведения учебных занятий подбираются педагогом с учётом возрастных психологических особенностей обучающихся, а также исходя из целей и задач программы. Численность обучающихся:

- групповые занятия — от 11 до 15 человек;
- мелкогрупповые занятия — от 4 до 10 человек.

Рекомендуемая продолжительность учебного занятия 40- 45 минут.

1.5. Цель и задачи учебного предмета

Цель: развитие музыкально-ритмических и двигательных способностей учащихся через овладение основами музыкально-ритмической культуры.

Задачи:

- применение знаний основ музыкальной грамоты, необходимых для успешного обучения на уроках ритмики;
- умение передавать характер и образное содержание музыки в ритмически организованных движениях;

- освоение двигательных навыков, способствующих развитию координации движения;
- воспитание внимания, выносливости и стремления выполнить задачу, поставленную преподавателем;
- приобщение к здоровому образу жизни; формирование правильной осанки;
- развитие образного восприятия музыки и способности к двигательной импровизации; воспитание творческой индивидуальности ребёнка;
- развитие музыкальных способностей: музыкальной памяти и метроритмического чувства.

1.6. Обоснование структуры программы учебного предмета «Ритмика»

Обоснованием структуры программы являются Федеральные государственные требования отражающие все аспекты работы педагога с учащимся. Программа учебного предмета содержит следующие разделы:

- сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета;
- распределение учебного материала по годам обучения;
- описание дидактических единиц учебного предмета;
- требования к уровню подготовки обучающихся;
- формы и методы контроля, система оценок;
- методическое обеспечение образовательного процесса.

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

1.7. Методы обучения

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

- Наглядно-слуховой – прослушивание музыкального примера с последующим показом движений педагогом.
- Словесный – беседа о характере музыки, её художественных образах; объяснение средств музыкальной выразительности; эмоциональный рассказ преподавателя о прозвучавшем произведении, необходимый для формирования у обучающихся ассоциативного восприятия музыки; аналитический: оценка результатов учебного процесса и разбор индивидуальных возможностей обучающихся.
- Практический – предварительное изучение подготовительных танцевальных движений, упражнений с предметами, с последующим включением их в

музыкально-ритмические этюды; простейшие танцевальные композиции с элементами русского (национального) танца и сюжетные игры.

- Данные методы являются наиболее продуктивными при реализации поставленных целей и задач учебного предмета. Они основаны на изучении опыта и лучших традиций мировой и отечественной школ преподавания ритмики.

1.8. Материально-технические условия реализации учебного предмета

Материально-технические условия соответствуют санитарным и противопожарным нормам. В обеспечение реализации учебного предмета «Ритмика» входят:

- спортивно-хореографический зал с зеркалами;
- музыкальный инструмент (фортепиано);
- раздевалки и душевые.

2. Содержание учебного предмета

2.1. Сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета «Ритмика», на максимальную нагрузку обучающихся и аудиторные занятия:

Срок обучения 8 лет

Таблица 2

	Распределение по годам обучения							
	1	2	3	4	5	6	7	8
Продолжительность учебных занятий (в неделях)	32	33	-	-	-	-	-	-
Количество часов на аудиторные занятия (в неделю)	2	2	-	-	-	-	-	-
Общее количество часов на аудиторные занятия	130							
Объем времени на консультации (по годам)	-	-	4	4	-	-	-	-
Общий объем времени на консультации	8							

Срок обучения 5 лет

Таблица 3

	Распределение по годам обучения				
	1	2	3	4	5 6
Продолжительность учебных занятий (в неделях)	33	-	-	-	
Количество часов на аудиторные занятия (в неделю)	2	-	-	-	
Общее количество часов на аудиторные занятия	66				
Объем времени на консультации (по годам)	2	-	-	-	-
Общий объем времени на консультации	2				
	2				

2.2. Учебный (тематический) план

1 год обучения

№ п/п	Тема раздела, темы	Вид учебного занятия	Общий объём времени (в часах)		
			Мак сим альн ая учеб ная нагр узка	Сам ост оате льн ая раб ота	Ауд ито рны е заня тия
1.	Вводное занятие. Поклоны на месте, в продвижении	Практ. занятие	1	-	1
2.	Упражнения на развитие умения двигаться в соответствии с музыкой	Практ. занятие	1	-	1
3.	Жанры в музыке: марш, песня, танец	Практ. занятие	1	-	1
4.	Музыкальная грамота: характер счета 4/4, 2/4, 3/4	Практ. занятие	1	-	1
5.	Упражнения для развития ритмического движения	Практ. занятие	1	-	1
6.	Упражнения для развития ритмического движения	Практ. занятие	1	-	1
7.	Подход к ритмическому исполнению: изучение хлопки, выстукивания, притопы	Практ. занятие	1	-	1
8.	Подход к ритмическому исполнению: изучение притопы: одинарные, тройные	Практ. занятие	1	-	1
9.	Основной метроритмический рисунок музыки – основной ключ в пластическом решении	Практ. занятие	1	-	1
10.	Упражнения для развития плавности и мягкости движений	Практ. занятие	1	-	1
11.	Изучение позиций ног народно-сценического танца	Практ. занятие	1	-	1
12.	Изучение позиций рук народно-сценического танца.	Практ. занятие	1	-	1
13.	Открывание и закрывание одной руки в сторону. Поочередное открывание	Практ. занятие	1	-	1
14.	Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения	Практ. занятие	1	-	1
15.	Упражнения на координацию движений	Практ. занятие	1	-	1
16.	Освоение сценической площадки: понятия основные танцевальные точки, линии и тд.	Практ. занятие	1	-	1
17.	Разучивание элементов русского танца: «Гармошка», «Елочка»	Практ. занятие	1	-	1
18.	Изучение шагов по диагонали: танцевальный шаг, переменный шаг	Практ. занятие	1	-	1
19.	Повторение и закрепление пройденного материала	Практ. занятие	1	-	1

20.	Изучение шагов по диагонали: движение, подскоки.	Практ. занятие	1	-	1
21.	Изучение движения боковой галоп	Практ. занятие	1	-	1
22.	Простейшие танцевальные элементы в форме игры	Практ. занятие	1	-	1
23.	Упражнения для суставов. Разминка «Буратино»	Практ. занятие	1	-	1
24.	Упражнения на расслабление мышц	Практ. занятие	1	-	1
25.	Изучение шага польки	Практ. занятие	1	-	1
26.	Первоначальные навыки. Комбинирование движений	Практ. занятие	1	-	1
27.	Сочетание подскоки – pas польки	Практ. занятие	1	-	1
28.	Закрепление изученных шагов по диагонали	Практ. занятие	1	-	1
29.	Настроение в музыке и танце. Характер исполнения	Практ. занятие	1	-	1
30.	Обобщающий урок	Практ. занятие	1	-	1
31.	Повторение изученного материала в первом полугодии	Практ. занятие	1	-	1
32.	Изучение движения прыжки по VI позиции с поджатыми	Практ. занятие	1	-	1
33.	Музыкальная фраза, длительность в музыке и танце	Практ. занятие	1	-	1
34.	Элементы музыкальной грамоты: понятия об основных танцевальных жанрах	Практ. занятие	1	-	1
35.	Рисуем собой танцевальный узор (простые рисунки танца)	Практ. занятие	1	-	1
36.	Изучение движения «Ковырялочка»	Практ. занятие	1	-	1
37.	Повторение и закрепление изученного материала	Практ. занятие	1	-	1
38.	Понятие о рабочей и опорной ноге.	Практ. занятие	1	-	1
39.	Ритмические упражнения в различных комбинациях	Практ. занятие	1	-	1
40.	Ритмические упражнения в различных комбинациях	Практ. занятие	1	-	1
41.	Ритмические упражнения в различных комбинациях	Практ. занятие	1	-	1
42.	Разучивание танцевальных шагов. Шаг с приседанием, приставной, с притопом	Практ. занятие	1	-	1
43.	Упражнения на ориентацию в пространстве	Практ. занятие	1	-	1
44.	Разучивание положений рук в парах: под руку, «свечка», «лодочка».	Практ. занятие	1	-	1
45.	Изучение простейшие фигуры в танцах. Разучивание танца в паре	Практ. занятие	1	-	1
46.	Ритмоформула музыки в образно-танцевальных движениях.	Практ. занятие	1	-	1
47.	Повторение и закрепление пройденного материала.	Практ. занятие	1	-	1
48.	Музыкальная лесенка: «ступеньки»- сильные и слабые доли.	Практ. занятие	1	-	1

49.	Элементарные формы танцевальной импровизации	Практ. занятие	1	-	1
50.	Элементарные формы танцевальной импровизации	Практ. занятие	1	-	1
51.	Элементарные формы танцевальной импровизации	Практ. занятие	1	-	1
52.	Разучивание шагов по диагонали: шаг с разворотом, шаг переменный шаг на полупальцах	Практ. занятие	1	-	1
53.	Разучивание шагов по диагонали: шаг с разворотом, шаг переменный, шаг на полупальцах	Практ. занятие	1	-	1
54.	Музыкально - ритмические комбинации с хлопками.	Практ. занятие	1	-	1
55.	Прыжки (по I прямой ног)	Практ. занятие	1	-	1
56.	Прыжки (из I прямой во II прямую позицию ног)	Практ. занятие	1	-	1
57.	Прыжки (разножка)	Практ. занятие	1	-	1
58.	Прыжки (комбинация с поджатым)	Практ. занятие	1	-	1
59.	Изучение пластики рук «Руки – фольклорные», «руки – импровизируют»	Практ. занятие	1	-	1
60.	Упражнение на расслабление мышц	Практ. занятие	1	-	1
61.	Упражнение на расслабление мышц	Практ. занятие	1	-	1
62.	Закрепление изученного материала	Практ. занятие	1	-	1
63.	Повторение и закрепление пройденного материала	Практ. занятие	1	-	1
64.	Зачёт	Практ. занятие	1	-	1
Всего:			64	-	64

2 год обучения

№ п/п	Тема раздела, темы	Вид учебного занятия	Общий объём времени (в часах)		
			Максим альная учеб ная нагр узка	Сам осто ятель ная рабо та	Ауди то рные заня тия
1.	Вводное занятие, приветствие (поклоны на месте с руками, с продвижением).	Практ. занятие	1	-	1
2.	Постановка корпуса, повторение позиций ног, рук.	Практ. занятие	1	-	1
3.	Танцевальные шаги, беги по диагонали.	Практ. занятие	1	-	1
4.	Изучение движений развивающих координацию	Практ. занятие	1	-	1
5.	Изучение движений развивающих координацию	Практ. занятие	1	-	1
6.	Изучение движений развивающих координацию	Практ. занятие	1	-	1
7.	Повторение и закрепление изученного материала	Практ. занятие	1	-	1
8.	Изучение движения «Ковырялочка» с точкой у колена.	Практ. занятие	1	-	1
9.	Тройной шаг с притопом.	Практ. занятие	1	-	1
10.	Различные сочетания хлопков, притопов.	Практ. занятие	1	-	1
11.	Танцевальный бег с соскоком в VI позицию.	Практ. занятие	1	-	1
12.	Изучение «Гармошка» с plie в открытом положении.	Практ. занятие	1	-	1
13.	Изучение «Гармошка» с plie в закрытом положении.	Практ. занятие	1	-	1
14.	Изучение танцевальной композиции из притопов.	Практ. занятие	1	-	1
15.	Изучение танцевальной композиции из притопов.	Практ. занятие	1	-	1
16.	Прыжки на середине зала («Разножка»).	Практ. занятие	1	-	1
17.	Подскоки в повороте.	Практ. занятие	1	-	1
18.	Галоп с приставным шагом.	Практ. занятие	1	-	1
19.	Повторение и закрепление изученного материала	Практ. занятие	1	-	1
20.	Изучение лексического материала литовского танца (основные положения головы, рук, ног)	Практ. занятие	1	-	1
21.	Изучение одинарной дроби с перескоком в характере литовского танца	Практ. занятие	1	-	1
22.	Изучение движений литовского танца («гармошка» с притопом)	Практ. занятие	1	-	1
23.	Изучение движений литовского танца (сочетание одинарной дроби с выносом	Практ. занятие	1	-	1

	ноги на каблук)				
24.	Повторение и закрепление изученного материала	Практ. занятие	1	-	1
25.	Изучение танцевальных комбинаций	Практ. занятие	1	-	1
26.	Изучение танцевальных комбинаций	Практ. занятие	1	-	1
27.	Изучение танцевальных комбинаций	Практ. занятие	1	-	1
28.	Подскоки с сочетанием трамплинных прыжков.	Практ. занятие	1	-	1
29.	Отработка пройденных комбинаций.	Практ. занятие	1	-	1
30.	Повторение и закрепление изученного материала	Практ. занятие	1	-	1
31.	Battement tendu вперед, в сторону носок – каблук	Практ. занятие	1	-	1
32.	Изучение движения двойной удар каблуком	Практ. занятие	1	-	1
33.	Прыжки на середине зала (поджатые)	Практ. занятие	1	-	1
34.	Соединение комбинаций в этюд, разводка по рисунку	Практ. занятие	1	-	1
35.	Изучение танцевального бега (ход на полупальцах)	Практ. занятие	1	-	1
36.	Изучение танцевальной композиции из притопов	Практ. занятие	1	-	1
37.	Подготовка к контрольному уроку	Практ. занятие	1	-	1
38.	Отработка комбинаций изученных в I полугодии	Практ. занятие	1	-	1
39.	«Ковырялочка» с соскоком на опорной ноге	Практ. занятие	1	-	1
40.	Изучение Port de bras на середине зала в русском характере	Практ. занятие	1	-	1
41.	Комбинация на основе притопа с поворотом	Практ. занятие	1	-	1
42.	Соединение танцевальной комбинации «ковырялочка»	Практ. занятие	1	-	1
43.	По диагонали комбинирование ходов	Практ. занятие	1	-	1
44.	Соединение комбинаций в этюдную форму в русском характере	Практ. занятие	1	-	1
45.	Соединение комбинаций в этюдную форму в русском характере	Практ. занятие	1	-	1
46.	Соединение притопов в комбинацию	Практ. занятие	1	-	1
47.	Отработка пройденных комбинаций и этюдов	Практ. занятие	1	-	1
48.	Постановка корпуса лицом к станку	Практ. занятие	1	-	1
49.	Изучение лицом к станку полупальцы по VI позиции	Практ. занятие	1	-	1
50.	Изучение Demi plié по VI, I позициям лицом к станку	Практ. занятие	1	-	1
51.	Отработка пройденного материала	Практ. занятие	1	-	1
52.	Изучение battement tendu вперед, в сторону лицом к станку	Практ. занятие	1	-	1
53.	Повторение танцевальных комбинаций	Практ. занятие	1	-	1

54.	На середине разводка русского этюда	Практ. занятие	1	-	1
55.	Отработка пройденного материала	Практ. занятие	1	-	1
56.	Повторение изученного материала	Практ. занятие	1	-	1
57.	На середине разводка русского этюда	Практ. занятие	1	-	1
58.	Отработка пройденного материала	Практ. занятие	1	-	1
59.	На середине разводка русского этюда	Практ. занятие	1	-	1
60.	Изучение тройного бега с точкой на каблук.	Практ. занятие	1	-	1
61.	Отработка пройденного материала	Практ. занятие	1	-	1
62.	Изучение танцевальной композиции на танцевальных шагах	Практ. занятие	1	-	1
63.	Изучение танцевальной композиции на танцевальных шагах	Практ. занятие	1	-	1
64.	Отработка и повторение пройденных этюдов	Практ. занятие	1	-	1
65.	Повторение и закрепление пройденного материала, подготовка к зачёту	Практ. занятие	1	-	1
66.	Зачёт				
Всего:			66	-	66

2.3. Годовые требования по годам обучения

1 год обучения

По окончании 1 года обучения, обучающиеся должны овладеть следующими знаниями, умениями, навыками:

- уметь определять выразительные средства музыки - характер, темп, штрихи, регистр, динамические оттенки;
- начинать и заканчивать движение вместе с музыкой;
- правильно определять начало и окончание музыкальной фразы, сильную долю в музыкальном такте, длительности нот;
- музыкальный размер 2/4, 3/4, 4/4;
- различать жанры в музыке: песня, танец, марш;
- знать особенности народной и классической музыки;
- уметь правильно исполнять движения в характере музыки;
- слышать изменения звучания в музыке и передавать их движением;
- выполнять упражнения с предметами и без них под музыку в простых и сложных музыкальных размерах;
- уметь видеть свои ошибки и ошибки других учеников;
- уметь координировать движения рук, ног и головы;
- уметь ориентироваться в пространстве.

2 год обучения

По окончании 2 года обучения, обучающиеся должны овладеть следующими знаниями, умениями, навыками:

- уметь определять выразительные средства музыки - характер, темп, штрихи, регистр, динамические оттенки;
- музыкальный размер 2/4, $\frac{3}{4}$, 4/4, 6/8;
- затакт;
- различать жанры в музыке: песня, танец, марш;
- знать особенности народной и классической музыки;
- уметь правильно исполнять движения в характере музыки;

- слышать изменения звучания темпа в музыке и передавать их движением;
- выполнять упражнения с предметами и без них под музыку в простых и сложных музыкальных размерах;
- уметь видеть свои ошибки и ошибки других учеников;
- уметь координировать движения рук, ног и головы;
- уметь ориентироваться в пространстве.

3. Требования к уровню подготовки учащихся

Результатом освоения программы «Хореографическое творчество» по учебному предмету «Ритмика», является приобретение обучающимися следующих знаний, умений и навыков:

- знания основных понятий, связанных с метром и ритмом, темпом и динамикой в музыке;
- знания понятия лада в музыке (мажор и минор) и умение отображать ладовую окраску в танцевальных движениях;
- первичные знания о музыкальном синтаксисе, простых музыкальных формах;
- представление о длительности нот в соотношении с танцевальными шагами;
- умение согласовывать движения со строением музыкального произведения;
- навыки двигательного воспроизведения ритмических рисунков;
- навыки сочетания музыкально-ритмических упражнений с танцевальными движениями.

4. Формы и методы контроля, система оценок.

4.1. Аттестация: цели, виды, форма, содержание

Программа учебного предмета «Ритмика» предусматривает несколько форм контроля: *текущий контроль, промежуточная аттестация.*

Текущий контроль:

- наблюдение;
- опрос с показом (наглядной демонстрацией) со стороны учащихся;
- участие в хореографических конкурсах и фестивалях разного уровня.

Текущий контроль проводится на занятии по результатам выполнения изученного комплекса упражнений (анализ хода формирования знаний и умений учащихся, проверка освоения материала по каждой изученной крупной теме или разделу). Успеваемость учащихся проверяется на различных выступлениях: контрольных занятиях, концертах, просмотрах и т.д.

Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Промежуточная аттестация:

- контрольные уроки в конце первого полугодия;
- зачеты в конце второго полугодия.

Промежуточная аттестация (оценка результатов обучения за достаточно большой период учебного времени) по итогам первого полугодия в форме зачета. Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных уроков. Контрольные уроки в рамках промежуточной аттестации проводятся на завершающих полугодие учебных занятиях в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

4.2. Критерии оценок

Для аттестации обучающихся создаются фонды оценочных средств, которые включают в себя методы контроля, позволяющие оценить приобретенные знания, умения и навыки.

Критерии оценки качества исполнения

Таблица 4

Оценка	Критерии оценивания выступления
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 плане, так и в художественном)
3 (удовлетворительно)	исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики исполнения изученных движений и т.д.
2 (неудовлетворительно)	комплекс недостатков, являющийся следствием отсутствия регулярных аудиторных занятий, а также интереса к ним, невыполнение программных требований
Зачёт (без отметки)	отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения
Не зачет	исполнение с большим количеством недочетов, неграмотное и невыразительное выполненные движения, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики исполнения изученных движений и т.д.

Система оценивания обучающихся

- **знание материала:** точность исполнения, знание последовательности, понимание для чего исполняется, то или иное упражнение, что развивает, и знание базовой терминологии;
- **техническое исполнение:** правильность исполнения (с соблюдением всех требований), легкость и уверенность при демонстрации изученного материала, слитность, крепкая осанка, четкая постановка рук, навык двигательной координации, исполнение в надлежащем ритме.

5. Методическое обеспечение образовательного процесса

5.1. Методические рекомендации педагогическим работникам

Первостепенное значение в проведении занятия ритмики имеет правильный подбор музыкального материала для занятий, который должен содержать образцы русской (национальной) и зарубежной музыки, как народной, так и классической. Она должна быть высокохудожественной и соответствовать возрасту учащихся. Особо следует уделить внимание работе педагога с концертмейстером. Качество исполнения музыкальных произведений должно быть на высоком профессиональном уровне.

Развитие двигательных навыков – одна из главных составляющих успешного выполнения программных требований по учебному предмету «Ритмика». Здесь важную роль играет связь со смежными хореографическими предметами. Целесообразно проводить уроки ритмики параллельно с учебными предметами «Танец» и «Гимнастика» (8-летняя предпрофессиональная образовательная программа), где изучается большой объём танцевальных движений и гимнастических упражнений, направленных на укрепление мышечного аппарата учащегося и развитие его танцевальной выразительности.

Не менее важна связь ритмики со смежным музыкальным предметом «Слушание музыки и музыкальная грамота». Теоретические знания, получаемые на этом предмете, должны быть основополагающими для предмета «Ритмика». Педагогам необходимо знать программы обоих предметов и соблюдать последовательность в прохождении учебного материала.

На занятиях «Ритмики», учащиеся приобретают навыки музыкально-двигательной деятельности, осваивают простейшие танцевальные элементы.

Рекомендуемые упражнения на занятиях по учебному предмету «Ритмика» для 1 года обучения

Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов.

Упражнения для мышц шеи и плечевого пояса:

- наклоны головы вперед, в стороны; повороты головы вправо, влево;
- круговые движения головой по полукругу подъем и опускание плеч вверх, вниз, вместе;
- круговые движения плечами вперед и назад, двумя вместе.
- Упражнения для рук:
- подъем и опускание вверх-вниз; разведение в стороны;

- сгибание руг в локтях
- Для кистей рук:
- сгибание кистей вниз, вверх; отведение вправо, влево.

Упражнения для корпуса: наклоны вперед, в стороны; повороты корпуса.

Упражнения для ног:

- полуприседания, полное приседание по VI поз;
- подъем на полупальцы;
- подъем согнутой в колене ноги, тоже с приседанием и подъемом на полупальцы; отведение ноги, выпады вперед и в стороны.

Для ступней ног:

- сгибание и разгибание ноги в голеностопном суставе;
- круговые движения стопой.
- прыжки (на месте и с продвижением):
- прыжки на обеих ногах, поджатые ноги;
- на одной (по два, четыре, восемь на каждой); перескоки с одной ноги на другую;
- поскоки; легкий бег.

Фигурная маршировка: выполняются различные построения рисунков и фигур (прием перестроения из одной фигуры в другую). Создание музыкально-двигательного образа на основе мелодии.

Виды фигур: круг в круге; сужение и расширение круга.

Виды рисунков танца: круг; квадрат; колонна; шеренга; диагональ.

Виды шагов и ходов: танцевальный шаг; шаг с пятки; шаг на полупальцах; приставной шаг; шаг на полуприседании; маршевый шаг; галоп; подскок; легкий бег с отбрасыванием ног назад, согнутых в коленях; бег «лошадки».

Элементы классического и историко-бытового танцев.

Изучаются на середине зала при неполной выворотности ног. Постановка корпуса, ног, рук, головы; позиции ног: шестая, первая; постановка стоп; releve в шестой, первой позициях.

Позиции рук: подготовительное положение, allonge, постановка кисти, 1, 3, музыкальный размер 4/4-такт, 3/4- 4 такта; battement tendu в шестой, первой позициях, все направления, музыкальный размер 4/4.demi-plie в шестой, первой позициях, музыкальный размер 4/4- 2 такта; temp sauté по VI позиции в медленном темпе, наклон корпуса вперед, сторону, трамплинные прыжки; понятия en face,

paschasse.

Элементы народного танца.

Положение рук: на поясе: ладони и кулачки, положение рук на второй позиции. Шаги: с приставкой, шаг с подскоком, притоп одинарный галоп, подскок, полуприсядка с выносом ноги вперед и в сторону; хлопки в ладоши; полька; вращение по точкам класса на месте.

Музыкально-ритмические движения

Связь музыки и движения.

Взаимосвязь танцевального движения с музыкой. Понятие о строении музыкальной и танцевальной речи (фраза, предложение); понятие о музыкальном вступлении и исходном положении танцующего; начало исполнения движения после музыкального вступления; понятия о трех музыкальных жанрах: песня, танец, марш; знакомство с двухчастным построением музыкального произведения.

Темп музыкального произведения в танцевальных движениях.

Понятие о музыкальных темпах; классификация музыкальных темпов: медленный, быстрый; выполнение движений в различных темпах: переход из одного темпа в другой, ускорение и замедление заданного темпа.

Использование образных упражнений: «Листопад», «Снегопад», «Море» и др.;

Музыкальные игры: «Регулировщик движения», «Ищи свой цвет», «Бездомная птичка» и др.

Динамика и характер музыкального произведения танцевальных движений.

– Понятие о динамике (forte, piano); знакомство с динамическими контрастами с связи со смысловым содержанием музыкального произведения.

– 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., музыкальные игры: «Пасть акулы», «Медведь и мыши», «На болоте» и др.;

– Понятие о характере музыки (радостная, печальная, торжественная и др.); использование образных упражнений «Дождь и солнце», «Арлекин и Пьеро», «Несмеяна и Емеля» и др.

Метроритм, специальные упражнения.

– Понятие о ритме, ритмическом рисунке; воспроизведение разнообразных ритмических рисунков с помощью хлопков в ладоши, притопов ног; понятие сильных и слабых долей; знакомство с музыкальными размерами 2/4, 4/4.

– Упражнения на акцентирование «сильной» первой доли такта ударом мяча, притопом ноги, хлопком в ладоши, прыжком, взмахом платка и т.д.; понятие о

длительностях (целые, половинные, четверти, 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., четверть- шаг, подскок, прыжок, восьмая- различные виды беговых шагов и т.д.

Рекомендуемые упражнения на занятиях по учебному предмету «Ритмика» для 2 года обучения

Закрепление и повторение знаний и умений, приобретенных на первом году обучения.

Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов.

Упражнения для мышц шеи и плечевого пояса: наклоны головы вперед, в стороны, назад; подъем и опускания плеч вверх, вниз, поочередно.

Упражнения для рук: круговые движения «мельница»; круговые махи одной рукой и двумя вместе; отведение в стороны согнутых в локтях рук.

Для кистей рук: напряжение и расслабление пальцев; вращение кистей наружу, внутрь.

Упражнения для корпуса: смещение корпуса от талии в стороны; расслабление и напряжение мышц корпуса (ронять корпус).

Упражнения для ног:

подъем согнутой в колене ноги, тоже с приседанием и подъемом на полупальцы; разгибание и сгибание ноги в коленном суставе вперед, в сторону; тоже с приседанием; разворот согнутой в колене ноги.

отведение ноги, выпады вперед и в стороны.

Для ступней ног: отведение стопы наружу в суставе, внутрь; круговые движения стопой.

Прыжки (на месте и с продвижением): прыжок с разножкой в стороны, вперед-назад; сдвоенные подскоки; перескоки с одной ноги на другую, с отведением работающей ноги на носок или пятку, впереди, в стороны

Фигурная маршировка: различные построения рисунков и фигур (прием перестроения из одной фигуры в другую).

Создание музыкально-двигательного образа под музыку.

Виды фигур: «звездочка»; «воротца» и пр.

Виды рисунков танца: змейка, цепочка, зигзаг.

Виды шагов и ходов: танцевальный шаг с носка; шаг на полупальцах с пике; маршевый шаг с пике; сдвоенный подскок; легкий бег.

Элементы классического и историко-бытового танцев.

Изучаются на середине зала при неполной выворотности ног.

Постановка корпуса: позиции ног: 3; постановка стоп; releve во 2, 3 позициях; позиции рук: постановка кисти, 2 (изучается последней, как наиболее трудная); музыкальный размер 4/4-такт; $\frac{3}{4}$ - 4 такта; battement tendu в трех позициях, все направления, музыкальный размер 4/4, demi-plié в трех позициях, музыкальный размер 4/4- 2 такта; battement tendu et demi plié в 1 и 3 позициях, музыкальный размер 4/4 2 такт; temp sauté по первой свободной позиции в медленном темпе.

Элементы народного танца.

Положение рук: положения рук в паре: «лодочки», «замочек», «свечка», «стрелочки».

Шаги: шаг со сдвоенным подскоком, притоп тройной «ковырялочка», гармошка, присядка «мячик», простейшие хлопушки, вращения по точкам класса на месте.

Музыкально-ритмические движения

Взаимосвязь танцевального движения с музыкой.

Понятие о строении музыкальной и танцевальной речи (мотив); законченность мелодии и танцевального движения. Отражение в движениях построения музыкального произведения; знакомство с трехчастным построением музыкального произведения.

Темп музыкального произведения в танцевальных движениях.

Закрепление понятия о музыкальных темпах; классификация музыкальных темпов: умеренный (изучается последним).

Выполнение движений в различных темпах, сохранение заданного темпа после прекращения звучания музыки; использование образных упражнений.

Динамика и характер музыкального произведения танцевальных движениях.

Понятие о динамике музыкального произведения; знакомство с динамическими контрастами в связи со смысловым содержанием музыкального произведения; определение на слух динамических оттенков музыки.

Использование образных упражнений, музыкальных игр; ладовая окраска музыкального произведения (мажор, минор); этюды-импровизации на самостоятельное создание различных образов, развивающие творческую активность учащихся.

Метроритм, специальные упражнения.

Понятие о метре; воспроизведение разнообразных ритмических рисунков в сочетании с простыми танцевальными движениями; закрепление понятий сильных и слабых долей; знакомство с музыкальным размером $\frac{3}{4}$.

Упражнения на акцентирование сильных и слабых долей, закрепление понятий о длительностях, воспроизведение длительностей нот движениями

6. Список литературы

6.1. Список рекомендуемой методической литературы

1. Азбука хореографии / Татьяна Барышникова. - М.: Айрис-Пресс: Рольф, 1999. - 262, [3] с.: ил.
2. Бекина С.И. Музыка и движение: (Упражнения, игры и пляски для детей 6-7 лет). Из опыта работы муз, руководителей дет. садов / Авт.-сост. С. И. Бекина, Т. П. Ломова, Е. Н. Соковнина. - М.: Просвещение, 1984. - 288 с.: нот.
3. Бурмитсорова И. Школа танца для юных / Ирина Бурмистрова, Карина Силаева. - М.: ЭКСМО ; СПб. : Терция, 2003 (Твер. полигр. комб. дет. лит.). - 237, [1] с.: ил. Шукшина З. Ритмика: Учеб. пособие для вокальных отд-ний муз. училищ: С предисл. - М. : Музыка, 1976. - 80 с.
4. Горшкова Е. В. От жеста к танцу. Словарь пантомимических и танцевальных движений для детей 5—7 лет. Пособие для музыкальных руководителей ДОУ. — М.: Издательство «Гном и Д», 2004. — 144 с.
5. Климов А. Основы русского народного танца. М., Издательство «Московского государственного института культуры», 1994. — 320 с.
6. Колодницкий Г.А. ритмические упражнения и танцы для детей: Учеб.-метод. пособие для воспитателей и педагогов / Г. А. Колодницкий. - М.: Гном-Пресс, 1998. - 58 с.: ил.; 21 см. - (Серия "Музыка для дошкольников" / Ассоц авт. и изд. "Тандем").
7. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике. Вып. 1. Занятия по ритмике в первом и втором классах музыкальной школы: В помощь преп. сред. муз. школ / Предисл. авт. - М. : Музыка, 1972. - 116 с.
8. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике. Вып. 2. Занятия по ритмике в третьем и четвертом классах музыкальной школы: В помощь преп. сред. муз. школ / Предисл. авт. - М. : Музыка, 1973. - 135 с.
9. Пинаева Е.А. Ритмика и танец. Примерная программа. М., 2006.
10. Пустовойтова Ритмика для детей 3-7 лет: [Ноты]: учеб.-метод. пособие: [упражнения, миниатюры, танцы, муз. игры с сопровожд. фп.]. - Москва: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2008. - 182 с.: рис., портр.; 29 см. - (Библиотека музыкального руководителя и педагога музыки).
11. Ритмическая мозаика [Текст]: программа по ритмической пластике для детей 3-7-ми лет / А. И. Буренина. - Изд. 4-е, перераб., и доп. - Санкт-Петербург : Фонд "Петербургский центр творческой педагогики "Аничков мост", 2015. - 196 с.: ил., ноты, табл.
12. Ткаченко Т.С. Народный танец [Текст]: [Учеб. пособие для театр. и хореогр. учеб. заведений]. - [2-е изд.]. - Москва: Искусство, 1967. - 655 с.: ил., нот.; 25 см.

13. Франио Г. Методическое пособие по ритмике: Для 1 кл. муз. шк. / Авт.-сост. и предисл. Г. Франио, И. Лифиц. - М.: Музыка, 1987. - 119 с.
14. Франио Г. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей: Учеб. пособие для детей дошкол. и мл. школ. возраста / Общ. ред. Г.Я. Нугер. - М.: Сов. композитор, 1989. - 104 с.
15. Чибрикова-Луговская А.Е. Ритмика: Ходьба. Упражнения. Игры. Танцы: метод. пособие для воспитателей, муз. рук. дет. сада и учителей нач. шк. / А. Е. Чибрикова-Луговская. - Москва: Дрофа, 1998. - 102 с.: ил., нот. Ритмика. М., Издательский дом «Дрофа», 1998.

Интернет-ресурсы

1. <https://zvuk.com/playlist/9036671>
2. <http://pedagogic.ru>
3. <http://www.fizkultura-vsem.ru>
4. <https://педпроект.рф/борисова-р-р-ритмика/>
5. <https://rosconcert.ru/projects/zhurnal-balet/?ysclid=mo2q725loe882930751>

Государственное автономное нетиповое образовательное учреждение
Свердловской области «Дворец молодёжи»
Отделение художественно-эстетического образования

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
для проведения текущей, промежуточной и итоговой аттестации
по дополнительной предпрофессиональной программе в области
хореографического искусства
«Хореографическое творчество»

Предметная область ПО.01. Хореографическое исполнительство
ПО.01. УП.02. «РИТМИКА»

г. Екатеринбург, 2026

Разработчики:

Щелконогова Е.С. педагог дополнительного образования
Зверева В.Н., старший методист

1.Паспорт фонда оценочных средств

Фонд оценочных средств предназначен для оценки результатов освоения программы учебного предмета «Ритмика» по дополнительной предпрофессиональной общеобразовательной программе в области хореографического искусства «Хореографическое творчество».

В результате оценки осуществляется проверка освоения знаний и умений

Объекты оценивания	Показатели оценивания (приобретенные знания, умения, навыки)	Форма оценивания образовательных результатов
- знание основных понятий, связанных с метром и ритмом, темпом и динамикой в музыке; - знание понятия лада в музыке (мажор, минор) и умение отражать ладовую окраску в танцевальных движениях; - первичные знания о музыкальном синтаксисе, простых музыкальных формах; - представление о длительностях нот в соотношении с танцевальными шагами; - умение согласовывать движения со строением музыкального произведения; - навыки двигательного воспроизведения ритмических рисунков; - навыки сочетания музыкально-ритмических упражнений с танцевальными движениями.	- раскрывают основные понятия, связанные с метром и ритмом, темпом и динамикой в музыке; - объясняют понятие лада в музыке (мажор, минор) и умение отражать ладовую окраску в танцевальных движениях; - демонстрируют первичные знания о музыкальном синтаксисе, простых музыкальных формах; - рассказывают о длительностях нот в соотношении с танцевальными шагами; - согласовывают движения со строением музыкального произведения; - воспроизводят ритмические рисунки; - сочетают музыкально-ритмические упражнения с танцевальными движениями.	Текущий контроль: устный опрос наблюдение просмотр
		Промежуточная аттестация: контрольный урок зачёт

2. Банк фонда оценочных средств

2.1. Контрольно-измерительные материалы для проведения текущей аттестации обучающихся.

Варианты творческих заданий:

1. Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг.
2. Выполнение общеразвивающих упражнений, упражнений на координацию движений, на расслабление мышц.
3. Шаг на носках, шаг польки.
4. Ходьба в чередовании с приседанием.
5. Выполнение общеразвивающих упражнений, упражнений на координацию движений на расслабление мышц.
6. Исполнение танца.

2.2. Контрольно-измерительные материалы для проведения промежуточной аттестации обучающихся:

Форма оценивания образовательных результатов	Содержание заданий
Зачёт	1 год обучения, 1(2) полугодие
	Музыкально-ритмические игры Музыкальные образы в движении Характер музыки в движении Творческое задание 1. Цель: формирование чувства ритма и двигательных способностей ребенка. Учить детей выполнять танцевальный шаг в ритм с музыкой. Ход: дети образуют 2 круга, с равным количеством человек, по команде педагога берутся за руки и корректируют круг, делая его ровным. Педагог объясняет правила: первым делом педагог совместно с детьми прослушивает музыку. На 2 куплет дети топают ногами на месте, определяя такт музыки, педагог помогает хлопками. Педагог объясняет, что при хлопке дети под музыку идут в центр круга, танцевальным шагом в такт музыке, при команде педагога «Мы друзья» дети выполняют упражнение «Пружинка», не разъединяя руки. По хлопку педагога, дети продолжают движение в такт из круга, не нарушая целостность формы. Творческое задание 2. Цель: формирование чувства ритма, посредством выполнения простейших упражнений сидя.

Форма оценивания образовательных результатов	Содержание заданий
	Ход: дети садятся на стулья в круг, на достаточном расстоянии друг от друга. Педагог объясняет упражнение, при первом прослушивании музыки педагог с детьми определяют такт музыки топая ногами в такт, сидя на стуле. После этого упражнение усложняется тем, что дети выполняют повороты головой, наклоны головой в стороны. Рывки руками. Затем музыка меняется на более медленную, и дети сочетают движение рук и ног, хлопок над головой и притопы, все упражнения делаются сидя на стуле. Творческое задание 3. Цель: формирование чувства ритма, посредством ходьбы с поднятием рук вверх, в стороны, вниз, развитие координации в процессе ходьбы у каната. Ход: педагог начинает занятие с команды построения в шеренгу, после чего дети под музыку идут по кругу за направляющим, ступая в такт музыке. После чего педагог начинает счет, дети выполняют поднятие рук в процессе ходьбы по кругу. На 1 поднятие рук вверх; на 2 в стороны, на 3 вниз, на 4 ИП. После 3 повторений, педагог перестает вести счет, и дети самостоятельно под музыку выполняют упражнение. Усложняется тем, что педагог кладет канат по кругу, дети выполняют ходьбу по кругу рядом с канатом, не наступая на него. Творческое задание 4. Цель: развитие у детей чувство ритма и двигательных способностей. Формирование умения выполнять движения под музыку красиво, свободно, координационно. Ход: Во время ходьбы за направляющим по кругу, педагог включает музыку, дети идут шагом, попадая в такт музыке. Затем педагог меняет музыку на более медленную, дети должны подстроиться под музыку. Так можно менять музыку до 5 раз. Творческое задание 5. Цель: формирование умения выполнять движения под музыку красиво, свободно, координационно; навыков согласования движений с музыкой. Ход: педагог приветствует детей, ходьба за направляющим руки на поясе, по ходу движения педагог раздает палочки каждому ребенку, после чего дети образуют круг. В кругу дети выполняют гимнастическое дирижирование – тактирование на музыкальный размер 2/4, педагог помогает по началу, при смене музыки дети выполняют упражнение самостоятельно. Упражнение усложняется добавлением 2 палочки, которой дети должны отбивать сильную долю, а первой-слабую

Форма оценивания образовательных результатов	Содержание заданий
	Творческое задание 6. Цель: формирование умения выполнять движения под музыку красиво, свободно, координационно; навыков согласования движений с музыкой. Ход: педагог приветствует детей, дети начинают ходьбу по кругу за направляющим, во время ходьбы педагог дает установку, включая разного характера музыку, дети выполняют упражнения в соответствии с характером музыки: шаги вперед, руки в сцеплении сверху, снизу; приседания с движениями рук; подскоки с вытянутыми руками вверх – поочередно; плавные движения рук вниз, вверх, в стороны, вниз.
	2 год обучения, 2 полугодие
	Музыкально-ритмические упражнения. Музыкальные образы в движении. Музыкально-пластическое интонирование. Анализ музыкального произведения в движении.

Критерии оценки

Основные критерии оценивания результатов учебной деятельности учащихся по учебному предмету «Ритмика»:

Оценка	Критерии оценки
«5» (отлично)	Обучающийся демонстрирует качественное, осмысленное исполнение ритмических рисунков, свободно владеет музыкальной терминологией, анализирует музыкальное произведение, его строение, метроритмические и темповые особенности, свободно передает их в движении.
«4» (хорошо)	Обучающийся демонстрирует грамотное, осмысленное исполнение ритмических рисунков с небольшими недочетами, владеет музыкальной терминологией, анализирует музыкальное произведение, его строение, метроритмические и темповые особенности, передает их в движении с незначительными ошибками.
«3» (удовлетворительно)	Обучающийся демонстрирует исполнение ритмических рисунков с большим количеством недочетов, путается в музыкальной терминологии, анализ музыкального произведения, его строения, метроритмических и темповых особенностей, передача их в движении вызывает затруднение.
«2» (неудовлетворительно)	Комплекс недостатков, являющийся следствием отсутствия регулярных аудиторных занятий, а также интереса к ним, невыполнение программных требований