

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
Гимназия № 8 «Лицей им. С.П. Дягилева»**

ПРИНЯТО:

на заседании педагогического совета
МАОУ Гимназия № 8
Протокол №1 от «26» августа 2026г.

УТВЕРЖДЕНО:

Директор МАОУ Гимназия №8
/Н.А. Швидко/
Приказ №78-О от «26» августа 2026г.



**Рабочая программа
к дополнительной общеразвивающей общеобразовательной программе
в области музыкального искусства
«Хоровое пение»**

В.00. Вариативная часть

В.03. «Ритмика»

Возраст обучающихся: 6,5 – 9 лет

Срок реализации: 2 года

Автор – составитель:
Гришина Ксения Викторовна,
педагог дополнительного образования,
высшая КК

г. Екатеринбург, 2026

Содержание

№		
1	Пояснительная записка	3
2	Планируемые результаты освоения программы	4
3	Календарный учебный график	4
4	Материально–технические условия	4
5	Содержание разделов	5
6	Тематическое планирование	6
7	Требования к учебной дисциплине «Ритмика»	11

1. Пояснительная записка

Учебный предмет «Ритмика» – один из предметов, входящих в систему эстетического воспитания. Данный учебный предмет направлен на всестороннее обучение ребенка, на основе гармоничного сочетания музыки, двигательного, физического, интеллектуального и актерского развития.

Занятия по ритмике формируют правильную осанку, укрепляют мышцы спины, подвижность суставов, развивают природные физические данные, развивают такие музыкальные данные как слух, память, ритм, помогают выявлению творческих задатков учеников, знакомят с теоретическими основами музыкального искусства.

Программа учебного предмета «Ритмика» построена методом «от простого к сложному».

Цель программы: развитие музыкальных способностей, обучающихся через овладение основами музыкально-ритмической культуры, хореографического искусства.

Задачи программы:

Образовательные:

— формирование у обучающихся специальных знаний, умений и навыков в области музыки и хореографического искусства.

Развивающие:

— развитие мотивации личности к познанию и самосовершенствованию, как основы формирования образовательных запросов и потребностей;

— воспитание и развитие познавательных потребностей и творческих способностей, обучающихся;

— формирование и развитие навыков освобождения мышц, свободного управления произвольными движениями и своим телом в процессе пластического интонирования;

— развитие музыкально-ритмических способностей обучающихся;

— развитие темпа – ритмической памяти;

— развитие воображения и фантазии в области воплощения двигательными средствами ритмо – интонационных образов музыкальных произведений;

— развитие понимания роли темпа для выявления характера и воплощения художественных образов музыкального произведения;

— развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

Воспитательные:

— воспитание важнейших психофизических качеств, двигательного аппарата в сочетании с моральными и волевыми качествами личности – силы, выносливости, ловкости, быстроты, координации, ориентации в пространстве.

Программа рассчитана на 2 года обучения. Занятия ведутся из расчета 1 академического часа (по 40 минут) в неделю. Программа включает в себя 33 учебные недели в год у обучающихся 1 класса и 34 учебные недели у обучающихся 2 класса. Объем программы за весь период обучения составляет 67 часов.

2. Планируемые результаты освоения программы

Личностные результаты:

- принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла обучения;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями.

Предметные результаты:

- определять характер музыки словами (грустный, веселый, спокойный, плавный и т.д.);
- исполнять движения в характере музыки – четко, сильно, медленно, плавно;
- правильно определять сильную долю, уметь самостоятельно ускорять и замедлять темп движений;
- чувствовать характер музыки и передавать его с концом музыкального произведения;
- выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами;
- уметь отсчитывать такты, определять на слух музыкальные размеры;
- начинать и заканчивать движение вместе с музыкой;
- уметь грамотно исполнять движения;
- уметь правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носка;
- уметь координировать движения рук, ног и головы, при ходьбе, беге, галопе;
- уметь ориентироваться в пространстве;
- уметь работать в паре и синхронизировать движения;
- знать позиции ног и рук;
- усвоить правила постановки корпуса;
- уметь исполнять основные упражнения на середине зала.

Метапредметные результаты:

- умение определять и формулировать цель деятельности на занятии;
- овладение способностью с учителем и другими обучающимися давать эмоциональную оценку деятельности класса на занятии.

3. Календарный учебный график

3.1. Календарный учебный график утверждается директором ОУ в соответствии с учебным годом, каждый год

3.2. Место проведения занятий: МАОУ Гимназия № 8, ул. Луначарского, 173
Время, дата и номер кабинета – в соответствии с утвержденным расписанием ОО учреждения.

Форма занятия – групповая.

4. Материально-технические условия

- хореографический зал, оборудованный зеркалами, со специальным покрытием пола (паркет, линолеум);
- раздевалка для обучающихся;
- наличие аудиоаппаратуры с флеш-носителем;
- наличие музыкальной фонотеки;
- инструмент для концертмейстера (рояль).

5. Содержание разделов

В данной программе весь материал систематизирован в разделы, в которые в той или иной степени взаимосвязаны друг с другом, что позволяет достичь необходимых результатов в комплексном развитии обучающегося.

Первый раздел «Основы музыкальной грамоты»

Упражнения этого раздела способствуют развитию музыкальности: формированию музыкального восприятия, дают представление о выразительных средствах музыки, развивают чувство ритма и лада, умение ориентироваться в маршевой и танцевальной музыке, определять ее характер, строение и умение согласовывать музыку с движением.

Второй раздел «Танцевальная азбука»

Задачей педагога при работе с детьми на первом этапе, данного раздела, является правильная постановка корпуса, ног, рук, головы, развитие физических данных, выработка элементарной координации движений.

Третий раздел «Музыкально – ритмические упражнения»

Данный раздел включает важные и неотъемлемые для полноценного развития ребенка задачи. Музыкально – ритмический раздел развивает координацию и ориентацию в пространстве, сочетание комбинирующих задач в одном упражнении, работы ног, рук одновременная работа в пространстве дает ребенку всесторонне развитие на основе гармоничного сочетания музыкального, двигательного, интеллектуального и физического развития.

Четвертый раздел «Общеразвивающие упражнения»

Задача данного раздела – через образное восприятие обогатить набор движений, развить их координацию (элементы асимметричной гимнастики, движения по линии танцев), разработать мышцы стопы, научить ориентироваться в зале и т.п.

Пятый раздел «Танцевальные движения»

Этот раздел включает изучение танцевальных комбинаций и этюдов. В процессе разучивания этюда, танца педагог добивается, чтобы обучающиеся исполняли выученные танцы музыкально, выразительно, осмысленно, сохраняя стиль, характер танца.

**6. Тематическое планирование дисциплины
«Ритмика»
на 2 года обучения**

Первый год обучения

№	Учебная неделя	Количество часов		Форма занятия	Тема	Форма контроля
		прак	теор			
1	1	0,5	0,5	комбинированное	Вводное занятие Правила поведения в классе. Инструктаж по технике безопасности. -игровая форма знакомства с применением музыкально – ритмических упражнений	опрос наблюдение
2	2	0,5	0,5	комбинированное	- танцевальная азбука: поклон, построение корпуса тела, рук, ног (правила исполнения), работа головы, движение корпуса; - основы музыкальной грамоты: характер музыки, основные темпы (медленно, умеренно, быстро, замедление) через игру движений, гром костная динамика, развитие чувства формы, членения музыкального периода.	наблюдение
3	3	1		практическое	- закрепление изученного материала	наблюдение
4	4	0,5	0,5	комбинированное	- танцевальная азбука: построение корпуса, «plie», «battement tendu» в народном характере; - основы музыкальной грамоты: метроритм, такт, доли такта (сильная, слабая), размер 2/4, 3/4, 4/4, - музыкально - ритмические упражнения (марш, притопы, хлопки, задания по группам), ориентация в пространстве (4 точки класса, фигурное перестроение).	наблюдение
5	5	0,5	0,5	комбинированное	- танцевальная азбука: построение корпуса, «plie», «battement tendu» в народном характере, «passe», «releve»; - основы музыкальной грамоты: характер музыки, развитие чувство ритма через разнообразные шаги, длительность, понятие о ритмическом рисунке. - музыкально – ритмические упражнения – работа по точкам класса (марш, хлопки), по группам (притопы, марш совмещ. С другими элементами, «противоход»), комбинация на хлопки в паре. +перестроения (ориентация в пространстве): круг, 2 круга, 3 круга, круг в кругу, линия, 2 линии, колона 1,2, 3, 4, диагональ и т.п.	наблюдение оценка
6	6	0,5	0,5	комбинированное	- закрепление изученного материала - основы музыкальной грамоты: понятие о паузах, равных четвертей, восьмой длительностям, половиной, целому такту.	наблюдение
7	7	1		практическое	- закрепление всего изученного материала; - выстраивание контрольного урока	наблюдение
8	8	1		практическое	Контрольный урок за I четверть. Сдача изученного материала по темам, следующих разделов: - основы музыкальной грамоты - танцевальная Азбука; - музыкально – ритмический	опрос, оценка практических заданий

					Оценивается: знание терминологии, правил исполнения, комбинаций, музыкальное исполнение	
9	9	0,5	0,5	комбинированное	- основы музыкальной грамоты: строение музыкального произведения, понятие о мелодии, фразе, повторение, части, вступлении, куплете, запеве, припеве и т.п. - танцевальная Азбука – «plié» (I, II), «battement tendu» в народном характере, «passe», «releve»; - музыкально – ритмические упражнения – работа по точкам класса (марш, хлопки), по группам (притопы, марш совмещ. С другими элементами, «противоход»), комбинация на хлопки в паре. +перестроения (ориентация в пространстве).	наблюдение
10	10	1		практическое	- закрепление материала (повторение материала)	наблюдение
11	11	0,5	0,5	комбинированное	- танцевальная Азбука – «plié» (I, II), «battement tendu» в народном характере +танцевальные движения, комбинации с «passe» и «releve»; - музыкально – ритмические упражнения: разбор комбинации с маршем (с plié, с разворотом корпуса, работы головы, приставными шагами, работы по точкам, работа в парах и т.п.); - общеразвивающие движения по диагонали: «полупальцы», «бег», «подскоки», «галоп», «танцевальный шаг»	
12	12	1		практическое	- закрепление материала - прорабатывание материала право/лево	наблюдение
13	13	1		практическое	- закрепление материала - прорабатывание материала право/лево	наблюдение оценка
14	14	1		практическое	- основы музыкальной грамоты (повторение всего материала) - танцевальная Азбука: проработка комбинаций справа, лево; - музыкально – ритмические упражнения: разбор комбинаций слева, разучивание комбинации на координацию; - общеразвивающие упражнения: «полупальцы», «бег», «подскоки», «галоп», «танцевальный шаг» (добавления хлопков, «passe», «releve», «противоход»),	наблюдение
15	15	1		практическое	- закрепление материала - выстраивание контрольного урока	наблюдение
16	16	1		практическое	Прорабатывание всего изученного материала за II четверть по разделам: - основы музыкальной грамоты - танцевальная Азбука; - музыкально – ритмические упражнения; - общеразвивающие упражнения;	опрос, оценка практических заданий
17	17	1		практическое	Контрольный урок за II четверть. - сдача всего изученного материала за II четверть Оценивается: знание терминологии, правил исполнения, комбинаций, музыкальное исполнение	опрос, оценка практических заданий
18	18	1		практическое	- общеразвивающие движения: «танцевальный шаг» - разучивание комбинации (+passe, releve, развороты,	наблюдение

					добавление рук)	
19	19	0,5	0,5	комбинированное	- танцевальная Азбука: разбор новых комбинаций «plie», «battement tendu», «passe»; - музыкально – ритмические упражнения: работа в паре (комбинации хлопки, притопы, танцевальные движения – этюдным методом), + работа в пространстве; - общеразвивающие движения: «танцевальный шаг» - разучивание комбинации (+passe, releve, развороты, добавление рук, работа с хлопками)	наблюдение
20	20	1		практическое	- закрепление материала	наблюдение
21	21	1		практическое	- закрепление материала	наблюдение оценка
22	22	1		практическое	- общеразвивающие движения: «танцевальный шаг» - разучивание комбинации (+passe, releve, развороты, добавление рук, хлопков) - танцевальные движения: народные шаги по диагонали - фигурное построение в пространстве	наблюдение
23	23	1		практическое	- закрепление материала;	наблюдение
24	24	1		практическое	- закрепление материала;	наблюдение
25	25	1		практическая	- выстраивание контрольного урока; - прорабатывание всего изученного материала за III четверть по разделам	опрос, оценка практических заданий
26	26	1		практическая	- выстраивание контрольного урока; - прорабатывание всего изученного материала за III четверть по разделам	опрос, оценка практических заданий
27	27	1		практическое	Контрольный урок за III четверть. - сдача всего изученного материала за III четверть Оценивается: знание терминологии, правил исполнения, комбинаций, музыкальное исполнение	опрос, оценка практических заданий
28	28	0,5	0,5	комбинированное	- музыкально – ритмический раздел + танцевальные движения: разучивание ритмического этюда (1 и 2 часть)	наблюдение
29	29	1		практическое	- музыкально – ритмический раздел + танцевальные движения: разучивание ритмического этюда (1 и 2 часть)	наблюдение
30	30	0,5	0,5	комбинированное	- музыкально – ритмический раздел + танцевальные движения: разучивание ритмического этюда (3 и 4 часть)	наблюдение
31	31	1		практическое	- музыкально – ритмический этюд (проработка всех частей)	опрос, оценка практических заданий
32	32	1		практическое	Закрепление всего изученного материала за все четыре четверти по разделам: - основы музыкальной грамоты - танцевальная Азбука; - музыкально – ритмические упражнения;	опрос, оценка практических заданий

					- общеразвивающие упражнения; - танцевальные движения; - выстраивание контрольного урока	
33	33	1		практическое	Контрольный урок с IV четверть. - сдача всего изученного материала с I по IV четверть Оценивается: знание терминологии, правил исполнения, комбинаций, музыкальное исполнение	опрос, оценка практических заданий

Второй год обучения

№	Учебная неделя	Количество часов		Форма занятия	Тема	Форма контроля
		прак	теор			
1	1	0,5	0,5	комбинированное	Вводное занятие Правила поведения в классе. Инструктаж по технике безопасности. - упражнения на ориентацию в пространстве + координацию.	опрос наблюдение
2	2	0,5	0,5	комбинированное	- танцевальная Азбука: «plie» (demi, grand), «battement tendu» в народном характере, «passe» (разучивание новых комбинаций) - танцевальные движения: народные шаги по диагонали, «гармошка», ковырялочка», «притопы» - упражнения на середине на координацию	наблюдение
3	3	1		практическое	- закрепление +отработка всего изученного материала	наблюдение
4	4	0,5	0,5	комбинированное	- закрепление всего изученного материала - музыкально – ритмический раздел: работа по точкам (упражнения на «канон»)	наблюдение
5	5	0,5	0,5	комбинированное	- закрепление всего изученного материала (разбор комбинации на лево)	наблюдение оценка
6	6	1		практическое	- закрепление всего изученного материала-упражнения на ориентацию в пространстве +координация.	наблюдение
7	7	1		практическое	- закрепление + отработка всего изученного материала, выстраивание контрольного урока	наблюдение
8	8	1		практическое	Контрольный урок за I четверть. Сдача изученного материала по темам, следующих разделов: - танцевальная Азбука; - танцевальные движения - музыкально – ритмический; Оценивается: знание терминологии, правил исполнения, комбинаций, музыкальное исполнение	опрос, оценка практических заданий
9	9	0,5	0,5	комбинированное	- музыкально – ритмический раздел: разучивание ритмического этюда. - разучивание отдельных элементов этюда (притопы) - основы музыкальной грамотности: разбор этюда (1, 2 части)	наблюдение
10	10	1		практическое	- закрепление + отработка всего изученного материала,	наблюдение
11	11	0,5	0,5	комбинированное	-музыкально – ритмический раздел: разучивание ритмического этюда (1,2 части)	наблюдение
12	12	1		практическое	-музыкально – ритмический раздел: разучивание ритмического этюда (3, 4 части)	наблюдение

13	13	1		практическое	- музыкально – ритмический раздел: разучивание ритмического этюда (3, 4 части)	наблюдение
14	14	1		практическое	- музыкально – ритмический раздел: разучивание ритмического этюда (все части проработка)	наблюдение оценка
15	15	1		практическое	- музыкально – ритмический раздел: разучивание ритмического этюда (все части проработка)	наблюдение
16	16	1		практическое	Контрольный урок за II четверть. - сдача изученного материала – ритмического этюда Оценивается: музыкальное исполнение и знание материала	опрос, оценка практических заданий
17	17	0,5	0,5	комбинированное	Раздел «танцевальные движения» - шаги в народном характере (простой, тройной, с разворотом, с ударом пятки в пол) - разучивание комбинаций в народном характере («гармошка», «ковырялочка», «притопы», в паре комбинации (шаги))	наблюдение
18	18	1		практическое	Продолжение работать с разделом «танцевальные движения» в народном характере	наблюдение
19	19	1		практическое	Продолжение работать с разделом «танцевальные движения» в народном характере	наблюдение
20	20	1		практическое	- закрепление выученного материала + разучивание новых комбинаций в паре в народном характере.	наблюдение
21	21	0,5	0,5	комбинированное	- закрепление выученного материала + разучивание новых комбинаций в паре в народном характере.	наблюдение оценка
22	22	0,5	0,5	комбинированное	Разучивание народного этюда в паре, используя выученный материал.	наблюдение
23	23	1		практическое	Работа с этюдом в народном характере	наблюдение
24	24	1		практическая	Работа с этюдом в народном характере	наблюдение
25	25	1		практическая	Работа с этюдом в народном характере	наблюдение
26	26	0,5	0,5	комбинированное	Повторение всего материала раздела «танцевальные движения»: - шаги по диагонали - народные комбинации - этюд в парах	опрос, оценка практических заданий
27	27	0,5	0,5	комбинированное	Повторение + отработка всего материала раздела «танцевальные движения»: - шаги по диагонали - народные комбинации - этюд в парах	опрос, оценка практических заданий
28	28	1		практическое	Контрольный урок за III четверть. - сдача народного материала раздела «танцевальные движения» за III четверть Оценивается: музыкальное исполнение и знание материала	опрос, оценка практических заданий
29	29	0,5	0,5	комбинированное	Повторение разделов: танцевальная Азбука, музыкально – ритмический (комбинации, работа в парах, группах, разнообразные задания) + основы музыкальной грамоты	наблюдение
30	30	1		практическое	Повторение разделов: танцевальная Азбука, музыкально – ритмический (комбинации, работа в парах, группах, разнообразные	наблюдение

					задания) + основы музыкальной грамоты + отработка ритмического этюда, композиция – Иоганна Штрауса «Тифферль полька», ор.377	
31	31	1		практическое	Отработка раздела «танцевальные движения»: - весь народный материал на середине (комбинации, этюд)	наблюдение
32	32	0,5	0,5	комбинированное	Выстраивание итогового контрольного урока за 2 года обучения по всем разделам дисциплины «Ритмика»	опрос, оценка практических заданий
33	33	1		практическое	Отработка итогового контрольного урока – прогон всех изученных разделов данной программы по дисциплине «Ритмика», методом «от простого к сложному»	опрос, оценка практических заданий
34	34	1		практическое	Итоговый контрольный урок за 2 года обучения по дисциплине «Ритмика» по разделам: - танцевальная Азбука - музыкально – ритмический + основы музыкальной грамоты - общеразвивающие движения - танцевальные движения Оценивается: знание терминологии, правила исполнения, комбинаций, координация, музыкальное исполнение, эмоциональная выразительность	опрос, оценка практических заданий

7. Требования к учебной дисциплине «Ритмика»

Учебная дисциплина «Ритмика» предполагает специальную одежду (форму) на уроке, для наиболее комфортной работы, способствующей более качественно воспринимать материал (без сковывания движений, зажимов тела).

Девочки – купальник, лосины, балетки (все черного цвета), убрана голова в шишку.

Мальчики – футболка, шорты, балетки (все черного цвета).

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 187598946305064097190711460653033521119524543992

Владелец Швидко Наталья Алексеевна

Действителен с 10.09.2026 по 10.09.2027