МИНИСТЕРСТВО КУЛЬТУРЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА ТЮМЕНИ
«Детская школа искусств им. В.В.Знаменского»
(МАУ ДО «ДШИ им. В.В.Знаменского»)

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА В ОБЛАСТИ «МУЗЫКАЛЬНОЕ ИСПОЛНИТЕЛЬСТВО»
«Фортепиано»
«Струнные инструменты»
«Духовые и ударные инструменты»
«Хоровое пение»
«Народные инструменты»

Предметная область
ПО.01. «Музыкальное исполнительство»

ПРОГРАММА
по учебному предмету
В.01.УП.01. РИТМИКА
Срок реализации 2 года

г. Тюмень

Пояснительная записка

Детские танцы – это изучение основных средств выразительности (движения и позы, пластика и мимика, ритм), которые связаны с эмоциональными впечатлениями маленького человека от окружающего мира. Детский танец начинается с ритмики, где изучение танца начинается с простых движений, зачастую, занятия больше похожи на игру, но в этой игре ребёнок научится тем вещам, которые очень пригодятся ему в жизни.

Ритмика входит в систему музыкального воспитания. На уроках ритмики происходит изучение тех элементов выразительности, которые естественно и логично могут быть отражены в движении, где развивают физические качества, вырабатывают правильную осанку, посадку головы, походку, силу, ловкость, координацию движений, устраняют физические недостатки (сутулость, косолапость, искривление позвоночника и т.д.) Танец обучает правилам поведения, хорошим манерам, культуре общения, развивает ассоциативное мышление, пробуждает фантазию и побуждает к творчеству.

Содержание уроков «ритмика» создаёт условия для самореализации личности, раскрытия её творческого потенциала.

Цели: Развитие творческого потенциала ребёнка, воспитание национального самосознания к музыке через танец, воспитание музыкально-двигательной культуры. Дать учащемуся необходимые двигательные навыки, увлечь, заинтересовать, предоставить возможность почувствовать радость от ощущения своего тела, свободно двигающегося и подчиняющегося музыкальным ритмам. Это будет способствовать гармоническому развитию души и тела ребёнка.

Задачи: Развитие и сохранение здоровья детей младшего школьного возраста, воспитание организованной, гармонически развитой личности, восприятия характера музыки, развитие музыкально-выразительных представлений и творческой активности, воспитание чувства ритма, музыкально-ритмической памяти.

На первых этапах работы с детьми на уроке ритмика строится на основных движениях: ходьбе, беге, различного рода прыжках, с соблюдением правильного положения корпуса при движении и торможении, метании (преимущественно работа с мячами), на гимнастических (общеразвивающих) упражнениях с предметами и без предметов, тренирующих различные группы мышц, построениях и перестроениях, танцевальных движениях – танцах, играх.

Возраст детей, участвующих в реализации программы: 8-9 лет.
Период обучения: 8-9 лет.
Срок реализации: 2 года.

Срок реализации учебного предмета «Ритмика» 2 года

Форма и режим занятий: урок 1 раз в неделю, продолжительность 1 академического часа устанавливается 45 мин.

Таблица 1

Классы/количество часов	1 класс	2 класс
	Количество часов	Количество часов
Максимальная нагрузка	66	
Количество часов на аудиторную нагрузку	33	33
Недельная аудиторная нагрузка	1	1
Консультации	1	1

Количественный состав группы: 4-10 человек.

Количество учебных недель: 33.

Формы подведения итогов:

- открытые уроки для родителей;
- качество знаний и практических навыков учащихся выявляются на открытых уроках.

Основные методы обучения:

- наглядный - практический качественный показ;
- словесный – объяснение, желательно образный;
- игровой – учебный материал в игровой форме;
- творческий – самостоятельное создание учащимися музыкально – двигательных образов.

Требования к музыкальному оформлению урока.

Музыкальное оформление является основой музыкально – ритмического воспитания и влияет на развитие музыкальной культуры учащихся. Музыкальное оформление уроков «Ритмика и танец» должны быть разнообразным и качественно исполненным. Будь то работа концертмейстера или звучание фонограммы.

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

При знакомстве с фразами следует подбирать пьесы с простой и ясной фразировкой. Вначале лучше давать фразы, одинаковые по протяженности и ритму. Для начала также целесообразно использовать

фразы, оканчивающиеся на половинные длительности, так как в этом случае детям легче ощутить конец одной фразы, сделать остановку и начать новую. На следующем этапе работы предлагаются пьесы, в которых длинные и короткие фразы чередуются.

В оформлении урока можно использовать:

- классическую музыку русских и зарубежных композиторов;
- народную музыку;
- музыку в современных ритмах;
- доступным по форме, жанру, стилю и характеру для восприятия детьми младшего школьного возраста;
- иметь выразительную мелодию и четкую фразировку;
- быть близким по содержанию детским интересам.

Воспитание восприятия характера музыки.

Методические рекомендации.

Прослушав музыку, педагог предлагает детям самостоятельно отобразить её характер в движениях. Это даёт ему возможность выявить детей отношение к данному произведению, а также определить их творческие возможности. Педагог обращает внимание детей на более удачное исполнение. Иногда лучшие варианты повторяются всеми детьми. Так создаются сочиненные детьми и совместно с педагогом игровые упражнения, танцы.

Творческий процесс способствует развитию познавательного интереса. Важно уметь подбирать такие упражнения, игры, пляски, которые формировали бы у детей отношение к окружающему миру, углубляли их представления о жизни, труде, природе.

После прослушивания музыки и определения её характера (спокойный, бодрый, веселый и т.д.) педагог показывает детям зафиксированные движения (гимнастические, танцевальные), стараясь добиться правильной реакции на музыку и выразительности исполнения движений. Выразительное исполнение музыки должно способствовать созданию ярких художественных образов, близких и понятных детям и легко поддающимся передаче средствами движения.

Программные требования.

Стимулировать проявления активности и самостоятельности детей в передаче характера музыки своего отношения к музыкальному произведению через движение.

Темп.

Методические рекомендации.

При исполнении музыкального произведения точно соблюдать предложенный композитором темп. Воспитывать у детей умение удерживать нужный темп, что положительно скажется и на занятиях по специальности, сольфеджио, хоровом классе.

Программные требования

1. Уметь двигаться в темпе исполняемого произведения.
2. Узнавать темпы: медленный, быстрый, умеренный.
3. Уметь ускорять и замедлять темп.
4. Выполнять по памяти ходьбу, бег, ритмические рисунки в заданном темпе после временного прекращения музыки (в знакомых музыкальных произведениях и упражнениях «эхо»).
5. Сохранять заданный темп в речевых упражнениях (произнесение текста в заданном темпе во время ходьбы или бега равными длительностями).

Динамика.

Методические рекомендации.

Характер музыки, темп и динамика неотделимы друг от друга, и работа над ними осуществляется в тесном единстве, часто на одном и том же музыкальном материале. Этим темы находят своё выражение в творчестве детей, в импровизациях различных движений под музыку, в свободных танцевальных движениях, а также упражнениях, играх и танцах с фиксированными движениям.

Методические рекомендации.

Ритм является одним из важных выразительных средств музыки, поэтому при выполнении любых музыкально-ритмических заданий, преследующих дидактические цели, следует так же учить детей выполнять их в характере музыки. В процессе занятий, дети, двигательно реагируя на музыку, подчеркивают метрические доли. Отмечать их можно хлопками, шагами. Например, на сильную долю сделать хлопок, на слабую – развести руки в стороны; топать одной ногой на сильную долю, или при ходьбе делать акцент одной ногой; бросать мяч на сильную долю. Эти упражнения даются в размере 2/4 и ¾. Предлагая исполнить упражнение «эхо», педагог – концертмейстер проигрывает на фортепиано 2-4 такта пьесы или придумывает ритмы сам, а дети повторяют ритмические рисунки, выполняя их хлопками или шагами. Иногда для этой цели можно использовать удары в бубен, барабан или ударные инструменты. Можно предложить детям самим придумывать ритмические рисунки (один ребенок прохлопывает придуманный им ритмический рисунок, другой его повторяет).

Можно подобрать пьесы, в которых ритмический рисунок фраз повторяется (1-2, 3-4, 5-6 и т.д.). Затем первая фраза проигрывается громко, вторая – тихо.

Дети, прослушав первую фразу, отстукивают пальцем о палец ритм второй
фразы или прохлопывают её в ладоши. При повторении упражнения дети шагают под музыку четных фраз. Затем четные фразы не проигрываются на инструменте, и дети отмечают ритмический рисунок фразы без музыкального сопровождения хлопками или шагами по памяти.

Программные требования

1. Ощущение сильных и слабых долей (I четверть).
2. Интуитивное освоение соотношений длительностей (долгие, короткие звуки). Прохлопывание, простукивание простейших ритмических рисунков, а также ходьба под музыку: сочетание четвертей, восьмых и половинных длительностей в размерах 2/4,3/4 (I четверть).
3. Знакомство с понятием «сильная доля» (I четверть).
4. Осознанное усвоение длительностей: четверть, восьмая, половинная. Выполнение данных длительностей условными обозначениями (II четверть).
5. Развитие ритмической памяти (упражнение «эхо»); выполнение шагами ритмического рисунка знакомого музыкального произведения (частично без музыкального сопровождения). (Работа по выполнению ритмических рисунков проводится на протяжении всего учебного года).
6. Использование речевых упражнений для соблюдения темпа и выполнения ритмических рисунков (I, II четверти).
7. Осознанное определение длительностей в речевых упражнениях (II четверть).
8. Знакомство с размерами 2/4 и ¾. Определение их на слух на основе ощущения сильных долей (II, III четверти).
9. Знакомство с заткатовым построением (III четверть).

Строение музыкального произведения.

Методические рекомендации.

При знакомстве с фразами следует подбирать пьесы с простой и ясной фразировкой. Вначале лучше давать фразы, одинаковые по протяженности и ритму (ритмический рисунок общий, а мелодия изменяется). Для начала также целесообразно использовать фразы, оканчивающиеся на половинные длительности, так как в этом случае детям легче ощутить конец одной фразы, сделать остановку и начать новую. На следующем этапе работы предлагаются пьесы, в которых длинные и короткие фразы чередуются.

Для ощущения на слух фразировки можно использовать ряд методических приемов. Например, поочередное прохлопывание детьми в ладоши музыкальных фраз. Или другое упражнение: пальцы сжать в кулаки, в конце первой фразы один палец выпрямляется («выскакивает»), так же и в конце следующей фразы и т.д. Сколько «выскочило» пальцев, столько и фраз в пьесе. Длину фраз можно отображать дугообразным движением рук: подняв правую руку перед левым плечом, описать дугу слева – направо; на следующую фразу дуга описывается справа –налево. Поставив детей в одну шеренгу, предложить каждому по очереди пройти одну фразу «своей дорожкой» (прямо). Длина пройденной дорожки будет зависеть от длины фразы. В данном упражнении наглядно видна протяженность каждой из них. У детей надо вырабатывать ощущение одновременности начала движения с началом музыки – после выступления или после окончания предыдущей фразы.

Вступление в песнях и пьесах вначале воспринимается детьми интуитивно. Постепенно дети приучаются начинать движение на первую сильную долю после вступления. Первую сильную долю можно отмечать хлопком в ладоши или притопом ноги об пол.

Таблица 2

Программные требования.

1. Ознакомление с двухчастными и трехчастными построениями, фразами, куплетной формой (II, III четверти).
2. На коротких и доступных произведениях ознакомление с понятием «вступление» (построение, предшествующее началу движения). После вступления – самостоятельно, без словесного указания педагога начинать движение, ощущая первую сильную долю.

Техническое оснащение занятий*:* - фортепиано, музыкальный центр.

Перечень учебно-методического обеспечения.

- Хореографический класс с зеркальным оформлением стен.
- Нотно-методическая литература.
- Учебники, методические пособия
- Фортепиано.
- Резиновые мячи среднего размера.
- Коврики.

Первый год обучения

Класс/количество часов	1 класс
	Количество часов
Максимальная нагрузка	33
Количество часов на аудиторную нагрузку	33
Недельная аудиторная нагрузка	1
Консультации	1

Тема 1. Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений

Ознакомление детей с танцевальной азбукой:

- постановка корпуса;
- упражнение головой - "Тик - так", "Гуси", Шамаханская царица";
- упражнения для плеч - "Незнайка", "Горб верблюда", " Цыганочка";
- упражнения для рук - "Стрелки часов" "Поимай комарика", "Куколки",

«Ветряные мельницы"; кистей - "Зайка", пальцев "Веер";
- упражнения для корпуса - "Неваляшка", " Волна";
- упражнение для ног - " Петушок";
- упражнение для стоп - "Елочка", носок и пяточка - "Пингвин"
Выполнение упражнений танцевальной азбуки.

Ознакомление детей с элементами танцевальных движений:

- ходьба: простой шаг в разном темпе и характере;
- танцевальный бег;
- галоп;
- прыжки в сочетании по принципу контраста - ""Воробушек", "Обезьянки", "Зайчики", "Буратино";
- притопы: удар одной ногой в пол, поочередные удары правой и левой ногой;
- хлопки;
- упражнения с атрибутами (мяч, лента, и т д)

Выполнение проученных элементов танцевальных движений.

Ознакомление детей с танцевальными рисунками и ориентацией в пространстве:

- упражнения и игры по ориентации в пространстве;
- построение в круг;
- построение в линию;
- построение в две линии.

Выполнение упражнений по ориентации в пространстве.

Тема 2. Партерная гимнастика (упражнения на полу)

Ознакомление с элементами партерной гимнастики:

- упражнения для развития гибкости;
- упражнения для стоп;
- упражнения для развития растяжки;
- упражнения для позвоночника.

Выполнение тренировочных упражнений на полу.

Исходное положение, лежа на спине.

1. Лежа на спине: напряжение брюшных и тазобедренных мышц с вытягиванием ног в коленях и стопах первой прямой позиции.
2. Лежа на спине: поочередное сокращение стопы правой и левой ноги, затем одновременное сокращение стоп по первой прямой позиции.
3. Лежа на спине: «лягушка».
4. Лежа на спине: медленный подъем ног на 45, опускание вытянутых ног (отдельно каждой ноги), затем двух вместе прямой позиции.
5. Лежа на спине: приведение ног в положение первой выворотной позиции.
6. Лежа на спине: подтягивание к груди согнутой в колене ноги (каждой поочередно) затем двух ног одновременно в положение «калачик».
7. Лежа на спине: - раскачивание вперед - назад в положении «калачик».

8. «Мостик» из положения, лежа на спине, затем из положения стоя.

Исходное положение, сидя на полу.

1. Сидя на полу: напряжение брюшных и тазобедренных мышц с вытягиванием ног в коленях и стопах по первой позиции.
2. Сидя на полу: подъем - опускание правого и левого плеча поочередно, затем вместе.
3. Сидя на полу: повороты головы направо и налево.
4. Сидя на полу: наклоны головы к правому и левому плечу, вперед и назад, затем круговые движения головы.
5. Сидя на полу: наклоны корпуса к ногам по первой прямой, затем по первой выворотной позиции.
6. Сидя на полу: поочередное, затем одновременное сокращение стоп из прямого и выворотного положения.
7. Сидя на полу: поочередные, затем одновременные круговые движения стоп из прямого и выворотного положения.
8. Сидя на полу: «лягушка».
9. Сидя на полу: «уголок».
10. Сидя на полу: «веер».

Исходное положение, лежа на животе.

1. Лежа на животе: приведение ног в положение первой выворотной позиции.
2. Лежа на животе: подъем корпуса с опорой на руки затем без опоры.
3. Лежа на животе: подъем ног назад поочередно, двух ног в положение «лодочка», затем раскачивание в этом положении с включением корпуса и рук.
4. Лежа на животе: «самолет».
5. Лежа на животе: «коробочка».
6. Лежа на животе: «рыбка».

«Кошечка».

Заключительная часть урока.

1. Подскоки по первой прямой позиции с вытягиванием стоп: на месте. С продвижением вперед, назад из стороны в сторону.
2. Короткие комбинации на подскоки по линиям и по кругу.
3. Перескоки с ноги на ногу на месте и в продвижении с положением стопы на щиколотке затем у колена.
4. Медленное поднимание рук вперед - вверх, в сторону - вверх с одновременным отведением ног на носок назад и в сторону.
5. Медленное кругообразное движение рук: вперед, вверх, в сторону, вниз, затем в обратном направлении с подъемом на полупальцы и опусканием в исходное положение.
6. Резкий подъем рук вперед - вверх, в сторону - вверх с одновременным подъемом на полупальцы.

Тема 3. Танцевальные этюды, игры, танцы

- составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов;
- ознакомление детей с играми;
- применение игр на занятиях.

Ожидаемые результаты.

<u>Программные требования на 1-м году обучения</u>

На коротких и доступных произведениях ознакомление с понятием «вступление» (построение, предшествующее началу движения). После вступления – самостоятельно, без словесного указания педагога начинать движение, ощущая первую сильную долю.

<u>Примерный объём навыков по движению.</u>

1. Уметь координировать движения, расслабить мышцы (особенно рук, верхнего плечевого пояса) после напряжения.
2. Согласовывать движения со строением музыкального произведения (четко начинать и менять движения по частям, фразам, ощущая их окончание).
3. При ходьбе держать корпус прямо, не опускать головы, не шаркать ногами, соблюдать координацию движений (рук, ног). Освоить виды ходьбы: обычный шаг с «подушечки», с носка, на носках, пружинный шаг, шаг с высоким подъемом ног.
4. При беге корпус несколько наклонять вперед, движение рук свободно, без напряжения. Освоить виды бега: легкий, пружинный, широкий, с высоким подъемом ног.
5. Освоить подготовительные упражнения к прыжкам: «пружинки» (после подъема на носки мягкие полуприседания с расслаблением мышц коленного сустава), ходьбу и бег пружинным шагом. Выполнять прыжки на месте, на двух ногах с продвижением вперед, подскоки на месте с ноги на ногу, с продвижением вперед, на кружении.

Второй год обучения

Таблица 3

Класс/количество часов	2 класс
	Количество часов
Максимальная нагрузка	33
Количество часов на аудиторную нагрузку	33
Недельная аудиторная нагрузка	1
Консультации	1

Дети должны усвоить правильную постановку корпуса (при этом нужно обратить внимание на природные особенности сложения учеников): укрепить и развить мышечный аппарат (особенно поясницы, брюшного пресса, укрепление глубоких мышц спины, передних связок грудного отдела позвоночника); научится дифференцировать работу различных групп мышц, владеть центром тяжести тела, ориентироваться в пространстве, чувствовать ракурс, развить прыгучесть, чувство ритма, уметь отражать в движениях характер музыки.

Тема 1. Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений

Закрепление и ознакомление с новыми элементами танцевальной азбуки:

- упражнения для головы: наклоны головы вперед, назад, в стороны, по полукругу;
- упражнения для плеч: спокойные или быстрые подъемы плеч вверх и опускания их вниз;
-упражнения для рук, кистей, пальцев. Работа над выразительностью подъема рук в стороны или вверх;
- упражнения с предметами. Развитие полученных навыков игры с мячом.

Постановка корпуса: продолжение работы над подтянутостью спины, постановкой головы. Выполнение проученных упражнений танцевальной азбуки.

Ознакомление с новыми элементами танцевальных движений:

- равномерный бег с захлёстом голени;
- легкие, равномерные, высокие прыжки;
-перескоки с ноги на ногу;
- простой танцевальный шаг, приставной шаг
-шаги на полупальцах и пятках;
-притопы: удары стопы в пол равномерно и по три;

Выполнение проученных элементов танцевальных движений.

Закрепление танцевальных элементов: полуприседания, повороты на двух ногах, вынос ноги на каблук.

Ознакомление детей с танцевальными рисунками.

Проведение игр для развития ориентации детей в пространстве. Выполнение проученных рисунков и упражнений по ориентации в пространстве.

Тема 2. Партерная гимнастика (упражнения на полу)

Ознакомление с новыми элементами партерной гимнастики:

-образные движения;
- танцевальные этюды на полу.

Выполнение проученных упражнение партерной гимнастики на растягивания и гибкость. Повторение ранее пройденных движений лежа на полу и стоя с убыстрением темпа исполнения удлинением комбинаций движений, увеличением количества обрабатываемого в упражнении движения

Исходное положение, лежа на спине.

1. Лежа на спине: поочередное, затем одновременное вытягивание и сокращение стоп в выворотном положении.
2. Лежа на спине: поочередные, затем одновременные круговые движения стоп в выворотном положении.
3. Лежа на спине: медленный поочередный, затем одновременный подъем ног в выворотном положении на 45, затем на 90 с опусканием в исходное положение вперед.
4. Лежа на спине: поочередное сокращение стоп в выворотном положении ноги, поднятой на 45, затем на 90.
5. Лежа на спине: наклоны корпуса в сторону.
6. Лежа на спине: отведение ноги в выворотном положении в сторону на 45 затем на 90.
7. Лежа на спине: медленный подъем ноги на 90 и отведение ноги в сторону. Возвращение ноги по полу до исходного положения.
8. Лежа на спине: поднимание согнутой в колене ноги в выворотном положении (developpe). Возвращение ноги до исходного положения, затем отведение ноги в выворотном положении вперед, в сторону на 45, затем на 90.
9. Лежа на спине: резкие броски ног поочередно в выворотном положении вперед на 45, затем на 90.
10. Лежа на спине: положение рук, port de bras - подготовительное.
11. Лежа на спине: подтягивание к груди согнутой в колене ноги. Затем разворот ноги в тазобедренном суставе до пола, затем с раскрыванием ноги в сторону.
12. Лежа на животе: открывание ноги на 90 затем положить ногу на пол с правой стороны.
13. Лежа на животе: «Сфинкс».

Исходное положение: сидя на полу:

1. Сидя на полу: наклоны корпуса вправо, влево, вперед и назад сидя на шпагате
2. Сидя на полу: «лягушка»
3. Сидя на полу: «Складка»

Исходное положение: на животе

1. Лежа на животе: медленный поочередный, затем одновременный подъем ног в выворотном положении на 45, затем на 90 с опусканием в исходное положение, назад.
2. Лежа на животе: резкие броски назад в выворотном положении.
3. Лежа на животе: подъем корпуса с помощником, удерживающим ноги в выворотном положении с руками: на затылке, затем в III позиции или отведенными в сторону.
4. Лежа на животе: медленный подъем ноги на 90 и отведение ноги в сторону. Возвращение ноги по полу до исходного положения.

5. Лежа на животе: подъем корпуса с опорой на руки затем без опоры: сомкнутые за спиной, в III позиции.

Заключительная часть урока.

1. Короткие комбинации на подскоках по линиям и по кругу.
2. Упражнения с различными предметами: передача, броски, ловля и др.
3. Небольшие танцевально-гимнастические этюды, составленные из пройденных движений.
4. Различные port de bras и движения на восстановление дыхания.
5. Прыжки по первой позиции на месте и с продвижением вперед - назад и вправо - влево.

Тема 3. Танцевальные этюды, игры, танцы.

Сочинение танцевальных элементов в статичном положении или в продвижении.

Слушание музыки, сказок и придумывание музыкальных образов, танцевальных этюдов.

Отгадывание музыкальных загадок.

Тема 4. Итоговое занятие.

- показ родителям проученного материала.

<u>Программные требования на 2-м году обучения</u>

При любых видах движений и остановках соблюдать правильное положение тела.

1. Уметь владеть мячом при ударе им об пол, при броске вверх и перебросе друг другу. При броске и ловле мяча не нарушать непрерывности хода игры под музыку (не ронять мяч). Точно выполнять бросок на сильную долю и ловить на последнюю (в зависимости от размера – 2/4, 3/4) или на сильную долю следующего такта. Уметь придать мячу определенное направление и скорость полета, которая зависит от темпа и размера произведения.

2. Освоить гимнастические упражнения и упражнения с предметами. Добиваться полной связи движений с музыкой: ощущение характера музыки, темпа, динамики, строения музыкального произведения.

3. Освоить построения и перестроения. Уметь строиться в шеренгу и в колонну по росту, соблюдая интервалы, строить круг из положения стоя в шеренге, держась за руки, из рассыпного положения, строиться в звеньевые колонны для выполнения гимнастических упражнений.

При рассыпном построении уметь использовать все имеющееся пространство, соблюдая определенные интервалы, чтобы не мешать друг другу при выполнении движений.

4. Освоить несколько танцевальных движений: хороводный шаг, приставной шаг с полуприседанием, полуприседание с поочередным выставлением ноги на пятку, топающий шаг на месте, шаг с

продвижением вперед и в кружении, притопы, различного рода подскоки. В хороводах идти по кругу, правильно держа голову и корпус, четко делать повороты, сужать и расширять круг, выполнять движения, согласуя их с музыкой, свободно держать друг друга за руки, не напрягая их.

6. Уметь легко, пластично двигаться, согласуя движения с построением музыкального произведения, т.е. менять движения по фразам, частям, четко и вовремя переходить от одного движения к другому, ощущая конец части, фразы. Уметь в движениях передавать характер музыки (плавная, быстрая, задорная и т.д.).

Список использованной и рекомендуемой литературы.

1. Барышникова Т. К., Азбука хореографии; С. - П. «Респекс» «Люкси» 1996г.
2. Конорова Е. Методическое пособие по ритмике. Вып. 1, 2. – М.: Музыка, 1978.
3. Пуртова Т. В., Беликова А. П., Кветная О. В. Учите детей танцевать, «Владос», - М. 2004г.
4. Франио Г., Лифиц И. Методическое пособие по ритмике: 1 кл. – М.: Музыка, 1995.
5. Франио Г. Методическое пособие по ритмике: 2кл. – М.: Музыка, 1996.
6. Франио Г. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей. – М.: Советский композитор, 1990.
7. Федотова С. Г., Примерная программа для детских хореографических школ и хореографических отделений детских школ искусств, - М. 2003г.
8. Яновская В. Ритмика. – М.: Музыка, 1979.