

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ АРХАНГЕЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ

Государственное бюджетное профессиональное образовательное  
учреждение Архангельской области  
«Архангельский педагогический колледж  
(ГБПОУ АО «Архангельский педколледж»)

РАССМОТРЕНО  
И ОДОБРЕНО на заседании  
ПЦК  
общепрофессиональных  
дисциплин и  
профессиональных модулей  
в области музыкального  
образования  
Протокол № 9  
от «16» мая 2022 г.  
Заведующий ПЦК:  
О.А.Щепина

РЕКОМЕНДОВАНО к  
утверждению экспертным  
советом Архангельского  
педколледжа  
Протокол № 6  
от «24» мая 2022 г.  
Председатель экспертного  
совета: *Н.Ю.Ульянова*

УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
Архангельского  
педколледжа  
\_\_\_\_\_Л.А. Перова  
«15» июня 2022 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОП.09.Ритмика и основы хореографии**

Программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности 44.02.01 Дошкольное образование

Организация-разработчик: Архангельский педколледж

Разработчики: Шкодкина И.М., преподаватель Архангельского педколледжа

Рассмотрено и одобрено на заседании ПЦК общепрофессиональных дисциплин и профессиональных модулей в области музыкального образования

Протокол № ..... от «. . .».....2022 г.

Председатель .....Щепина О.А.

## **СОДЕРЖАНИЕ**

- 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОП.09 Ритмика и основы хореографии»

## 1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина «Ритмика и основы хореографии» является обязательной частью профессионального цикла ОПОП-П в соответствии с ФГОС СПО по специальности 44.02.01 Дошкольное образование.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 01, ОК 04, ОК 8.

## 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ОК, ПК	Дисциплинарные результаты	
	Умения	Знания
ОК 1 ОК 4 ОК 8	Создавать условия для развития музыкально-ритмических умений у детей	Роль ритмики в эстетическом развитии детей
ПК 1.1 ПК 1.2 ПК 1.3	Создавать несложные танцевальные композиции	Задачи, содержание, формы и методы организации деятельности детей на занятиях ритмикой и танцами
ПК 1.4 ПК 2.1 ПК 2.2 ПК 2.3. ПК 2.5	Инсценировать песни, составлять варианты музыкально-ритмических игр и упражнений композиции	Детский репертуар танцев, музыкальных игр, хороводов, упражнений для детей дошкольного возраста

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем в часах</b>
<b>Объем образовательной программы учебной дисциплины / максимальная учебная нагрузка</b>	72/ 108
<b>в т.ч. в форме практической подготовки</b>	72
в т. ч.:	
практические занятия	72
Самостоятельная работа (внеаудиторная)	36
<b>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</b>	

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
<b>Раздел 1. Ритмика и педагогические ориентиры организации</b>		<b>72/72</b>	
<b>Тема 1.1. Организация музыкально-ритмической деятельности в дошкольном образовательном учреждении</b>	<b>Содержание учебного материал</b>	<b>2</b>	<b>ПК 1.1 ОК 1 ОК 8</b>
	1. Программные требования, методы и приемы, планирование и проведение занятий по ритмике, определяющие содержание музыкально - ритмической деятельности детей в дошкольных учреждениях. Методика обучения музыкально - ритмическим движениям. Инновационные технологии в методике музыкально - ритмического воспитания детей дошкольного возраста.		
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>2</b>	
	1. Практическое занятие 1. «Подбор методов и приемов для развития двигательных и танцевальных навыков при выполнении музыкально-ритмических движений у детей дошкольного возраста. Знакомство и разучивание программных произведений».	1	
2. Практическое занятие 2. «Представить умение планировать музыкально-ритмическую деятельность детей младшего и среднего школьного возраста: разминка, основные движения, их чередование, завершение. Знакомство и разучивание программных произведений».	1		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Изучить историю возникновения и развития музыкальной ритмики. Выписать основные средства музыкальной выразительности, используемые на занятиях и уроках ритмики: темп, виды музыкального темпа, динамика, регистровая окраска, характер музыки, ритм; - дать характеристику следующим музыкальным размерам:	<b>3</b>	

	2/2, 2/4, 3/4, 4/4; - раскрыть понятия: «Сильная доля», «Музыкальная фраза», «затакт».		
<b>Тема 1.2. Упражнения для развития опорно - двигательного аппарата</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>6</b>	
	1. Роль и значение гимнастики в развитии физических и музыкально-пластических навыков детей.		<b>ПК 1.1 ПК 1.2 ПК 1.3 ОК 1 ОК 8</b>
	2. Техника безопасности в гимнастике. Общеразвивающие упражнения. Составление и выполнение комплекса гимнастических упражнений для развития силы, выносливости, быстроты и ловкости, для исправления дефектов в телосложении и осанке.		
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>6</b>	
	1. Практическое задание 3. «Составление комплекса гимнастических упражнений на подобранную музыку с учётом возрастной группы».	3	
	2. Практическое задание 4. «Представить методику исполнения и музыкальную раскладку гимнастических упражнений при одновременном контроле за самочувствием детей».	3	
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Описать виды ходьбы (бодрый шаг, спортивно-торжественная ходьба, спокойный шаг, высокий шаг, шаг на носках, пружинистый шаг, тихая ходьба); Описать виды бега (лёгкий, пружинистый, стремительный, широкий, высокий); Дать подробную характеристику основным движениям, записать их в словарь и самостоятельно разучить каждое движение.	<b>3</b>		
<b>Тема 1.3 Основные виды ходьбы и бега</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>4</b>	
	1. Совершенствование техники исполнения различных видов ходьбы и бега. Методика их разучивания с детьми.		<b>ПК 1.1 ПК 1.2 ОК 1</b>
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>4</b>	

	1. Практическое задание 5. «Использовать методы и приемы при исполнении и разучивании основных движений: ходьба (шаги), бег, прыжки, подскоки».	1	<b>ОК 8</b>
	2. Практическое задание 6. «Иметь навык освоения музыкально-ритмического репертуара в области движений для детей младшей и средней группы».	1	
	3. Практическое задание 7. « Иметь навык использования музыкально-ритмического репертуара для детей старшей и подготовительной к школе группы».	1	
	4. Практическое задание 8. «Выполнять танцевальный шаг назад, шаг на полупальцах назад, шаг с высоким подниманием колен вперед на полупальцах; спортивная ходьба, делая маховые движения руками; бег, вынося прямые ноги вперед и назад».	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Описать прыжковые движения (на двух ногах по I, II, III и VI позиции); Описать подскоки (лёгкие, сильные, галоп); Дать подробную характеристику основным движениям, записать их в словарь и самостоятельно разучить каждое движение.	<b>3</b>	
<b>Тема 1.4 Построения и перестроения</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>4</b>	
	1. Основные виды построений и перестроений, используемые в различных видах деятельности детей дошкольного возраста и форм организации воспитательно-образовательного процесса в ДОО. Использование построений и перестроений при создании фигур в детском танце.		<b>ПК 1.2</b> <b>ПК 1.3</b> <b>ОК 04</b> <b>ОК 08</b>
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>4</b>	
	1. Практическое задание 9. «Подбор музыки и составление видов построений соответственно возрастной группе».	2	
	2. Практическое задание 10. «Построение на месте,	2	



	перестроение в движении из круга в колонну. Фигуры перестроения: «Звездочка», «Карусель», «Плетень», «Корзиночка», построения из одного круга в два или три концентрических,двигающихся в разные стороны, построение «Шен».		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Составить характеристику основных элементов партерной гимнастики («берёзка», «складочка», «бабочка», «стульчик», «корзиночка», «лягушка», «мостик», «кошечка»..), записать в словарь и самостоятельно разучить каждый элемент.	<b>3</b>	
<b>Тема 1.5 Сюжетно - образные движения. Игровое творчество</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>4</b>	<b>ПК 1.2 ПК 1.3 ОК 04 ОК 08</b>
	1.Инсценировка сюжетов песен, перевоплощение в сказочных и реальных персонажей. Музыкальные игры. Музыкальная игра - средство для развития художественно-творческих способностей детей.		
	2.Танцевальная и игровая импровизация. Передача общего настроения и характера музыки. Ритмическое соответствие движений. Разбор импровизационных упражнений.		
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>4</b>	
	1.Практическое задание 11. «Инсценировка сюжетов песен, перевоплощение в сказочных и реальных персонажей. Музыкальные игры. Музыкальная игра - средство для развития художественно - творческих способностей детей. Инсценировка сюжетов песен «Антошка», «Чунга - Чанга», «Чебурашка» и т.д.»	2	
	2.Практическое задание 12. «Танцевальная и игровая импровизация. Передача общего настроения и характера музыки. Ритмическое соответствие движений. Разбор импровизационных упражнений. «Кот и мышки», «Веселый дождик», «У медведя во бору».	2	
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Дать характеристику видов ритмики в ДОУ (игра, танец,	<b>3</b>		

	упражнения); - разбор и демонстрация упражнений, танцев и музыкальных игр в соответствии с возрастными группами в ДОУ; - составить таблицу «Виды ритмики в ДОУ» с подробным описанием и примерами.		
<b>Тема 1.6 Основные движения детского танца</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>6</b>	<b>ПК 1.2 ПК 1.3 ПК 1.4 ОК 04 ОК 08</b>
	1.Основные положения рук и ног в детском танце. Отдельные движения детского танца. Составление танцевальных комбинаций. Рисунок танца. Варианты расположения танцующих на различных видах площадок (сцена, танцевальный класс, групповое помещение, актовый зал). Разучивание детских массовых танцев.		
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>6</b>	
	1.Практическое задание 13. «Освоение положений рук и ног в детском танце. Разучивание отдельных движений и фрагментов детского танца. Составление танцевальных комбинаций».	3	
	2.Практическое задание 14. «Создание рисунка танца. Варианты расположения танцующих на различных видах площадок (сцена, танцевальный класс, групповое помещение, актовый зал). Разучивание детских массовых танцев по программе ДОУ».	3	
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Разбор и демонстрация упражнений, танцев и музыкальных игр в соответствии с возрастными группами в ДОУ; - подготовка и подробное описание самостоятельно разученной танцевальной композиции для младших школьников; перечень необходимых движений занести в словарь.	<b>3</b>		
<b>Раздел 2. Основы хореографии</b>			

<b>Тема 2.1. Элементы классического и бального танцев</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>18</b>	<b>ПК 1.2 ПК 1.3 ПК 1.4 ОК 01 ОК 04 ОК 08</b>
	1.Основные движения классического танца. Позиции ног. Позиции рук. Комбинации у станка и на середине зала. Методика изучения движений с детьми. Позы и формы классического танца, методика изучения с детьми.		
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>18</b>	
	1.Практическое задание 15. «Иметь навык исполнения. Полуприседания по 1, 2,3 позициям. Battement tendu вперед и в сторону из 3 позиции. Releve на полупальцы из всех позиций. Классический реверанс».	2	
	2.Практическое задание 16. «Вальс». Основные движения и фигуры танца. Исполнение движений и шагов в ритме вальса. Примерная композиция вальса».	3	
	3.Практическое задание 17. «Танго». Основные элементы и шаги. Примерная композиция танго».	2	
	4.Практическое задание 18. «Фокстрот». Основные элементы и шаги. Примерная композиция фокстрота».	2	
	5.Практическое задание 19. «Мазурка». Основные элементы и шаги. Примерная композиция мазурки».	3	
	6.Практическое задание 20. «Полонез». Основные элементы и шаги. Примерная композиция полонеза».	3	
	7.Практическое задание 21. «Менуэт». Основные элементы и шаги. Примерная композиция менуэта».	3	
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Дать характеристику термину «хореографическое искусство» - выделить особенности обучения классическому экзерсису; - роль классического танца в хореографическом	<b>4</b>		

	<p>образовании детей;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- знать основные позиции, положения в классическом танце;</li> <li>- уметь выполнять позы в классическом танце.</li> <li>- перечень основных позиций, поз занести в словарь.</li> </ul>		
<b>Тема 2.2. Элементы народных танцев</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>18</b>	<b>ПК 1.2</b> <b>ПК 1.3</b> <b>ПК 1.4</b> <b>ОК 01</b> <b>ОК 04</b> <b>ОК 08</b>
	1.Техника и манера исполнения элементов народного танца. Методика изучения с детьми отдельных элементов.		
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>18</b>	
	1.Практическое задание 22. «Исполнение элементов народных танцев. Раскрывание рук вперед в сторону из положения на поясе, в характере русского танца. Переменный ход в сочетании с руками. «Припадание», «Упадание». «Моталочка», «Молоточки». Перетопы, присядка, веревочка, гармошка».	<b>2</b>	
	2.Практическое задание 23. «Соблюдать последовательность при исполнении движений в русском народном хороводе. «Светит месяц» - русский народный хоровод, разучивание».	<b>2</b>	
	3.Практическое задание 24. «Соблюдать последовательность при исполнении движений в русском народном танце «Кадриль» (медленная и быстрая)».	<b>2</b>	
	4.Практическое задание 25. «Соблюдать последовательность при исполнении движений в русском народном танце «Сударушка».	<b>2</b>	
	5.Практическое задание 26. «Разучивание элементов танцев народов мира: «Сиртаки».	<b>2</b>	
	6.Практическое задание 27. «Разучивание элементов танцев народов мира: «Полька».	<b>2</b>	
7.Практическое задание 28. «Разучивание элементов танцев народов мира: «Цыганский танец».	<b>2</b>		

	8.Практическое задание 29. «Разучивание элементов танцев народов мира: «Гопак».	2	
	9.Практическое задание 30. «Разучивание элементов танцев народов мира: «Бульба».	2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> изучить формы русского народного танца (хоровод, виды хороводов, перепляс и пляска); - разобрать и уметь исполнять базовые элементы русского народного танца и записать их в словарь; -уметь исполнять основные элементы танцев народов мира.	<b>6</b>	
<b>Тема 2.3. Элементы современного танца</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>5</b>	
	1.Возникновение современного танца. Особенности современного эстрадного танца. Основные разделы урока эстрадного танца. Постановка рук, ног и корпуса в эстрадном танце.		<b>ПК 1.2 ПК 1.3 ПК 1.4 ОК 01 ОК 04 ОК 08</b>
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>5</b>	
	1.Практическое задание 31. «Освоить основные положения рук, ног и корпуса в эстрадном танце. Разогрев на середине зала. Изоляция. Упражнения на координацию. Упражнения для позвоночника. Проучивание танцевальных комбинаций. Кросс: шаги, прыжки, вращения. Составление прыжковых и кроссовых комбинаций».	2	
	2.Практическое задание 32. «Исполнение элементов современного танца. Чарльстон. Блюз. Джайв. Рок-н-рол. Буги-вуги. Хип-хоп. Брейк-данс. Беллидэнс. Модерн. Гоу-гоу.(Основные элементы)».	3	
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Изучить особенности создания хореографического произведения: - основные этапы балетмейстерской работы над хореографическим произведением. Специфика записи хореографических номеров; - основные законы драматургии и их применение при	<b>4</b>		

	<p>постановке хореографического произведения;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- взаимодействие музыки и танца в хореографическом произведении;</li> <li>- создание несложной танцевальной композиции, построенной по основным законам драматургии.</li> </ul>		
<b>Тема 2.4. Танцевальные этюды, флэшмобы и танцы</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>5</b>	<b>ПК 1.2</b> <b>ПК 1.3</b> <b>ПК 1.4</b> <b>ОК 01</b> <b>ОК 04</b> <b>ОК 08</b>
	1. Этюды на основе выученных элементов танцев. Структура танцевального этюда и номера.	5	
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>5</b>	
	1. Практическое задание 33. «Различать танцевальный этюд и номер. Составлять сюжетную танцевальную композицию. Разучивание сюжетного танца. Составлять бессюжетную танцевальную композицию. Разучивание танца на бессюжетной основе».	2	
	2. Практическое задание 34. «Составление флэшмобов и анимационных танцев».	3	
	<p><b>Самостоятельная работа обучающихся</b></p> <p>Изучить хореографическое понятие «Композиционный план»:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- тема, идея, сюжет и их раскрытие в замысле балетмейстера;</li> <li>- рисунок танца;</li> <li>- описать свою танцевальную композицию по предложенным разделам.</li> </ul>	<b>4</b>	
<b>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачёта</b>		<b>1</b>	
<b>Всего</b>		<b>72</b>	

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**3.1 Для реализации программы учебной дисциплины предусмотрены следующие специальные помещения:**

Зал «Ритмики и хореографии», оснащенный в соответствии с п. 6.1.2.1 образовательной программы специальности.

#### **3.2.1. Основные печатные издания**

1. Хрестоматия по хореографии для общеобразовательной школы: музыкальные фрагменты в изложении для фортепиано / составитель Э. Б. Побединский. - Москва: Музыка, 2020.
2. Яновская, В. Ритмика: практическое пособие для хореографических училищ. - Москва: Музыка, 2020.

#### **3.2.2. Основные электронные издания**

1. Музыкально - ритмическое воспитание дошкольников:  
<http://tmndetsady.ru/metodicheskiy-kabinet/interesnyiy-pedagogicheskiyopyit/news3167.html>
2. Яновская В. Ритмика : практическое пособие для хореографических училищ. – Музыка. 2019. – Текст : непосредственный.

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
<i>Перечень знаний, формируемых в рамках дисциплины</i>		
Роль ритмики в эстетическом развитии детей	точность в определении роли ритмики в эстетическом развитии детей	устный опрос
Задачи, содержание, формы и методы организации деятельности детей на занятиях ритмикой и танцами	точность в определении задач, форм и методов организации музыкально-ритмической деятельности, соответствие содержания ритмической деятельности установленным требованиям	устный опрос
Детский репертуар танцев, музыкальных игр, хороводов, упражнений для детей дошкольного возраста	Точное использование и воспроизведение детского репертуара танцев, музыкальных игр, хороводов и упражнений в соответствии с установленными требованиями	устный опрос
<i>Перечень умений, формируемых в рамках дисциплины</i>		
Создавать условия для развития музыкально-ритмических умений у детей	соответствие условия для развития музыкально-ритмических умений у детей установленным требованиям	оценка результатов практических работ
Создавать несложные танцевальные композиции	соответствие созданных несложных танцевальных композиций установленным требованиям	оценка результатов практических работ
Инсценировать песни, составлять варианты музыкально-ритмических игр и упражнений, а также композиций	соответствие инсценировок песен, создание вариантов музыкально-ритмических игр и упражнений, а также композиций установленным требованиям	оценка результатов практических работ
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета.		