

Приложение 2.14
к ОПОП-П по специальности
53.02.01 Музыкальное образование

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ АРХАНГЕЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ

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

РАССМОТРЕНО
И ОДОБРЕНО на заседании
ПЦК УД и ПМ в области
физической культуры и
дополнительного
образования
Протокол № 9
от «13» мая 2025 г.
Заведующий кафедрой: *Л.В.*
Голубева

РЕКОМЕНДОВАНО к
утверждению экспертным
советом Архангельского
педколледжа
Протокол № 2
от «20» мая 2025 г.
Председатель экспертного
совета: *Н.Ю. Ульянова*

УТВЕРЖДАЮ
Директор
Архангельского
педколледжа
_____ *Л.А. Перова*
«14» сентября 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.09 Ритмика и основы хореографии

Архангельск 2025

Программа дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности 53.02.01 Музыкальное образование

Организация-разработчик: Архангельский педколледж

Разработчики: Шкодкина И.М., преподаватель

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ	4
1.1. Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы	4
1.2. Планируемые результаты освоения дисциплины	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ	6
2.1. Трудоемкость освоения дисциплины	6
2.2. Содержание дисциплины	7
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ	14
3.1. Материально-техническое обеспечение	14
3.2. Учебно-методическое обеспечение	14
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	15

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

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Дисциплина «Ритмика и основы хореографии» является обязательной частью профессионального цикла ОПОП-П в соответствии с ФГОС СПО по специальности 53.02.01 Музыкальное образование.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 1, ОК 4, ОК 8.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы 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 ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

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

2.2. Тематический план и содержание 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
Раздел 1. Ритмика и педагогические ориентиры организации		26/26	
Тема 1.1. Организация музыкально-ритмической деятельности в дошкольном учреждении и начальной школе	Содержание учебного материал	2	ПК 1.1 ПК 2.1 ОК 1 ОК 8
	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 в начальной школе. Инновационные технологии в методике музыкально - ритмического воспитания детей дошкольного и младшего школьного возраста.		
	В том числе практических и лабораторных занятий	2	
	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. «Представление умения планировать музыкально-ритмическую деятельность детей младшего и среднего школьного возраста: разминка, основные движения, их чередование, завершение. Знакомство и разучивание программных произведений».	1	
Самостоятельная работа обучающихся		3	
	Изучить историю возникновения и развития музыкальной ритмики.		

	<p>Выписать основные средства музыкальной выразительности, используемые на занятиях и уроках ритмики: темп, виды музыкального темпа, динамика, регистровая окраска, характер музыки, ритм;</p> <p>- дать характеристику следующим музыкальным размерам: 2/2, 2/4, 3/4, 4/4;</p> <p>- раскрыть понятия: «Сильная доля», «Музыкальная фраза», «затакт».</p>		
Тема 1.2. Упражнения для развития опорно - двигательного аппарата	Содержание учебного материала	6	ПК 1.1 ПК 1.2 ПК 1.3 ОК 1 ОК 8
	1. Роль и значение гимнастики в развитии физических и музыкально-пластических навыков детей.		
	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.		
	В том числе практических и лабораторных занятий	6	
	1. Практическое занятие 3. «Составление комплекса гимнастических упражнений на подобранную музыку с учётом возрастной группы».	3	
	2. Практическое занятие 4. «Представление методики исполнения и музыкальной раскладки гимнастических упражнений при одновременном контроле за самочувствием детей».	3	
Самостоятельная работа обучающихся		3	
	<p>Описать виды ходьбы (бодрый шаг, спортивно-торжественная ходьба, спокойный шаг, высокий шаг, шаг на носках, пружинистый шаг, тихая ходьба);</p> <p>Описать виды бега (лёгкий, пружинистый, стремительный, широкий, высокий);</p> <p>Дать подробную характеристику основным движениям,</p>		

	записать их в словарь и самостоятельно разучить каждое движение.		
Тема 1.3 Основные виды ходьбы и бега	Содержание учебного материала	4	ПК 1.1 ПК 1.2 ПК 2.1 ПК 2.2 ОК 1 ОК 8
	1. Совершенствование техники исполнения различных видов ходьбы и бега. Методика их разучивания с детьми.		
	В том числе практических и лабораторных занятий	4	
	1. Практическое занятие 5. «Использование методов и приемов при исполнении и разучивании основных движений: ходьба (шаги), бег, прыжки, подскоки».	1	
	2. Практическое занятие 6. «Навыки освоения музыкально-ритмического репертуара в области движений для детей младшей и средней группы».	1	
	3. Практическое занятие 7. «Навык использования музыкально-ритмического репертуара для детей старшей и подготовительной к школе группы».	1	
	4. Практическое занятие 8. «Выполнение танцевальных шагов».	1	
Самостоятельная работа обучающихся		3	
	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.		
Тема 1.4 Построения и перестроения	Содержание учебного материала	4	ПК 1.2 ПК 1.3 ПК 2.2 ПК 2.3
	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.		ОК 04 ОК 08
	В том числе практических и лабораторных занятий	4	
	1. Практическое занятие 9. «Подбор музыки и составление видов построений соответственно возрастной группе».	2	
	2. Практическое занятие 10. «Построение на месте, 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».	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	3	
	Составить характеристику основных элементов партерной гимнастики («берёзка», «складочка», «бабочка», «стульчик», «корзиночка», «лягушка», «мостик», «кошечка»..), записать в словарь и самостоятельно разучить каждый элемент.		
Тема 1.5 Сюжетно - образные движения. Игровое творчество	Содержание учебного материала	4	ПК 1.2 ПК 1.3 ПК 2.2 ПК 2.3 ОК 4 ОК 8
	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.		
	В том числе практических и лабораторных занятий	4	
	1. Практическое занятие 11. «Инсценировка сюжетов песен, перевоплощение в сказочных и реальных персонажей. Музыкальные игры. Музыкальная игра - средство для	2	

	развития художественно - творческих способностей детей. Инсценировка сюжетов песен «Антошка», «Чунга - Чанга», «Чебурашка» и т.д.»		
	2. Практическое занятие 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	
	Самостоятельная работа обучающихся Дать характеристику видов ритмики в ДОУ (игра, танец, 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.	3	
Тема 1.6 Основные движения детского танца	Содержание учебного материала	6	ПК 1.2 ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 2.2 ПК 2.3 ПК 2.5 ОК 04 ОК 08
	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.		
	В том числе практических и лабораторных занятий	6	
	1. Практическое занятие 13. «Освоение положений рук и ног в детском танце. Разучивание отдельных движений и фрагментов детского танца. Составление танцевальных комбинаций».	3	
	2. Практическое занятие 14. «Создание рисунка танца.	3	

	Варианты расположения танцующих на различных видах площадок (сцена, танцевальный класс, групповое помещение, актовый зал). Разучивание детских массовых танцев по программе ДОУ».		
	Самостоятельная работа обучающихся 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.	3	
Раздел 2. Основы хореографии		46/46	
Тема 2.1. Элементы классического и бального танцев	Содержание учебного материала	18	ПК 1.2 ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 2.2 ПК 2.3 ПК 2.5 ОК 1 ОК 4 ОК 8
	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.		
	В том числе практических и лабораторных занятий	18	
	1. Практическое занятие 15. «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 занятие 16. «Вальс». Основные движения и фигуры танца. Исполнение движений и шагов в ритме вальса. Примерная композиция вальса».	3	
	3. Практическое занятие 17. «Танго». Основные элементы и	2	

	шаги. Примерная композиция танго».		
	4. Практическое занятие 18. «Фокстрот». Основные элементы и шаги. Примерная композиция фокстрота».	2	
	5. Практическое занятие 19. «Мазурка». Основные элементы и шаги. Примерная композиция мазурки».	3	
	6. Практическое занятие 20. «Полонез». Основные элементы и шаги. Примерная композиция полонеза».	3	
	7. Практическое занятие 21. «Менуэт». Основные элементы и шаги. Примерная композиция менуэта».	3	
	Самостоятельная работа обучающихся Дать характеристику термину «хореографическое искусство» - выделить особенности обучения классическому экзерсису; - роль классического танца в хореографическом образовании детей; - знать основные позиции, положения в классическом танце; - уметь выполнять позы в классическом танце. - перечень основных позиций, поз занести в словарь.	4	
Тема 2.2. Элементы народных танцев	Содержание учебного материала	18	ПК 1.2 ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 2.2 ПК 2.3 ПК 2.5 ОК 1 ОК 4 ОК 8
	1. Техника и манера исполнения элементов народного танца. Методика изучения с детьми отдельных элементов.		
	В том числе практических и лабораторных занятий	18	
	1. Практическое занятие 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,	2	

	присядка, веревочка, гармошка».		
	2. Практическое занятие 23. «Соблюдение последовательность при исполнении движений в русском народном хороводе. «Светит месяц» - русский народный хоровод, разучивание».	2	
	3. Практическое занятие 24. «Соблюдение последовательности при исполнении движений в русском народном танце «Кадриль» (медленная и быстрая)».	2	
	4. Практическое занятие 25. «Соблюдение последовательности при исполнении движений в русском народном танце «Сударушка».	2	
	5. Практическое занятие 26. «Разучивание элементов танцев народов мира: «Сиртаки».	2	
	6. Практическое занятие 27. «Разучивание элементов танцев народов мира: «Полька».	2	
	7. Практическое занятие 28. «Разучивание элементов танцев народов мира: «Цыганский танец».	2	
	8. Практическое занятие 29. «Разучивание элементов танцев народов мира: «Гопак».	2	
	9. Практическое занятие 30. «Разучивание элементов танцев народов мира: «Бульба».	2	
	Самостоятельная работа обучающихся 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;	6	

	-уметь исполнять основные элементы танцев народов мира.		
Тема 2.3. Элементы современного танца	Содержание учебного материала	5	ПК 1.2 ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 2.2 ПК 2.3 ПК 2.5 ОК 1 ОК 4 ОК 8
	1. Возникновение современного танца. Особенности современного эстрадного танца. Основные разделы урока эстрадного танца. Постановка рук, ног и корпуса в эстрадном танце.		
	В том числе практических и лабораторных занятий	5	
	1. Практическое занятие 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 занятие 32. «Исполнение элементов современного танца. Чарльстон. Блюз. Джайв. Рок-н-рол. Буги-вуги. Хип-хоп. Брейк-данс. Беллидэнс. Модерн. Гоу-гоу.(Основные элементы)».	3	
Самостоятельная работа обучающихся		4	
Изучить особенности создания хореографического произведения: - основные этапы балетмейстерской работы над хореографическим произведением. Специфика записи хореографических номеров; - основные законы драматургии и их применение при постановке хореографического произведения; - взаимодействие музыки и танца в хореографическом произведении; - создание несложной танцевальной композиции, построенной по основным законам драматургии.			
Тема 2.4. Танцевальные	Содержание учебного материала	5	ПК 1.2

этюды, флэшмобы и танцы	1. Этюды на основе выученных элементов танцев. Структура танцевального этюда и номера.		ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 2.2 ПК 2.3 ПК 2.5 ОК 1 ОК 4 ОК 8
	В том числе практических и лабораторных занятий	5	
	1. Практическое занятие 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 занятие 34. «Составление флэшмобов и анимационных танцев».	1	
	3. Практическое занятие 35. «Дифференцированный зачет»	1	
Самостоятельная работа обучающихся			
Изучить хореографическое понятие «Композиционный план»: - тема, идея, сюжет и их раскрытие в замысле балетмейстера; - рисунок танца; - описать свою танцевальную композицию по предложенным разделам.	4		
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачёта			
Всего:			72

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.		

