



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО-
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ НАРОДНОГО ХУДОЖЕСТВЕННОГО ТВОРЧЕСТВА
КАФЕДРА ХОРЕОГРАФИИ

**«Влияние игровых музыкально-ритмических занятий на развитие
танцевальной пластики старших дошкольников»**

**Выпускная квалификационная работа по направлению
44.03.01 Педагогическое образование**

Направленность программы бакалавриата

«Дополнительное образование (в области хореографии)»

Форма обучения заочная

Проверка на объем заимствований:
64,49 % авторского текста
Работа рекомендована к защите
рекомендована/не рекомендована
« 01 » 02 2023г.
зав. кафедрой хореографии
Чурашов А.Г.

Выполнила:
Студентка группы ЗФ-~~307~~-118-3-1
Закирьянова Диана Радиковна
Научный руководитель:
к.филол.н., доцент кафедры хореографии
Ованесян Лариса Геннадьевна
Ованесян Л.Г.

Челябинск
2023

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ ТАНЦЕВАЛЬНОЙ ПЛАСТИКИ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ПРОЦЕССЕ ИГРОВЫХ ТАНЦЕВАЛЬНО-РИТМИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ.....	8
1.1. Сущность игровых танцевально-ритмических занятий.....	8
1.2. Возможности развития танцевальной пластики средствами игровых танцевально-ритмических занятий	19
1.3. Психолого-педагогические основы формирования танцевальной пластики у детей старшего дошкольного возраста	24
ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ВЛИЯНИЯ ПРИМЕНЕНИЯ ИГРОВЫХ ТАНЦЕВАЛЬНО-РИТМИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ В ХОРЕОГРАФИЧЕСКОМ КОЛЛЕКТИВЕ	34
2.1. Построение игрового танцевально-ритмического занятия для детей старшего дошкольного возраста	34
2.2. Организация, методы и этапы эмпирического исследования	40
2.3. Анализ результатов педагогического эксперимента.....	42
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	48
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	50
ПРИЛОЖЕНИЕ 1. Игровые упражнения для разминки	56
ПРИЛОЖЕНИЕ 2. Учебно-тренировочный план по игровым танцевально- ритмическим занятиям	58
ПРИЛОЖЕНИЕ 3. Критерии оценки параметров, определяющих уровень музыкального и психомоторного развития по разработанной методике А. И. Бурениной	63
ПРИЛОЖЕНИЕ 4. Музыкально-двигательные процессы по методике Т. Барышниковой (Тест определения двигательных функций).....	65

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность. Одной из важнейших фундаментальных характеристик современного дошкольного образования является признание разнообразия детских потребностей, способностей, интересов и жизненных условий. Актуальность выбранной темы подтверждается требованиями Федерального государственного образовательного стандарта (далее: ФГОС) дошкольного образования, согласно которому, дошкольное образование должно быть направлено, в числе прочего, на укрепление физического и психического здоровья детей; и на развитие социальных, нравственных, эстетических и физических качеств ребенка.

В свою очередь, игровые танцевально-ритмические занятия позволяют реализовать вышеобозначенные качества. Занятия ритмикой способствуют физическому, эстетическому и психологическому развитию, благотворно влияют на психологическое и физическое здоровье ребенка.

Занятия ритмикой проходят в группе, что способствует также социализации ребенка, развитию коммуникативных навыков и формированию дружеских отношений в коллективе. Все это крайне важно для ребенка старшего дошкольного возраста, ведь именно этот период характеризуется интенсивным психологическим и физическим развитием.

Особенностью игровых танцевально-ритмических занятий является также сочетание в себе трех аспектов: музыки, танца и игры. Каждый этот компонент по отдельности позитивно влияет на ребенка дошкольного возраста, но именно в гармоничном сочетании они позволяют воспитать танцевальную пластику ребенка. Это связано с одновременным использованием потенциала музыки и танца в игровом контексте. Игра, в свою очередь, в старшем дошкольном возрасте остается одним из элементов ведущей деятельности ребенка.

Необходимость развития танцевальной пластичности в старшем дошкольном возрасте связана также с рядом факторов. Во-первых, она

окажет влияние на дальнейшее обучение ребенка в танцевальном коллективе, на его перспективы и будущие успехи в освоении учебно-тренировочного материала. Во-вторых, развитие танцевальной пластичности окажет положительное влияние на психоэмоциональное и физическое состояние ребенка. Сильное и подтянутое тело, правильная осанка, уверенная координация движений и чувство тела позволит ребенку чувствовать себя увереннее в повседневной и учебной деятельности. Кроме того, развитие танцевальной пластичности напрямую связано с общим оздоровлением организма. Двигательная активность играет значимую роль в старшем дошкольном возрасте, поскольку организм ребенка стремительно растет и развивается.

Степень разработанности темы в литературе. Литературу по данной теме можно представить в виде нескольких блоков.

Исследованием проблемы музыкально-ритмического воспитания занимались известные отечественные и зарубежные педагоги и психологи. Среди них Т.С. Бабаджан, А.И. Буренина, Н.А. Ветлугина, Ж.Э. Далькроз, А.В. Кенеман, М.А. Румер, Б.М. Теплов и др.

Исследования, связанные с ритмопластическим развитием детей представлены в работах: А. И. Буренина, Е. А. Голова, В. Т. Кудрявцев, Г. В. Пахомов, А. М. Петрова, Н. Г. Саркисова.

В работах Л. С. Выготского, В. В. Давыдова и Д. Б. Эльконина раскрываются теоретические положения об особенностях дошкольного возраста.

Основные практические рекомендации по преподаванию ритмики для дошкольников раскрываются в работах О. Н. Арсеновской, А. И. Буренина, Е. А. Горшковой, Н. В. Зарецкой.

Однако исследования, учебная и методическая литература, направленная на изучение непосредственно развития танцевальной пластики средствами игровых танцевально-ритмических занятий

представлена крайне скудно или в ней не в полной мере раскрывается обозначенный аспект.

Таким образом, проблемой исследования становится недостаточная изученность темы при высокой значимости и закреплении актуальности темы на государственном уровне во ФГОС дошкольного образования.

Цель исследования: изучить влияние и возможности игровых танцевально-ритмических занятий на развитие танцевальной пластики у старших дошкольников.

Объект исследования – игровые танцевально-ритмические занятия в структуре занятий танцем в хореографическом коллективе.

Предмет исследования – влияние танцевально-ритмических занятий на развитие танцевальной пластики у детей старшего дошкольного возраста.

Гипотеза исследования. Применение игровых музыкально-ритмических занятий в хореографическом коллективе у детей старшего дошкольного возраста позволит развить танцевальную пластику детей, если:

а) в структуру занятий будут добавлены комплексы танцевально-ритмических игр, а также будут проводиться отдельные занятия, где будут применяться технологии игровых танцевально-ритмических занятий;

б) игровые танцевально-ритмические занятия будут соответствовать психофизическому развитию и особенностям детей старшего дошкольного возраста.

Задачи исследования:

1. Рассмотреть сущность игровых танцевально-ритмических занятий в педагогической теории и практике.

2. Изучить возможности игровых танцевально-ритмических занятий в развитии танцевальной пластики.

3. Рассмотреть психологические и физические возрастные особенности детей старшего дошкольного возраста.

4. Рассмотреть особенности построения игрового танцевально-ритмического занятия для детей 5-6 лет в детском хореографическом коллективе.

5. Провести эмпирическое исследование и проанализировать результаты применения игровых танцевально-ритмических занятий в детском хореографическом коллективе.

Методика и организация исследования: работа проводилась на базе студии современного танца «Сюрприз»: Челябинская область, село Кизильское. В исследовании приняли участие дети 5-6 лет, которые были поделены на 2 группы:

- экспериментальная,
- контрольная.

Методы исследования: применялись теоретические и эмпирические методы. Среди теоретических методов использовались:

- анализ психолого-педагогической и хореографической литературы,
- метод составления библиографии,
- метод конспектирования.

Кроме этих методов на теоретическом уровне применялись также:

- метод обобщения,
- метод дедукции. Этот метод реализован через раскрытие темы исследования от общего к частному.

Среди эмпирических методов применялись:

- педагогическое наблюдение,
- педагогическое тестирование,
- педагогический эксперимент.

Теоретическая значимость заключается в анализе и обобщении разрозненной информации, касающейся ритмики, музыкально-ритмических упражнений, танцевально-ритмических занятий и особенностей их применения с целью развития танцевальной пластики. Кроме того изучены возрастные особенности детей дошкольного возраста,

на основе чего были сформулированы основные тезисы о проведении занятий с детьми этого возраста.

Практическая значимость состоит в создании и реализации учебно-тренировочного плана с использованием игровых танцевально-ритмических занятий для старших дошкольников. Учебно-тренировочный план реализован на базе детской студии современного танца «Сюрприз».

Данную разработку можно применять в учреждениях дополнительного образования и в любительских творческих коллективах (хореографических, театральных).

Структура выпускной квалификационной работы. Работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников и приложений.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ ТАНЦЕВАЛЬНОЙ ПЛАСТИКИ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ПРОЦЕССЕ ИГРОВЫХ ТАНЦЕВАЛЬНО-РИТМИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ

1.1. Сущность игровых танцевально-ритмических занятий

Игровые танцевально-ритмические занятия включают в себя комплекс из танцевального, игрового и музыкально-ритмического компонентов. Целесообразным, в связи с этим, будет рассмотреть каждый компонент отдельно.

Слово «ритм» происходит от греческого слова «ритмос», что означает «любое регулярное повторяющееся движение или симметрию» [29, с.257].

Ритм также – это форма и способ организации движения во времени и пространстве. Иными словами, ритм выступает средством пространственно-временной организации движения. Эта способность ритма особенно значима для ребенка, так, В. М. Бехтерев полагал, что при первой реакции на музыку ребенок реагирует именно на ритм [10, с. 439]. Влечение ребенка к ритму отмечали также К. Бюлер, А. Валлон, Ж. Пиаже.

Отметим также, что ритм находится во взаимосвязи с темпом. Темп – это и степень быстроты движения, и частота повторения того или иного движения, повторяющегося равномерно и многократно, как, например, шаги при ходьбе [11]. Также в процессе развития музыкально – ритмических способностей важно принять во внимание умение согласовывать движения с характером музыки, в которой отражается и темп, и метро-ритм [11].

Под ритмикой будем понимать учебную дисциплину, в которую входит комплекс различных упражнений, направленных на развитие музыкальных, физических и пластических способностей.

Возникновения ритмики как системы занятий связывается с именем Эмиля Жак-Далькроза. В начале XX века во время становления нового вида танца – так называемого «танца босоножек», связанного с именем основоположницы свободного танца Айседоры Дункан, Э. Далькроз высказывал негативное отношение к такому танцу и настаивал на необходимости «воплощать музыку» в танце. Суть требования Далькроза в создании внутренней связи музыки и движения. Эта идея легла в основу его идеи ритмической гимнастики.

С 1892 года Далькроз работал в Женевской консерватории и обратил внимание на трудности ритмического характера у своих учеников, которые проявлялись при разучивании музыкальных произведений. Далькроз предпринял попытку связать музыкальный ритм с движениями: шагами, бегом, прыжками, хлопками. Проведя ряд практических наблюдений и экспериментов, Далькроз смог доказать связь ритма и движения [32, с.143].

До 20-х годов XX века существовало несколько названий для его системы, в 20-х же годах за его системой закрепилось название «ритмика». Особенности ритмики Далькроза раскрывает в своей работе «Система Далькроза» Карл Шторк. В своей работе автор обращает внимание на значительное улучшение двигательных возможностей человека в ходе практических занятий по ритмической гимнастике. Также он позволяет рассмотреть движение от «превращения» длительности нот в шаги до телесного воплощения объемных музыкальных произведений. Итогом освоения системы Далькроза автор видит пластическое воспитание тела, способного к передаче художественного содержания. Иными словами, тело становится способным воплотить длительность звуков [11, с. 12].

В России система Далькроза начала реализовываться с осени 1912 года в Петербурге. Наиболее масштабным примером использования ритмики Далькроза стало действие «1914» по сценарию Волконского в Мариинском театре. Критики отмечали отсутствие самостоятельного танца в спектакле и слабую ритмическую подготовленность балетной труппы,

однако этот опыт позволил подтвердить необходимость обучения танцоров ритмике. Отчасти поэтому крупнейшие балетные исполнители – Анна Павлова, Вацлав Нижинский и др. брали уроки ритмики.

В настоящее время система Далькроза получила дальнейшее развитие, дополнившись упражнениями Р. Штайнера и биомеханикой Вс. Э. Мейерхольда. Ритмическое и пластическое воспитание применяют в различных сферах: системе исполнительского искусства, в общеобразовательных школах и учреждениях дополнительного образования, в театральных студиях [16, с. 144].

Помимо вышеприведенных исследователей, существуют и другие ученые, кто занимался изучением связи музыки и пластики тела. Ряд авторов, например: Э. Мейман, К. Сишор, М. Болтон, К. Тарасова и др. подчеркивали, что на восприятие музыки во многом влияет не только слуховой, но слухо-двигательный аппарат [30, с. 4].

Исследователи читают, что движение становится непосредственной реакцией на прослушивание музыки. Причиной тому является моторная природа восприятия в целом, и в частности – музыкального ритма.

Движение как неотъемлемая часть полноценного восприятия музыки детьми составляет основу методики Вероники Коэн и ее последовательницы Т. Е. Вендровой [31, с. 12]. Исследовательницы предложили метод пластического интонирования с помощью естественных движений и положений рук, головы и корпуса. При этом осуществляться должна не фиксация отдельных элементов, а полноценный анализ музыкальной драматургии.

Безусловно, пластическое интонирование разительно отличается от хореографии, где музыка и движение должны дополнять друг друга. В пластическом интонировании движение становится полноценным воплощением интонационного содержания музыкального произведения [43, с. 230].

В контексте изучения взаимосвязи музыки и движения необходимо упомянуть также современную арт-терапию и танцевально-двигательную терапию. В этих направлениях реализуется гармонизация эмоциональной сферы через музыкально-ритмически, танцевальные, танцевально-ритмические движения.

Среди самых известных представителей такого подхода в терапии приведем: И. Г. Малкина-Пых, Т. Д. Зинкевич-Евстигнеев и др.

В целом телесноориентированные методики терапии воздействуют именно на эмоциональную сферу человека: снимают хроническое напряжение в разных группах мышц, работают с затрудненным дыханием, зажимами. Методики арт-терапии связаны с решениями личностных проблем взрослых, но лежащая в их основе идея гармонизации эмоциональной сферы с помощью движений оказывается востребованной в педагогике детства [27].

Таким образом, можно проследить развитие идей Ж. Э. Далькроза, которые в настоящий момент, можно заметить в широкой практике музыкального и танцевального воспитания.

На сегодняшний день ритмику можно определить, как систему физических упражнений, где в качестве основы выступает взаимосвязь движения и музыки. Целью ритмики, таким образом, станет усиление и дифференциация понимания музыкального произведения и образование на основе этого произведения навыков выразительного движения.

Среди задач ритмики отметим:

- обучение детей восприятию развития музыкального произведения и реализация этого произведения в танцевальном движении,
- формирование музыкальных способностей: чувство ритма, музыкальный слух,
- развитие танцевальной пластики,
- формирование основ общей физической подготовки, развитие правильной осанки, обучение основам танцевального искусства,

– развитие творческих способностей детей.

По мнению Г. А. Колодницкого, ритмикой необходимо заниматься детям с младшего дошкольного возраста. Обучение детей простым движениям под музыку поможет, по мнению автора, реализовать творческий и пластический потенциал ребенка, повысить общий тонус [3, с.18].

Кроме того, в связи с тем, что танцевально-ритмические занятия рассматриваются в работе в контексте хореографического коллектива, необходимо подчеркнуть отдельно влияние занятий ритмикой на развитие музыкальных способностей, поскольку танец неотделим от музыки. Занятия ритмикой, по мнению родоначальника советской ритмики Н. Г. Александровой, от музыки берет свое начало чувство красоты и гармонии [38, с. 67].

Становление и развитие музыкальных способностей ребенка проявит себя в улучшении координации, музыкального слуха. Кроме того, разные музыкальные произведения по-разному влияют и на эмоциональное состояние ребенка, что, в свою очередь, будет способствовать развитию эмоционального интеллекта.

Позитивное влияние занятий ритмикой на детей дошкольного возраста отражено и в ряде исследований. Так, в исследовании раннего детства, проведенном Квинслендским технологическим университетом (QUT), было обнаружено, что ритм и двигательная активность связаны с вниманием и эмоциональным развитием [45].

Таким образом, можем утверждать безусловную необходимость занятий ритмикой в дошкольном возрасте. Перейдем к рассмотрению игры и танца и их значимости для детей дошкольного возраста.

Танцы помогают людям, особенно детям, развить отношения с окружающей средой и дисциплинировать тело и разум. Танец воспринимается детьми как веселое времяпрепровождение, что позволяет ненавязчиво и без давления прививать детям любовь к физическим

движениям [43, с. 230]. Помимо улучшения здоровья и развития общих физических данных, танец способствует формированию личности ребенка, повышению коммуникабельности и уверенности в себе, учит уважению к себе и другим.

Помимо этого, ребенок учится концентрироваться на конкретной цели, не отвлекаясь, при этом происходит улучшение его памяти [44, 46]. Занятие танцем позитивно влияет на самооценку ребенка и способности эмоционального выражения [41]. Через танец дети учатся навыкам сотрудничества, взаимной дружбе, формируют чувство ответственности и товарищества. Наконец, танец помогает детям управлять эмоциями и повышает их приспособленность к миру [33]. Кроме того, танец позволяет лучше чувствовать свое тело.

Через танцевальную деятельность ребенок обогащает свой творческий опыт, что, в свою очередь, способствует созданию основ познавательной деятельности ребенка: чем больше ребенок может себе вообразить и передать свои образы через движения и танец, тем больше он усвоит, тем значительнее и продуктивнее будет любая его деятельность [9].

Е. Л. Яковлева считает, что в старшем дошкольном возрасте танцевальная деятельность должна реализовываться через объединение уже известных ребенку музыкально-ритмических действий с освоенными образами и чувствами. Результатом такого объединения станет, по мнению Е. Л. Яковлевой, некий творческий продукт. Основой возникновения творческих замыслов и стимулов к их передаче через танец у детей данного возраста является окружающий мир, природа, люди вокруг, предметы вокруг ребенка [40, с. 30].

Детский танец, а именно обучение танцу в дошкольном возрасте, на наш взгляд, должно быть связано с игрой. Игра для ребенка – естественная деятельность и способ познания самого себя, окружающих и мира. Детскую игру изучали такие крупнейшие отечественные исследователи,

как Л. С. Выготский, Д. Б. Эльконин, Л. Н. Леонтьев и др. Так, по мнению Л. С. Выготского игра – это «переработка пережитых впечатлений, построение на их основе новой действительности, которая отвечает запросам и влечениям самого ребенка» [6, с.7].

Д. Б. Эльконин рассматривает игру как особую форму деятельности ребенка, реализуемую с целью ориентации в мире и человеческих взаимоотношениях [39, с. 138]. Иными словами, Д. Б. Эльконин в понимании игры делает акцент на коммуникативной составляющей, а Л. С. Выготский – на эмоционально-чувственной.

На наш взгляд, в данном исследовании целесообразным будет рассмотреть и положения зарубежных исследователей относительно феномена детской игры. Так, к изучению педагогики детской игры обращается шведский драматург Г. Линдквист. Автор основывает свои теории на работах Л. С. Выготского. Главное утверждение автора состоит в том, что дети развивают сознание через диалогические взаимодействия со взрослыми и сверстниками, когда их поощряют и приглашают поиграть в вымышленном мире, где реальность и воображение диалектически связаны.

Г. Линдквист, как и Выготский, утверждает, что дети играют, чтобы удовлетворить потребности и мотивы. Игра по Выготскому – это сложное явление, которое задействует высшие психические процессы познания, воли и эмоций. Более того, Выготский воспринимает игру как важнейший источник развития детских способностей.

Для Выготского игра представляет собой динамическое взаимодействие внутреннего мира ребенка и мира внешнего. Игра создает вымышленную ситуацию, в которой можно выполнять различные действия. Таким образом, детская игра носит образный характер; то есть игра – это творческий процесс, где посредством фантазии реальной ситуации придается новое и иное значение.

Способность ребенка создавать воображаемую или вымышленную ситуацию в игре делает игру средством развития абстрактного мышления.

Вслед за Л. С. Выготским Г. Линдквист утверждает, что игра – это еще и удовольствие. В игре ребенок способен контролировать свои действия и оставаться независимым от взрослых. Г. Линдквист утверждает, что игра, как и искусство – это эстетическая форма, которая способна вызывать эстетическую эмоцию. По мнению Г. Линдквист существуют две формы игры:

1. Первая форма связана с музыкой, поэзией и ритмическим движением.

2. Вторая форма связана с литературными формами и тесно связана со сказками. Эту форму можно встретить в детских играх и рассказах, начиная с трехлетнего возраста, а также в детской литературе.

В первой форме преобладает действие, движение. Во второй форме – сюжет. Эти две формы составляют основу дидактической педагогики игры Г. Линдквист.

Кроме этого, в работах Г. Линдквист большое внимание уделяется феномену игрового мира – коллективно созданному и совместно используемому миру, над созданием которой работают дети и взрослые. Игровой мир сочетает в себе целостный эмоциональный опыт с эстетическим отношением к реальности [43].

Упомянув классификацию игр по Г. Линдквист, раскроем эту тему, обратившись также к работам отечественных исследователей. Понимание классификаций игры необходимо в рамках данной работы, поскольку игра будет применяться именно в рамках танцевально-ритмических занятий, что повлияет на особенности игры.

В целом отечественные педагоги склонны приводить классификацию детской игры по принципу степени самостоятельности детей в игре. Например, П. Ф. Лесгафт выделял две группы детской игры: подвижные

игры, где содержатся некие правила; и имитационные игры, суть которых в подражании ребенком кому-либо или чему-либо.

Н. К. Крупская, взяв за основу классификацию П. Ф. Лесгафта, предложила свою классификацию, в которой разделила игры на творческие – те, что придуманы детьми самостоятельно; и игры с правилами – игры, придуманные взрослыми для детей. Среди игр, созданных по правилам взрослым, нас интересуют именно дидактические игры. Поскольку такие игры, по мнению Е. В. Карповой, реализуют принципы игрового, активного обучения [13, с. 277]. Иными словами, в рамках обучения дошкольника в хореографическом коллективе целесообразно рассматривать именно дидактическую игру, поскольку такие игры направлены на развитие тех или иных качеств, способностей, навыков.

В структуру дидактической игры входит ряд компонентов:

1. Дидактическая задача – конкретные развиваемые навыки и умения. Дидактическая задача формулируется педагогом и отражает цель обучения.
2. Игровая задача – задача, которую нужно выполнить в процессе игры.
3. Игровые действия – что конкретно выполняется в игре.
4. Правила игры – по каким правилам проходит игра.
5. Результат – подведение итогов и система оценивания [21].

В. М. Аванесова считает, что игра становится дидактической зачет ряда компонентов: загадкам, движениям, элементам ожидания, элементам соревновательности, сюжету, ролям, использованию различных персонажей [25]. С. Н. Николаева отмечает, что совершаемые игроками действия, должны развивать сюжетную линию игры. Таким образом, дидактическая игра приближается к сюжетно-игровой игре, но продолжает служить не только развлекательным мотивам, но и реализовывать ряд

дидактических задач. То есть, игровая и обучающая цели обучения дополняют друг друга в дидактической игре [20, с. 23].

Рассмотрев каждый компонент игровых танцевально-ритмических занятий, перейдем к более конкретным аспектам этих занятий.

Игровые танцевально-ритмические занятия, как мы понимаем, представляет собой комбинацию из музыки, движения, танца и игры. Такое сочетание позволяет оказывать разностороннее воздействие на организм ребенка.

В систему танцевально-ритмических занятия включаются движения из сферы общей физической подготовки (основные движения гимнастические упражнения, с предметами построения и перестроения) и из области танца (элементы различных танцевальных направлений). Для создания упражнений применяются сюжетно-образные движения, например, движения-имитация: людей, зверей, птиц и тд. Использование приемов имитации и подражания, образных сравнений соответствует психологическим особенностям детей дошкольного возраста, повышает эмоциональный фон занятий и интерес детей к занятиям физическими упражнениями, способствует развитию мышления, воображения, творческих способностей, познавательной активности.

Кроме того, танцевально-ритмические упражнения реализуются в игровой форме, но, как мы выяснили, в форме именно дидактической игры.

В процессе ритмических занятий все эти движения постепенно совершенствуются, становятся более свободными, ритмичными, координированными, выразительными, пластичными.

Использование разнообразных игровых заданий в сочетании с ритмическими, танцевальными движениями и соответствующей им подобранной музыкой создаст такой положительный фон и атмосферу непринужденности, в которой получится добиться поставленных целей развития двигательной активности детей.

Отдельно отметим возможности музыкально-ритмических и танцевально-ритмических движений и занятий в рамках эстетического воспитания дошкольников. Ряд исследователей, например, Т. Бабаджан и Н. Щелованов, отмечали, что музыкально-ритмическое воспитание нужно начинать как можно раньше, поскольку эмоции, которые возникают у ребенка при прослушивании музыки, образуют потребность в движении, в двигательной активности. Со временем, по мере взросления ребенка, такие движения станут носить все более произвольный и осмысленный характер [36, с. 112].

Л. С. Выготский также упоминал об этом феномене. По мнению ученого, чем младше ребенок, тем непосредственно «двигательно» он будет воспринимать музыку. Л. С. Выготский связывал это с тем, что движение дает возможность воспринимать музыкальное произведение наиболее полно и интенсивно. Кроме того, для дошкольника, по мнению исследователя, свойственна двигательная природа воображения [14, с. 230].

Последний тезис находит свое подтверждение в детских играх, которые становятся продуктом такого двигательного воображения. Для таких игр характерны пантомимические и танцевальные движения. Ребенок в таких играх создает героя и художественный образ посредством движений своего тела [13, с. 78-80].

Можем утверждать, что в основе музыкально-ритмических и танцевально-ритмических упражнений лежит моторно-пластическая проработка музыкального сопровождения, что особенно важно для детей дошкольного возраста.

Преимущество танцевально-ритмических занятий состоит в том, что она синтезирует нескольких видов искусств: музыку, пластику, пантомиму и танец. Основой служит музыкальное движение, танец в разных его видах; народный, характерный, классический, историко-бытовой, бальный, современный. Танец выражает различные эмоциональные состояния,

чувства, переживания, где музыка, эмоции и движения тесно взаимосвязаны и взаимодействуют [42].

Используя потенциал игровых танцевально-ритмических занятий, педагогу стоит помнить также о творческой составляющей процесса обучения. В процессе занятий дети могут не только участвовать в тех или иных формах игровой танцевально-ритмической деятельности, но могут и самостоятельно сочинять и исполнять танцевально-ритмические движения, комбинации, этюды и сценки. Безусловно, непосредственно творческая деятельность должна реализовываться не на самых ранних этапах. Дети должны сначала овладеть основами танцевальных движений. И уже имея определенный движенческий запас, можно приступать к этапу творческой танцевально-ритмической деятельности. Сущность такого процесса может быть отражена также в трех основных фазах протекания: подготовительной, поисковой и исполнительской.

На подготовительном этапе педагог включает детям музыку и предлагает ее прослушать. В процессе активного слушания музыки дети могут представить себе сюжет, образы, распределить роли.

На поисковом этапе дети стремятся найти необходимые художественно-выразительные средства, которые нужны им для реализации своего замысла.

Наконец, на исполнительском этапе дети исполняют собственно сочиненные движения, комбинации, сценки и т.д.

1.2. Возможности развития танцевальной пластики средствами игровых танцевально-ритмических занятий

В первом параграфе уже были отмечены возможности игровых танцевально-ритмических занятий, в данной же части исследования обратимся непосредственно к влиянию таких занятий на развитие

танцевальной пластики детей. В первую очередь необходимо раскрыть понятийный аппарат.

Понятия «пластика» и «пластичность» происходят от греческого «plastike» – «лепной», «скульптурный». Пластика и пластичность в хореографии – общая гармония, согласованность движений и жестов [28]. Иными словами, термин «пластичность» не относится только лишь к свойству предмета, а является широким термином, под которым, в контексте хореографического творчества и искусства, понимают гармоничность, согласованность ритма, линий, форм, движений.

Под воздействием пластического начала рождаются сложные художественные ассоциации, связанные с разнообразными и индивидуально переживаемыми эмоционально-телесными ощущениями. Поэтому термин «пластическая выразительность», сложившийся в искусствоведении, – синестетичный по своей природе, насыщенный пространственными, зрительными, двигательными ассоциациями.

Интерес также представляет понимание пластичности в философии культуры. С этой точки зрения пластичность представляет собой способность человека к символическому и телесному проявлению внутреннего смысла (по Г. Ф. Гегелю).

Е. Н. Струнина, исследуя этот вопрос, полагала, что освоение телесно-двигательных проявлений человека способствует социализации и гармонизации личности [24].

О возможностях синтеза музыки и пластики в педагогике известно еще со временем Древней Греции, где и сформировались представления о прекрасном и гармоничном. Так, Платон писал: «Трудно представить себе лучший метод воспитания, чем тот, который открыт и проверен опытом веков; он может быть выражен в двух положениях: гимнастика для тела и музыка для души. Ввиду этого воспитание в музыке надо считать самым главным. Ритм и гармония глубоко внедряются в душу, овладевают ею, наполняют ее красотой и делают человека прекрасно мыслящим... Он

будет упиваться и восхищаться прекрасным, с радостью воспринимать его, насыщаться им и согласовывать с ним свой опыт» [23]. Во многом идеи Платона были использованы и преобразованы Эмилем Жаком Далькрозом, о ритмической системе которого было сказано в предыдущем параграфе.

Пластика является основой формирования ритмических навыков общей и физической культуры. Ритмические навыки, в свою очередь, способствуют овладению знаниями и навыками, которые будут способствовать раскрытию способностей в сфере музыкально и пластического воспитания, формированию общей физической культуры. Среди задач танцевально-ритмических занятий – развитие физического аппарата, освоение основ музыкальной грамоты.

Танцевально-ритмические упражнения напрямую влияют на развитие танцевальной пластичности. Они способствуют увеличению работы мышц, своевременно воздействуя на кору головного мозга, тем самым улучшая память, стимулируя умственную деятельность ребенка [25]. Занятия также развивают координационные способности, скорость реакции и художественную выразительность, что также входит в понятие танцевальной пластичности. Кроме того, подобные занятия воспитывают и волевые качества детей: выносливость, целеустремленность, упорство.

Танцевально-ритмические движения формируют эстетическую культуру движений ребенка, в особенности:

- развивают правильную осанку,
- формируют чувство ритма, музыкальный слух, способность ритмично двигаться под музыку,
- развивают координацию и способность ориентироваться в пространстве. Особенно актуально это для дошкольников, поскольку мелкая моторика и координация находится еще на стадии формирования и развития,
- развивают художественную выразительность и раскрывают творческий потенциал ребенка.

На занятиях ритмикой используются, в основном, простые музыкально-ритмические движения следующих видов:

1) Танцы (импровизационные движения и комбинации, хороводы, пляски, элементы народных и бальных танцев и так далее);

2) Различные упражнения (бег, ходьба, прыжки, наклоны, повороты, приседания, упражнения с предметами и др.) [12];

Используя систематическую и планомерную работу с постоянным усложнением музыкального материала и творческих заданий, можно получить высокий результат по развитию музыкально-творческих способностей у детей старшего дошкольного возраста в условиях музыкально-игровой деятельности [25].

Б. П. Юсов – автор концепции полихудожественного образования дошкольников и школьников, выделял «музыкальные коллективно-хороводные виды деятельности на основе импровизации и игры» как особенно значимый элемент развития музыкальных, пластических возможностей и художественного сознания.

Для каждой возрастной группы Б. П. Юсов выделил доминирующие искусства, соответствующие особенностям художественного сознания ребенка определенного возраста [4, с. 65-67].

Для более конкретного освещения возможностей танцевально-ритмических занятий, рассмотрим, опираясь на ряд методических пособий, основные ожидаемые результаты освоения программы по ритмике [34,35].

В результате реализации программы по ритмике, рассчитанной на два года, среди основных умений и навыков станут следующие:

- осознанное восприятие музыки: ее темпа и характера,
- умение координировать движения и согласовывать их особенностями музыкального произведения,
- освоение ряда танцевальных движений и видов ходьбы,
- сформированная осанка,

- способность естественно и непринужденно двигаться под различное музыкальное сопровождение,
- способность выразительно двигаться под музыку.

Ориентируясь на этот список умений и навыков, которыми должен овладеть дошкольник в процессе освоения программы по ритмике, предложим взаимосвязь возможностей игровых танцевально-ритмических занятий с вышеприведенными навыками и умениями.

Итак, чувство ритма, музыкальный слух и возможность воспринимать темп и характер музыкального произведения напрямую связано с выполнением различных ритмических движений под музыку. Согласованность ритма движений и музыки также является одним из условий, важных для развития этой способности. Занятия ритмикой дают возможность прочувствовать и выразить смену настроений в музыкальном произведении через движение, развивать чувство ритма с помощью координации движений и музыки [25].

Координация движений и способность ориентироваться в пространстве связывается нами с использованием различных игровых упражнений, в которых педагог предлагает детям задействовать определенное пространство. Кроме того, педагог может предлагать детям исполнять те или иные упражнения со сменой ракурса. Координационные способности развиваются вследствие использования танцевально-ритмических упражнений также из-за необходимости координировать движения рук, ног, головы и корпуса; в результате выполнения упражнений, направленных на развитие равновесия и т.п.

Как мы уже отмечали выше, многие исследователи отмечали взаимосвязь между физическим движением и эмоциональным состоянием. Физические упражнения, танцевальные движения – все это ведет к улучшению психоэмоционального состояния ребенка. Дети на занятиях учатся двигаться раскованно, они раскрывают собственные творческие

способности и осваивают новые движения, которые обогащают их пластический опыт.

Наконец, стоит отдельно отметить, что грамотное выполнение любых физических упражнения ведет к развитию различных физических навыков. Но применение игровых танцевально-ритмических упражнений позволяет сделать это максимально естественно для детей, чьей основной деятельностью в дошкольном возрасте является игра. Выполняя различные танцевально-ритмические упражнения в игровой форме, у детей постепенно формируется правильная осанка, укрепляются мышцы и сердечно-сосудистая система, формируются представления о красоте и гармонии.

1.3. Психолого-педагогические основы формирования танцевальной пластики у детей старшего дошкольного возраста

Для реализации игровых танцевально-ритмических занятий, как и для процесса обучения и воспитания в целом, необходимо учитывать возрастные особенности детей. Под возрастными особенностями мы понимаем психологические и физические особенности детей определенного возраста, в нашем исследовании – это старший дошкольный возраст.

Существует несколько возрастных периодизаций, рассмотрим таковые у двух самых крупных исследователей: Л. С. Выготского и Д. Б. Эльконина, а также современную педагогическую периодизацию детского возраста.

Л. С. Выготский выделяет в целом дошкольный возраст – от 3-х до 7 лет. Этот период находится между двух возрастных кризисов – кризиса 3-х лет и 7 лет соответственно. По мнению исследователя, кризисные периоды возникают как результат возросших потребностей ребенка при ограниченных возможностях [20, с.51].

Д. Б. Эльконин придерживается тех же возрастных границ дошкольного возраста, выделяя три аспекта этого возраста:

1. Социальная ситуация развития. В дошкольный период происходит распад совместной деятельности ребенка и взрослого, взрослый становится образцом поведения, который ребенок моделирует в деятельности со сверстниками.

2. Ведущая деятельность. Сюжетно-ролевая игра является ведущей деятельностью в этот возрастной период.

3. Новообразования. Происходит постепенное преодоление эгоцентричного мировосприятия. Появляются представления о добре и зле. Формируется наглядно-образное мышление. Также в этом возрасте ребенок открывает для себя внутренний мир [8, с. 109].

Согласно современной педагогической периодизации детского возраста, дошкольный возраст подразделяется на: младший (3-4 года), средний (4-5 лет) и старший дошкольный возраст (5-6 лет) [18, с. 56].

Последовательно рассмотрим психологические и физические возрастные особенности детей старшего дошкольного возраста.

В старшем дошкольном возрасте игровая деятельность остается значимой, но становится одной из ведущих, к ней добавляется познавательная деятельность. У ребенка возникает желание продемонстрировать свои знания, умения и навыки, что способствует появлению новой мотивации к общению – познавательной. У старшего дошкольника уже сформирован достаточный багаж знаний, который постоянно пополняется новыми умениями и знаниями.

У ребенка в возрасте 5-6 лет активно развиваются все психические процессы: память, внимание, мышление, воображение и восприятие. Отчасти благодаря этому формируется возможность саморегуляции – дети начинают предъявлять требования к самим себе. У них формируется представление о «хорошем» и «плохом», о себе и своих поступках, которые также могут находиться в категориях «хорошо» или «плохо».

Кроме того, у детей появляется возможность сознательной и произвольной деятельности. Они могут выполнять неинтересные дела и доводить их до конца. Это происходит благодаря постепенному усвоению социальных норм и правил.

Однако это освоение общепринятых норм и правил протекает в основном только в процессе взаимодействия с наиболее приятными для ребенка людьми. Например, ребенок может понять необходимость контролировать свою агрессию, но охотнее сделает это, находясь с друзьями.

В этом же возрасте у ребенка развивается сфера мотивации, начинает развиваться соподчинение мотивов, например, в ситуациях, когда ребенку необходимо прекратить шумную игру во время отдыха взрослых.

Продолжает развиваться речь, у ребенка возникает умение последовательно выстраивать свои действия и также логично рассказывать об этом. Также постепенно дети учатся самоинструктированию, что позволяет самостоятельно организовывать внимание на некой предстоящей деятельности. Кроме того, речь становится более богатой, дети активнее используют синонимы и антонимы.

В 5-6 лет формируется образное мышление. Проявляется это в новой способности – совершать мысленное преобразование объекта. Формируется способность выполнять деятельность с опорой на схему или условия.

Немаловажным обстоятельством особенно в контексте занятий танцем становится развитие памяти у ребенка. К 5-6 годам развивается произвольная память, ребенок может запомнить около 5-6 объектов благодаря образно-зрительной памяти [18, с. 62].

Творческие способности начинают развиваться, по мнению А. С. Баранова, также примерно с 5 лет [1, с. 16]. Именно в этом возрасте начинают обычно существовать вымышленные миры и воображаемые

друзья. Художественная деятельность ребенка в этом возрасте становится проективной, то есть, отражающей переживания и впечатления ребенка.

В танцевальной деятельности старший дошкольник способен не только переработать свои впечатления, но и вести целенаправленную деятельность по поиску той или иной пластики, движений для передачи своих эмоций. Возможность выбора таких приемов проявляется не только в подборе адекватных путей реализации продуктов воображения, передачи идеи танца, но и в поиске самого смысла танцевального образа. Любой образ в танце строится способом «включения»: эмоционально-выразительные движения – мимика, жесты, пантомимика – выполняют функцию сообщения информации о состоянии танцующего и его отношении к тому, что в данный момент происходит, а также функцию оказания определенного воздействия, считает Т.С. Комарова [14, с. 128].

В этом возрасте для ребенка в танцевальной деятельности очень важна похвала педагога. Чувствую поддержку, ребенок может реализовать свои переживания с творческой деятельности и раскрыть свой творческий потенциал. К концу старшего дошкольного периода у ребенка также сформирован механизм сопоставления воспринимаемой действительности и слов педагога. Дети могут понимать комичные ситуации, начинают учиться отстаивать свою точку зрения.

У детей старшего дошкольного возраста уже есть определенный запас бытовых движений и танцевально-ритмических движений, особенно, если ребенок посещает детский сад, где ритмика может использоваться и как часть занятий физической культурой, и как организационный момент перед началом некой деятельности. Старшие дошкольники могут достаточно ритмично и выразительно выполнять движения под музыку, понимать разные характер музыкальных произведений.

В связи с тем, что старший дошкольный возраст – это период интенсивных изменений в организме ребенка, связанный с развитием опорно-двигательного аппарата, развитием мелких мышц, сердечно-

сосудистой и центральной нервной систем, двигательная активность становится необходимым элементом жизни старшего дошкольника.

В целом любая физическая активность окажет позитивное влияние на психологическое и физическое состояние ребенка, но выполнение танцевально-ритмических упражнений под музыку будет способствовать увеличению этого позитивного влияния двигательной активности.

Отметим также, что в возрасте 5-6 лет у ребенка начинает формироваться представление о своем «Я» и своем внутреннем мире. Процесс танцевально-ритмической деятельности позволит углубить этот процесс: научит лучше чувствовать свое тело, владеть им, координировать движения.

Ведущим методом работы с дошкольниками является «метод опоры на внешние ориентировочные действия». Эти действия ребенка, связанные с движениями и телесными ощущениями, многократно повторяясь, постепенно переходят во внутренний план, закрепляются в сознании, формируются в понятия. При этом процесс интериоризации двигательного, телесного опыта достаточно длителен и охватывает практически все дошкольное и младшее школьное детство. Внутренние, умственные или идеальные действия формируются у ребенка на основе внешних, материальных действий путем их «поэтапного» изменения и преобразования. Закономерности этих изменений, проанализированные и изученные П. Я. Гальпериным в его теории поэтапного формирования умственных действий [1, с. 78], универсальны при развитии всех психических функций и сфер человеческой личности.

Педагогу, работающему с детьми, важно, однако, не только понимать психологические особенности детей определенного возраста, но и знать о возрастных физических особенностях. Глубокие знания в этой области позволят проводить эффективные занятия и избежать травм на занятиях.

Одна из ключевых особенностей старшего дошкольного возраста в аспекте физического развития – ускоренный рост. Примерно с 5 до 7 лет у детей происходит значительный скачок роста. В 5-6 лет опорно-двигательный аппарат развит еще не в полной мере. Скелет, суставно-связочный аппарат и мускулатура находится на этапе развития. Крайне важно помнить, что у старших дошкольников крайне чувствительный к деформации позвоночный столб. С одной стороны, это позволяет развивать гибкость у детей, с другой – эта особенность при неверном выполнении упражнений может привести к деформации позвоночника. Однако надо отметить, что проблемы, связанные с деформацией позвоночника (сколиоз, кифоз, гиперлордоз) связаны больше как раз с низким уровнем физической активности.

Не завершено также строение стопы. В этом возрасте на игровых танцевально-ритмических занятиях важно уделить внимание упражнениям, направленным на формирование правильной стопы. Это могут быть упражнения по кругу (шаг «медведя», шаг на полупальцах и на пятках и т.д.), так и упражнения с предметом (с мячиком, с палочками).

К 6 годами у детей хорошо развиты крупные мышцы, но все еще недостаточно развиты мелкие мышцы, особенно это касается мышц кистей рук. Несмотря на то, что мелкая моторика к этому возрасту активно развивается, ее необходимо акцентированно развивать. Для этого также можно использовать упражнения без предметов, где педагог предлагает детям различные комбинации движений пальцев рук и кисти; и также – упражнения с предметами. Внимание дошкольников развито к этому возрасту уже достаточно, чтобы вдумчиво работать с предметом.

Связки в этом возрасте еще эластичны, но с каждым годом эта эластичность будет утрачиваться без целенаправленного ее развития.

Отметим также, что в старшем дошкольном возрасте предпочтительнее кратковременные динамические нагрузки с небольшими интервалами. Это связано с тем, что аэробные возможности детей в этом

возрасте еще находятся на стадии формирования и достигнут абсолютных значений только к 15 годам [7, с. 157-158]. Длительность занятия для ребенка 5-6 лет должна составлять около 20-25 минут.

Изучив психофизические возрастные особенности детей старшего дошкольного возраста, важно также рассмотреть педагогические основы проведения игровых танцевально-ритмических занятий.

Среди таких педагогических основ рассмотрим педагогические принципы и методы обучения.

В. С. Безрукова сформулировала следующие педагогические принципы, следование которым необходимо для достижения педагогических целей. Среди них:

1) Принцип природосообразности. Это один из старейших принципов, сформулированный Яном Коменским еще в середине XVII века [19, с. 1407-1409].

Суть этого принципа заключается в воспитании и развитии человека с учетом естественных законов. Иными словами, педагогу необходимо учитывать психофизические возрастные особенности воспитанников.

2) Принцип гуманизации. Предполагает защиту прав ребенка, поскольку основывается на принципе соблюдения гражданских прав ребенка и уважении к нему.

3) Принцип целостности. Согласно этому принципу, весь процесс обучения должен строиться на основе единства всех компонентов.

4) Принцип последовательности. Связан с предыдущим принципом. Суть его в необходимости последовательно усложнять материал и всегда выстраивать логику в изучении тех или иных упражнений. Каждое следующее упражнение должно становится логичным продолжением предыдущего.

5) Принцип демократизации. Предполагает предоставление детям возможностей для саморазвития и самоопределения.

б) Принцип доступности. Материал, предлагаемый педагогом детям, должен соответствовать их уровню физической и психологической подготовленности [19, с. 1409-1410].

Реализуя на практике эти принципы, у педагога появится возможность не только добиться определенных успехов, но и выстроить доверительные отношения с детьми, что в старшем дошкольном возрасте крайне важно.

Перейдем к изучению методов, с помощью которых с детьми старшего дошкольного возраста можно реализовать учебно-тренировочную программу игровых танцевально-ритмических занятий.

Методы делятся на три группы: это группы наглядных, словесных и практических методов. Все они в той или иной форме используются на занятиях ритмикой со старшими дошкольниками.

Наглядные методы являются ведущими в обучении танцу. Среди наглядных методов отметим: показ педагога и показ наиболее успевающих участников коллектива. Показ педагога для дошкольников связан с рядом требований. В связи с малым танцевальным опытом детей, педагогу необходимо точно, выразительно и музыкально провести показ того или иного движения или упражнения. Слабый показ педагога не вдохновит детей и не позволит освоить упражнения в полном объеме. Рациональнее начинать показ нового упражнения с показа под счет. Можно специально замедлить показ упражнения, чтобы не напугать детей слишком быстрым темпом, к которому детям необходимо привыкнуть.

Уже после показа под счет стоит продемонстрировать исполнение упражнения под музыку. Показ обязательно должен быть эмоциональным и вдохновляющим.

Кроме того, педагогу следует развивать самостоятельность старших дошкольников, предлагая выполнять упражнения самостоятельно без показа педагога: под счет и под музыку.

Наконец, показ наиболее «сильных» участников группы также можно применять в группе старших дошкольников, но делать это нужно осторожно. Нельзя допустить завышения самооценки у успевающего ученика.

Следующий метод – словесный. Он применяется в случаях, когда необходимо рассказать о правилах игры; объяснить особенности характера музыкального произведения и т.п.

Речь педагога должна также быть уверенной и эмоциональной, не следует применять избыточную терминологию, не понятную детям на их текущем уровне развития.

Последняя группа методов – практические методы. К таким методам относятся: повторение танцевально-ритмических движений и упражнений; самостоятельное выполнение детьми упражнений, а также самостоятельное сочинение детьми движений, сценок и этюдов [3, 5].

В хореографическом коллективе на игровых танцевально-ритмических занятиях применяются все эти три группы методов.

Вывод по первой главе

Проведенная теоретическая часть исследования позволяет сформулировать промежуточные выводы.

Во-первых, система танцевально-ритмических движений начала свою историю с именем Эмиля Жак-Далькроза, чьи идеи продолжили свое развитие в методиках других исследователей: К. Шторк, Р. Штайнера, Вс. Э. Мейерхольда, В. Коэн, Т. Е. Вендровой и других. Суть таких теорий в утверждении взаимосвязи между музыкой и ритмом и движением. Кроме того, в том числе благодаря изысканиям в области ритмики появились такие направления терапии, как танцевально-двигательная и арт-терапия.

Во-вторых, мы выяснили, что танцевально-ритмические занятия оказывают благотворное влияние на психологическое и физическое

состояние детей, в частности – детей старшего дошкольного возраста. Этот тезис позволил нам продолжить исследование в русле взаимосвязи между танцевально-ритмическими занятиями и развитием танцевальной пластичности. На наш взгляд, танцевальная пластичность, наряду с другими навыками и умениями развивается в результате танцевально-ритмических занятий. Кроме того, было выявлено ключевое значение игры, которая, вместе с познавательной является ведущей деятельностью в старшем дошкольном возрасте. В связи с этим мы можем утверждать еще больший педагогический потенциал именно игровых танцевально-ритмических занятий. В рамках таких занятий применяется дидактическая игра, т.е. игра, которая несет в себе определенные педагогические и игровые задачи. Таким образом, танцевально-ритмические занятия или отдельные упражнения реализуются в игровой форме, что позволяет ребенку освоить материал в наиболее привычной и понятной для него форме.

В-третьих, были выявлены особенности возраста 5-6 лет, который мы определили как старший дошкольный. Среди ключевых особенностей этого возраста: ускоренный рост и активное физическое и психическое развитие. С развитием всех психических процессов происходит формирование новых качеств, например: укрепление произвольного внимания, совершенствование мотивационной сферы, повышение интереса к внутреннему миру и др.

Используя полученные в ходе теоретического исследования выводы, перейдем во второй главе работы к эмпирическому изучению заявленной темы.

ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ВЛИЯНИЯ ПРИМЕНЕНИЯ ИГРОВЫХ ТАНЦЕВАЛЬНО-РИТМИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ В ХОРЕОГРАФИЧЕСКОМ КОЛЛЕКТИВЕ

2.1. Построение игрового танцевально-ритмического занятия для детей старшего дошкольного возраста

В эмпирической части исследования внимание будет сконцентрировано на создании учебно-тренировочного плана занятий по ритмике. В этом нам поможет информация, полученная в результате теоретического исследования. В рамках практического исследования будут рассмотрены конкретные упражнения и рекомендации по построению игрового танцевально-ритмического занятия.

Методической основой для составления такого занятия станут работы ряда авторов: И. В. Лифиц, Е. В. Коновой и Г. Франио. Утоним, что работа последнего автора ориентирована на применение в детских музыкальных школах, однако, на наш взгляд, в связи с тесной взаимосвязью танцевально-ритмических занятий с музыкой, стоит принимать во внимание и рекомендации из этого пособия.

И. В. Лифиц также отмечает ведущую роль музыки на занятиях ритмикой. Музыка, по мнению И. В. Лифиц, напрямую повлияет на характер исполняемых движений и упражнений. В зависимости от характера музыкального сопровождения движение может выполняться с разной амплитудой, с разной силой и степенью эмоциональной насыщенности [22, с. 4]. Также отмечается необходимость расширять словарный запас воспитанников, касающийся и восприятия характера музыки.

На занятиях с детьми следует использовать различное по темпу музыкальное сопровождение: от умеренного до оживленного и спокойного. Воспитанников необходимо научить не только понимать

особенности темпа и двигаться, сообразно этому темпе, но и научить сохранять устойчивость в темпе. Например: при прекращении звучания музыки нужно продолжать движение в том же темпе, что было музыкальное сопровождение. Еще одной задачей, связанной с ритмом, станет обучение детей переключаться с одного темпа на другой. Переход такой может быть и постепенным и внезапным, но на самых первых занятиях целесообразнее будет применять постепенный переход, чтобы дети смогли привыкнуть к необходимости сменять темп своего движения.

Многие упражнения в ритмике основаны на бытовых движениях. Как пишет И. В. Лифиц, самыми доступными движениями для детей являются бытовые движения: ходьба, бег, подскоки, прыжки. Именно на основе этих движений автор предлагает выстраивать первые представления о ритмике.

Среди основных видов шагов в ритмике чаще всего используют следующие:

- быстрый шаг,
- спокойный шаг,
- высокий шаг – в нем работающая нога, согнутая в колене, поднимается высоко, образуя прямой угол между голенью и бедром,
- шаг на носках (полупальцах),
- тихая ходьба – мягкое переступание,
- пружинистый шаг – на каждый шаг нога мягко опускается на стопы, немного прогибаясь в колене и сразу выпрямляется.

Помимо шагов можно использовать различные виды бега:

- легкий бег,
- пружинистый бег,
- стремительный бег,
- широкий бег – бег с большими скачками, словно необходимо перепрыгнуть препятствие.

Отдельно стоит рассмотреть группы прыжковых движений. Успешное освоение прыжков в дошкольном возрасте заложит крепкую основу для дальнейшего освоения этой группы сложных движений.

Прыжки могут также быть высокими и низкими, на месте и с продвижением, со сменой ног и т.д. К группе прыжков также отнесем подскоки: легкие подскоки – почти без вертикального отскока от пола; сильные подскоки – более высокие и энергичные; галоп [22, с. 5-8].

Уже на основе этих базовых движений можно выстраивать занятие по ритмике.

Е. Конорова рассматривая виды учебной работы по ритмике, выделяет 9 типов занятий:

1. Ритмические упражнения с музыкальным заданием. Цель таких упражнений – научить ребенка тому или иному музыкальному понятию, ориентации в строении музыкального произведения и т.д.

2. Ритмические игры. В рамках такой игры будет существовать дидактическая задача и игровая. Если дидактическая направлена на развитие, например, концентрации внимания, то игровая должна реализовываться через конкретные задачи игры.

3. Гимнастические упражнения. Суть их в тренировке определённого движения, выполняемого несколько раз подряд без изменений.

4. Комплекс гимнастических упражнений. Строится в формате зарядки: это различные упражнения на разные группы мышц. Можно использовать в начале урока, как разминку перед занятием. Комплекс гимнастических упражнения также можно проводить в игровой форме.

5. Упражнения с предметами. Это могут быть мячи, скакалки, палочки, флажки и т.п.

6. Построения. Это группа упражнений, направленных на освоение перемещения по площадке.

7. Ритмические этюды. К этюдам необходимо переходить не сразу, поскольку это сложная форма работы. Основа этюда – музыкальное

произведение. Ритмические этюды также могут проводиться в игровой форме, содержать движения с предметами и т.д.

8. Подготовительные танцевальные упражнения. Следующий этап после освоения этюдной формы. Для этой группы упражнений необходима танцевальная подготовка: дети должны усвоить ряд танцевальных движений и элементов.

9. Построения в форме танцевальной форме. Следующий шаг к переходу к постановке танцевального произведения. Необходимо научить детей соблюдать рисунки, освоить перестроения между рисунками [18, с. 11-12].

Перейдем к разработке структуры и содержания урока.

Длительность занятия для дошкольников, как уже было сказано выше – 20-25 минут. Это оптимальное время, позволяющее избежать избыточной усталости детей.

Помимо соблюдения длительности занятия, необходимо помнить также о трех ключевых правилах занятий ритмикой:

1. Физическая нагрузка должна соответствовать возрасту и возможностям детей.

2. Ни одно движение не должно причинять боль ребенку.

3. Стоит избегать резких скручивающих движений в шейном и поясничном отделе позвоночника. Это связано с физическими особенностями детей старшего дошкольного возраста, рассмотренными в прошлой главе.

На первых занятиях необходимо обучить детей правильным первоначальным навыкам. В первую очередь нужно научить детей слушать музыку. Следует отдельно акцентировать внимание детей на темпе и характере музыки, при этом важно, чтобы музыкальный материал был интересен и понятен детям, музыка должна легко просчитываться.

Для детей старшего дошкольного возраста Е. Конорова рекомендует использовать движения в быстром темпе, умеренном и неторопливом [18,

с. 6]. Г. Франио отмечает также, что на этом этапе нужно обучить детей замедлять и ускорять темп исполняемых упражнений. Также необходимо научить детей выполнять по памяти ходьбу, бег в заданном темпе [37, с.6].

Строение музыки для старших дошкольников также должно отличаться рядом особенностей:

- на первом этапе дети должны начинать и заканчивать движение по команде педагога,

- в дальнейшем дети должны самостоятельно начинать движение с началом музыкальной части или фразы,

- в связи с этим, нужно отбирать музыкальные произведения с понятной структурой, чтобы дети смогли понять такие части музыкального произведения как «вступление», «первая часть» и т.д.

Вступление целесообразно использовать как подготовительный этап к движению, позволяющий настроиться на выполнение движения и понять характер музыки.

Структура урока по ритмике у старших дошкольников следующая:

1. Организационный момент: вход в класс, построение в классе, поклон.

2. Разминка. Можно использовать игровые упражнения (Приложение 1) или комплексы гимнастических упражнений, которые также могут проходить в форме игры.

3. Гимнастические упражнения или комплексы упражнения. Сюда входят и строевые упражнения, и общеразвивающие упражнения, и упражнения с предметами. Также комплекс этих упражнений можно переместить в блок разминки.

4. Танцевально-ритмические упражнения: хореографические упражнения (изучение позиций рук и ног), танцевальные шаги, танцевальные комбинации. Важно понимать, что сущность танцевально-ритмических упражнений будет зависеть от годового учебно-

тренировочного плана в коллективе и от задач не только текущего года обучения, но и будущих.

5. Пластика. В эту часть урока войдут специальные упражнения для развития мышечной силы, гибкости.

6. Пальчиковая гимнастика. Также может быть перенесена в блок разминки.

7. Музыкально-подвижные игры. Можно использовать в конце урока или между другими частями урока для снятия напряжения и переключения внимания детей.

8. Креативная гимнастика. Эта часть урока включает в себя творческие игры, импровизацию по заданию, специальные задания, где детям нужно проявить свои творческие способности.

9. Заключительный этап урока. Проводятся итоги уроков, педагог прощается с детьми.

Подытожив вышесказанное, отметим, что на занятиях с дошкольниками важно поддерживать доверительную и дружелюбную атмосферу. Это напрямую влияет на раскрытие потенциала ребенка. Кроме того, крайне важно строго соблюдать педагогические принципы, рассмотренные в предыдущей части работы, а также использовать в работе различные методы из трех основных групп методов: наглядных, практических и словесных.

При этом, безусловно, необходимо поддерживать дисциплину в классе, приучать детей к культуре занятий и культуре выступлений. Однако воспитывать дисциплину стоит мягко, не используя критику и наказания.

Только в такой атмосфере будет возможность создать оптимальные условия для развития личности ребенка.

2.2. Организация, методы и этапы эмпирического исследования

Исследовательская работа проводилась на базе студии современного танца «Сюрприз»: Челябинская область, село Кизильское. В исследовании приняли участие дети 5-6 лет, которые были поделены на 2 группы:

- экспериментальная,
- контрольная.

В каждой группе было 8 человек.

Сущностью эмпирического исследования стало проведение педагогического эксперимента. Гипотеза эксперимента состояла в следующем: применение игровых музыкально-ритмических занятий в хореографическом коллективе у детей старшего дошкольного возраста позволит развить танцевальную пластику детей, если:

а) в структуру занятий будут добавлены комплексы танцевально-ритмических игр, а также будут проводиться отдельные занятия, где будут применяться технологии игровых танцевально-ритмических занятий;

б) игровые танцевально-ритмические занятия будут соответствовать психофизическому развитию и особенностям детей старшего дошкольного возраста.

Весь процесс эмпирического исследования был разделен на три этапа.

На первом этапе (сентябрь 2022 – октябрь 2022) проводился анализ методической и учебной литературы с целью составления учебно-тренировочного плана для группы детей. Учебно-тренировочный план разрабатывался только для экспериментальной группы (Приложение 2), контрольная группа занималась по своему стандартному учебно-тренировочному плану.

На втором этапе (октябрь 2022 – декабрь 2022) проводился непосредственно педагогический эксперимент. Эксперимент состоял из трех частей:

– констатирующий эксперимент. На этом этапе были проведены диагностические мероприятия, позволяющие выяснить начальный уровень развития танцевальной пластичности,

– формирующая часть эксперимента – разработка и реализация учебно-тренировочного плана. В экспериментальную группу были внедрены занятия ритмикой,

– контрольный эксперимент. Повторное проведение диагностики развития танцевальной пластичности в двух группах. Проводился анализ результатов, сформулированы выводы.

Третий этап исследования (декабрь 2022 – февраль 2023) заключался в подведение итогов, анализе результатов и оформлении работы.

Задачами педагогического эксперимента были:

1. С помощью диагностических методик определить уровень танцевальной пластичности детей в группах – провести констатирующий этап педагогического эксперимента.

2. Разработать и реализовать учебно-тренировочный план игровых танцевально-ритмических занятий.

3. Провести контрольный эксперимент, проанализировать результаты, сделать выводы.

Для решения вышеприведенных задач применялись методы:

– педагогическое наблюдение. Применялось для отслеживания психологического и физического состояния детей в группах,

– педагогический эксперимент. Сущность и этапы описаны выше,

– тестирование. Измерение эффективности применения игровых танцевально-ритмических занятий на развитие танцевальной пластичности будет измеряться по следующим методикам:

– критерии оценки параметров, определяющих уровень музыкального и психомоторного развития по разработанной методике А. И. Бурениной [2] (Приложение 3),

– тест определения двигательных функций по методике Т. Барышниковой (Приложение 4).

В каждой методике авторы предлагают соотнести качество выполнения определённых критериев с уровнем: высоким, средним и низким.

В методике А. И. Бурениной среди критериев: музыкально-ритмические навыки, музыкально-ритмическая координация, подвижность нервных процессов

В методике Т. Барышниковой следующие критерии: двигательные умения и навыки, координация движений, двигательная память и гибкость, пластичность.

Благодаря этим тестам будут исследованы музыкально-ритмические процессы и музыкально-двигательные, что и позволит нам проследить развитие танцевальной пластичности детей.

2.3. Анализ результатов педагогического эксперимента

Педагогический эксперимент состоял из констатирующего, формирующего и контрольного этапов. Все диагностические методики проводились дважды: до начала непосредственной экспериментальной учебно-тренировочной деятельности и после.

Констатирующий эксперимент был проведен 3 октября и включал в себя проведение вышеобозначенных диагностических методик. Тестирование проводилось в двух группах: экспериментальной и контрольной.

После констатирующего эксперимента в экспериментальную группу был внедрен разработанный учебно-тренировочный план игровых танцевально-ритмических занятий (Приложение 2).

На контрольном тестировании, все тесты проводились еще раз в обеих группах. Результаты первого и второго тестирования для каждой

группы занесены в таблицы. Перейдем к анализу результатов по методике А. И. Бурениной (Таблица 1).

Таблица 1 – Результаты двух этапов тестирования по методике А. И. Бурениной

Контрольная группа			Экспериментальная группа	
Уровень	До	После	До	После
Музыкально – ритмические навыки				
Высокий	0	1	0	3
Средний	5	6	4	4
Низкий	3	1	4	1
Музыкально – ритмическая координация				
Высокий	1	1	1	4
Средний	6	7	5	4
Низкий	1	1	2	0
Подвижность нервных процессов				
Высокий	0	0	0	1
Средний	5	6	5	7
Низкий	3	2	3	0

Можем отметить, что лучшие результаты дети показывают по критерию «музыкально-ритмическая координация»: низкие результаты показал 1 ребенок в контрольной группе и 2 ребенка в экспериментальной группе на констатирующем этапе.

К старшему дошкольному возрасту дети уже овладели основами музыкально-ритмической координации, они показали способность двигаться в характере музыкального сопровождения, преимущественно понимают начало и конец музыкальной фразы.

Сложнее всего дается детям точное выполнение движений под музыку. Этот показатель соответствует критерию «подвижность нервных процессов».

Результаты тестирования по методике Т. Барышниковой занесены в таблицу 2.

Таблица 2 – Результаты двух этапов тестирования по методике Т. Барышниковой

Контрольная группа			Экспериментальная группа	
Уровень	До	После	До	После
Двигательные умения и навыки				
Высокий	0	1	0	2
Средний	5	5	5	6
Низкий	3	2	3	0
Координация движений				
Высокий	0	0	0	2
Средний	5	6	6	6
Низкий	3	2	2	0
Двигательная память				
Высокий	1	1	2	2
Средний	5	6	5	6
Низкий	2	1	1	0
Гибкость, пластичность				
Высокий	4	5	4	6
Средний	4	3	4	2
Низкий	0	0	0	0

Лучше всего, согласно полученным данным, дети справлялись с упражнениями на гибкость. В целом, это закономерно, поскольку суставно-связочный аппарат старших дошкольников остается очень гибким и податливым.

Сложнее всего детям давались упражнения на координацию движений. Опять же, вполне закономерный результат, связанный с возрастными особенностями старших дошкольников.

Для более наглядной демонстрации изменений в группах, подсчитаем общую сумму высоких, средних и низких оценок в каждой

группе по каждому критерию до и после эксперимента. Приведем итоговые суммы для каждой методике. Результаты занесены в диаграмму (рисунок 1).

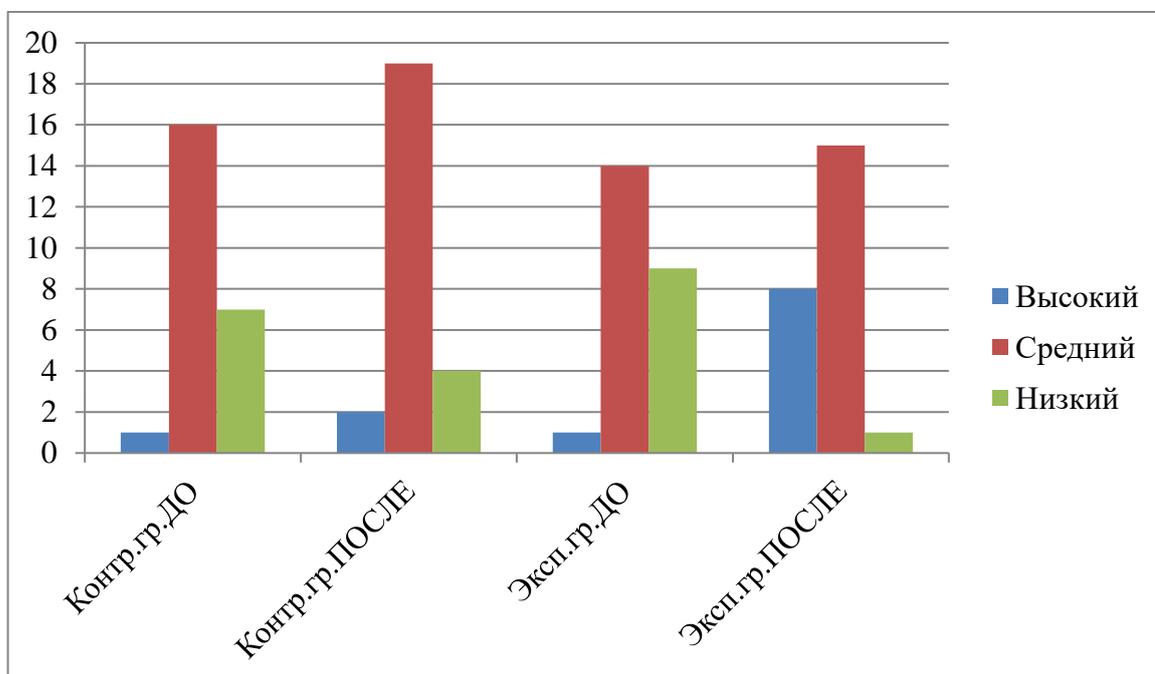


Рисунок 1 – результаты двух групп по методике А. И. Бурениной

Как мы видим, в обеих группах показатели изменились в положительную сторону. Однако в контрольной группе изменения не столь значительны и демонстрируют преобладание средних показателей. В экспериментальной группе значительно изменилось количество высоких оценок: от 1 на всю группу по всем критериям до 8. В контрольной группе количество высоких оценок изменилось не так сильно: от 1 до 2.

Значительные изменения произошли и в количестве низких оценок. В экспериментальной группе: от 9 до 1. В контрольной: от 7 до 4. То есть, несмотря на то, что изначально по результатам тестирования контрольная группа показала лучший результат, на этапе контрольного тестирования экспериментальная группа смогла перегнать контрольную группу по показателям.

Аналогично занесем сумму высоких, средних и низких оценок в группах по результатам тестирования по методике Т. Барышниковой (рисунок 2).

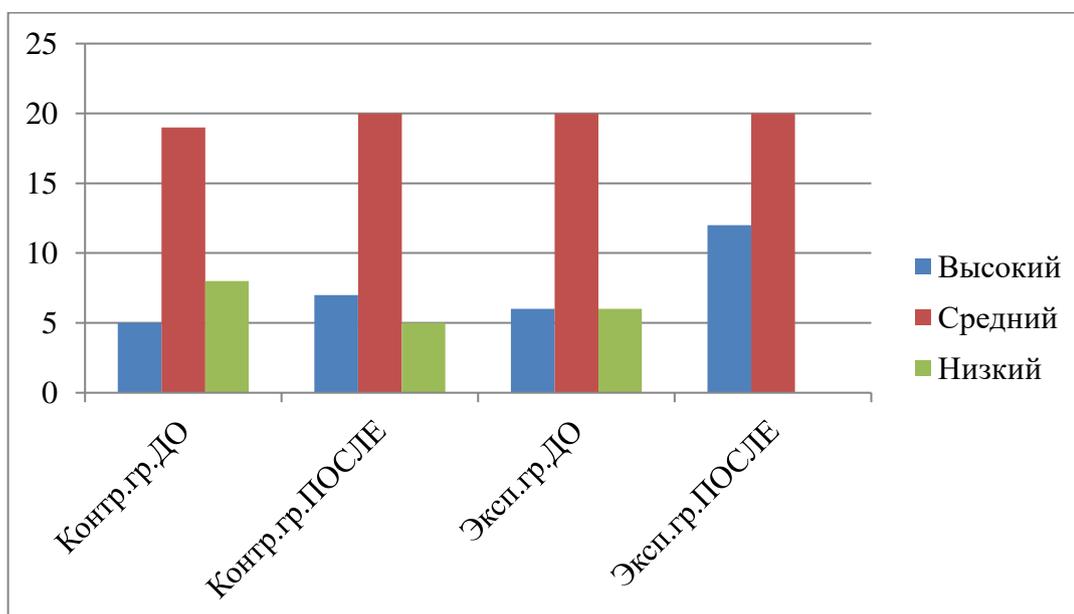


Рисунок 2 – результаты двух групп по методике Т. Барышниковой

Полученные данные свидетельствуют также об улучшении показателей. В обеих группах преобладают средние показатели и до и после эксперимента, но в экспериментальной группе сумма высоких оценок увеличилась в два раза: с 6 до 12. В контрольной группе сумма высоких оценок также увеличилась: с 5 до 7. Значительным изменением стало исчезновение низких оценок в экспериментальной группе, то есть, все дети, показавшие низкие результаты по ряду критериев смогли улучшить свои показатели и получить средние или высокие оценки. В контрольной группе количество низких оценок тоже демонстрирует положительную динамику: от 8 до 5. Практически в два раза в контрольной группе уменьшилось количество низких оценок, что стоит расценивать позитивно.

Согласно полученным данным можем сделать ряд выводов.

Во-первых, на развитие танцевальной пластичности безусловно положительно влияют игровые танцевально-ритмические показатели. Дети

развивают музыкально-ритмические навыки, координацию, гибкость, пластичность и память.

Во-вторых, важно отметить позитивные изменения и в контрольной группе. Такие изменения стоит связывать с благотворным влиянием стандартных танцевальных занятий.

Наконец, стоит заметить, что в процессе проведения разработанных нами занятий, дети часто проявляли активность, с удовольствием принимали участие в игровых упражнениях, справлялись с творческими заданиями. На наш взгляд, это не менее важно, чем улучшение показателей по танцевальной пластичности.

Вывод по второй главе

В рамках эмпирического исследования был проведен педагогический эксперимент в коллективе современного танца «Сюрприз» на группе детей 5-6 лет.

Были рассмотрены общие рекомендации по составлению игрового танцевально-ритмического занятия с дошкольниками; изучены основные базовые движения; особенности музыкального сопровождения на уроках для старших дошкольников.

В практической части исследования был проведен педагогический эксперимент. Суть эксперимента заключалась в изучении влияния игровых танцевально-ритмических занятий на развитие танцевальной пластичности детей. Согласно полученным данным, гипотеза нашего исследования была подтверждена, подобные занятия позитивно сказываются на развитии танцевальной пластичности. Кроме того, мы выяснили, что и занятия танцем в целом оказывают положительное влияние на танцевальную пластичность и ряд других показателей, но изменения, происходящие под влиянием применения игровых танцевально-ритмических занятий, происходят быстрее, чем без применения подобных занятий.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Сущность исследования заключалась в выявлении влияния игровых танцевально-ритмических занятий на развитие танцевальной пластичности старших дошкольников.

Перед началом исследования были поставлены следующие задачи:

1. Рассмотреть сущность игровых танцевально-ритмических занятий.
2. Изучить возможности игровых танцевально-ритмических занятий в развитии танцевальной пластики.
3. Рассмотреть психологические и физические возрастные особенности детей старшего дошкольного возраста.
4. Рассмотреть особенности построения игрового танцевально-ритмического занятия для детей 5-6 лет в детском хореографическом коллективе.
5. Провести эмпирическое исследование и проанализировать результаты применения игровых танцевально-ритмических занятий в детском хореографическом коллективе.

В рамках теоретического исследования была теоретически изучена сущность ритмики, танцевально-ритмических и музыкально-ритмических занятий, были выявлены особенности игры в педагогическом процессе. Кроме того, были рассмотрены педагогические принципы реализации обозначенных занятий в коллективе. Для этого был проведен анализ психологических и физических особенностей старших дошкольников; обозначены ключевые педагогические принципы и методы.

В рамках эмпирического исследования были рассмотрены общие рекомендации к структуре и содержанию урока ритмика. В практическом исследовании был разработан и реализован план учебно-тренировочной деятельности по ритмике, он был внедрен в занятия экспериментальной группы.

Таким образом, все поставленные задачи были выполнены.

Согласно полученным данным, можем утверждать безусловно положительное влияние игровых танцевально-ритмических занятий на развитие танцевальной пластичности старших дошкольников.

Перед началом исследования была выдвинута гипотеза, заключающаяся в том, что применение игровых музыкально-ритмических занятий в хореографическом коллективе у детей старшего дошкольного возраста позволит развить танцевальную пластику детей, если:

а) в структуру занятий будут добавлены комплексы танцевально-ритмических игр, а также будут проводиться отдельные занятия, где будут применяться технологии игровых танцевально-ритмических занятий;

б) игровые танцевально-ритмические занятия будут соответствовать психофизическому развитию и особенностям детей старшего дошкольного возраста.

В ходе исследования гипотеза была подтверждена.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Белкина В. Н. Взаимодействие детей дошкольного возраста со сверстниками: психологический и педагогический аспекты: монография / В. Н. Белкина. – Ярославль : Изд-во ЯГПУ, 2010. – 161 с. ISBN: 978-5-534-08257-9.
2. Буренина А. И. Ритмическая мозаика : программа по ритмической пластике для детей дошкольного возраста / А. И. Буренина. – Москва, 2006. – 40 с. – ISBN: 978-5-9901725-2-4.
3. Бутенко Н. В., Никитина, Е. Ю. Педагогические принципы художественно-эстетического развития детей в период детства, отражающие идеи дошкольного образования / Н. В. Бутенко, Е. Ю. Никитина // МНКО. – 2013. – №2 (39). – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/pedagogicheskie-printsipy-hudozhestvenno-esteticheskogo-razvitiya-detey-v-period-detstva-otrazhayuschie-idei-doshkolnogo> (дата обращения: 07.02.2023).
4. Бутенко Н. В. Полихудожественный подход в художественно-эстетическом развитии детей дошкольного возраста / Н. В. Бутенко // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. – 2012. – С. 29-38.
5. Вараксина Е. Методическое пособие по ритмике для младших классов ДМШ, ДШИ / Е. Вараксина. – Асбест : МБОУДОД ДМШ №1, 2013 г. – 24 с.
6. Выготский Л. С. Воображение и творчество в детском возрасте: Психологический очерк: Книга для учителя / Л. С. Выготский. – Москва : Просвещение, 1991. – 96 с. – ISBN: 5-09-003428-1.
7. Гатаулина А. С. Особенности физического воспитания детей 5-6 лет / А. С. Гатаулина, С. С. Галанова // Совершенствование системы физического воспитания, спортивной тренировки, туризма, психологического сопровождения и оздоровления различных категорий

населения : Сборник материалов XX Юбилейной международной научно-практической конференции, Сургут, 19–20 ноября 2021 года / Отв. ред. Ж.И. Бушева, ред. А.А. Исаев, Н.М. Ахтемзянова. – Сургут: Сургутский государственный университет, 2022. – С. 156-159.

8. Голованова Н. Ф. Социализация и воспитание ребенка / Н. Ф. Голованова. – Санкт-Петербург : Речь, 2004. – 272 с. – ISBN: 5-9268-0249-0.

9. Дедюкина М. И., Таран П. П. Роль танцевальной деятельности в развитии творческих способностей детей старшего дошкольного возраста / М. И. Дедюкина, П. П. Таран // Проблемы современного педагогического образования. – 2020. – № 69 (1). – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/rol-tantsevalnoy-deyatelnosti-v-razviti-tvorcheskih-sposobnostey-detey-starshego-doshkolnogo-vozrasta> (дата обращения: 07.02.2023)

10. Естественно-научный подход в современной психологии / Отв. ред. В. А. Барабанщиков. – Москва : Изд-во «Институт психологии РАН», 2014. – 880 с. ISBN: 978-5-9270-0293-1.

11. Ефремова Н. И. Ритмика Э. Жак-Далькроза: вчера, сегодня, завтра / Н. И. Ефремова // Вестник ЧГАКИ. –2013. – №1 (33). – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/ritmika-e-zhak-dalkroza-vchera-segodnya-zavtra> (дата обращения: 06.01.2023).

12. Зарнигор М. А. Дискретность ритмических движений. Ритмика в начальной школе хореография / М. А. Зарнигор // Science and Education. – 2022. – №4. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/diskretnost-ritmicheskikh-dvizheniy-ritmika-v-nachalnoy-shkole-horeografiya> (дата обращения: 10.01.2023).

13. Карпова Е. В. Дидактические игры в начальный период обучения / Е. В. Карпова. – Ярославль, 1997. – 476 с. – ISBN: 5-7797-0041-9.

14. Козлова С. А. Дошкольная педагогика. Учебник для студентов учреждений СПО / С. А. Козлова, Т. А. Куликова. – 13 – е изд. стер. – Москва : Издательский центр. Академия, 2003. – 416 с.
15. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей: практическое пособие / Г.А. Колодницкий. – Москва: Гном-Пресс, 2001. – 64 с.
16. Комарова Е. Э. Развитие музыкально-ритмического восприятия на уроках с применением системы Далькроза / Е. Э. Комарова, Д. Е. Никитина // Молодёжь третьего тысячелетия : сборник научных статей, Омск, 01–26 апреля 2019 года. – Омск: Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского, 2019. – С. 319-323.
17. Коноваленко С. В. Коммуникативные способности и социализация детей 5-9 лет: Комплекс коррекционно-развивающих занятий и психологических тренингов / С. В. Коноваленко. – Москва : «Издательство Гном и Д», 2001. – 48с.
18. Конорова Е. В. Методическое пособие по ритмике / Е. В. Конорова. – Москва, 1992. – 53 с. – ISBN: 978-5-7140-1241-9.
19. Коршунова Н. Л. Традиционные и современные трактовки педагогических принципов природосообразности и культуросообразности / Н. Л. Коршунова // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2014. – № Т20. – С. 1406-1410.
20. Кулагина И. Ю. Возрастная психология: развитие ребенка от рождения до 17 лет / И. Ю. Кулагина. – Москва: Ун-т Рос. акад. Образования, 1999. – 175 с. – ISBN: 5-204-00113-1.
21. Курлаев К.О. Сущность и структура дидактической игры / Сидоров С.В. // Сайт педагога-исследователя – URL: http://si-sv.com/publ/didakt_igra/14-1-0-91 (дата обращения: 06.02.2023).
22. Лифиц И. В. Ритмика : учеб. пособие для сред. и высш. пед. учеб. заведений / И. В. Лифиц. – Москва : Академия, 1999. – 224 с.

23. Наумова Н. Г. Развитие ритмопластики у детей дошкольного возраста через музыкально-ритмические игры и образные танцевальные движения / Н. Г. Наумова. // Молодой ученый. – 2018. – № 13. — С. 46-48. — URL: <https://moluch.ru/archive/199/49157/> (дата образования: 15.01.2023)

24. Нечаева Т. Б. Ритмопластическое развитие детей и родителей в условиях школы искусств / Т. Б. Нечаева // Педагогическое образование в России. – 2011. – №4. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/ritmoplasticheskoe-razvitie-detey-i-roditeley-v-usloviyah-shkoly-iskusstv> (дата обращения: 06.02.2023).

25. Никишкин В. А., Бумарскова, Н. Н. Развитие музыкально-творческих способностей детей дошкольного возраста с помощью музыкально-ритмических игр / В. А. Никишкина, Н. Н. Бумараскова // Ученые записки университета Лесгафта. – 2021. – №12 (202). – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/razvitie-muzykalno-tvorcheskih-sposobnostey-detey-doshkolnogo-vozrasta-s-pomoschyu-muzykalno-ritmicheskikh-igr> (дата обращения: 17.01.2023).

26. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду. Средняя группа : конспекты занятий / Л. И. Пензулаева. – Москва : МОЗАИКАСИТЕЗ, 2014. – 112 с.

27. Полищук Е. А. Телесный образ-Я и роль танца в его формировании / Е. А. Полищук // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения. –2009. – №6-1. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/telesnyy-obraz-ya-i-rol-tantsa-v-ego-formirovani> (дата обращения: 07.02.2023).

28. Радченко И. В. Педагогические аспекты формирования пластической культуры подростков / И. В. Радченко // Педагогика. Вопросы теории и практики. – 2018. – №1 (9). – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/pedagogicheskie-aspekty-formirovaniya-plasticheskoy-kultury-podrostkov> (дата обращения: 06.02.2023).

29. Руднев В. П. Словарь культуры XX века. Ключевые понятия и тексты / В. П. Руднев. – Москва : Аграф, 1997. ISBN: 5-7784-0034-9.

30. Рыбкина Т. В. Музыкальное восприятие: пластические образы ритмо-интонации в свете учения Б. Асафьева : автореф. дис. на соиск. учен. степ. канд. искусствоведения: 17.00.02 / Т. В. Рыбкина. – Москва, 2005. – 35 с.

31. Середа О. А. Ритмопластика как инновационная методика проведения занятий по физической культуре с детьми дошкольного возраста / О. А. Середа // Образовательный портал Экстернат. РФ. – URL: http://ext.spb.ru/2011-03-29-09-03-14/89-preschool/14095-Ritmoplastika_kak_innovatsionnaya_metodika_provedeniya_zanyatiy_po_fizicheskoy_kulture_s_detmi_doshkolnogo_vozrasta.html (дата обращения: 15.11.2022)

32. Сироткина И. Свободное движение и пластический танец в России / И. Сироткина. – Москва : Новое литературное обозрение, 2011. – С. 142-147. – 319 с. ISBN: · 978-5-86793-924-3.

33. Слезовская Л. Г. Игра на уроках хореографии как один из факторов творческого развития ребенка (методические рекомендации) / Л. Г. Слезовская. – Новый Свет, 2017. – 58 с.

34. Танцевальная ритмика : дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности / Е. А. Харций. – Сочи, 2020. – 32 с.

35. Танцевально-игровая гимнастика : программа по учебному предмету / под ред. О. Н. Цебинога, О. А. Лисицина. – Екатеринбург, 2016. – 15 с.

36. Теплов Б. М. Психология музыкальных способностей / Б. М. Теплов. – Москва : АПН РСФСР, 1974. – 334 с. – ISBN: · 978-5-507-44084-9.

37. Франио Г. С. Ритмика в детской музыкальной школе / Г. С. Франио. – Москва, 1997. – 35 с.

38. Чиркова Г.И. Ритмика и хореография в детском саду: учебно-методическое пособие / Г.И. Чиркова. – Белово, 2001. – 94 с.
39. Эльконин Д. Б. Психология игры / Д. Б. Эльконин. – Москва : Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1999. – 360 с. ISBN: 978-5-458-36048-7.
40. Яковлева Е. Л. Психологическое развитие творческого потенциала личности / Е. Л. Яковлева. – Москва: Флинта, 2011. – 154 с. ISBN: 5-89502-004-6.
41. Bloom D. Minimal music: roles and approaches of teachers engaging students with a contemporary art music through composition activities. A thesis submitted in fulfillment of the requirements of the degree of Doctor of Philosophy / D. Bloom. – Sydney: University of Sydney, 2001.
42. Bradt J. Shim, Goodill, S.W. Dance/movement therapy for improving psychological and physical outcomes in cancer patients. Cochrane Database Syst Rev / J. Brandt. – 2015. – №1(1). – URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7204197/> (дата обращения: 05.02.2023).
43. Kourkouta L., Rarra, A. The contribution of dance on children's health / L. Kourkouta, A. Rarra // Prog Health Sci. – 2014. – №4 (1). – P. 229-232.
44. Ren J., Xia J. Dance therapy for schizophrenia. Cochrane Database Syst / J. Ren, J. Xia. –2013. – № 4 (10). – URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24092546/> (дата обращения: 12.01.2023)
45. Rhythm and movement can improve learning – study / The educator. – URL: <https://www.theeducatoronline.com/k12/news/rhythm-and-movement-can-improve-learning--study/265567> (дата обращения: 05.02.2023).
46. Seitz J.A. Dalcroze, the body, movement and musicality. Psychology of Music / J. A. Seitz. – 2005. – № 33(4). – P. 419-435. – URL: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/0305735605056155> (дата обращения: 10.11.2022).

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Игровые упражнения для разминки

«Паровозик» (круговая ритмическая игра)

Цель: развивать внимание детей, способность работать в общем ритме. Знакомить детей с железной дорогой.

Оборудование: стулья, вагончики или их замена в виде каштанов, шишек, мячиков, орехов.

Ход игры:

Дети сидят плотным кругом на стульях, левая рука – это станция, «приложим» ее к левой коленке, она не должны двигаться. Правая рука – это машинист, передвигающий вагончики. Потихоньку начинаем говорить хором «тук-тук», постукивая правой рукой по левой руке: машинист на своей станции. На слог «На!» передвигаем вагончик на станцию соседа справа – кладем свою правую руку на «соседнюю станцию».

Когда все включатся в общий ритм, можно «запускать паровоз». Сначала это делает педагог, а потом сами дети.

Каждый раз на слог «на» педагог кладет на «станцию» справа игрушечный вагончик, доставая его из корзинки. Так вагончик отправляется в путь по всем станциям.

В качестве вагончиков можно использовать каштаны, орехи, шишки или мячики.

Мышеловка

Дети делятся на две равные группы. Одна группа – «мышки». Они стоят в колонне один за другим. Со второй группы детей сделать 3 круга – это 3 «мышеловки». Дети, которые образуют мышеловки, берутся за руки и на слова воспитателя: «Мышеловка открыта» дети в кругу поднимают руки. Мышки пробегают сначала через одну мышеловку, а затем через вторую и т. д. На слово воспитателя: «хлоп» мышеловка закрывается (дети

в кругу опускают руки). Мышки, которые остались в кругу считаются пойманными и становятся в круг. Игра заканчивается, когда все мыши будут пойманы. Выигрывает та мышеловка, где будет больше пойманных мышей. Игра повторяется. Дети меняются ролями.

Ладонь в ладонь

Это упражнение делается в парах. Один ребенок в паре прижимает свои ладошки к ладошкам другого и дети, таким образом, не отрывая ладошки друг от друга, двигаются по комнате, где они преодолевают или обходят различные препятствия. Это могут быть стул или стол, а также другие движущиеся пары. При этом останавливаться нельзя, если пара остановилась, она приседает.

Более сложный вариант этого упражнения – движение пары с зажатым между лбами листком бумаги, который полностью закрывает лица. Двигаться нужно так, чтобы зажатый листок не упал.

Развей скуку

Для этой игры понадобятся стулья.

Перед началом игры вдоль противоположных стен комнаты ставятся стулья. Дети садятся на них около одной из стен и читают следующий стишок:

Скучно, скучно так сидеть,

Друг на друга все глядеть.

Не пора ли перебраться

И местами поменяться?

Как только эти слова произнесены, все дети бегут к противоположной стене и стараются занять свободные стулья, которых на один меньше, чем участников игры. Ребенок, оставшийся без стула, выбывает.

После этого ведущий убирает еще 2 стула. Все повторяется до тех пор, пока последний игрок не займет единственный оставшийся стул. Он объявляется победителем.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Учебно-тренировочный план по игровым танцевально-ритмическим занятиям

Октябрь		
№	Название	Описание
1	Поклон: 2т. 4/4	Поклон: б позиция, руки вдоль тела. 1т 4/4 – шаг правой ногой в сторону, подставить левую ногу в б позицию; наклон головы вниз и обратно. 1т 4/4 – повтор в левую стороны
2	Разминка мышц шеи: 1. Наклоны головы к пр. и лев. плечу 2. Повороты головы 3. Круговые движения головой	Разминка проводится с применением дидактической игры «Животные в лесу». Педагог называет животное, например, медведь. Если медведь живет в лесу, дети кивают головой – наклон головы. Если педагог называет животное, которое не живет в лесу, например, окунь, дети совершают поворот головы вправо и влево. Если педагог называет птицу, например, ворона, дети совершают круговое движение головой.
3	Разминка верхней части корпуса.	Игра «Растения в лесу». Педагог: «В нашем лесу растут березка, елочка, дуб, плакучая ива, сосна, травинка, цветок, гриб, ягода, кустики. Выберите сами себе растение, которое вам нравится. По моей команде мы с вами превратимся в лес. Покажите, как ваше растение реагирует на...» Далее педагог предлагает различные ситуации: – пошел дождь, – началась гроза и буря; – вышло нежное солнышко, – погода стала жаркой и т.д.
4	Разминка нижней части корпуса	Ходы по залу: марш; бег с захлестом назад; бег с подниманием коленей вперед; шаг с носка; шаг с пятки; на полупальцах.
5	Партерная гимнастика: Упражнения на развитие силы стопы	Исх. положение: Дети сидят на полу, две прямые ноги вытянуты, спина ровная, руки вдоль корпуса. Педагог объясняет суть задания: На счет «и раз» нужно натянуть стопы как можно сильнее, стараясь коснуться пальцами пола, так, словно стопа – это клюв птицы, которая хочет наклониться к воде, чтобы попить.
6	Танцевально-	Игроки делятся на три команды, на три

	ритмическая игра «Змейки»	танцевальные «змейки». У каждой команды - «змейки» будет своя персональная мелодия, которую им предлагается прослушать. Например, у первой «змейки» - мелодия «Самба де Жанейро». Команда может пройти под эту мелодию в любом направлении. Для второй «змейки» звучит мелодия «Кукарача». А для третьей «змейки» звучит мелодия «Американо». Но есть еще одно условие игры, все «змейки» двигаются одновременно, когда зазвучит мелодия танца.
7	Упражнение на перестроения	<p>Дети слушают музыку первых восьми тактов, определяют музыкальный размер, прохлопывают ритмический рисунок. На счет «два» 8-го такта кладут руки на бока.</p> <p>Затем разучивают построение, которое может быть показано на одном из весенних праздников.</p> <p>Все располагаются парами по кругу, на равных расстояниях пара от пары. Мальчики стоят спиной к центру, девочки – лицом. Хлопками исполняют ритмический рисунок первых восьми тактов, делая поочередно: то хлопок в ладоши перед собой, то хлопок о руки товарища. На «два» 8-го такта кладут руки на бока. Исполняют прыжками на месте ритмический рисунок тактов 9–12, чередуя прыжок на сомкнутых ногах с прыжком ноги врозь.</p> <p>На счет «раз» 13-го такта подают друг другу правые руки и шестью подскоками, начиная с правой ноги, обходят один вокруг другого. На начало 16-го такта останавливаются лицом вперед, взявшись попарно за руки. Плавно идут по кругу – такты 17-24– и останавливаются лицом друг другу.</p> <p>На 25-й такт делают поклон головой своему товарищу, на 26-й – боковой шаг вправо, приставляя левую ногу; на 27-й такт – поклон товарищу из соседней пары, с которым оказываются лицом к лицу.</p> <p>Музыка начинается сначала – дети исполняют те же движения с новым партнером, каждый раз в конце пьесы переходя к следующему партнеру. В последний раз музыка заканчивается на 16-м такте.</p>
Октябрь		
№	Название	Описание
1	Поклон:	См. сентябрь

	2т. 4/4	
2	Разминка	См. сентябрь
3	Партерная гимнастика	См. сентябрь
4	Танцевально-ритмическая игра «Ладушки»	<p>а) хлопок в ладоши, хлопок двумя руками с партнером (руки у обоих перекрещены, хлопок, хлопок с партнером «левая-правая», хлопок, хлопок с партнером «правая-левая». Далее задача усложняется, увеличивается число движений за счет соединения классического и данного вариантов. Аналогично — ногами.</p> <p>б) «кулак-ладонь»: руки ребенка все время повернуты ладонями друг к другу; хлопок в ладоши, хлопок кулака о ладонь, хлопок, хлопок ладони о кулак (поза меняется на противоположную. Играя в паре, ребенок после хлопка «кулак-ладонь» делает с вами. В еще более сложном варианте — «кулак-ладонь» с партнером делается перекрещенными руками (впереди то левая, то правая рука).</p> <p>в) «ладушки» с разворотами ладоней: классический вариант, в котором хлопки с партнером осуществляются так, что одна ладонь ребенка смотрит вниз, а другая — вверх (ставятся друг на друга ребрами).</p>
5	Игра-импровизация	<p>Дети встают в круг. Педагог задает каждому ребенку птицу, чей образ нужно будет ребенку движением воспроизвести. Дети не должны знать заранее, у кого какая птица загадана.</p> <p>После того, как образы птиц загаданы, дети по очереди выходят в круг и танцуют так, как танцевала бы, по их мнению, загаданная птица. Дети должны угадать загаданную птицу.</p>
Ноябрь		
№	Название	Описание
1	Поклон: 2т. 4/4	См. сентябрь
2	Разминка	См. сентябрь
3	Партерная гимнастика	См. сентябрь
4.	Подготовительные танцевальные упражнения	<p>Игра «Цветочек распускается». Дети стоят по шестой позиции, руки и голова опущены вниз. Педагог говорит: «цветочек распускается» – руки поднимаются в свободную 3-ю позицию и голова поднимается вверх, встречая солнышко, ноги раскрываются в свободную 1-ую позицию. Можно добавить легкие покачивания рук вправо и влево, с наклоном корпуса и без. Затем последовательно начинают увядать руки, голова, мышцы шеи и плеч, корпус расслабляется и</p>

		пассивно падает вперед вниз, слегка согнув ноги в коленях.
5	Танцевально-ритмическая игра «Домашние животные»	Педагог называет любое домашнее животное, которое, например, грустит или веселится. Включается веселая музыка, задача детей показывать только радостные эмоции, затем музыкальное сопровождение меняется на и животное грустит, то соответственно и эмоции у детей грустные.
6.	Танцевально-ритмическая игра «Явления природы»	Педагог предлагает детям различные образы: сильный ливень; яркое солнце; слабый ветер; ураган; землетрясение; легкий грибной дождик. Задача детей – представить себя этим природным явлением и пройти/пробежать/пропрыгать это состояние.
7.	Танцевально-ритмическая игра «Внимание, музыка!»	Педагог предлагает детям выполнить ряд движений: два шага, прыжок по 6 позиции, выход в пол в планку, подход ногами к рукам в положении планки, подъем. Движения можно выполнять только пока играет музыка, когда она прерывается, дети замирают в той позе, в которой оказались на последний звук. Далее упражнение нужно продолжить.
Декабрь		
№	Название	Описание
1	Поклон: 2т. 4/4	См. сентябрь
2	Разминка	См. сентябрь
3	Партерная гимнастика	См. сентябрь
4.	Подготовительные танцевальные упражнения	См. ноябрь
5.	Танцевально-ритмическая игра «Явления природы»	См. ноябрь
6.	Танцевально-ритмическая игра «Внимание, музыка!»	См. ноябрь
7.	Игры для развития чувства ритма «Танец пяти движений»	Для выполнения упражнения необходима запись с музыкой разных темпов, продолжительностью 1 минута каждого темпа. «Течение воды». Плавная музыка, текучие, округлые, мягкие, переходящие одно в другое движения. Выполняются в течение одной минуты. «Переход через чашу». Импульсивная музыка, резкие, сильные, четкие, рубящие движения, бой барабанов. Выполняются в течение одной минуты. «Сломанная кукла». Неструктурированная

		<p>музыка, хаотичный набор звуков, вытряхивающие, незаконченные движения (как «сломанная кукла»). Выполняются в течение одной минуты.</p> <p>«Полет бабочек». Лирическая, плавная музыка, тонкие, изящные, нежные движения. Выполняются в течение одной минуты.</p> <p>«Покой». Спокойная, тихая музыка или набор звуков, имитирующих шум воды, морской прибой, звуки леса — стояние без движений, «слушая свое тело». Выполняются в течение одной минуты.</p>
--	--	--

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Критерии оценки параметров, определяющих уровень музыкального и психомоторного развития по разработанной методике А. И. Бурениной

Критерии	Репродуктивный уровень, критерии		
	Высокий	Средний	Низкий
Музыкально – ритмические навыки (развитие музыкального вкуса, формирование музыкальности, эмоциональной отзывчивости. Способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности.)	- передают характер мелодии, движения выражают музыкальный образ и совпадают с тонкой нюансировкой, фразами	- передают только общий характер, темп и метроритм	- не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом произведения
Музыкально – ритмическая координация (умение согласовывать движения частей тела во времени и пространстве под музыку, изменять движения в соответствии с фразами). Способность чувствовать эмоциональную выразительность музыкального ритма и точно воспроизводить его. Оценивается соответствие исполнения движений музыке (в процессе самостоятельного исполнения – без показа педагога). Темп, ритм, динамика	- точность движений под музыку, вступление начало музыкальной фразы, координация рук и ног при выполнении танцевальных движений и ритмических упражнений соответствует темпу и ритму. Самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, менять движения на каждую часть музыки	- в движениях выражается общий характер музыки, темп; начало и конец музыкального произведения совпадают не всегда	- движения не совпадают с темпом, метроритмом музыки, ориентированы только на начало и конец звучания, а также на счет и показ педагога
Подвижность нервных процессов (проявляется в скорости двигательной реакции, на изменение музыки. Запаздывание,	- соответствие возрастной категории учащихся, исполнение	- испытывает некоторые затруднения в исполнении упражнений,	- движения (переход от одного движения к последующему)

<p>задержка и медлительность в движении отмечаются как заторможенность, ускорение движений, переход от одного движения к последующему без чёткой законченности предыдущего (перескакивание, торопливость) отмечаются как повышенная возбудимость.)</p>	<p>упражнений, движений под музыку, умение подчинять движения темпу, ритму, динамике, форме и т.д.</p>	<p>движений под музыку, умении подчинять движения темпу и т.д.</p>	<p>без чёткой законченности предыдущего (перескакивание, торопливость) отмечаются как повышенная возбудимость или заторможенность в зависимости от степени выраженности данного качества.</p>
--	--	--	---

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Музыкально-двигательные процессы по методике Т. Барышниковой (Тест определения двигательных функций)

Критерии	Репродуктивный уровень, критерии		
	Высокий	Средний	Низкий
Двигательные умения и навыки (согласованность движений звеньев тела в пространстве и во времени: точность, ловкость движений, координация рук и ног при выполнении упражнений в ходьбе, общеразвивающих и танцевальных движениях; правильное сочетание движений рук и ног при ходьбе, а также и в других общеразвивающих видах движений).	- оценивается правильное и точное исполнение ритмических композиций	- испытывает некоторые затруднения в исполнении ритмических композиций	- испытывает некоторые затруднения в исполнении ритмических композиций
Координация движений – среди двигательных функций особое значение для танца имеет координация движений. Различают три основных вида координации: нервную, мышечную, двигательную. Для нервной координации характерно чувство ритма, равновесия, различных поз, осанки и т.п. Они могут быть закреплены в памяти. Запоминание движений, профессиональная память – одна из особенностей координации. Зависящей от работы зрительного и вестибулярного аппаратов и других органов. В мышечной координации характерно групповое взаимодействие мышц, которое обеспечивает устойчивость тела (при ходьбе, беге и других движениях). Двигательная координация – это процесс согласования движений звеньев тела в пространстве и во времени (одновременное и последовательное)	- движения всех звеньев тела согласованы как в пространстве так и во времени (одновременное и последовательное)	- движения всех звеньев тела, еще требуют согласования как в пространстве так и во времени (одновременное и последовательное)	- движения всех звеньев тела не согласованы как в пространстве так и во времени (одновременное и последовательное)
Двигательная память (согласованность движений звеньев тела в пространстве и во времени: точность, ловкость движений,	- оценивается правильное и точное исполнение	- испытывает некоторые затруднения в исполнении	- испытывает сложности в

<p>координация рук и ног при выполнении упражнений в ходьбе, общеразвивающих и танцевальных движениях; правильное сочетание движений рук и ног при ходьбе, а также и в других общеразвивающих видах движений).</p>	<p>ритмических композиций.</p>	<p>ритмических композиций.</p>	<p>исполнение ритмических композиций .</p>
<p>Гибкость, пластичность (Гибкость тела определяется величиной прогиба назад и вперёд и зависит от ряда слагаемых (подвижность суставов, главным образом тазобедренного, гибкости позвоночного столба, состояния мышц), следует обращать внимание на правильность прогиба в области верхних грудных и нижних поясничных позвонков. Пластичность - показатель пластичности тела. - мягкость, плавность и музыкальность движений рук, подвижность суставов, гибкость позвоночника.)</p>	<p>- корпус свободно наклоняется вперёд и назад не испытывает затруднений в выполнении тестовых упражнений</p>	<p>- корпус наклоняется вперёд и назад, испытывая затруднения в выполнении тестовых упражнений</p>	<p>- корпус с усилием наклоняется вперёд и назад в выполнении тестовых упражнений</p>