



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

«Специфика преподавания ритмики в начальных классах
хореографического отделения в детской школе искусств»

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:

85 % авторского текста

Работа рекомендована к защите
рекомендована/не рекомендована

« 10 » 01 2023г.

зав. кафедрой хореографии

Чурашов А.Г. Чурашов А.Г.

Выполнил (а):

Студент (ка) группы ЗФ-407-118-3-1

Хамидуллина Юлия Дмитриевна

Научный руководитель:

к.п.н., доцент кафедры хореографии

Юнусова Е.Б.
Юнусова Елена Борисовна

Челябинск
2023

Оглавление

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРЕПОДАВАНИЯ РИТМИКИ В НАЧАЛЬНЫХ КЛАССАХ ДЕТСКОЙ ШКОЛЫ ИСКУССТВ.....	8
1.1 Предмет «Ритмика и танец»: цели и задачи	8
1.2 Характеристика профессиональных требований к педагогу- хореографу в работе с детьми дошкольного и младшего школьного возраста	17
1.3 Особенности физиологического развития детей дошкольного и младшего школьного возраста.....	23
ГЛАВА 2. СПЕЦИФИКА ПОСТРОЕНИЯ И ПРОВЕДЕНИЯ УРОКОВ «РИТМИКА И ТАНЕЦ» В УСЛОВИЯХ ДЕТСКОЙ ШКОЛЫ ИСКУССТВ	43
2.1 Особенности преподавания в хореографических отделениях школы искусств	43
2.2 Методические особенности преподавания ритмики в начальных классах хореографического отделения в детской школе искусств.....	50
2.3 Анализ результатов исследования	70
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	85
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	89

ВВЕДЕНИЕ

В современном мире всестороннему развитию детей уделяется большое внимание общества. Хореографическое искусство всегда привлекало внимание детей и в свою очередь их родителей, и особенно в последнее время приобрело широкое распространение среди дошкольных учреждений, школ дополнительного образования, школ искусств и общеобразовательных школ. Хореографические отделения в таких учреждениях показали себя как представители перспективной формы воспитания детей.

В системе образования особое место занимает начальная ступень обучения, ведь именно в ней закладывается фундамент не только для будущих знаний и навыков, но и фундамент для развития личности в целом. Известно, что на детский организм в хореографических школах падает колоссальная физическая нагрузка. Особенно на начальном этапе обучения от маленького человека требуется самоотдача и самораскрытие. И от того, как мы подготовим будущего танцора к этим физическим и психологическим перегрузкам, как сформируем его организм во всём его комплексе, во многом зависит его успешное обучение в средних и старших классах.

Ритмика является важной дисциплиной в эстетическом цикле дополнительного образования. Поскольку происходит формирование знаний в области хореографической культуры, развитие творческих способностей обучающихся. Ритмика предусматривает знакомство с элементами музыкальной грамоты, развитие ориентации и «мышечного чувства», формирование художественно-творческих способностей. В «век гиподинамии» ритмика является дополнительным резервом двигательной активности детей, источником их здоровья, радости, повышения работоспособности, разрядки умственного и психического напряжения, а,

следовательно, одним из условий их успешной подготовки к учебной и трудовой деятельности [61].

Детям дошкольного и младшего школьного возраста необходимы именно занятия ритмикой, поскольку она развивает музыкальный слух, художественный вкус, творческие способности в области танцев и актерского мастерства.

Обратимся к понятию ритмика. Ритмика в переводе с греческого (rhythmos) означает порядок движения. Ритмика – специальный предмет, музыкально-педагогическая дисциплина, которая имеет целью активизировать музыкальное восприятие детей через движение. Движение как реакция на прослушанное, как творческое отображение музыки в действии свойственно детям любого возраста. Занимаясь ритмикой, дети активно участвуют в передаче характера музыки, её темпа, динамики, ритма, формы. Они подвижны, эмоциональны, восприимчивы к музыке и многие понятия по музыкальной грамоте ими легче усваиваются через движение.

Танец находится в неразрывной связи с музыкальным сопровождением, поэтому основой любого танца является умение слышать музыку, исполнять танцевальные движения в соответствии с характером, темпом, ритмом музыкальной композиции.

Танцевальное искусство, безусловно, активно развивается по всему миру и в нашей стране. Повсеместно образуются танцевальные коллективы как профессиональные, так и любительские. Отдельного внимания заслуживают детские танцевальные коллективы, поскольку большая часть действующих танцевальных коллективов состоит именно из детей.

В связи с этим актуально исследование методов работы с детьми. Особенно, на наш взгляд, с детьми дошкольного и младшего школьного возраста, это связано с тем, что дошкольники и младшие школьники подвижны и энергичны от природы, а потому особенно нуждаются в занятиях ритмикой и танцем. Однако в силу своих возрастных

особенностей, они менее трудолюбивы, чем дети среднего и старшего возраста, менее собраны, менее сосредоточены и настойчивы, невнимательны и легко отвлекаются.

Это приводит к тому, что воспитательный процесс теряет свою результативность, и обучение занимает более длительный период времени. Поэтому важно знать и учитывать специфику работы с детьми, чтобы не только получать максимальный результат от занятий, но и меньше утомлять учеников, способствовать укреплению их здоровья. Педагог, учитывающий специфику дошкольного и младшего школьного возраста, поможет детям, занимающимся танцем, познать красоту и силу своего тела, развиваться физически.

В современной России государство уделяет особую роль эстетическому, духовному и культурному воспитанию детей. В соответствии с указом Президента РФ был утвержден национальный проект «Наша новая школа», в одном из ключевых направлений – развитие системы поддержки талантливых детей, указано на требование развития практики дополнительного образования в системе общего образования; в другом направлении – сохранение и укрепление здоровья школьников.

Государственная политика в нашей стране ставит перед образовательными учреждениями задачу введения новых технологий и методик обучения, обеспечивающих формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью и здоровому образу жизни школьников.

Одним из средств развития и формирования этих навыков у детей выступают занятия ритмикой и танцами. Предмет «Ритмика и танец» способствует не только развитию творческих способностей, но и позволяет формировать навыки здорового образа жизни ребенка. Учитывая положения вышеназванной реформы системы общего образования, необходимо в педагогической практике активнее использовать воспитательные резервы танцевального искусства для эстетического и физического развития детей.

Таким образом, актуальность нашего исследования заключается в выявлении специфики преподавания ритмики в начальных классах хореографического отделения в детской школе искусств в современных условиях с учетом психофизиологического развития детей.

Теоретической и методологической основой нашей работы послужили социологические и педагогические исследования, статьи, публикации.

Вопросами, касающимися ритмики (ритмической гимнастики), занимались такие ученые, как: Жорж Демени, Жан-Жак Далькроз, Г.А. Дюпперон и др. Развивали систему музыкально-ритмического обучения в нашей стране в начале XX века С.В. Волконский, В.А. Гринер, Н.В. Романова, Н.Г. Александрова и др. В 60-е годы – Е.В. Конорова, И.В. Заводина, И.В. Лифиц, Е.Л. Кузьминова. В наше время это Т.П. Мануйлова, С.Б. Шарманова, Н.В. Денисенко, Ю.П. Денисенко и др.

Методические пособия проведения уроков ритмики и танца, применяемые на практике, разрабатывались такими педагогами, как: И.Э. Бриске, И.В. Лифиц, Н.И. Шарова и др.

Цель исследования заключается в изучении методик проведения занятий по ритмике и танцу в начальных классах хореографического отделения в детской школе искусств.

Задачи исследования:

- изучить психолого-педагогическую и методическую литературу по теме исследования;
- выявить существующие противоречия;
- обосновать особенности профессиональных требований к педагогу-хореографу в работе с дошкольниками и младшими школьниками;
- рассмотреть особенности физиологического и психологического развития детей дошкольного и младшего школьного возраста;
- описать особенности преподавания в хореографических отделениях школы искусств;

- изучить методические особенности преподавания ритмики в начальных классах хореографического отделения в детской школе искусств;
- проанализировать результаты исследования.

Объектом исследования является урок ритмики в начальных классах хореографического отделения в детской школе искусств.

Предметом исследования являются организационно-педагогические условия подготовки и проведения урока ритмики и танца.

Гипотезой нашего исследования является предположение о том, что применение современных методик проведения занятий по ритмике положительно влияет на формирование общей культуры учащихся, а также способствует физическому, интеллектуальному и духовно-нравственному развитию детей.

Методы исследования. В соответствии с целями и задачами, поставленными в работе, были использованы следующие научные методы: изучение психолого-педагогической и методической литературы по исследуемой проблеме, изучение передового педагогического опыта в аспекте изучаемого вопроса, наблюдение, исследование, анализ.

Теоретическая новизна исследования заключается в обобщении теоретических знаний по методике проведения урока ритмики и танца для обучающихся начальных классов хореографического отделения детской школы искусств.

Практическая значимость исследования заключается в выявлении методических аспектов преподавания ритмики в начальных классах хореографического отделения в детской школе искусств.

Структура выпускной квалификационной работы включает в себя введение, две главы, заключение, список использованных источников.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРЕПОДАВАНИЯ РИТМИКИ В НАЧАЛЬНЫХ КЛАССАХ ДЕТСКОЙ ШКОЛЫ ИСКУССТВ

1.1 Предмет «Ритмика и танец»: цели и задачи

Предмет «Ритмика и танец» – органическое соединение движений и музыки, с применением элементов игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые раскрепощают ребенка. Танец учит детей красоте и выразительности движений, формирует их фигуру, развивает физическую силу, выносливость, смелость. Работа в группе воспитывает чувство ответственности, создает ощущение важности для коллектива и умения работать в нем. На наш взгляд ритмика является первостепенной в этом предмете, а танец неотъемлемым элементом.

Ритмика – это музыкально-педагогическая дисциплина, в основе которой лежат идеи выдающегося швейцарского музыканта-педагога, композитора, пианиста и дирижера, профессора Женевской консерватории Эмиля Жака-Далькроза (1865-1950), получившие широкое распространение в начале XX века. Назначение своей системы Далькроз сформулировал так: «Цель ритмики – подвести ее последователей к тому, чтобы они могли сказать к концу своих занятий – не столько «Я знаю», сколько «Я ощущаю», и, прежде всего, создавать у них неопределимое желание выразить себя, что можно делать после развития их эмоциональных способностей и их творческого воображения» [66].

Жак-Далькроз создал систему приобщения учеников к музыке путем передачи ее динамики, эмоционального характера и образного содержания посредством пластических движений под музыку, а также разработал систему тренировок, содействующих выработке абсолютного слуха, способности к музыкальной импровизации. Жак-Далькроз стремился развить и усовершенствовать нервную систему и мускульный аппарат своих учеников для приобретения ими чувства музыкально-пластического ритма.

Согласно его теории, музыкальный ритм должен быть не объяснен и усвоен, а «телесно пережит», претворён в движении [47].

Преподавая в Женевской консерватории по классу теории музыки, сольфеджио и гармонии, Далькроз наблюдал, что некоторые ученики, обладая хорошим музыкальным слухом, страдают неритмичностью. Он стал искать новые пути в музыкальной педагогике, чтобы эффективнее развивать чувство ритма, «культивировать ритмическое чувство само по себе».

Понимая, что ритм музыки теснейшим образом связан с моторикой, мышечной реактивностью человека, Далькроз попытался перевести музыкальный ритм в движение человеческого тела.

Работа над созданием и оформлением метода ритмического воспитания относится к 1900-1912 гг.; складывающаяся система быстро приобрела популярность во всем мире.

Основатель нового учебного метода Эмиль Жак-Далькроз (настоящая фамилия Жак, Далькроз – псевдоним) родился в Вене в 1865 г. Его дед прекрасно играл на скрипке, дядя был пианистом, поэтому с самого детства Далькроз был окружен музыкой. С 6 лет начинается его обучение музыке и уже через год он сочиняет свое первое произведение – марш. В 1875 г. вся семья переезжает в Женеву. С 12 лет одаренный ребенок становится учеником Женевской консерватории, а в 16 лет его принимают в члены Общества любителей художественной литературы, он пишет стихи, начинает сочинять песни, являясь автором не только текстов, но и музыки. Жак-Далькроз увлекался и театром, посещал театральные курсы и даже один сезон в качестве актера Лозаннского театра совершал турне по Франции.

В 1888 году молодой музыкант был приглашен в Алжир вторым дирижером оркестра на один сезон. Там он знакомится со своеобразной африканской музыкой, с ее сложными ритмическими комбинациями.

Закончив Парижскую и Венскую консерватории и получив музыкальное образование, с 1892 года Жак-Далькроз становится профессором Женевской консерватории. В процессе своей преподавательской деятельности, он обнаруживает, что многие ученики затрудняются в передаче временных делений – то есть ритма при написании музыкальных диктантов или использовании произведений. Тогда Далькроз предложил своим воспитанникам выполнить несложные движения (использовать дирижерский жест, отбить рукой или прохлопать ритмический рисунок, пройти его шагами или проделать простые движения всем телом и т.д.), чтобы физически прочувствовать ритм. Эффект превзошел все ожидания: даже самые неспособные ученики быстро продвинулись в развитии чувства ритма. Именно сольфеджио навело Далькроза на мысль о воплощении музыкальных впечатлений в движении. Это и было началом системы, названной впоследствии ритмической гимнастикой, позднее – ритмикой.

Далькрозу понадобилось приложить огромные усилия, чтобы доказать правоту своего метода, отстаивать его и добиваться признания. Он снимает помещение, в котором начинает проводить специальный курс ритмической гимнастики, и только в 1905 г. ему разрешают официально заниматься ритмикой в стенах Женевской консерватории.

Далькроз считает необходимым раннее музыкальное развитие детей и их общее эстетическое воспитание. Он особенно подчеркивал значение ритмики для детей, так как движение является биологической потребностью их организма.

1907-1908 гг. Далькроз проводит широкую демонстрацию своего метода в Швейцарии, затем Австрии, Германии, Голландии, Англии, Франции и других стран и всюду ему сопутствует огромный успех. В 1912 г. он побывал со своими учениками и в России.

В 1909 году в Германии состоялась встреча Далькроза с Вольфом Дорном – умелым предпринимателем и поклонником разных видов

искусств, который обязался изыскать средства для строительства Института музыки и ритма в маленьком рабочем поселке Хеллерау под Дрезденом. Уже в апреле 1911 года в великолепно выстроенном здании состоялось открытие института, где начали свое обучение студенты из многих стран.

В Институте музыки и ритма занимались не только взрослые, но и дети местных мастеров-деревообделочников. Музыкальное развитие учащихся продвигалось быстрыми темпами, они не испытывали утомления: сложные ритмические задания сменялись ритмизированными играми с мячами, лентами, серсо. В старших группах стали вводиться пластические этюды, предназначенные для передачи в движении эмоционально-образного содержания музыки. Взрослым преподавалась ритмика, художественная гимнастика (пластика), танец, сольфеджио, гармония, обучение игре на фортепиано, импровизация, хоровое пение, анатомия и физиология.

Из-за начала Первой мировой войны в 1914 году институт музыки и ритма закрывают и Далькроз был вынужден уехать из Германии в Женеву (Швейцария была нейтральной страной) и через год Далькроз открывает новый институт музыки и ритма «Институт Жак-Далькроза», которым он руководил до последних дней своей жизни, даже будучи тяжело больным (умер в Женеве в 1950 году).

Институт в Хелерау посетила целая плеяда русских музыкальных деятелей: Н.Г. Александрова, В.А. Гринер, Н.В. Романова, Н.С. Самойленко, М.А. Руммер, А.Н. Александров, Н.Н. Баженов и, конечно, С.М. Волконский, большой поклонник ритмики, энергичный и деятельный человек, которого связывали с Далькрозом и общее увлечение, и большая дружба. Русские выпускники Института, получившие дипломы с правом преподавания ритмики по методу Далькроза, основали затем свои коллективы и студии в России [58].

Далькроз высоко ценил своих русских учеников, возлагая особые надежды на курсы ритмики, открытые в Петербурге и Москве. Он писал:

«Мы знаем, что среди всех, вне Хеллерау учрежденных курсов метода Жака-Далькроза, никогда не было проявлено большего увлечения и высказано более глубоко понимания внутренней стороны ритмической гимнастики, чем вас. Вот почему, полные ожидания, взираем мы на вас, на то новое, что вы внесете в ритмическое воспитание» [14].

В Петербурге до 1914 года С.М. Волконский основал и проводил курсы по ритмике, в 1916 году была создана частая школа, на основе которой в 1919 году открыли Институт Ритма. В Москве на базе школы Н.Г. Александровой в 1919 году был создан Ритмический Институт, в котором состоялось три выпуска педагогов-ритмистов. Однако, в скором времени учебные заведения закрывают (в Петербурге в 1922 году, а в Москве в 1924 году) и систематическая подготовка педагогов-ритмистов прекратилась.

В 1925 году последователями Далькроза была основана Московская Ассоциация Ритмистов (МАР), члены которой стали преподавать ритмику в различных учебных заведениях и этот предмет стал развиваться в различных направлениях. Таким образом, метод Далькроза не только передавался, но и развивался в России.

Последователи системы Далькроза в нашей стране опубликовали методические пособия по ритмике с подбором музыки, упражнений, танцев и комплексов ритмической гимнастики. Эти пособия являются золотым запасом педагогов-ритмистов России. Со времени ликвидации Институтов Ритмики и Ассоциации Ритмистов до настоящего времени у нас нет специального учебного учреждения по подготовке ритмистов. Этот предмет передается как бы из рук в руки благодаря усилиям учеников тех великих учителей, которые учились непосредственно у Эмиля-Жака Далькроза [58].

И действительно, надежды Далькроза оправдались, в нашей стране была создана отечественная система музыкально-ритмического воспитания, основоположниками которой стали Н.Г. Александрова, В.А. Гринер, М.А. Румер, Е.В. Конорова, Н.П. Збруева, В.Е. Яновская, В.А. Шукшина, их ученики и последователи. Рассматривая Ритмику как часть общего

эстетического воспитания, российские ритмисты придали ей определенную целенаправленность, разработали специализированную методику преподавания в различных учебных заведениях.

Каждое направление ритмики имеет свою специфику и в то же время их объединяет единая цель – активизация музыкального восприятия через движение. Двигаться, как подсказывает музыка, идти от музыки к движению, творчески отображая музыкальные впечатления, – вот основной девиз любого ритмического занятия.

Ритмика – один из видов музыкальной деятельности, в котором содержание музыки, ее характер, образы передаются в движениях. Основой является музыка, а разнообразные физические упражнения, танцы, сюжетно-образные движения используются как средства более глубокого ее восприятия и понимания.

Основными задачами ритмики являются:

- воспитание важнейших психофизических качеств, двигательного аппарата в сочетании с моральными и волевыми качествами личности – силы, выносливости, ловкости, быстроты, координации;
- развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности;
- формирование правильной осанки;
- развитие творческих способностей;
- развитие темпо-ритмической памяти учащихся [80].

К занятиям ритмикой рекомендуется приступать с самого раннего возраста. Дети подвижны, они ярче и эмоциональнее воспринимают музыку через движение, она пробуждает у них светлые и радостные чувства. Ребенок получает огромное удовлетворение от свободных и легких движений, от сочетания музыки с пластикой тела, у него повышается жизненный тонус.

Вот как об этом писала основоположница советской ритмики Н.Г. Александрова: «Откуда берется это чувство красоты, не оставляющее

ребенка во время его занятий по ритмике? Очевидно, от музыки, от внутреннего чувства гармонии, возбуждаемым этим уроком. Кто знает, быть может, занятия ритмикой, полные бодрости, радости, чувства гармонии, излучаемого музыкой, наложат отпечаток на развитие личности этих детей и возродят в них чувство гармонического согласия со всеми функциями их организма?» [12].

Занятия ритмикой помогают усвоить основные музыкально-теоретические понятия, развивают музыкальный слух и память, чувство ритма, активизируют восприятие музыки. В процессе работы над движениями, связанными с музыкой, формируется художественный вкус детей, развиваются их творческие способности, чувство прекрасного. Вместе с тем, ритмические упражнения служат и задачам физического воспитания. Они совершенствуют двигательные навыки, вырабатывают умение владеть своим телом, укрепляют мышцы, благотворно воздействуют на работу органов дыхания, кровообращения.

Музыкально-ритмические занятия имеют также педагогическое значение. Выполнение учащимися групповых упражнений под музыку требует единых усилий, сознательности и активности, творческого отношения к делу, способствует формированию коллективных качеств личности. Занятия ритмикой повышает настроение учащихся. Положительные эмоции вызывают стремление выполнять движения энергичнее, что усиливает их воздействие на организм, способствует повышению работоспособности, а также оздоровлению и активному отдыху.

Музыка, как самое эмоциональное из искусств, близка впечатлительной натуре ребенка, и в этом заключается сила ее воспитательного воздействия. Под влиянием музыки развивается художественное восприятие ребенка, богаче становятся переживания. Нет детей абсолютно равнодушных к музыке. С раннего детства ребенок движениями выражает свои чувства, рожденные музыкой (ритмично

прихлопывает, приплясывает). Играя и танцуя, ребенок упражняется в движении, осваивает его.

Движение помогает полнее воспринимать музыкальное произведение, которое в свою очередь придает движению особую выразительность. Следовательно, творческая активность детей развивается постепенно путем целенаправленного обучения, расширения музыкального опыта, активизации чувств воображения и мышления.

Доказано учеными, что занятия движениями под музыку тренирует мозг, подвижность нервных процессов. В то же время движения под музыку являются для ребенка одним из самых привлекательных видов деятельности, игрой, возможностью выразить свои эмоции, проявить свою энергию [12].

Музыкально-ритмическая деятельность детей имеет три взаимосвязанных направления.

Первое обеспечивает музыкальное развитие и включает развитие музыкального слуха, формирование умений подчинять движения музыке, усвоение музыкальных знаний.

Второе дает правильные двигательные навыки: ходьбы (маршевая, бодрая, спортивная, торжественная, спокойная, плавная, пружинистая); шага (высокий, на носках, мягкий, широкий, острый, пружинистый, переменный, дробный, хороводный); поскоков (легкие, энергичные); кружения на носках, сочетания поскока с пружинящим шагом; движения рук (мягкие, энергичные); хлопков (в ладоши – тихо, громко, с размаха, держа руки близко одна от другой, скользящие «тарелками»); построения и перестроения; движения с предметами (с мячом, ленточками, флажками); элементов танца (русского – хороводный, дробный, переменный шаг, шаг с притопом, полуприсядка, припадание, «ковырялочка»; украинского – «голубец», припадание боковое, кружение; белорусского – основной ход танцев «Лявониха», «Крыжачок», движение польки в танцах «Бульба» и

«Янка»; бального – боковой галоп, шаг польки, вальсообразные движения, элементы характерного современного детского бального танца).

Третье направление обеспечивает формирование умения управлять движениями тела: быстро и точно останавливаться, менять движение и т.д. [12].

Ритмика решает важные задачи:

– укрепляет психическое и физическое здоровье в условиях школьного обучения (формирование правильной осанки, походки, снижение психологического напряжения средствами релаксации под музыку в процессе движения и т.д.);

– поддерживает и развивает увлечение занятиями хореографией;

– развивает художественно-творческие способности [14].

Занятия ритмикой призваны привить любому ребенку интерес к движению под музыку. Урок ритмики должен приносить детям радость общения с музыкой, товарищами, учителем. Поддержать этот интерес можно только в атмосфере доброжелательности и хорошего настроения. Разглядеть в ребенке его природные данные, подобрать к нему «свой» ключик, чтобы добиться наибольшей точности при выполнении движений – вот к чему должен стремиться педагог на занятии ритмикой.

Таким образом, ритмика и танец – это синтетический предмет, в основе которого лежит музыка, а движения выражают музыкальный образ [10].

Швейцарский музыкант-педагог Эмиль Жак-Далькроз создал систему ритмического воспитания, которая основывается на активизации музыкального воспитания через движение, т.е. движения помогают в понимании музыки. Метод Далькроза имел большой успех и много последователей, в том числе и в России. Систему ритмического воспитания в нашей стране практиковали ученики Эмиля Жака-Далькроза: С.М. Волконский, Н.Г. Александрова, В.А. Гринер и многие другие. С 20-х годов XX века начали создаваться частные школы по ритмике, а затем институты

и ассоциации, постоянно проводились различные курсы по обучению ритмическому воспитанию, издавались методические пособия. Проводилось обширное внедрение предмета ритмики в различные области жизни. К сожалению, учебные заведения, проводившие подготовку профессиональных педагогов-ритмистов, были закрыты еще в советское время [58].

Занятия ритмикой очень полезны для детей, они развивают их творческие способности, формируют художественный вкус детей, способствуют физическому воспитанию и формированию коллективных качеств личности.

1.2 Характеристика профессиональных требований к педагогу-хореографу в работе с детьми дошкольного и младшего школьного возраста

Работа руководителя хореографического коллектива, преподавателя складывается из двух взаимосвязанных и вместе с тем вполне самостоятельных сторон. Каждая из сторон представлена своим предметом.

Одну сторону его профессиональной деятельности характеризует организационно-творческая работа с хореографическим коллективом, другую сторону – педагогическая работа с воспитанниками. У каждой проблемы свой объект рассмотрения, своя группа изучаемых вопросов. Организационно-творческая работа с хореографическим коллективом знакомит с комплексом организационных вопросов, в частности, с методами набора участников, с приемами планирования работы, с методикой проведения занятий в различных типах любительских и профессиональных коллективов, с организацией постановочной, исполнительской, концертной и другими общественно значимыми аспектами деятельности хореографического коллектива [73].

Для эффективной работы с детьми требуются определенные профессиональные качества педагога-хореографа. Наличие

профессионально-значимых качеств позволяет педагогу эффективно управлять педагогическим процессом, в нужное время вносить необходимые коррективы, направленные на его совершенствование.

Хореография как форма обучения имеет достаточно сложную специфику – педагог-хореограф должен совместить задачи эстетического обучения и нравственного воспитания детей с балетмейстерской работой.

От общей культуры и знаний педагога во многом зависит мировоззрение, моральный и эстетический принципы его учеников: все хорошее, как и все плохое, что есть в преподавателе, переходит к ним. Педагог танца, как и всякий другой воспитатель, обязан служить примером для своих учеников. Он должен понимать, что одна из главных задач в работе с детьми состоит в воспитании достойных граждан нашей страны, для которых устойчивый моральный облик является основой их жизни и деятельности.

Отметим профессиональные черты педагога-хореографа:

- специальные профессиональные знания в области хореографии, знание танцевальных и методических основ хореографического искусства;
- владение профессиональными компетенциями в следующих видах деятельности: постановочной и репетиционной, исполнительской, педагогической организационно-руководящей и исследовательской;
- знание психологии людей всех возрастов, т.к. общаться приходится с различными возрастными группами людей;
- знание педагогической науки, различных методов организации учебно-образовательного процесса;
- владение музыкальной грамотой;
- умение делать постановки, связанные с реальностью, воплощать в них добро и мир;
- умение составлять рабочий план занятий, репетиций;

– общая эрудированность и широкие познания во многих областях. Необходимый уровень общей культуры, моральные и эстетические принципы;

– самообразование и самосовершенствование. Совершенствование знаний и педагогического мастерства [73].

Помимо профессиональных качеств большое влияние на эффективность педагогической деятельности учителя оказывают качества его личности.

Перечислим личностные качества, необходимые педагогу-хореографу:

- доброта в сочетании с требовательностью;
- любовь к детям;
- коммуникабельность;
- стрессоустойчивость;
- терпимость;
- умение заинтересовать, заразить любовью к делу;
- внимательность [77].

В настоящее время педагогическое образование направлено на формирование в ходе обучения профессиональной компетенции будущего педагога-хореографа.

Профессиональная компетентность – это совокупность профессиональных и личностных качеств, необходимых для успешной педагогической деятельности [18].

Компетентность современного специалиста-хореографа предполагает наличие у него знаний о закономерностях психических процессов (восприятия, внимания, памяти, мышления и т.д.), возрастных особенностях физического развития. Для правильного регулирования эмоционально-физических нагрузок, становления двигательных навыков необходимы знания о строении и функциях моторного аппарата, сердечно-сосудистой системы. Иными словами: процесс воспитания детей средствами

хореографии предполагает как специальные знания и умения, так и знания возрастной педагогики, психологии, анатомии, физиологии.

Необходимые педагогические способности руководителя детского хореографического коллектива:

- 1) коммуникативные – способность к общению, сотрудничеству;
- 2) дидактические – способность объяснять, показывать, обучать;
- 3) организаторские – способность вызвать стойкий интерес у учащихся к танцевальному искусству, объединить их в единый коллектив с общими целями и задачами;
- 4) конструктивные – способность к выбору репертуара, к разработке концертной деятельности;
- 5) прогностические – способность осуществлять педагогическое предвидение;
- 6) гностические – способность к познанию специфики работы в хореографическом коллективе, готовность к постоянному самообразованию;
- 7) перцептивные – способность проникать во внутренний мир учащегося, понимать его состояние;
- 8) креативные – способность к творчеству;
- 9) экспрессивные – способность к эмоциональной заразительности, яркости проявления эмоций, владение интонационной палитрой речи и свободным, пластичным техническим аппаратом [18].

Руководство детским хореографическим коллективом является сложным процессом, потому что руководитель должен уметь направить обучающихся в нужное русло, обеспечить для детей возможности духовного, интеллектуального и физического развития.

Педагогам-хореографам, начинающим педагогическую карьеру, приходится включаться в новые для себя виды деятельности, работать в новых условиях, использовать новые средства [27].

Современный педагог-хореограф – это, прежде всего, профессионал,

обладающий высокими нравственными качествами, проявляющий заботу и внимание к детям. Высокие нравственные качества педагог-хореограф выработает у себя, если будет следовать моральным принципам, на их основе строить свои взаимоотношения с учащимися и с коллегами. Высоконравственный педагог-хореограф всегда может со спокойной совестью предъявлять учащимся высокие требования в области нравственного поведения и своим образом жизни, своими поступками закреплять эти требования в их сознании и поведении [23].

Ю.К. Бабанский, В.А. Слостёнин, И.Ф. Исаев и другие исследователи учебного и воспитательного процесса отмечают важность учета закономерности соответствия содержания, форм и методов педагогического процесса возрастным особенностям и возможностям воспитанников [67].

Всестороннее гармоничное развитие личности является одной из целей воспитания, поэтому педагогу в своей работе необходимо учитывать возрастные и индивидуальные особенности детей и использовать соответствующие формы, методы и средства воспитания.

Согласно исследованиям Советского артиста балета, балетного педагога Н.И. Тарасова, педагог-хореограф должен выбирать наиболее эффективные методы и формы организации учебного процесса, формулировать и решать педагогические задачи, учитывая уровень танцевальной подготовки учащихся, выбирать оптимальные физические нагрузки на организм ученика, способствовать творческому проявлению танцевальных способностей ученика, побуждать его к самосовершенствованию и росту исполнительского мастерства [71].

Хореографическое занятие представляет собой отрезок учебного процесса или времени, который может быть организован в хореографическом классе, где в течение 40-45 минут происходит изучение музыкально-ритмического материала, тренировочных вспомогательных упражнений, элементов хореографической азбуки, закрепление

музыкально-ритмического материала в игре, музыкально-танцевальные импровизации и т.п.

Общие требования к занятию (уроку):

- использование новейших научных достижений и проведение занятия на основе психолого-дидактических закономерностей обучения и воспитания;
- построение занятия на дидактических принципах;
- создание условий для полноценной познавательной деятельности детей;
- установление межпредметных связей;
- преемственность ранее изученного с новым материалом;
- связь изучаемого материала с жизнью;
- дифференциация заданий для детей различных уровней подготовки;
- повышение мотивации к обучению [81].

Педагогу-хореографу следует строить урок так, чтобы добиться, возможно, большего разнообразия в чередовании и перемене упражнений. Это необходимо для того, чтобы учащиеся не приучались механически выполнять движения, а работали в состоянии сосредоточенного внимания. Кроме того, такой урок не будет однообразным и скучным.

Время на различные упражнения должно быть по возможности распределено равномерно блоками по 10-15 минут. Учитывая это, каждый педагог-хореограф, руководствуясь своим опытом, рационально распределяет время урока.

Главной задачей педагога является создание эмоционального настроения, атмосферы творчества, увлеченности, заинтересованности у детей во время занятий. Для этого с целью достижения лучших результатов в технике исполнения вносятся в процесс работы элемент состязательности, включают в уроки упражнения, развивающие актерские данные, подвижные музыкальные игры [81].

Таким образом, педагог-хореограф должен обладать совокупностью профессиональных и личностных качеств, которые формируют его профессиональную компетентность. Важным фактором в педагогической работе является учет возрастных особенностей психики и физического развития, а также индивидуальных особенностей детей.

1.3 Особенности физиологического развития детей дошкольного и младшего школьного возраста

Для эффективной организации творческой деятельности танцевального коллектива педагогу-хореографу необходимо знать потребности и социальные задачи детей каждого возраста, особенности их физического и психического возрастного развития, уровень имеющихся у детей знаний, умений, социального опыта, в том числе опыт работы в группе, в паре. Необходимо знать основные формы проявления активности детей и ведущий вид их деятельности, наиболее значимые отношения со взрослыми, сверстниками, которые возникают у детей в процессе взаимодействия с ними.

При планировании учебно-воспитательной работы в хореографическом коллективе педагогу-хореографу следует учитывать, в первую очередь, возраст участников, т.к. именно возраст детей определяет все методы, методики, формы, подходы творческой деятельности руководителя коллектива. Репертуар непосредственно напрямую зависит от возрастной категории коллектива, его состава, возможностей и уровня подготовки, т.к. все постановки в полной мере должны соответствовать техническим, художественным и исполнительским возможностям участников коллектива.

Одинаковых детей не существует, даже близнецы сильно отличаются друг от друга. У каждого индивидуальные свойства психики, способности и интересы. Однако в жизни каждого ребенка есть периоды, в которых самой физиологией созданы максимально оптимальные условия и возможности

для развития у ребенка определенных свойств психики, восприимчивости к приобретению определенных знаний и умений. Эти периоды называются сенситивными.

Раньше всего у ребенка начинают проявляться хореографические способности, способности к движениям под музыку. В первые два года жизни основное, на что необходимо обращать внимание педагогам и родителям – это развитие психомоторики. Однако занятия хореографией дети часто начинают только в 4-5 лет, когда сенситивный период упущен. Занятия превращаются в формальное выполнение достаточно сложных движений, редко отличающихся той гибкостью и пластичностью, которая доступна младенцу.

Характеризуя каждый из возрастных периодов развития детей под углом зрения их духовно-нравственного становления, следует отметить ограниченность опыта реальных общественных отношений у дошкольников и младших школьников. Этим и объясняется их огромная тяга к накоплению впечатлений, стремление сориентироваться в жизни и утвердить себя. Дошкольники и младшие школьники способны оценить и ценят нравственные качества в другом человеке, особенно доброту, заботливость, внимание и интерес к себе. Они оценивают эти качества утилитарно-практически, а человеческую красоту видят во внешних, привлекательных, непосредственно созерцаемых формах одежды, приемах поведения и поступках [52].

4-5-летними детьми социальные нормы и правила поведения все еще не осознаются, однако у них уже начинают складываться обобщенные представления о том, «как надо (не надо) себя вести». Поэтому дети обращаются к сверстнику, когда он не придерживается норм и правил со словами «так не поступают», «так нельзя» и т.п. Как правило, к 5 годам дети без напоминания взрослого здороваются и прощаются, говорят «спасибо» и «пожалуйста», не перебивают взрослого, вежливо обращаются к нему.

Кроме того, они могут по собственной инициативе убирать игрушки, выполнять простые трудовые обязанности, доводить дело до конца [2].

Тем не менее, следование таким правилам часто бывает неустойчивым – дети легко отвлекаются на то, что им более интересно, а бывает, что ребенок «хорошо себя ведет» только в отношении наиболее значимых для него людей. В этом возрасте у детей появляются представления о том, как «положено» вести себя девочкам, и как – мальчикам. Дети хорошо выделяют несоответствие нормам и правилам не только поведение другого, но и своего собственного и эмоционально его переживают, что повышает их возможности регулировать поведение. Таким образом, поведение 4-5-летнего ребенка не столь импульсивно и непосредственно, как в 3-4 года, хотя в некоторых ситуациях ребенку все еще требуется напоминание взрослого или сверстников о необходимости придерживаться тех или иных норм и правил. Для этого возраста характерно появление групповых традиций: кто где сидит, последовательность игр, как поздравляют друг друга с днем рождения, элементы группового жаргона и т.п.).

К четырем годам основные трудности в поведении и общении ребенка с окружающими, которые были связаны с кризисом трех лет (упрямство, строптивость, конфликтность и др.), постепенно уходят в прошлое, и любознательный малыш активно осваивает окружающий его мир предметов и вещей, мир человеческих отношений. Лучше всего это удается детям в игре. Дети 4-5 лет продолжают проигрывать действия с предметами, но теперь внешняя последовательность этих действий уже соответствуют реальной действительности: ребенок сначала режет хлеб, и только потом ставит его на стол перед куклами (в раннем возрасте и в самом начале дошкольного последовательность действий не имела для игры такого значения). В игре ребята называют свои роли, понимают условность принятых ролей. Происходит разделение игровых и реальных взаимодействий. В процессе игры роли могут меняться.

Развивается моторика дошкольников. Так, в 4-5 лет ребята умеют перешагивать через рейки гимнастической лестницы, горизонтально расположенной на опорах (на высоте 20 см от пола), руки на поясе. Подбрасывают мяч вверх и ловят его двумя руками (не менее 3-4 раз подряд в удобном для ребенка темпе). Нанизывают бусины средней величины (или пуговицы) на толстую леску (или тонкий шнурок с жестким наконечником). Ребенок способен активно и осознанно усваивать разучиваемые движения, их элементы, что позволяет ему расширять и обогащать репертуар уже освоенных основных движений более сложными.

В среднем дошкольном возрасте связь мышления и действий сохраняется, но уже не является такой непосредственной как раньше. Во многих случаях не требуется практического манипулирования с объектом, но во всех случаях ребенку необходимо отчетливо воспринимать и наглядно представлять этот объект. Мышление детей 4-5 лет протекает в форме наглядных образов, следуя за восприятием. Например, дети могут понять, что такое план комнаты. Если ребенку предложить план части групповой комнаты, то он поймет, что на нем изображено. При этом возможна небольшая помощь взрослого, например, объяснение того, как обозначают окна и двери на плане. С помощью схематического изображения групповой комнаты дети могут найти спрятанную игрушку (по отметке на плане) [48].

К 5 годам внимание становится все более устойчивым в отличие от трехлетнего малыша (если он пошел за мячом, то уже не будет отвлекаться на другие интересные предметы). Важным показателем развития внимания является то, что к 5 годам в деятельности ребенка появляется действие по правилу – первый необходимый элемент произвольного внимания. Именно в этом возрасте дети начинают активно играть в игры с правилами: настольные (лото, детское домино) и подвижные (прятки, салочки).

В дошкольном возрасте интенсивно развивается память ребенка. В 5 лет ребенок может запомнить уже 5-6 предметов (из 10-15), изображенных на предъявляемых ему картинках.

В этом возрасте происходит развитие инициативности и самостоятельности ребенка в общении со взрослыми и сверстниками. Дети продолжают сотрудничать со взрослыми в практических делах (совместные игры, поручения), наряду с этим активно стремятся к интеллектуальному общению. Это проявляется в многочисленных вопросах (почему? зачем? для чего?), стремлении получить от взрослого новую информацию познавательного характера. Возможность устанавливать причинно-следственные связи отражается в детских ответах в форме сложноподчиненных предложений. У детей наблюдается потребность в уважении взрослых, их похвале, поэтому на замечания взрослых ребенок пятого года жизни реагирует повышенной обидчивостью. Общение со сверстниками по-прежнему тесно переплетено с другими видами детской деятельности (игрой, трудом, продуктивной деятельностью), однако уже отмечаются и ситуации «чистого общения».

В музыкально-художественной и продуктивной деятельности дети эмоционально откликаются на художественные произведения, произведения музыкального и изобразительного искусства, в которых с помощью образных средств переданы различные эмоциональные состояния людей, животных.

Начинают более целостно воспринимать сюжет музыкального произведения, понимать музыкальные образы. Активнее проявляется интерес к музыке, разным видам музыкальной деятельности. Обнаруживается разница в предпочтениях, связанных с музыкально-художественной деятельностью, у мальчиков и девочек. Дети не только эмоционально откликаются на звучание музыкального произведения, но и увлеченно говорят о нем (о характере музыкальных образов и повествования, средствах музыкальной выразительности), соотнося их с жизненным опытом. Музыкальная память позволяет детям запоминать, узнавать и даже называть любимые мелодии.

Развитию исполнительской деятельности способствует доминирование в данном возрасте продуктивной мотивации (спеть песню, станцевать танец, сыграть на детском музыкальном инструменте, воспроизвести простой ритмический рисунок.). Дети делают первые попытки творчества: создать танец, придумать игру в музыку, импровизировать несложные ритмы марша или плясовой. На формирование музыкального вкуса и интереса к музыкально-художественной деятельности в целом активно влияют установки взрослых [2].

Ребенок 5-6 лет стремится познать себя и другого человека как представителя общества (ближайшего социума), постепенно начинает осознавать связи и зависимости в социальном поведении и взаимоотношениях людей. В 5-6 лет дошкольники совершают положительный нравственный выбор (преимущественно в воображаемом плане).

Несмотря на то, что, как и в 4-5 лет, дети в большинстве случаев используют в речи слова-оценки «хороший» – «плохой», «добрый» – «злой», значительно чаще начинают употреблять и более точный словарь для обозначения моральных понятий – «вежливый», «честный», «заботливый» и др.

Качественные изменения в этом возрасте происходят в поведении дошкольников – формируется возможность саморегуляции, т.е. дети начинают предъявлять к себе те требования, которые раньше предъявлялись им взрослыми. Так, они могут, не отвлекаясь на более интересные дела, доводить до конца малопривлекательную работу (убирать игрушки, наводить порядок в комнате и т.п.). Это становится возможным благодаря осознанию детьми общепринятых норм и правил поведения и обязательности их выполнения. Ребенок эмоционально переживает не только оценку его поведения другими, но и соблюдение им самим норм и правил, соответствие его поведения своим морально-нравственным представлениям. Однако соблюдение норм (дружно играть, делиться

игрушками, контролировать агрессию и т.д.), как правило, в этом возрасте возможно лишь во взаимодействии с теми, кто наиболее симпатичен, с друзьями [52].

В возрасте от 5 до 6 лет происходят изменения в представлениях ребенка о себе. Эти представления начинают включать не только характеристики, которыми ребенок наделяет себя настоящего, в данный отрезок времени, но и качества, которыми он хотел бы или, наоборот, не хотел бы обладать в будущем. Эти представления пока существуют как образы реальных людей или сказочных персонажей («Я хочу быть таким, как Человек-Паук», «Я буду как принцесса» и т.д.). В них проявляются усваиваемые детьми этические нормы.

Существенные изменения происходят в этом возрасте в детской игре, а именно, в игровом взаимодействии, в котором существенное место начинает занимать совместное обсуждение правил игры. Дети часто пытаются контролировать действия друг друга – указывают, как должен вести себя тот или иной персонаж. В случаях возникновения конфликтов во время игры дети объясняют партнеру свои действия или критикуют их действия, ссылаясь на правила.

Вне игры общение детей становится менее ситуативными. Они охотно рассказывают о том, что с ними произошло: где были, что видели и т.д. Дети внимательно слушают друг друга, эмоционально сопереживают рассказам друзей.

Более совершенной становится крупная моторика. Ребенок этого возраста способен к освоению сложных движений: может пройти по неширокой скамейке и при этом даже перешагнуть небольшое препятствие; умеет отбивать мяч о землю одной рукой несколько раз подряд. Уже наблюдаются отличия в движениях мальчиков и девочек (у мальчиков – более порывистые, у девочек – мягкие, плавные, уравновешенные), общей конфигурации тела в зависимости от пола ребенка. Активно формируется осанка детей, правильная манера держаться. Посредством

целенаправленной и систематической двигательной активности укрепляются мышцы и связки.

Развиваются выносливость (способность достаточно длительное время заниматься физическими упражнениями) и силовые качества (способность применения ребенком небольших по величине усилий на протяжении достаточно длительного времени). Ловкость и развитие мелкой моторики проявляются в более высокой степени самостоятельности ребенка при самообслуживании: дети практически не нуждаются в помощи взрослого, когда одеваются и обуваются. Некоторые дети могут обращаться со шнурками – продевать их в ботинок и завязывать бантиком.

Внимание детей становится более устойчивым и произвольным. Они могут заниматься не очень привлекательным, но нужным делом в течение 20-25 минут вместе со взрослым. Ребенок этого возраста уже способен действовать по правилу, которое задается взрослым (отобрать несколько фигур определенной формы и цвета, отыскать на картинке изображение предметов и заштриховать их определенным образом).

Объем памяти изменяется не существенно. Улучшается ее устойчивость. При этом для запоминания детьми уже могут использоваться несложные приемы и средства (в качестве «подсказки» могут выступать карточки или рисунки) [2].

В старшем дошкольном возрасте (5-6 и 6-7 лет) активно развиваются планирование и самооценивание трудовой деятельности (при условии сформированности всех других компонентов детского труда). Освоенные ранее виды детского труда выполняются качественно, быстро, осознанно.

В процессе восприятия художественных произведений, произведений музыкального и изобразительного искусства дети способны осуществлять выбор того (произведений, персонажей, образов), что им больше нравится, обосновывая его с помощью элементов эстетической оценки. Эмоционально откликаются на те произведения искусства, в которых

переданы понятные им чувства и отношения, различные эмоциональные состояния людей, животных, борьба добра со злом.

Музыкально-художественная деятельность. В старшем дошкольном возрасте происходит существенное обогащение музыкальной эрудиции детей: формируются начальные представления о видах и жанрах музыки, устанавливаются связи между художественным образом и средствами выразительности, используемыми композиторами, формулируются эстетические оценки и суждения, обосновываются музыкальные предпочтения, проявляется некоторая эстетическая избирательность. При слушании музыки дети обнаруживают большую сосредоточенность и внимательность. Совершенствуется качество музыкальной деятельности. Творческие проявления становятся более осознанными и направленными (образ, средства выразительности продумываются и сознательно подбираются детьми).

К концу дошкольного возраста существенно увеличивается устойчивость произвольного внимания, что приводит к меньшей отвлекаемости детей. Вместе с тем возможности детей сознательно управлять своим вниманием весьма ограничены. Сосредоточенность и длительность деятельности ребенка зависят от ее привлекательности для него. Внимание мальчиков менее устойчиво [48].

В 6-7 лет у детей увеличивается объем памяти, что позволяет им произвольно (т.е. без специальной цели) запомнить достаточно большой объем информации. Дети также могут самостоятельно ставить перед собой задачу что-либо запомнить, используя при этом простейший механический способ запоминания – повторение. Однако, в отличие от малышей, они делают это либо шепотом, либо про себя. Если задачу на запоминание ставит взрослый, ребенок может использовать более сложный способ – логическое упорядочивание: разложить запоминаемые картинки по группам, выделить основные события рассказа.

Ребенок начинает относительно успешно использовать новое средство – слово (в отличие от детей старшего возраста, которые эффективно могут использовать только наглядно-образные средства – картинки, рисунки). С его помощью он анализирует запоминаемый материал, группирует его, относя к определенной категории предметов или явлений, устанавливает логические связи. Но, несмотря на возросшие возможности детей 6-7 лет целенаправленно запоминать информацию с использованием различных средств и способов, произвольное запоминание остается наиболее продуктивным до конца дошкольного детства. Девочек отличает больший объем и устойчивость памяти.

Продолжается дальнейшее развитие моторики ребенка, наращивание и самостоятельное использование двигательного опыта. Расширяются представления о самом себе, своих физических возможностях, физическом облике. Совершенствуются ходьба, бег, шаги становятся равномерными, увеличивается их длина, появляется гармония в движениях рук и ног. Ребенок способен быстро перемещаться, ходить и бегать, держать правильную осанку. По собственной инициативе дети могут организовывать подвижные игры и простейшие соревнования со сверстниками. В этом возрасте дети овладевают прыжками на одной и двух ногах, способны прыгать в высоту и в длину с места и с разбега при скоординированности движений рук и ног (зрительно-моторная координация девочек более совершенна). Могут выполнять разнообразные сложные упражнения на равновесие на месте и в движении, способны четко метать различные предметы в цель. В силу накопленного двигательного опыта и достаточно развитых физических качеств дошкольник этого возраста часто переоценивает свои возможности, совершает необдуманные физические действия [44].

Период дошкольного и младшего школьного детства является самым важным для развития эстетического восприятия, творчества и формирования нравственно-эстетического отношения к жизни. В этом

возрасте осуществляется наиболее интенсивное формирование свойств и качеств личности, которые сохраняются в более или менее неизменном виде на всю жизнь.

Младший школьный возраст (от 6-7 лет до 9-10 лет) является наиболее ответственным этапом школьного детства. Высокая сенситивность этого возрастного периода определяет большие потенциальные возможности разностороннего развития ребенка.

Основная особенность этого периода – коренное изменение социальной ситуации развития ребенка. Он становится «общественным» субъектом и имеет теперь социально значимые обязанности, за выполнение которых получает общественную оценку.

Ведущая деятельность – учебная. В рамках учебной деятельности складываются психологические новообразования, характеризующие наиболее значимые достижения в развитии младших школьников и являющиеся фундаментом, обеспечивающим развитие на следующем возрастном этапе.

Младшие школьники имеют еще достаточно ограниченный опыт реальных общественных отношений. Этим и объясняется их огромная тяга к накоплению впечатлений, стремление сориентироваться в жизни и утвердить себя. Они способны оценить и ценят нравственные качества в другом человеке, особенно доброту, заботливость, внимание и интерес к себе. Они оценивают эти качества утилитарно-практически, а человеческую красоту видят во внешних, привлекательных, непосредственно созерцаемых формах одежды, приемах поведения и поступках [19].

Период младшего школьного детства является самым важным для развития эстетического восприятия, творчества и формирования нравственно-эстетического отношения к жизни. В этом возрасте осуществляется наиболее интенсивное формирование свойств и качеств личности, которые сохраняются в более или менее неизменном виде на всю жизнь [43].

Физическое развитие младших школьников резко отличается от развития детей среднего и особенного старшего школьного возраста. Остановимся на анатомо-физиологических и психологических особенностях детей 7-10 лет, т.е. детей, отнесенных к группе младшего школьного возраста. По некоторым показателям развития большой разницы между мальчиками и девочками младшего школьного возраста нет, до 10 лет пропорции тела у мальчиков и девочек почти одинаковы. В этом возрасте продолжает формироваться структура тканей, продолжается их рост. Темп роста в длину несколько замедляется по сравнению с предыдущим периодом дошкольного возраста, но вес тела увеличивается. Рост увеличивается ежегодно на 4-5 см, а вес на 2-2,5 кг.

Заметно увеличивается окружность грудной клетки, меняется к лучшему ее форма, превращаясь в конус, обращенный основанием кверху. Благодаря этому, становится больше жизненная емкость легких. Средние данные жизненной емкости легких у мальчиков 7 лет составляет 1400 мл, у девочек 7 лет – 1200 мл. Ежегодное увеличение жизненной емкости легких равно, в среднем, 160 мл у мальчиков и у девочек этого возраста.

Однако функция дыхания остается все еще несовершенной: ввиду слабости дыхательных мышц, дыхание у младшего школьника относительно учащенное и поверхностное; в выдыхаемом воздухе 2% углекислоты (против 4% у взрослого). Иными словами, дыхательный аппарат детей функционирует менее производительно. На единицу объема вентилируемого воздуха их организмом усваивается меньше кислорода (около 2%), чем у старших детей или взрослых (около 4%). Задержка, а также затруднение дыхания у детей во время мышечной деятельности, вызывает быстрое уменьшение насыщения крови кислородом (гипоксемию). Поэтому при обучении детей физическим и танцевальным упражнениям необходимо строго согласовывать их дыхание с движениями тела. Обучение правильному дыханию во время упражнений является

важнейшей задачей при проведении занятий с группой ребят младшего школьного возраста.

Жизнедеятельность организма, в том числе и мышечная работа, обеспечивается обменом веществ. В результате окислительных процессов распадаются углеводы, жиры и белки, возникает необходимая для функций организма энергия. Часть этой энергии идет на синтез новых тканей растущего организма детей, на «пластические» процессы. Как известно, теплоотдача происходит с поверхности тела. А так как поверхность тела детей младшего школьного возраста относительно велика по сравнению с массой, то он и отдает в окружающую среду больше тепла.

И отдача тепла, и рост, и значительная мышечная активность ребенка требует больших затрат энергии. Для таких затрат энергии необходима и большая интенсивность окислительных процессов. У младших школьников относительно невелика и способность к работе в анаэробных (без достаточного количества кислорода) условиях.

Занятия танцами и участие в спортивных соревнованиях требуют от младших ребят значительно больше энергетических затрат по сравнению со старшими школьниками и взрослыми.

Поэтому большие затраты на работу, относительно высокий уровень основного обмена, связанный с ростом организма, необходимо учитывать при организации занятий с младшими школьниками, помнить, что ребятам надо покрыть затраты энергии на «пластические» процессы, терморегуляцию и физическую работу. При систематических занятиях физическими упражнениями «пластические» процессы протекают более успешно и полноценно, поэтому дети гораздо лучше развиваются физически. Но подобное положительное влияние на обмен веществ оказывают лишь оптимальные нагрузки. Чрезмерно тяжелая работа, или недостаточный отдых, ухудшают обмен веществ, могут замедлить рост и развитие ребенка. Поэтому педагогу-хореографу (тренеру) необходимо уделить большое внимание планированию нагрузки и расписанию занятий

с младшими школьниками. Формирование органов движения – костного скелета, мышц, сухожилий и связочно-суставного аппарата – имеет огромное значение для роста детского организма [8].

Мышцы детей младшего школьного возраста имеют тонкие волокна, содержат в своем составе лишь небольшое количество белка и жира. Мышцы в этом возрасте еще слабы, особенно мышцы спины, и не способны длительно поддерживать тело в правильном положении, что приводит к нарушению осанки. Мышцы туловища очень слабо фиксируют позвоночник в статических позах. Кости скелета, особенно позвоночника, отличаются большой податливостью внешним воздействиям. Поэтому осанка ребят представляется весьма неустойчивой, у них легко возникает асимметричное положение тела. В связи с этим, у младших школьников можно наблюдать искривление позвоночника в результате длительных статических напряжений.

Чаще всего сила мышц правой стороны туловища и правых конечностей в младшем школьном возрасте оказывается больше, чем сила левой стороны туловища и левых конечностей. Полная симметричность развития наблюдается довольно редко, а у некоторых детей асимметричность бывает очень резкой.

Поэтому на занятиях танцами нужно уделять большое внимание симметричному развитию мышц правой стороны туловища и конечностей, а также левой стороны туловища и конечностей, воспитанию правильной осанки. Симметричное развитие силы мышц туловища при занятиях различными упражнениями приводит к созданию «мышечного корсета» и предотвращает болезненное боковое искривление позвоночника. Рациональные занятия спортом всегда способствуют формированию полноценной осанки у детей.

Мышечная система у детей этого возраста способна к интенсивному развитию, что выражается в увеличении объема мышц и мышечной силы. Но это развитие происходит не само по себе, а в связи с достаточным

количеством движений и мышечной работы. В этом возрасте почти полностью завершается морфологическое развитие нервной системы, заканчивается рост и структурная дифференциация нервных клеток. Формируются основные типы «замыкательной деятельности коры больших полушарий головного мозга», лежащие в основе индивидуальных психологических особенностей интеллектуальной и эмоциональной деятельности детей [8].

Способность восприятия и наблюдения внешней действительности у детей младшего школьного возраста еще несовершенна: дети воспринимают внешние предметы и явления неточно, выделяя в них случайные признаки и особенности, почему-то привлечшие их внимание.

Особенностью внимания младших школьников является его произвольный характер: оно легко и быстро отвлекается на любой внешний раздражитель, мешающий процессу обучения. Недостаточно развита и способность концентрации внимания на изучаемом явлении. Долго удерживать внимание на одном и том же объекте они еще не могут. Напряженное и сосредоточенное внимание быстро приводит к утомлению.

Память у младших школьников имеет наглядно-образный характер: дети лучше запоминают внешние особенности изучаемых предметов, чем их логическую смысловую сущность. Ребята этого возраста еще с трудом связывают в своей памяти отдельные части изучаемого явления, с трудом представляют себе общую структуру явления, его целостность и взаимосвязь частей. Запоминание, в основном, носит механический характер, основанный на силе впечатления или на многократном повторении акта восприятия. В связи с этим и процесс воспроизведения, заученного у младших школьников, отличается неточностью, большим количеством ошибок, заученное недолго удерживается в памяти.

Все сказанное имеет прямое отношение и к разучиванию движений при занятиях физической культурой. Многочисленные наблюдения показывают, что младшие школьники забывают многое, что было ими

изучено 1-2 месяца назад. Чтобы избежать этого, необходимо систематически, на протяжении длительного времени, повторять с детьми пройденный учебный материал [39].

Неустойчивы и черты характера младшего школьника. Особенно это относится к нравственным чертам личности ребенка. Нередко дети бывают капризны, эгоистичны, грубы, недисциплинированы. Эти нежелательные проявления личности ребенка связаны с неправильным дошкольным воспитанием.

Мышление у детей в этом возрасте также отличается наглядно-образным характером, неотделимо от восприятия конкретных особенностей изучаемых явлений, тесно связано с деятельностью воображения. Дети пока с трудом усваивают понятия, отличающиеся большой абстрактностью, так как кроме словесного выражения они не связаны с конкретной действительностью. И причина этого, главным образом, в недостаточности знаний об общих закономерностях природы и общества.

Вот почему в этом возрасте малоэффективны приемы словесного объяснения, оторванные от наглядных образов сущности явлений и определяющих ее закономерностей. Наглядный метод обучения является основным в этом возрасте. Показ движений должен быть прост по своему содержанию. Следует четко выделять нужные части и основные элементы движений, закреплять восприятие с помощью слова [44].

По данным современных исследований именно младший школьный возраст является наиболее важным для формирования движений, т.к. строение, функции и взаимодействие различных органов и систем достигает в этот период функциональной готовности. Эта готовность выражается в интенсивном развитии опорно-двигательного аппарата, заметном приросте мускулатуры.

Наиболее существенные приобретения связаны с развитием двигательной функции учащихся. Именно в детском возрасте формируются важные базовые двигательные умения и навыки, создается фундамент

двигательной деятельности, из элементов которой впоследствии и складывается двигательная деятельность взрослого человека.

Именно в младшем школьном возрасте, благодаря пластичности нервной системы, интенсивному созреванию мозжечка, подкорковых образований коры головного мозга, улучшению механизма сопоставления слова с воспринимаемой действительностью, развитию кинестетического контроля, возникает возможность осваивать всё новые и новые движения. Растущий организм ребёнка в этот период в значительной степени в силу своей пластичности подвержен влиянию среды, поскольку не завершены процессы физического и психического развития [48].

Координация движений – это двигательная способность, которая развивается посредством самих движений. И чем большим запасом двигательных навыков обладает ребенок, тем богаче будет его двигательный опыт и шире база для овладения новыми формами двигательной деятельности. Известно, что координационная способность человека достигает высокого уровня развития к 6-7 годам жизни. Отмечено также, что дети, занимающиеся хореографией, добиваются виртуозности движений, которым их обучают. Это дает основание считать, возможным тренировать и совершенствовать координацию движений.

При этом надо иметь в виду, что ритмический, силовой и пространственный образы движений младшие школьники воспринимают, прежде всего, в ощущениях и обобщениях впечатлений и в меньшей степени – путем осознания, продуманного освоения технического действия. Поэтому обучение целостному упражнению будет иметь в этом возрасте больший успех, чем разучивание его по деталям. «Дети этого возраста почти самостоятельно, только понаблюдав за тем, как это делается, могут освоить передвижение на лыжах, коньках, научиться общаться с мячом, проявлять спортивно-игровую смекалку» [19].

Период дошкольного и младшего школьного детства является самым важным для развития эстетического восприятия, творчества и

формирования нравственно-эстетического отношения к жизни. В этом возрасте осуществляется наиболее интенсивное формирование свойств и качеств личности, которые сохраняются в более или менее неизменном виде на всю жизнь.

Дошкольный возраст является важнейшим в развитии человека, т.к. он заполнен существенными физиологическими, психологическими и социальными изменениями. Это период жизни, который рассматривается в педагогике и психологии как самоценное явление со своими законами, субъективно переживается в большинстве случаев как счастливая, беззаботная, полная приключений и открытий жизнь. Дошкольное детство играет решающую роль в становлении личности, определяя ход ее развития на последующих этапах жизненного пути человека.

Младший школьный возраст – это период позитивных изменений и преобразований. Поэтому так важен уровень достижений, осуществленных каждым ребенком на данном возрастном этапе. Если в этом возрасте ребенок не почувствует радость познания, не приобретет умения учиться, не научится дружить, не обретет уверенность в себе, своих способностях и возможностях, сделать это в дальнейшем будет значительно труднее и потребует неизмеримо более высоких душевных и физических затрат.

Большинство этих позитивных достижений, в первую очередь тех, которые с особенной заботой культивируются взрослыми в детях этого возраста: организованность, самоконтроль, заинтересованное отношение к учению, внешне могут быть утеряны ребенком на пике глобальной перестройки подросткового возраста. Но без них сама эта перестройка носила бы качественно иной характер, поскольку не имела бы необходимых оснований. Чем больше позитивных приобретений будет у младшего школьника, тем легче он справится с предстоящими сложностями подросткового возраста.

Выводы по первой главе:

Предмет «Ритмика и танец» – органическое соединение движений и музыки, с применением элементов игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые раскрепощают ребенка. Танец учит детей красоте и выразительности движений, формирует их фигуру, развивает физическую силу, выносливость, смелость. Работа в группе воспитывает чувство ответственности, создает ощущение важности для коллектива и умения работать в нем. На наш взгляд ритмика является первостепенной в этом предмете, а танец неотъемлемым элементом.

Ритмика – это музыкально-педагогическая дисциплина, в основе которой лежат идеи выдающегося швейцарского музыканта-педагога, профессора Женевской консерватории Эмиля Жака-Далькроза, получившие широкое распространение в начале XX века.

Согласно Далькрозу: «Цель ритмики – подвести ее последователей к тому, чтобы они могли сказать к концу своих занятий – не столько «Я знаю», сколько «Я ощущаю», и, прежде всего, создавать у них неопределимое желание выразить себя, что можно делать после развития их эмоциональных способностей и их творческого воображения».

Для эффективной работы с детьми дошкольного и младшего школьного возраста педагог-хореограф должен обладать определенными профессиональными качествами и необходимыми личностными качествами, такими как: доброта в сочетании с требовательностью; любовь к детям; коммуникабельность; стрессоустойчивость; терпимость; умение заинтересовать, заразить любовью к делу; внимательность.

Таким образом, педагог-хореограф должен обладать совокупностью профессиональных и личностных качеств, которые формируют его профессиональную компетентность. Важным фактором в педагогической работе является учет возрастных особенностей психики и физического развития, а также индивидуальных особенностей детей.

Период дошкольного и младшего школьного детства является самым важным для развития эстетического восприятия, творчества и

формирования нравственно-эстетического отношения к жизни. В этом возрасте осуществляется наиболее интенсивное формирование свойств и качеств личности, которые сохраняются в более или менее неизменном виде на всю жизнь.

Физиологические и психологические особенности детей дошкольного и младшего школьного возраста: любознательность, быстрая утомляемость, высокая двигательная активность, восприятие образа в целом, неустойчивость внимания, активное воображение. В своей работе педагог-хореограф должен учитывать эти особенности, т.е. должен заинтересовать, увлечь, сосредоточить, дисциплинировать и развить своих учеников.

ГЛАВА 2. СПЕЦИФИКА ПОСТРОЕНИЯ И ПРОВЕДЕНИЯ УРОКОВ «РИТМИКА И ТАНЕЦ» В УСЛОВИЯХ ДЕТСКОЙ ШКОЛЫ ИСКУССТВ

2.1 Особенности преподавания в хореографических отделениях школы искусств

Ритмика – особый вид музыкальной деятельности, передающий содержание музыки, настроение, характеры образов с помощью движений. При этом за основу берется музыка, а танцы и образные движения служат для более глубокого понимания и восприятия музыкального произведения.

Танцевальные и гимнастические движения под музыку применялись для воспитания и развития детей еще с древних времен (в Греции, Китае, Индии). Но как метод воспитания ритмику впервые обозначил швейцарец, композитор и педагог Эмиль Жак-Далькроз.

На занятиях ритмикой педагоги используют различные методы обучения (словесный, наглядный, практический). А подача упражнений в виде увлекательной игры помогает дошкольникам и младшим школьникам в непринужденной форме осваивать не всегда простые движения [80].

Танцы, входящие в программы по ритмике, обычно просты для исполнения детьми, доступны для них, но при этом доставляют массу радости. Хороводы и пляски учат малышей быть внимательными к партнерам, синхронизировать с ними движения, реагируя на ритм танца.

На занятиях ритмикой дети приобретают грациозную походку, учатся владеть телом, раскрепощаться для выступлений на публике. В ходе занятий ритмикой у детей развивается эмоциональная восприимчивость и отзывчивость на различную музыку, а также чувство ритма, слух, музыкальная память; они учатся оценивать движения (свои и других ребят).

На ритмических занятиях дети учатся определять и различать: основные музыкальные жанры (такие как: песня, танец, марш); основные виды ритмики (игра, упражнение, танец); простые музыкальные термины и

понятия (различные темпы, громкость и высоту звуков). Достижение этих задач возможно, если характер движений будет соответствовать музыкальному образу, его развитию, а при воплощении программы будут использованы основные принципы педагогики: постепенность, последовательность и систематичность. То есть переход от простого к более сложному в соответствии с динамикой развития способностей детей во время регулярных занятий.

Музыкально-ритмические движения включают:

- танцы (импровизации, хороводы, пляски, элементы народных и бальных танцев и так далее);
- упражнения (бег, ходьба, прыжки, наклоны, повороты, приседания, упражнения с предметами и многое другое);
- игры (сюжетные и несюжетные);
- драматизации [83].

Подобрать игровые упражнения можно уже для детей 3-4 лет. Малыши этого возраста уже умеют выстраиваться хороводом и двигаться в нем, притопывать в такт музыке, ходить паровозиком, выполнять простые движения в парах, согласовывать свои движения с мелодией и т.д. Но особой восприимчивостью к развитию музыкальных и танцевальных способностей отличаются малыши 5-6 лет. На этом этапе у детей активно развивается воображение и наглядно-образное мышление, речь, улучшается способность выразительно и эмоционально отображать суть танца, повышается навык регулирования возбуждения и торможения (дети могут быстрее переключаться между движениями).

Дошкольники умеют координировать свои движения с действиями других участников занятий. Поэтому для детей 6-го года жизни уже можно включать в занятия упражнения, развивающие выносливость и силу. На этом возрастном этапе у дошкольников еще слабы мелкие мышцы (особенно кистей рук), но достаточно развиты крупные (туловища, ног, рук). Дети уже умеют соразмерять усилия своих мышц. Поэтому при

выполнении упражнений на мелкие мышцы еще будут возникать трудности. Но старшие дошкольники уже могут выполнять движения различной амплитуды, переключаться с быстрых движений на более медленные, выполнять их во время бега, прыжков или ходьбы [80].

Танцы, входящие в программы по ритмике для дошкольников, обычно просты для исполнения детьми, доступны им, но при этом доставляют массу радости. Это могут быть национальные танцы (включая хороводы), парные, танцы-импровизации. Такие композиции всегда содержательны: имеют сюжет, драматургию, несут в себе определенную идею. Все это выражается с помощью пластики и танцевальных рисунков – пространственных перестроений. Народные танцы помогают приобщать дошкольников и младших школьников к народной культуре. Все они предназначены для группового исполнения, что помогает малышам развивать коммуникативные навыки. Хороводы и пляски учат малышей быть внимательными к партнерам, синхронизировать с ними движения, реагируя на ритм танца.

Наиболее доступными для детей младшего и среднего дошкольного возраста являются русские, украинские, чешские и белорусские танцы и пляски. А вот польские, болгарские, венгерские, итальянские, румынские весьма своеобразны, сложны композиционно и пластически, чаще всего довольно быстры по темпу, они подходят для детей старшего возраста, которые уже понимают смысл изучения и оттачивания упражнений, могут разучивать подготовительные, базовые упражнения, которые затем используются в сочетании.

Разучивая новое движение, педагогу необходимо стремиться к тому, чтобы оно встречалось в разнообразных комбинациях, под разную музыку. Так малыши постепенно научатся воспринимать движение как средство для выражения образов, действий, чувств. Если ребенок не посещает детский сад, ему желательно посещать занятия по ритмике. Так он, помимо всего вышеизложенного, приобщится к миру прекрасного, получит возможность

выразить свои чувства, проявить характер в танце, улучшить физическую форму, научиться лучше контролировать свои эмоции [80].

Педагоги дополнительного образования используют различные программы по ритмике для детей. Но все они строятся с учетом возрастных психофизических особенностей и навыков детей на каждом возрастном этапе. На таких занятиях дети приобретают грациозную походку, учатся владеть телом, раскрепощаться для выступлений на публике. Кроме того, такие программы решают и другие задачи: прививают детям основы музыкальной культуры; помогают развивать эмоциональную восприимчивость и отзывчивость на различную музыку, а также чувство ритма, слух, музыкальную память; учат детей оценивать движения (свои и других ребят), создавать собственные игровые образы.

На ритмических занятиях дети учатся определять и различать: основные музыкальные жанры (такие как песня, танец, марш); основные виды ритмики (игра, упражнение, танец); простые музыкальные термины и понятия (различные темпы, громкость и высоту звуков). Достижение этих задач возможно, если характер движений будет соответствовать музыкальному образу, его развитию, а при воплощении программы будут использованы основные принципы педагогики: постепенность, последовательность и систематичность. То есть переход от простого к более сложному в соответствии с динамикой развития способностей детей во время регулярных занятий.

К основным видам музыкально-ритмических движений относятся танцы, игры, упражнения, драматизации.

Игры в ритмике имеют не только правила, но и определенный сюжет, могут выполняться под музыку или пение. В сюжетных играх под музыку персонажи разыгрывают некое действие, передавая образы персонажей. В несюжетных играх детям необходимо выполнять определенные движения под музыку. Игры под пение представляют собой вождение хороводов или инсценирование песен. В процесс по очереди вовлекаются дети по

отдельности, небольшими группами, все вместе. Во время таких игр происходят перестроения (детям необходимо встать парами, шеренгами, в круг, в колонну), смена направления движения.

Танец в ритмике может включать элементы не только народных, но и классических движений. Можно выделить следующие виды танцев и плясок: с фиксированными движениями; комбинированные – из фиксированных и импровизированных движений; свободные – творческие, позволяющие детям, используя знакомые им движения и элементы, создавать собственную пляску; плясовые хороводы с инсценировкой сюжета при помощи плясовых движений; характерные танцы – исполняют определенные персонажи (медведи, снежинки, куклы); балльные танцы с повторяющимися элементами (вальсовый шаг, галоп, шаг польки).

Когда необходимо разучить или отработать с детьми определенные движения или элементы, рисунок, перестроение используются ритмические упражнения. В таком случае педагог предлагает детям игру по их отработке. При разучивании ритмических упражнений нужно исходить, прежде всего, из возможностей каждого ребенка. Одни схватывают движения на лету, другим необходимы время, внимание и терпение педагога, его помощь [80].

Все эти виды занятий довольно сложны. Существует более простой и доступный всем метод – ритмическая гимнастика. То есть выполнение определенных движений или упражнений под ритмичную музыку. Комплексов такой гимнастики в зависимости от возраста существует много, состоят они из вводной и основной частей.

Комплекс для младших дошкольников.

Вводная часть:

- ходьба солдатиков (бодрым шагом);
- катящийся мячик (легкий бег);
- прыгающий мячик (выполняются прыжки на обеих ногах);
- дуновение ветерка (ребенок плавно покачивается с ноги на ногу, держа руки над головой).

Основная часть:

- покачивание головой в такт мелодии (руки опущены, ноги на ширине плеч);
- в том же положении – приподнимание плеч при полуобороте в стороны поочередно;
- из того же исходного положения наклоны вперед, руки также вытягиваются вперед ладонями вверх;
- исходное положение не меняется, ребенок поворачивает туловище в стороны, руки при этом расслаблены, по инерции заводятся за спину;
- руки на поясе, пружинящие повороты в стороны с легким подпрыгиванием.

Заканчивать комплекс следует упражнениями на восстановление дыхания (вдох-выдох с сопровождающими движениями рук, затем – вдох-выдох, лежа на полу).

Комплекс для среднего дошкольного возраста.

Вводная часть:

- ходьба бодрым шагом с пятки; топание;
- ходьба с высоким подниманием ног; ходьба на пятках;
- бег.

Основная часть:

- руки опущены, ладони вперед, ребенок сгибает одну руку, смотрит на нее, повторяет с другой рукой;
- исходное положение такое же, руки развернуты внутрь, ребенок поворачивается в одну сторону, вытягивая выпрямленные руки вперед, повторяет в другую сторону.
- из того же положения ребенок выполняет наклоны вперед, отводя руки назад, затем – в стороны (руки также отводятся назад);
- исходное положение похоже, руки нужно согнуть и приподнять к предплечьям, ребенок приседает, одновременно разгибая руки;

– основная стойка та же, руки развернуты ладонями вперед, ребенок должен под музыку кружиться в стороны поочередно, переступая с ноги на ногу;

– из той же стойки, руки на поясе, ребенок выставляет одну ногу вперед и ставит на пятку, затем повторяет в другую сторону, можно повторить с легким полуприседанием;

– ноги малыша немного расставлены, руки опущены ладонями вперед, ребенок выполняет 4 подпрыгивания на месте, затем 4 перешагивания с ноги на ногу – также на месте, на прямых ногах.

Заканчивают комплекс тоже упражнениями на восстановление дыхания.

Итак, ритмика помогает развивать у дошкольников и младших школьников не только музыкальные, но и интеллектуальные, творческие, социальные навыки, учит их быть более организованными, способствуют гармоничному развитию ребенка. Поэтому ей уделяется такое внимание в детских образовательных учреждениях [83].

По завершению курса ритмики в начальных классах хореографического отделения в детской школе искусств обучающиеся должны знать:

- характер музыки;
- виды темпа;
- музыкальные размеры 2/4, 4/4, 3/4;
- правила построения танцевальных рисунков;
- положения рук;
- позиции ног (I, II прямые и полувыворотные, III полувыворотная, VI);
- положения рук (основные и характерные для русского народного и балльных танцев);
- правила построения корпуса.

Должны уметь:

- точно реагировать на изменения метроритмических характеристик музыкального материала;
- вовремя начать и закончить движения в соответствии с музыкой;
- воспроизводить ритмические рисунки в разках изученных музыкальных размеров;
- ориентироваться в музыкальном зале;
- правильно исполнять различные виды танцевальных шагов и бега;
- выполнять элементы русского народного, балльных танцев;
- самостоятельно исполнять любое танцевальное движение и комбинацию;
- исполнять комплекс партерного экзерсиса;
- взаимодействовать в парах, в коллективе;
- выполнять различные построения и перестроения [14].

2.2 Методические особенности преподавания ритмики в начальных классах хореографического отделения в детской школе искусств

Гипотезой нашего исследования является предположение о том, что применение современных методик проведения занятий по ритмике положительно влияет на формирование общей культуры учащихся, а также способствует физическому, интеллектуальному и духовно-нравственному развитию детей.

Рассмотрим методические рекомендации преподавания ритмики в начальных классах хореографического отделения в детской школе искусств. Необходимо помнить, что есть методические рекомендации общие для работы с детьми всех возрастов.

Перечислим общие методические рекомендации для уроков «Ритмика и танец».

1. Главная цель в работе – раскрытие и развитие индивидуальности каждого ребенка, создание у него атмосферы положительных эмоций на основе навыков, полученных на уроках по

ритмике и танцу. Не нужно ставить достижение высоких исполнительских навыков самоцелью работы.

2. Принципами планирования, организации и проведения занятий являются: систематичность, последовательность, перспективность, повторяемость, заинтересованность, доступность.

3. Начинать работу с детьми следует с постановки корпуса, головы, ног, рук.

4. Развитие двигательной культуры ребенка основывать на простых, знакомых ему движениях. При этом следует учитывать возрастные особенности.

5. Необходимо поощрять любые старания ребенка и не сильно заострять внимание на неудачах.

6. На занятиях использовать понятный для детей язык. Использование образных выражений поможет усвоить учебный материал.

7. Не следует долго говорить, объяснять задание нужно лаконично и доступно. Разговаривая, при звучании музыкального фона, можно помешать ученикам воспринимать музыку. Счет под музыку приветствуется.

8. Обращать внимание на каждого ребенка необходимо. Не замеченный ребенок – не увлеченный ребенок.

Занятие должно быть построено таким образом, чтобы активные движения чередовались с ходьбой или упражнениями, успокаивающими дыхание. Нельзя перегружать детей бегом или подскоками, т.к. это может привести к чрезмерным психоэмоциональным и сердечно-сосудистым перегрузкам.

Если у ребёнка возникают трудности при выполнении задания, он не может точно координировать свои движения с музыкой, её темпом, ритмом (даже после разучивания), педагогу не следует фиксировать на этом чрезмерное внимание и указывать ребёнку на его недостатки в резкой форме, а тем более отстранять от участия в занятии. Как и при освоении

других видов деятельности, в ритмике каждый ребёнок выражает себя по-своему.

Занятия ритмикой призваны привить любому ребёнку интерес к движению под музыку. Поддержать этот интерес можно только в атмосфере доброжелательности и хорошего настроения.

Занятия рекомендуется проводить в просторном, хорошо проветриваемом помещении. Стулья и скамейки ставятся вдоль стен, чтобы середина зала оставалась свободной для движения детей. Фортепиано нужно поставить так, чтобы музыкальному руководителю, сидящему за инструментом, были видны движения участников занятия.

На уроках ритмики необходимо давать детям только понятный им материал, такие композиционные комбинации, которые ученики сами смогут подвергнуть анализу. Жизненный опыт у детей небольшой, поэтому они смогут скопировать только то, что видели своими глазами. Я считаю, что хорошо брать музыку из знакомых всем ученикам мультфильмов. К примеру: «Пусть бегут неуклюже пешеходы по лужам» или, например, «Ничего на свете лучше нету».

Также дети должны четко понимать, ради чего они учат столько много странных для них движений. Необходимо донести до них, что только с помощью этих движений можно будет раскрыть образ целиком, передать настроение и эмоции.

Преподаватель, который даёт детям тот или иной материал, должен всегда говорить образно и в определенном настроении, чтобы у ребёнка разыгралось воображение, можно также жестиковать во время объяснения [61].

Чтобы у ребёнка не угасал интерес к предмету, необходимо добавлять к старым новые элементы и исполнять их под другую музыку. Тогда ученики будут исполнять движения более активно, увлеченно, живо и с большим желанием.

У обучающихся на первых этапах обучения не получается долгое время сосредотачиваться на одной мелодии, нужно постоянно менять музыкальное оформление, также они не могут точно усвоить заданное им движение, плохо ориентируются во времени и пространстве. Педагог должен постоянно считать, помогая конкретизировать ритм и темп, а ранее изученные движения можно повторить сразу под музыкальное сопровождение.

Урок должен быть выстроен так, чтобы у ученика были задействованы и правое, и левое полушарие головного мозга.

Правое полушарие отвечает за воображение, умение фантазировать, думать образно. На уроках необходимо уделять большое внимание фантазии и пластике, ведь даже если оглянуться вокруг, то можно увидеть, что вокруг нас находится в движении вся природа, весь мир пластичен, наблюдая за живым миром, за движениями животных, растений и птиц, повторяя эти движения под музыку, можно развить внимание, фантазию и воображение.

Можно попросить изобразить ученика цветок, который из семени уже перерастает в росток, уже тянется к солнышку всё выше и выше и вот уже готов распуścić свои лепестки и сейчас впервые увидит мир. Ребёнок будет очень заинтересован, терпелив и готов воплотить эти слова в движение. А ещё лучше если преподаватель на своём примере изобразит тот самый цветок, ученик сначала повторит за ним, попробует скопировать его движения, а потом и сам нафантазирует и скорее всего сделает что-то своё.

Левое полушарие в свою очередь отвечает за способность запоминать и анализировать, в том числе анализировать работу правого полушария. Все музыкальные упражнения и танцевальные задания воспитывают реакцию, ориентировку в пространстве. Важно развить реакцию на свои слова (слова преподавателя). Например, на сигнал «Кошка!» ученик исполняет грациозные движения, и на сигнал «Лягушка!» начинает прыгать и глубоко

присаживаться. Можно чередовать сигналы, предварительно показав несколько движений, характерных для данных сигналов [61].

Все умения и навыки, которые ученики приобретают в хореографическом классе на занятиях ритмикой в возрасте дошкольников и младших школьников, помогают им не только в развитии дальнейших танцевальных способностей в классическом, народном или современном танце, но и в обычной жизни. Ведь дети, которые регулярно выполняют упражнения на развитие внимания, памяти, координации, ориентации в пространстве, становятся более коммуникабельными, собранными, сосредоточенными и в целом развиваются гармоничнее и быстрее своих сверстников.

Педагогу, который проводит занятия ритмикой, важно тщательно продумывать свой урок. Необходимо последовательно и постепенно добавлять всё более сложные движения, чтобы не перенагружать детей сразу, важно работать систематично.

К сожалению, до сих пор встречаются ошибки в преподавании ритмики. Иногда уроки ритмики в большей степени похожи на уроки хореографии или же художественной гимнастики. При этом музыка перестаёт играть главенствующую роль, а служит фоном, так как полностью исключается предварительное прослушивание и подробный анализ музыкального произведения, предложенного для движения. Учащиеся должны всегда помнить, что ритмика – это умение слушать и «пропевать» музыку в движении. Необходима установка на глубокое восприятие музыки, умение её пережить и прочувствовать, передавая свои ощущения в движении так, как если бы она (музыка) была бы создана самими учениками. Только при соблюдении этого условия музыка надолго, а часто на всю жизнь остаётся в эмоциональной памяти человека, оказывая влияние на его мироощущение и поведение [61].

В системе обучения детей важную роль играют формы и методы обучения. Поскольку именно от них зависит реализация и достижение поставленных целей и задач в процессе обучения.

Как писал Луначарский «От методов преподавания зависит, будет ли оно возбуждать в ребёнке скуку, будет ли преподавание скользить по поверхности детского мозга, не оставляя на нём почти никакого следа, или наоборот, это преподавание воспринимается радостно, как часть детской игры, как часть детской жизни, сольётся с психикой ребёнка, станет его плотью и кровью. От метода преподавания зависит, будет ли класс смотреть на занятия как на каторгу и противопоставлять им свою детскую живость, в виде шалостей и каверз или класс этот будет спаян единством интересной работы и проникнут благородной дружбой к своему руководителю» [42].

Первый метод, который необходимо использовать преподавателю хореографических дисциплин – это метод организации и осуществления учебного процесса.

Для осуществления данного вида деятельности существует также множество методов при работе с детьми. Определим наиболее важные из них:

1. Метод показа. Показывая детям движения, преподаватель дает им возможность увидеть художественное воплощение образа. Выполняя движения вместе с детьми, хореограф увлекает их и усиливает желание поскорее овладеть определенными двигательными навыками.

2. Словесный метод. Важным здесь является не только краткость, точность и конкретность, но и интонация и сила звучания слов. Преподавателю важно уметь говорить образно.

3. Прослушивание музыки. Для того чтобы ребёнок научился танцевать, необходимо научить его слышать и понимать музыку, её содержимое, о чём она говорит, какое настроение передает.

4. Игровой метод. Для того чтобы учащиеся развивались полноценно и лучше усваивали учебный материал, необходимо использовать различные

формы работы с детьми. Преподавателю необходимо знать психологические особенности детей для работы с ними. В дошкольном и младшем школьном возрасте у учеников ещё очень плохо развито внимание, они часто отвлекаются и не могут долго сосредотачиваться на каком-либо задании. Про таких учеников мы так и говорим «невнимательные». Играя, дети легче воспринимают материал. Поэтому важным элементом урока становится игра.

Танцевальная игра незаменимый способ закрепить интерес учеников к хореографическому искусству. Дети в таком возрасте ещё не могут воспринимать материал в привычной для взрослого человека форме, поэтому стоит чаще прибегать именно к такому методу. Ученики вовлекаются в процесс быстрее, становятся более заинтересованными предметом, сосредотачиваются, становятся более внимательными, начинают воображать и фантазировать, проявляют себя и свои эмоции. Именно такой способ даёт детям передохнуть во время работы над новыми для них упражнениями. И если преподаватель видит, что дети на уроке начали уставать, перестали концентрировать внимание, нужно начать с ними играть, включая в игру красивые позы и различные танцевальные элементы.

5. Концентрический метод. Этот метод заключается в том, что преподаватель по мере усвоения детьми определенных движений, танцевальных композиций снова возвращается к пройденному, но уже может предложить усложненный вариант.

Второй – это метод контроля за процессом обучения. К нему относятся проверки усвоенного материала, самопроверки, контрольный урок в конце первого полугодия и экзаменационный урок в конце года.

Третий – метод стимулирования и мотивирования учебной деятельности. Мотивация учебной деятельности, разного рода поощрения проделанной работы для формирования чувства ответственности, обязательств и интересов включает в себя метод стимулирования [79].

Приведем примерный план проведения урока.

Вводная часть:

1. Вход в зал танцевальным шагом.
2. Построение.
3. Поклон.
4. Цели и задачи данного занятия в форме игры (отправляемся в сказку).

Основная часть:

1. Повороты, наклоны головой.
2. Разогрев верхней части туловища.
3. Движения по кругу в заданном направлении бытовым шагом, «марш», шаги на полупальцах с вытянутыми коленями, шаг «галопа».
4. Комбинирование различных шагов на месте с одновременной работой рук.
5. Упражнения на развитие координации движений.
6. Упражнения на восприимчивость, умение прочувствовать музыку, её характер и настроение, понимать её содержание.
7. Упражнения с предметами, разучивание или репетиция танцевальных элементов.
8. Ритмические игры на развитие способности импровизировать и фантазировать.

Заключительная часть:

1. Построение.
2. Подведение итогов занятия.
3. Поклон.
4. Уход танцевальным шагом из зала [79].

Обучение предмету «Ритмика и танец» осуществляется на основе специально разработанной программы. Учебные программы в основном включают в себя следующие темы:

1. Характер музыки, темп, динамика.

2. Строение музыкального произведения (форма).
3. Метроритм.
4. Гимнастические упражнения.
5. Танцевальные элементы и танцы.
6. Образные упражнения и музыкальные игры.

Раскроем содержание тем.

Тема 1: Характер музыки, темп, динамика. В соответствии с характером музыки – то весёлым, живым, бодрым, решительным, волевым, то грустным, задумчивым, нежным, спокойным – выбирается и характер движений. В одних случаях движения являются сильными, энергичными, в других – мягкими, плавными, сдержанными, непринуждёнными. Изменение характера музыки влечёт за собой и изменение характера движения.

Преподавателю ритмики следует подбирать такие музыкальные произведения, которые рисуют яркие образы, близкие и понятные детям и легко поддаются отражению в движении.

Характер музыки создаётся целым комплексом музыкально-выразительных средств. Во многом он зависит от темпа, то есть скорости музыкального движения. Для учащихся первого года обучения удобны для движения следующие темпы: быстро, довольно быстро, умеренно, не торопливо. На конкретных примерах преподаватель может показать детям что в быстром темпе легче и удобно двигаться, выполняя лёгкие и мелкие движения, а в более медленном темпе – более крупные, широкие, плавные.

Это в первую очередь пьесы, имеющие различный темп, которые дети учатся передавать в различных по характеру и темпу движениях.

Весьма существенно при этом научиться и удерживать найденный темп. Так с прекращением звучания дети должны продолжать движение в заданном темпе, или: музыку можно на время прервать, затем возобновить, чтобы сверить с ней темп не прекращавшихся движений.

Предполагаются также упражнения на переход из одного темпа в другой. Переход может быть внезапным или постепенным, когда пьеса исполняется с некоторым ускорением или замедлением.

С эмоционально-художественным содержанием музыкального произведения неразрывно связана и динамика – сила, или громкость звучания.

Детям нетрудно уяснить, что, например, торжественный марш исполняется громко, а колыбельная песня – тихо и т.д. Поначалу учащимся предлагаются музыкальные произведения, имеющие яркие динамические контрасты в частях или отдельных музыкальных фразах. Затем, дети учатся реагировать на постепенное усиление или ослабление звучания, появления ярких акцентов.

Двигательной основой темы «Характер музыки, темп, динамика» являются главным образом основные движения. Одним из самых доступных видов движения является ходьба. Поэтому на уроке много используется маршевой музыки. Дети учатся ходить бодрым шагом, спокойным, торжественным, высоким шагом (с высоким подъёмом ног), пружинящим шагом, шагом на носках.

Дети осваивают разные виды бега: лёгкий бег, пружинящий, широкий бег, бег с высоким подъёмом ног. Характер исполнения бега, как и ходьбы находится в прямой зависимости от музыки, её характера, темпа, динамики.

Все перечисленные движения ходьба, бег. Подскоки, относящиеся к основным движениям, – начинают осваиваться в теме 1, в других же темах они закрепляются и совершенствуются.

Тема 2: Строение музыкального произведения (форма). В процессе освоения данной темы у детей вырабатывается умение правильно воспринимать форму музыкальных произведений. На первом году обучения закрепляются представления о следующих элементах музыкальной формы: вступлении, частях, фразах.

Структура музыкального произведения рассматривается с детьми в тесной связи с развитием и сменой художественных музыкальных образов. Ещё в теме «Характер музыки, темп, динамика» внимание учащихся сразу же привлекалось к музыкальному вступлению. Педагог объясняет, что тема звучит не сразу, что вступление подготавливает наш слух к восприятию произведения, служит сигналом к началу движения. Постепенно дети приучаются начинать движение точно после вступления. Одновременно происходит знакомство и со строением произведения в целом, делением его на части, музыкальные фразы. При прослушивании музыки к тому или иному движению педагог старается вместе с учащимися проследить, везде ли музыка звучит одинаково или она меняется. Повторяется ли музыкальная мысль или происходит её смена, развитие. Дети легче различают более крупные элементы музыкальной формы (части, разделы пьесы), чем более мелкие (музыкальные фразы).

При разборе музыкального произведения дети быстро устанавливают количество частей, их повторение или чередование, определяют характер музыки, темп, динамику.

При закреплении, у учащихся представления о музыкальной фразе следует подбирать музыкальные произведения с простой и ясной фразировкой. Вначале даются упражнения, включающие музыкальные фразы, одинаковые по длине, далее – упражнения с чередованием длинных и коротких музыкальных фраз. Дети приучаются начинать и заканчивать движение точно в соответствии с музыкальной фразой.

Осваивая тему «Строение музыкального произведения», преподаватель использует разнообразные методические приёмы. Так, детям предлагается хлопнуть в ладоши на конец музыкальной фразы или на начало новой. Наглядным оказывается так же изображение музыкальных фраз дугообразным движением руки. Учащиеся поднимают правую руку перед левым плечом и как бы описывают дугу слева направо, отмечая тем самым первую фразу. К концу фразы рука приостанавливается перед

правым плечом. На следующую музыкальную фразу дуга описывается в воздухе справа налево. В зависимости от длины музыкальных фраз дуги, напоминающие лиги, будут длиннее или короче.

Тема 3: Метроритм. Метр – непрерывное чередование опорных (акцентируемых) и не опорных (без акцентных) звуков. Подобно главным жизненным процессам – дыханию, сердцебиению, – музыка как бы равномерно пульсирует, в ней сменяются моменты напряжения и разрядки. Акцентируемые доли принято называть сильными, а не акцентируемые – слабыми.

Ритм – последовательность звуков различной длительности, образующая тот или иной рисунок. Вне ритма мелодия не может существовать, её звуки организованы ритмически. Ритм обладает большой выразительной силой. Он настолько ярко характеризует мелодию, что её можно узнать по прохлопыванию ритмического рисунка.

Метр и ритм неразрывно взаимосвязаны. Единство метра и ритма подчёркивается в теории музыки понятием метроритм.

Методика работы над элементами музыкального ритма разнообразная.

В первое время дети исполняют длительности, ритмические рисунки по слуху. Преподаватель предлагает детям прохлопать, а затем пройти шагами простейшие ритмические рисунки. Иногда это делается в игровой форме.

Музыкальный материал для подобных заданий следует подбирать так, чтобы ритмический рисунок пьес создавал удобный и естественный рисунок движения. Поэтому для начала используются такие музыкальные примеры, в которых имеется ряд однообразных ритмических фигур.

С большим удовольствием дети исполняют хороводные игры, танцы, в движения которых включены разнообразные ритмические хлопки, соответствующие ритмическому рисунку мелодии.

Определение размеров 2/4, 3/4 не представляет для детей особого труда. Можно, раскрыв перед детьми ноты, показать, в каком размере написано данное произведение. Но возможен и другой путь: определение размера по слуху, не заглядывая в ноты. Для этого необходимо очень внимательно вслушиваться в музыку, прислушиваться к сильной доле – равномерно повторяющемуся метрическому акценту.

При знакомстве с размером 4/4 надо научиться слышать относительно сильную долю такта, и это представляет для детей определённую трудность. Учащимся предлагается на первую, сильную долю хлопнуть в ладоши, а на относительно сильную – ударить пальцем о палец.

Когда дети овладеют дирижёрским жестом, ритмические рисунки воспроизводятся в движении одновременно с дирижированием. В работе над дирижёрским жестом на уроках ритмики уделяется серьёзное внимание. Необходимо знакомить детей с различной манерой дирижирования в зависимости от характера, темпа, динамики музыки.

Необходимо, чтобы движения рук при дирижировании было акцентированным на сильную долю, поскольку она совпадает с метрическим ударением.

При индивидуальном и коллективном определении размера возможны различные варианты:

1. Дети стоят по кругу, спиной к центру. Самостоятельно начинают дирижировать и поворачиваются лицом к центру круга, когда правильно определяют размер.

2. Двое учеников, повернувшись спиной друг к другу определяют размер. Все остальные держат руки за спиной и начинают дирижировать только тогда, когда будут уверены, что оба вызванных дирижируют верно.

Работа над освоением длительностей, ритмического рисунка, размеров необходима для успешного овладения детьми основами музыкальной грамоты.

Тема 4: Гимнастические упражнения. Гимнастические упражнения включаются почти во все уроки ритмики. Двигательные задачи ставятся те же, что и на уроках физкультуры, но музыкальные задачи значительно шире. На занятиях по ритмике более серьёзное значение придаётся связи музыки и движения. Музыка здесь не является лишь сопровождением, фоном для того или иного упражнения, она органически включается в содержание каждого урока, как необходимая составная его часть. Связь движения с музыкой предусматривает не только соответствие с метрической пульсацией музыки, но и отображение в движении характера музыки, средств музыкальной выразительности – темпа, динамических оттенков, регистровых изменений.

Разучивая с детьми гимнастические упражнения, преподаватель должен добиваться от них осознанного отношения к своим действиям и тесной связи движения с музыкой. С самого начала следует приучать детей к правильной оценке качества выполнения движений.

Комплексы гимнастических упражнений включают в работу основные группы мышц: мышцы верхнего плечевого пояса, брюшного пресса, косые мышцы спины, мышцы ног. Систематическое повторение комплексов помогает закреплению навыков точного выполнения движений, укрепляет организм ребёнка, улучшает работу кровообращения, дыхания, способствует выработке должной осанки. Необходимо включать в каждое занятие упражнения на расслабление различных групп мышц, особенно мышц верхнего плечевого пояса, рук и пальцев. Гимнастические комплексы могут проводиться без предметов и с предметами. Эти комплексы разучиваются и повторяются в начале почти каждого урока ритмики. Упражнения же с предметами – мячами, бубнами, скакалками, как правило, проводятся в конце урока. Они придают особую эмоциональность заключительной части занятия.

Упражнения с мячами особенно полезны учащимся, так как развивают глазомер, укрепляют мышцы пальцев, кисти рук. Надо вовремя бросить мяч

на сильную долю такта (в размерах 2/4 и 3/4) и вовремя поймать его на конец такта, рассчитать силу броска, уметь плавным движением передать мяч товарищу, стоящему рядом, чётко ударить мяч об пол и т.д.

Дети очень любят упражнения с прыгалками, в которых могут проявить свою ловкость, выносливость.

Тема 5: Танцевальные элементы и танцы. Большое внимание на уроках ритмики уделяется изучению элементов танца. Эти движения используются не только в танцах, но и во многих упражнениях и играх. Таковы упражнения в танцевальной форме и музыкальные игры, в которых дети свободно пляшут, выбирая танцевальные упражнения по своему желанию. Очень важно обогатить детей запасом этих движений, научить их двигаться технически грамотно, легко, естественно, выразительно. Приобщение детей к творчеству – одна из важнейших задач ритмики.

На первом году обучения на уроках ритмики изучается ряд элементов русской народной пляски (русских хороводный шаг, русский переменный шаг, дробный шаг, притопы, полуприседание с выставлением ноги на пятку, «ковырялочка», «верёвочка», шаг с припаданием, «качалочка», «козлик») и балльных танцев (боковой галоп, шаг польки, па-де-баск, выставление ноги вперёд на пятку или на носок, прыжки с поочерёдным выбрасыванием ног вперёд, некоторые положения рук в танцах). Педагог может на своё усмотрение разучить только часть их, выбрав наиболее доступные для данного состава детей. Например: можно исключить изучение русского переменного шага, «верёвочки», шага с припаданием, так как эти движения являются наиболее трудными для освоения.

На уроке ритмики может быть отведено несколько минут на разучивание того или иного танцевального элемента или на его повторение. Для этого подбираются разнообразные русские народные плясовые мелодии («Из-под дуба», «Ах вы, сени», «Ай, да берёза», «Полянка»). Педагог показывает детям движения, подробно разъясняя технику его исполнения,

обращает внимание учащихся на детали. Движение может разучиваться целиком или по частям.

Тема 6: Образные упражнения и музыкальные игры. Образные упражнения и музыкальные игры являются наиболее интересными для детей видами музыкально-ритмической деятельности. Они создают широкую возможность для развития художественно-творческих возможностей детей – проявления фантазии, выдумки, активности. Обучение двигательными навыками проводится в увлекательной форме.

Дети изображают отдельных персонажей – сказочных или реальных, отражают повадки животных, птиц, а также трудовые действия людей, подражают физкультурникам, солдатам, передают бег автомобиля, поезда, парение самолёта и т.д. Игры заставляют детей перевоплощаться, находить характерные движения, жесты, мимику. В некоторых играх присутствует элемент соревнования (кто быстрее, лучше, более чётко выполнит то или иное задание, кто явится более ловким, смелым). В образных упражнениях и играх сохраняется основной принцип ритмики: все движения должны быть органически связаны с музыкой, т.е. соответствовать её характеру и средствам музыкальной выразительности.

Яркое, эмоциональное слово педагога побуждает мысль, направляет в определённое русло детскую фантазию. Иногда педагог использует и метод показа, уточняющего отдельные детали. К показу привлекаются и дети, нашедшие наиболее интересные и убедительные движение для воплощения образа. Коллективное творчество сплачивает детей, доставляет им большую радость.

Особой любовью у детей пользуются музыкальные игры. Увлекательные игровые задачи, поставленные в них (например: с концом пьесы «заплести плетень»; первым добежать до бубна и ударить в него чтобы стать ведущим; быстро перестроиться в звенья; найти себе партнёра; отгадать по характеру музыки, какой зверь выходит на поляну), обогащают процесс обучения, будят и развивают в детях актёрские задатки.

Могут быть и другие варианты распределения разделов в учебных программах. Так, И.В. Лифиц, составитель множества методических пособий, выделяет шесть обязательных разделов для освоения курса по ритмике:

1. Основные движения в передаче характера музыки и средств музыкальной выразительности (темпа, динамики, регистровой окраски).
2. Гимнастические комплексы. Построения, перестроения, пластические упражнения в передаче формы музыкального произведения.
3. Метроритм, его выразительное значение и отражение в разнообразных движениях.
4. Танцевальные элементы, танец.
5. Сюжетно-образная драматизация, музыкальные игры.
6. Самостоятельное музыкально-ритмическое творчество, импровизация [41].

И.Э. Бриске в своей программе «Ритмика и танец» выделяет 8 разделов:

1. Подготовительно-развивающие упражнения.
2. Движения с предметами и игрушками.
3. Танцевальные элементы.
4. Ориентация в пространстве.
5. Упражнения на полу.
6. Слушание музыки.
7. Этюды и игры.
8. Танцы [13].

Чтобы работа по ритмике велась планомерно и успешно, необходимо чётко распределить учебный материал по времени. Для этого на каждую четверть учебного года необходимо составить план, в котором определяются задачи предмета и с учётом этих задач подбирается практический материал. Имея перспективный план, педагог будет ясно представлять себе последовательность той или иной темы, а также логику

построения уроков с постепенным переходом от более лёгкого материала к более сложному.

На основе перспективного плана составляется план поурочный.

Задача педагога – на основе рабочей программы поурочно распределить учебный материал и определить условия его эффективного усвоения. Каждый урок готовится заранее, педагог проектирует учебный процесс: определяет цель, задачи, содержание урока, методы, приемы и средства изучения, планирует собственную деятельность и деятельность учеников; включает в себя закрепление знаний и навыков, полученных на предыдущих уроках, работу над новым материалом и повторение пройденного. Подробно структуру и содержание уроков по ритмике и танцу мы будем рассматривать в следующей главе.

Существует множество методик обучения ритмике и танцу. Ведущим видом деятельности младших школьников является игра, через игровые действия дети лучше осваивают музыкальный и танцевальный материал. Именно поэтому мы решили описать игровые методики, используемые нами на уроках ритмики и танца. Танцевальная методика «Зримая песня» (Н.И. Шаровой) основывается на игровой танцевальной имитации предлагаемых песней обстоятельств. Развивает артистизм и раскрепощенность в движениях. Подбираются яркие, эмоционально окрашенные детские фонограммы, имеющие тексты, содержание которых близко и интересно детям. Музыкальный материал определяет танцевальный образ, который исполняется, как основа для этюдов. Приветствуется любая танцевальная инициатива ребенка, педагог должен лишь помочь правильно воплотить ее.

Музыкальное сопровождение урока тщательно подбирается и просчитывается.

Последовательность изучения танцевальных этюдов:

1. Первое знакомство с танцевальным этюдом. Сидя на полу, педагог вместе с детьми танцует руками и лицом, при этом текст песни должен быть знаком ребенку.

2. Проучиваются позиции ног, которые будут использоваться в этюде.
3. Этюд исполняется стоя на месте без продвижения.
4. Отрабатываются частичные акценты на правильность исполнения движений этюда.
5. Заключительным этапом является возможность импровизации на танцевальном материале этюда.

Примеры этюдов: «Любопытные коротышки» (М. Минков, Ю. Энтин), «Карабас и куклы» (Б. Окуджава и А. Рыбников), «Песня Водяного» (М. Дунаевский и Ю. Энтин), «Песенка друзей» (И. Ефремов и И. Токмакова).

Проблема ритмичности заключается в том, что сначала воспринимается удар ритма и только после этого тело начинает двигаться. Нужно учить предугадывать удар ритма, готовиться к движению до удара и исполнять его на самый устойчивый момент удара ритма. Эти проблемы позволяет разрешить игровая методика «Трансформер» (Н.И. Шаровой). Данная методика позволяет тренировать чувство восприятия ритма, развивать познавательную активность и творческую инициативу детей.

Этапы творческой игры:

1. Создается «Скелет движения» – изучение нескольких простых танцевальных движений.
2. Соединение движений в танцевальную комбинацию.
3. Учащихся разделяют на группы по 2-4 человека.
4. Из изученных движений они должны на протяжении 5-10 минут сочинить свою комбинацию.
5. Просмотр результатов.
6. Каждой группе предлагается разный музыкальный материал, который они должны просчитать и разложить элементы своей комбинации под музыку.

7. Просмотр и оценка результатов. Лучшие цепочки впоследствии разучиваются всей группой и могут использоваться в танцевальных этюдах.

Ожидаемый результат: дети учатся «слышать и считать» музыкальный материал, приучаются к коллективному сотрудничеству, имеют возможность оценить чужие достижения. Отметим, что данную методику в условиях общеобразовательной школы мы применяем в 3-х, 4-х классах.

Методика ролевой игры «Учитель» (Н.И. Шаровой). Ее смысл заключается в активизации творческого потенциала детей путем применения метода сотрудничества. Танцевальная игра оказывает существенное воспитательное воздействие на личность, поскольку правила ролевых отношений между играющими отражают реальные общественные и межличностные отношения [82].

Этапы ролевой игры:

1. Выявление «сильных» детей.
2. Создание групп (2-3 человека) во главе с «сильным» ребенком.
3. Дети в группах отрабатывают комбинацию.
4. Просмотр результатов. Определение лучшей группы.

Педагог должен четко указать «сильному» ребенку его задачу, помогать ему по мере необходимости на протяжении всей игры. Результатами ролевой игры «Учитель» являются: самостоятельное проучивание и отработка танцевального материала, педагог может проверить знание комбинации практически каждого ребенка. Применяя данную методику, педагог должен следить за дисциплиной в группе, не допускать баловства и сильного шума.

Таким образом, методика преподавания ритмики и танца в основном строится на словесном методе и методе практического показа. Последний совмещает в себе 2 метода – наглядно-зрительный и наглядно-слуховой. Педагогическая деятельность педагога-хореографа строится на принципах

систематичности, последовательности, перспективности, доступности, заинтересованности.

Обучение ритмике и танцу осуществляется на основе программ, содержание которых в основном включает в себя следующие разделы: основы музыкальной грамоты, гимнастические упражнения, танцевальные элементы, танцы, образные упражнения, игры. Для планомерной работы педагог на основе программного материала составляет перспективный план (последовательность изучения тем), а на его основе поурочный план.

Каждый урок должен быть заранее подготовлен, педагог обозначает цель и задачи урока, определяет его содержание, методы, приемы и средства изучения материала. Обучение детей следует строить на игровых методиках, например, «Зримая песня», «Учитель», «Трансформер» и др.

2.3 Анализ результатов исследования

Ритмика – это танцевальные упражнения под музыку, которые учат чувствовать ритм и гармонично развивают тело. Целью занятий ритмикой, музыкально-ритмического воспитания, является развитие чувства ритма и координации детей. На занятиях дети учатся двигаться под музыкальное сопровождение, владеть своим телом, развивают внимание и память.

Ритмика – это практические занятия, в ходе которых музыкальные образы передаются при помощи движений. В процессе выполнения специальных упражнений дети учатся воспринимать музыку и выражать полученные эмоции телом. Музыкальное сопровождение (аккомпанемент и фонограмма) – это важнейший компонент занятий ритмикой. Педагог специально подбирает различные по жанру, темпу, ритму и характеру мелодии, чтобы малыши могли познакомиться с музыкой во всем ее многообразии. Танцевальные движения помогают более глубоко прочувствовать музыкальный материал и являются вспомогательными средствами выразительности [10].

Дети, занимаясь ритмикой, учатся выражать жанр музыкального произведения движениями, посредством сюжетно-ролевых танцевальных игр развивают равновесие, восприятие, память, внимание, мышление. Регулярные занятия ритмикой очень полезны для улучшения физической формы детей дошкольного и младшего школьного возраста. Помимо прочего, это способствует улучшению осанки, укреплению связок и мышц. Дети становятся грациознее, раскованнее, их движения обретают выразительность [80].

Занятия ритмикой приносят большую пользу детям. Ритмика:

- развивает музыкальные способности;
- развивает пластичность, гибкость, выразительность движений;
- учит ребенка чувствовать музыку, ее характер;
- способствует развитию творческого воображения;
- формирует навык самовыражения с помощью движений;
- развивает эстетические чувства, вкус;
- повышает познавательную активность ребенка;
- помогает дать выход отрицательной энергии;
- поднимает настроение;
- снимает излишнее нервное напряжение;
- повышает активность;
- способствует развитию инициативы;
- улучшает координацию движений;
- помогает дошкольнику развиваться физически;
- способствует развитию познавательных процессов (восприятия, внимания, памяти, мышления, воображения);
- формирует правильную осанку, укрепляет мышцы;
- формирует уверенность в себе [80].

Занятия ритмикой в начальных классах хореографического отделения в детской школе искусств способствуют гармоничному физическому развитию личности, полноценному эстетическому совершенствованию

возможностей ребенка, развитию его творческих способностей, эстетических и художественно-эстетических компетенций, т.е. дает возможность для жизненного самоопределения и творческой самореализации личности.

Занятия ритмикой в первую очередь оказывают влияние на физическое развитие детей.

По данным современных исследований именно дошкольный и младший школьный возраст является наиболее важным для формирования движений, т.к. строение, функции и взаимодействие различных органов и систем достигает в этот период функциональной готовности. Эта готовность выражается в интенсивном развитии опорно-двигательного аппарата, заметном приросте мускулатуры.

Наиболее существенные приобретения связаны с развитием двигательной функции учащихся. Именно в этом возрасте формируются важные базовые двигательные умения и навыки, создается фундамент двигательной деятельности, из элементов которой впоследствии и складывается двигательная деятельность взрослого человека.

Именно в дошкольном и младшем школьном возрасте, благодаря пластичности нервной системы, интенсивному созреванию мозжечка, подкорковых образований коры головного мозга, улучшению механизма сопоставления слова с воспринимаемой действительностью, развитию кинестетического контроля, возникает возможность осваивать всё новые и новые танцевальные движения. Растущий организм ребёнка в этот период в значительной степени в силу своей пластичности подвержен влиянию среды, поскольку не завершены процессы физического и психического развития [44].

С помощью занятий ритмикой можно усовершенствовать физическую подготовку в целом. Ведь во время занятий танцами организм тратит огромное количество энергии. Кроме того, танцы укрепляют мышцы ног, рук, пресса и спины.

В результате регулярных занятий ритмикой тренируются практически все мышцы тела и оказывается положительное влияние на суставы; тренируются мышцы спины, способствуя формированию безукоризненной осанки; вырабатывается красивая грациозная походка; оказывается закаливающее и общеукрепляющее действие на весь организм, в следствие чего снижается частота простудных заболеваний; замедляются все процессы старения организма в целом.

Тренируется дыхательная система, способствуя стабильности дыхания; усиливается кровообращение, что в свою очередь увеличивает поступление кислорода в организм и благоприятно сказывается практически на всех внутренних органах и системах; оказывается положительное влияние на работу сердечно-сосудистой системы; сжигаются лишние калории, что способствует снижению и нормализации веса, а вместе с тренировкой мышц фигура приобретает красивый подтянутый вид; улучшается координация движений и укрепляется вестибулярный аппарат; повышается работоспособность и выносливость организма.

Сложные танцевальные движения улучшают мозговую деятельность и память; оказывается положительное влияние на психическое состояние ребенка, т.к. вырабатываются гормоны счастья – эндорфины, улучшается настроение, повышается устойчивость к стрессам, депрессиям, страхам, нервозности; развивается музыкальный слух, чувство ритма, эстетический вкус.

Регулярные занятия ритмикой способствуют улучшению циркуляции крови и снабжения тканей организма кислородом, повышению мышечного тонуса. Интенсивные движения, выполняемые в разных темпах под красивую музыку, включают работу всех мышц и суставов. Таким образом, танцы – это наилучший «комплекс специальных упражнений» для всего тела.

Кроме физической нагрузки, ритмика – это еще и красивые, грациозные движения, ритмичная музыка, атмосфера творчества, что в целом у каждого ребенка создает положительные эмоции. С точки зрения медицины, танцы – это лекарство от стрессов и депрессий, а также профилактика заболеваний.

Доказано, что под воздействием физических упражнений в организме человека вырабатываются особые гормоны – эндорфины, влияющие на формирование хорошего настроения и положительных эмоций, повышающие устойчивость к стрессам и вызывающие ощущение уверенности в себе [28].

Музыка, воспринимаемая слуховыми рецепторами, воздействует на общее состояние всего организма человека, вызывает реакции, связанные с изменением кровообращения, дыхания. Эмоциональная отзывчивость и развитый музыкальный слух позволяют детям в доступной форме активизировать умственную деятельность и во время постоянного совершенствования движений в танце дети развиваются физически.

На самом деле занятия ритмикой помогают решить массу проблем – как физических, так и психологических. Как уже было отмечено, регулярные тренировки укрепляют мышцы, увеличивают выносливость и прибавляют силы. Кроме того, позволяют укрепить сердечно-сосудистую систему. С помощью танцев можно улучшить осанку, сделать мышцы более эластичными, а движения грациозными. Занятия танцами рекомендованы как уникальное средство профилактики плоскостопия и искривления позвоночника.

Танцевальные занятия предполагают сложнокоординационные движения тела, и тем самым способствуют развитию следующих качеств: физическая сила, гибкость и координация, выносливость, музыкальность, грация и стиль, а также приучают воспитанников к дисциплине.

Одним из быстрых и явных результатов занятий ритмикой является хорошая осанка, причем, чем младше ученик, тем легче она вырабатывается.

Осанка является интегральной характеристикой общего состояния организма и является отражением комплексного воздействия на него факторов окружающей среды. На занятиях большая часть времени отводится как раз правильной постановке осанки. Развитие чувства баланса происходит непрерывно на каждом уроке.

Влияние занятий ритмикой на физическое развитие детей:

- танцевальные упражнения тренируют практически все мышцы тела и положительно влияют на суставы;
- тренируют мышцы спины и помогают сформировать красивую осанку;
- танцы формируют красивую ровную походку;
- оказывают закаливающее и общеукрепляющее действие на организм, вследствие чего снижается частота простудных заболеваний;
- занятия танцами тренируют дыхательную систему;
- усиливают кровообращение, что в свою очередь увеличивает поступление кислорода в организм и благоприятно сказывается практически на всех внутренних органах и системах;
- танцы улучшают координацию движений и укрепляют вестибулярный аппарат;
- развивают музыкальный слух, чувство ритма, эстетический вкус;
- положительно влияют на работу сердечно-сосудистой системы;
- регулярные занятия танцами помогают сжечь лишние калории, что способствует снижению веса, а вместе с тренировкой мышц фигура приобретает красивый подтянутый вид;
- повышают работоспособность и выносливость организма;
- регулярные занятия танцами со сложными движениями улучшают мозговую деятельность и память;
- танцы замедляют процессы старения организма, ведь не зря говорят: «Движение – это жизнь»;

– танцы положительно влияют на психическое состояние человека, так как помогают выработке гормонов счастья – эндорфинов. Улучшают настроение, помогают бороться со стрессами, депрессиями, страхами, нервозностью;

– способствуют хорошей коммуникабельности, социализации, психоэмоциональной устойчивости.

С точки зрения физического развития, у детей, постоянно занимающихся ритмикой:

– уменьшается частота функциональных изменений осанки;

– улучшаются показатели иммунитета;

– средняя за год заболеваемость снижается;

– уровень физической и умственной работоспособности повышается

[40].

Таким образом, занятия ритмикой помогают оставаться в форме, развивать физические возможности и всегда быть в хорошем расположении духа. Занятия укрепляют мышцы, делают тело пластичным и гибким, положительно влияют на опорно-двигательный аппарат в целом. Танцы помогут детям предотвратить искривление позвоночника и избавиться от сутулости, развить координацию движений.

Занятия ритмикой развивают музыкальные способности детей.

Дошкольный и младший школьный возраст – период бурного развития воображения, фантазии, важнейших качеств творческой личности. В этом возрасте потребность ребёнка проявить себя в творчестве огромна. Творчество – это не удел избранных, а норма для каждого ребенка. Поэтому главная задача – как можно раньше определить направленность личности и создать условия для самовыражения детей, дать им возможность проявить себя в различных видах музыкальной деятельности.

Наиболее привлекательным для детей является танцевальное творчество – синтез музыкальных образов и выразительных движений тела. В основе его лежит восприятие музыки. Танец не существует без музыки.

Многообразие настроений, музыкальных красок стимулируют фантазию ребёнка, помогают его воображению создать какой-то сюжет. Здесь важно всеми возможными средствами способствовать индивидуальному раскрытию детьми содержания музыкального произведения. После того, как музыка хорошо осмыслена детьми, когда они почувствовали красоту мелодии, метроритмическую пульсацию, различные оттенки настроений, можно предлагать им импровизировать, создавать танцевально-пластический образ.

Психолог Б.М. Теплов определяет музыкально-ритмическое чувство как «способность активно переживать эмоциональную выразительность временного хода музыкального движения» [72].

Движения, выполняемые под музыку, применялись в воспитании детей ещё в Древней Греции. Считалось, что такие занятия приносят духовное и физическое здоровье. При восприятии музыкального искусства через движение волшебный мир музыки раскрывает свою высочайшую художественно-эстетическую ценность. Ведь танец – это творчество, танец – это именно тот вид искусства, который поможет ребёнку раскрыться, показать окружающим, как он видит этот мир.

Танец – это вид искусства. В нём через движения и пластику создаются образы, передаётся смысл. Все действия в танце сопровождаются музыкой, которая задаёт ритм, скорость и настроение.

Искусство танца без музыки и ритма существовать не может, поэтому на занятиях дети получают не только физическое и эмоциональное развитие, но и музыкальное. Музыка на уроках ритмики – важнейший фактор эстетического и художественного воспитания учащихся. При овладении танцевальной техникой большую помощь оказывает тщательный, продуманный подбор музыкального сопровождения. Подбор музыкальных произведений ведется с учетом характера хореографической лексики, задач урока и в соответствии с возрастными особенностями учащихся.

Музыкальность присуща каждому человеку, хотя порой она остается не выявленной или не развитой. И задача педагога с помощью занятий ритмикой, не просто развить эту способность, но и научить слышать, любить музыку, и полностью согласовывать свою пластику с ритмом, мелодией, характером музыки.

С самых первых уроков начинается музыкально-ритмическое воспитание детей, целью которого является развитие музыкального слуха и памяти, пластической выразительности с помощью упражнений, построенных на связи музыки и движения. Музыкальное развитие учащихся можно разделить на три этапа:

- способность правильно согласовывать свои движения с музыкальным ритмом;
- умение сознательно и творчески увлеченно воспринимать тему-мелодию и воплощать ее в движении;
- умение внимательно вслушиваться в интонацию, характер музыкальной темы и верно, творчески увлеченно, воплощать ее в пластике.

Можно уметь ритмично двигаться, правильно воспринимать содержание музыкальной темы, но не уметь отобразить ее в своих действиях. Поэтому не только что, но и как говорит музыкальная тема, ученик должен воспринимать уже на занятиях ритмики.

На занятиях ритмикой дети приобщаются к лучшим образцам музыки. Таким образом, формируется их музыкальная культура, развивается музыкальный слух и образное мышление, которые при постановочной работе помогают воспринимать музыку и хореографию, как единое целое. Систематическая работа по музыкальному развитию учащихся в начальных классах хореографических отделений детских школ искусств необходима, потому что музыкально образованные дети намного выразительнее в танце [54].

Искусство танца без музыки существовать не может. Задачи музыкального воспитания детей следующие:

- развитие музыкального восприятия метроритма;
- ритмичное исполнение движения под музыку, восприятие их в единстве;
- умение согласовать характер движения с характером музыки;
- развитие воображения, художественно-творческих способностей;
- повышение интереса учащихся к музыке, развитие способности эмоционально воспринимать её;
- расширение музыкального кругозора детей [54].

Главная музыкальная мысль, заложенная в произведении, – это мелодия – основа музыки. Важнейший элемент – ритм. Чередование тяжёлых звуков с лёгкими – это понятие «метра» в музыке. Темп, как скорость, един и в музыке, и в танце. Все эти характеристики танцующие дети должны знать, понимать и определять. Это уже язык музыки. Педагог-хореограф учит понимать его. Воспитанники учат такие понятия, как: музыкальная фраза, вступление и окончание, начало мелодии – начало движения. У детей воспитывается умение укладывать движение в музыкальную фразу.

Музыкальный материал, используемый на занятиях ритмики, должен быть тщательно продуман, грамотно подобран в плане стиливого и жанрового разнообразия. Только тогда он будет способствовать развитию музыкальных способностей и воспитанию музыкального вкуса учащихся. Музыка в полной мере должна отражать характер и эмоциональный настрой каждого музыкально-ритмического упражнения. Музыка, выполняя, по существу, вспомогательные функции в хореографическом учебном процессе, занимает важное место в обучении детей [54].

В результате на занятиях ритмикой в начальных классах хореографического отделения в детской школе искусств у детей формируются музыкальный слух и чувство ритма. Развиваются основные музыкальные способности: звуковысотный слух и чувство лада, чувство ритма, чувство музыкальной формы, музыкально-слуховые представления,

ладофункциональные отношения звуков, музыкальная восприимчивость, музыкальное творчество, музыкальная память, музыкальная фантазия [50].

В ходе систематических занятий ритмикой у детей постепенно развиваются хореографические способности.

Хореографические способности – комплекс индивидуально-психологических особенностей личности, необходимых для успешного осуществления различных видов хореографической деятельности.

Хореографические способности – это индивидуально-психологические особенности личности, к которым относится природная ритмическая чувствительность; развитое в процессе труда и социального общения субъективное отношение к музыкальным интонациям, выраженное в виде танцевального движения (И.И. Бадаева, И.А. Степаник).

Хореографические способности – это качества танцора, позволяющие проявить себя как исполнителя. Их можно условно разделить на физиологические возможности тела (строение тела, гибкость, сила, выворотность, растяжка и т.д.) и эмоционально-волевые качества личности, помогающие проявить эти возможности (выносливость, артистизм и т.д.).

Согласно Н.И. Тарасову, хореографические способности делятся на музыкальные, танцевальные и ритмические, а также внешние и профессиональные (устойчивость, выворотность, шаг, прыжок, гибкость, подъем) [71]. Такого же мнения придерживаются и ведущие профессиональные педагоги классического танца А.Я. Ваганова и Н.П. Базарова.

Структуру той или иной способности составляет совокупность психических качеств, которые необходимы для успешного выполнения деятельности.

К общим способностям можно отнести психомоторные способности.

Психомоторные способности – это личные качества, обеспечивающие двигательную умелость, человек с «умным» телом. Психомоторные (двигательные) возможности зависят от возрастных особенностей развития

ряда психических функций: мышечно-двигательных ощущений и восприятий, сенсомоторных процессов, памяти, мышления и внимания.

Психомоторные способности в хореографии:

1. Апломб (устойчивость) – умение сохранять в равновесии все части тела.

2. Координация – это врожденное природное качество состоит в умении свободно согласовывать все свои движения. (Виды координации: нервная, мышечная, двигательная, музыкально-ритмическая).

3. Музыкальность, чувство ритма – способность воспринимать, переживать, точно воспроизводить и создавать новые ритмические сочетания.

Специальные способности (творческие способности) – способность к импровизации, к воплощению музыкального образа в танце.

Уровень развития хореографических способностей зависит от задатков (первичные, природные (биологические) особенности, с которыми человек рождается (врожденные анатомические и физиологические особенности строения тела, двигательного аппарата, органов чувств и др.)

Поэтому в хореографии большое значение уделяется физическим (функциональным) данным (способностям) ученика, таким, как выворотность, балетный шаг, подъем, гибкость корпуса, прыжок.

Все эти способности связаны между собой и находятся в единстве, углубляя связь музыки и танца во всех хореографических дисциплинах. Несмотря на данные учащимся от природы хореографические способности, только целенаправленное обучение дает возможность обеспечить высокий уровень их развития [4].

В результате регулярных занятий ритмикой происходит развитие танцевальных данных детей и у них изменяются в лучшую сторону: апломб, выворотность, подъем, балетный шаг, прыжок, гибкость, растяжка, выносливость, скорость, грация, лёгкость движений, ритмичность,

музыкальность, умение владеть балансом и координация. Танцевальные движения становятся изящнее, слаженнее; пластика – более выразительной.

Ритмика имеет огромное значение в системе хореографического образования учащихся. У детей, которые занимаются ритмикой, развивается чувство ритма, музыкальная память, культура движений, музыкальное восприятие, образность и эмоциональность, умение творчески воплощать музыкально-двигательный образ, а также совершенствуется мелодический и гармонический слух. Также, занимаясь данным предметом, дети приобретают красивую походку и осанку, учатся координировать движения и ориентироваться в пространстве.

С давнего времени общеизвестно влияние совмещения мелодии и пластики тела на состояние здоровья человека. Если ребёнок с ранних лет начинает слушать музыку, которая ему нравится, у него начинают очень быстро развиваться, нужные для жизни, сенсорные каналы.

Данный предмет хорошо влияет и на физическое состояние ребёнка. В начале обучения у детей ещё недостаточно развитая опорно-двигательная система. И невысокая двигательная активность может привести к ряду заболеваний: плоскостопие, косолапие, кифоз и сколиоз. И именно занятия ритмикой помогают избежать этих заболеваний. Кроме этого, на уроках учащиеся развивают свой вестибулярный аппарат, так как ритмика подразумевает достаточно много вращений и прыжков. А если упражнения повторять систематически, развивается мышечная память.

Также ритмика благоприятно влияет на психическое здоровье ученика. Овладевая элементами хореографии, ребёнок становится уверенным в себе, коммуникабельным, дружелюбным и более внимательным к своему окружению. Игровые танцевальные композиции, применяемые на уроках ритмики, создают для детей условия эмоциональной разрядки, улучшают функции внимания и обогащают детей яркими образными движениями [61].

Выводы по второй главе:

Ритмика – особый вид музыкальной деятельности, передающий содержание музыки, настроение, характеры образов с помощью движений. При этом за основу берется музыка, а танцы и образные движения служат для более глубокого понимания и восприятия музыкального произведения.

Музыкально-ритмические движения включают: танцы (импровизации, хороводы, пляски, элементы народных и бальных танцев и так далее); упражнения (бег, ходьба, прыжки, наклоны, повороты, приседания, упражнения с предметами и многое другое); игры (сюжетные и несюжетные); драматизации.

По завершению курса ритмики в начальных классах хореографического отделения в детской школе искусств обучающиеся должны знать: характер музыки; виды темпа; музыкальные размеры 2/4, 4/4, 3/4; правила построения танцевальных рисунков; положения рук; позиции ног (I, II прямые и полувыворотные, III полувыворотная, VI); положения рук (основные и характерные для русского народного и бальных танцев); правила построения корпуса.

По завершению курса ритмики в начальных классах хореографического отделения в детской школе искусств обучающиеся должны уметь: точно реагировать на изменения метроритмических характеристик музыкального материала; вовремя начать и закончить движения в соответствии с музыкой; воспроизводить ритмические рисунки в разках изученных музыкальных размеров; ориентироваться в музыкальном зале; правильно исполнять различные виды танцевальных шагов и бега; выполнять элементы русского народного, бальных танцев; самостоятельно исполнять любое танцевальное движение и комбинацию; исполнять комплекс партерного экзерсиса; взаимодействовать в парах, в коллективе; выполнять различные построения и перестроения.

В ходе нашего исследования были изучены методики проведения занятий по ритмике и танцу и рассмотрены особенности преподавания

ритмики в начальных классах хореографического отделения в детской школе искусств.

Анализ полученных результатов исследования показал, что применение современных методик проведения занятий по ритмике положительно влияет на формирование общей культуры учащихся, а также способствует физическому, интеллектуальному и духовно-нравственному развитию детей.

Занятия ритмикой способствуют формированию общей культуры, музыкального вкуса, навыков коллективного общения; развитию двигательного аппарата, мышления и фантазии у обучающихся детей начальных классов хореографического отделения детской школы искусств; а также творческому раскрепощению и оздоровлению учащихся, формированию у них духовно-нравственных ценностей.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Цель нашей работы заключалась в том, чтобы изучить методики проведения занятий по ритмике и танцу в начальных классах хореографического отделения в детской школе искусств.

В соответствии с темой исследования были выдвинуты следующие задачи:

- изучить психолого-педагогическую и методическую литературу по теме исследования;
- выявить существующие противоречия;
- обосновать особенности профессиональных требований к педагогу-хореографу в работе с дошкольниками и младшими школьниками;
- рассмотреть особенности физиологического и психологического развития детей дошкольного и младшего школьного возраста;
- описать особенности преподавания в хореографических отделениях школы искусств;
- изучить методические особенности преподавания ритмики в начальных классах хореографического отделения в детской школе искусств;
- проанализировать результаты исследования.

В соответствии с поставленными задачами и проведенным исследованием мы можем сделать следующие выводы.

Вопросами, касающимися ритмики (ритмической гимнастики), занимались такие ученые, как: Жорж Демени, Жан-Жак Далькроз, Г.А. Дюпперон и др. Развивали систему музыкально-ритмического обучения в нашей стране в начале XX века С.В. Волконский, В.А. Гринер, Н.В. Романова, Н.Г. Александрова и др. В 60-е годы – Е.В. Конорова, И.В. Заводина, И.В. Лифиц, Е.Л. Кузьминова. В наше время это Т.П. Мануйлова, С.Б. Шарманова, Н.В. Денисенко, Ю.П. Денисенко и др.

Методические пособия проведения уроков ритмики и танца, применяемые на практике, разрабатывались такими педагогами, как: И.Э. Бриске, И.В. Лифиц, Н.И. Шарова и др.

Проведённый теоретический анализ по данной теме позволил уточнить такие понятия, как: ритмика, ритмическая гимнастика, ритмические упражнения, музыкально-ритмические движения, музыкальность, музыкальные способности, танцевальные способности.

Поставленные нами задачи были выполнены в ходе исследования в полном объёме и верифицированы.

На основании изученной литературы и проведенного исследования мы можем сделать следующие выводы.

Ритмика в переводе с греческого (*rhythmos*) означает порядок движения. Ритмика – это танцевальные упражнения под музыку, которые учат чувствовать ритм и гармонично развивают тело.

К занятиям ритмикой рекомендуется приступать с самого раннего возраста. Основной задачей ритмики в хореографической школе и школе искусств является развитие у учащихся общей музыкальности и чувства ритма, закрепление знаний, полученных ими на уроках по специальности.

Дети дошкольного и младшего школьного возраста испытывают потребность в движении, им свойственна двигательная активность. Неслучайно они ярче и эмоциональнее воспринимают музыку через движение. Потому как двигаются дети под музыку педагог может проверить прочность приобретённых ими музыкальных навыков, судить об уровне развития музыкальных способностей, внимания, памяти, выявить их творческие возможности.

Музыка пробуждает у детей светлые и радостные чувства. Они получают огромное удовлетворение от свободных и лёгких движений, от сочетания музыки с пластикой своего тела и жестов. Занятия ритмикой поднимают настроение, повышают жизненный тонус.

Занятия ритмикой оказывают на детей и не малое воспитательное воздействие. То, что упражнения выполняются всем коллективом и часто при необходимости требуют чёткого взаимодействия всех участников, повышает у них дисциплину, чувство ответственности, товарищества. Кроме того, у детей развиваются память и внимание. Постепенно появляются уверенность, находчивость, воспитываются активность и инициатива. В тесной связи со всей учебно-воспитательной работой школы, занятия по ритмике направлены на воспитание организованной, творческой, гармонически развитой личности [61].

В ходе нашего исследования были изучены методики проведения занятий по ритмике и танцу и рассмотрены особенности преподавания ритмики в начальных классах хореографического отделения в детской школе искусств.

В эмпирической части нашего исследования был проведён анализ полученных результатов. Диагностика показала, что применение современных методик проведения занятий по ритмике положительно влияет на формирование общей культуры учащихся, а также способствует физическому, интеллектуальному и духовно-нравственному развитию детей.

Занятия ритмикой способствуют формированию общей культуры, музыкального вкуса, навыков коллективного общения; развитию двигательного аппарата, мышления и фантазии у обучающихся детей начальных классов хореографического отделения детской школы искусств; а также творческому раскрепощению и оздоровлению учащихся, формированию у них духовно-нравственных ценностей.

В обобщении теоретических знаний по методике проведения урока ритмики и танца для обучающихся начальных классов хореографического отделения детской школы искусств заключается теоретическая новизна исследования.

В выявлении методических аспектов преподавания ритмики в начальных классах хореографического отделения в детской школе искусств заключается практическая значимость исследования.

Выполнение в ходе нашего исследования поставленных задач позволило грамотно структурировать и доказать выдвинутую ранее гипотезу, которая заключалась в предположении о том, что применение современных методик проведения занятий по ритмике положительно влияет на формирование общей культуры учащихся, а также способствует физическому, интеллектуальному и духовно-нравственному развитию детей.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Александрова Н. Г. О ритмическом воспитании / Н. Александрова; Наркомпрос. Отд. единой труд. школы. – [Б. м.] : [б. и.], [1920]. – 7 с.
2. Алфеева Е. В. Креативность и личностные особенности детей дошкольного возраста (4-7 лет) : дис. ... канд. псих. наук : / Е.В. Алфеева. – М., 2000. – 142 с.
3. Ананьев Б. Г. Избранные труды по психологии / Б.Г. Ананьев. – Санкт-Петербург : Изд-во Санкт-Петербургского ун-та, 2007-. – 22 см. Т. 2: Развитие и воспитание личности. Т. 2. – 2007. – 546 с. – ISBN 978-5-288-04396-3.
4. Базарова Н. П. Азбука классического танца / Н.П. Базарова, В.П. Мей. – СПб.: Лань, 2006. – 240 с. – ISBN 978-5-8114-0658-6.
5. Баранов А. Б. Создание условий для формирования позитивного отношения к культурным ценностям в процессе обучения танцам // Дополнительное образование. – 2005. – № 10. – С. 54–56.
6. Барышева Т. А. Психолого-педагогические основы развития креативности / Т.А. Барышева, Ю. А. Жигалов. – СПб. : 2006. – ISBN 5-8064-0619-9 : 100.
7. Барышникова Т. К. Азбука хореографии / Татьяна Барышникова. – Москва : Айрис-Пресс : Рольф, 1999. – 265 с. – ISBN 5-7836-0157-8.
8. Башкиров П. Н. Учение о физическом развитии человека / П.Н. Башкиров. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 1992. – 340 с.
9. Бекина С. И. Музыка и движение : (Упражнения, игры и пляски для детей 6-7 лет). Из опыта работы муз. руководителей дет. садов / Авт.-сост. С.И. Бекина, Т.П. Ломова, Е.Н. Соковнина. – Москва : Просвещение, 1984. – 288 с. – ISBN В пер. (В пер.) : 65 к.
10. Белоущенко М. В. Что такое ритмика и в чем её польза для

развития дошкольников? – URL: <https://nsportal.ru/detskiy-sad/muzykalno-ritmicheskoe-zanyatie/2021/09/03/chto-takoe-ritmika-i-v-chem-eyo-polza> (дата обращения: 09.11.2022).

11. Березина В. А. Дополнительное образование детей как средство их творческого развития. автореф. дис. канд. пед. наук : 13.00.01 / В.А. Березина – М., 1998. – 147 с.

12. Боголюбская М. С. Музыкально-хореографическое искусство в системе эстетического и нравственного воспитания: учеб.-метод, пособие для клубных работников. – Москва : ВНИЦНТИКПР, 1986. – 92 с.

13. Бриске И. Э. Основы детской хореографии. Педагогическая работа в детском хореографическом коллективе: учеб. Пособие / И.Э. Бриске; Челяб. гос. акад. культуры и искусств. – Изд. 2-е перераб., доп. – Челябинск, 2013. – 180 с. – ISBN 978-5-94839-436-7.

14. Быкова С. А. Парциальная программа «Танцевальная ритмика». – URL: <https://nsportal.ru/shkola/korreksionnaya-pedagogika/library/2011/11/0> (дата обращения: 27.11.2022).

15. Ветлугина Н. А. Музыкальное развитие ребенка. – Москва : Просвещение, 1968. – 415 с.

16. Волконский С. М. Ритмическая гимнастика. Листки курсов ритмической гимнастики. – 1913. – № 1.

17. Выготский Л. С. Развитие высших психических функций : Из неопублик. трудов / Акад. пед. наук РСФСР. Ин-т психологии. – Москва : Изд-во Акад. пед. наук, 1960. – 500 с.

18. Гузь О. Ф. Профессионально-педагогические способности и личностные качества руководителя хореографического коллектива. – URL: http://www.rusnauka.com/NTIP_2006/Pedagogica/3_guz_.doc.htm (дата обращения: 19.12.2022).

19. Гуревич К. М. Индивидуально-психологические особенности школьников / К.М. Гуревич. – М. : Знание, 1988. – 79 с.

20. Демени Ж. Э. Ж. Теоретический и практический курс

физического воспитания / Г. Демени, Ж. Филипп, Г. Расин; Пер. с 2-го фр. изд. д-ра М. Владимирского. – Москва : М. и С. Сабашниковы, 1912. – 348с.

21. Детская практическая психология : Учеб. для студентов вузов / [Т.Д. Марцинковская, Е.И. Изотова, Т.Н. Счастливая и др.] ; Под ред. Т.Д. Марцинковской. – Москва : Гардарики, 2004. – 252 с. – ISBN 5-8297-0038-7 (в обл.).

22. Жак-Далькроз Э. Листки курсов ритмической гимнастики. – 1913. – № 1.

23. Зайфферт Д. Педагогика и психология танца : заметки хореографа : учеб. пособие / Д. Зайфферт ; [пер. с нем. В. Штакенберга]. – СПб : Лань : Планета музыки, 2012. – 127 с. – ISBN 978-5-8114-1425-3 (Лань) (в пер.).

24. Зарецкая Н. В. Танцы для детей среднего дошкольного возраста : пособие для практических работников ДОУ / Н.В. Зарецкая. – Москва : Айрис-Пресс, 2008. – 108 с. – ISBN 978-5-8112-3300-7.

25. Зарецкая Н. В. Танцы для детей старшего дошкольного возраста : пособие для практ. работников ДОУ / Н.В. Зарецкая. – Москва : Айрис-пресс : Айрис-дидактика, 2005. – 116 с. – ISBN 5-8112-1503-7 (в обл.).

26. Зеленкова Л. В. Образовательная программа дополнительного образования детей. – URL: https://ddtstep.ucoz.kz/zelenkova/progproekt_zel.d (дата обращения: 08.11.2022).

27. Ивлева Л. Д. Руководство воспитательным процессом в самодеятельном хореографическом коллективе : диссертация ... кандидата педагогических наук : 13.00.05. – Ленинград, 1985. – 219 с.

28. Ильин Е. П. Психология творчества, креативности, одаренности / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2009. – 434 с.

29. Казанина Н. Н. Программа «Ритмика и танец». – М., 2012. – 128 с.

30. Каплунова И. М. Этот удивительный ритм : развитие чувства ритма у детей : пособие для воспитателей и музык. рук. дет. дошк.

учреждений / И. Каплунова, И. Новоскольцева. – СПб. : Композитор, 2005. – 73 с.

31. Карпенко В. Н. Хореографическое искусство и балетмейстер : учебное пособие / В.Н. Карпенко, И.А. Карпенко, Ж. Багана. – Москва : ИНФРА-М, 2015. – 190 с. – ISBN 978-5-16-010600-7.

32. Колодницкий Г. А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей : практическое пособие / Г. А. Колодницкий. – М. : Гном-Пресс, 2001. – 64 с.

33. Кон И. С. В поисках себя : Личность и ее самосознание : [Перевод] / И. Кон. – Москва : Прогресс, Б. г. (1990). – 367 с. – ISBN 5-01-002213-3 : 1 р. 60 к.

34. Коренева Т. Ф. Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста [: практическое пособие / Т.Ф. Коренева. – М. : Гном-Пресс, 2001. – 72 с.

35. Костина Э. П. Камертон : Программа музыкального образования детей раннего дошкольного возраста. – 2-е изд. – Москва : Просвещение, 2006. – 223 с. – ISBN 5-09-014666-7 (в обл.).

36. Кравцова Е. Е. Психологические проблемы готовности детей к обучению в школе / Е.Е. Кравцова; НИИ дошк. воспитания АПН СССР. – Москва : Педагогика, 1991. – 152 с. – ISBN 5-7155-0381-7 : 1 р. 30 к.

37. Кудрявцев В. Т. Развитие детства и развивающее образование. – Ч. 1. / В.Т. Кудрявцев. – Дубна, 1997.

38. Куликова А. В. Организационно-педагогические условия развития умений и навыков классического танца у учащихся младших классов хореографических училищ: автореф. дисс. на соиск. уч. степ. канд. пед. наук / А.В. Куликова. – М.: Московский гос. ин-т культуры и искусств, 2009. – 35 с.

39. Лейтес Н. С. Умственные способности и возраст / Н. С. Лейтес ; Науч.-исслед. ин-т общ. и пед. психологии Акад. пед. наук СССР. – Москва : Педагогика, 1971. – 277 с.

40. Лекция: Связь занятий танцами и здорового образа жизни. – URL: <https://infourok.ru/leksiya-svyaz-zanyatij-tancami-i-zdorovogo-obraza-zhizni-1197706.html> (дата обращения: 12.04.2022).
41. Лифиц И. В. Методическое пособие для преподавателей. Ч. 1. – Москва : Исслед. центр по пробл. управления качеством подгот. специалистов, 1992. – 210 с. – (Ритмика. [В 2 ч.]
42. Луначарский А. В. Учитель, учись. Учительская газета. – 1924. – № 1.
43. Маслоу А. Г. Мотивация и личность / Абрахам Маслоу ; [пер. с англ. Т. Гутман, Н. Мухина]. – 3-е изд. – Москва [и др.] : Питер, 2013. – 351 с. – ISBN 978-5-459-00494-7.
44. Мир детства : Мл. школьник / [Л.И. Айдарова, М.В. Антропова, К.В. Бардин и др.; Редкол.: А.Г. Хрипкова (гл. ред.) и др.]. – 2-е изд., доп. – Москва : Педагогика, 1988. – 271 с. – ISBN 5-7155-0082-6 (В пер.) : 3 р. 20 к.
45. Митрохина Л. В. Основы актерского мастерства в хореографии: учеб. пособие. – Орел: Орловский гос. институт искусств и культуры, 2003. – 108 с.
46. Мориц В. Э. Методика классического тренажа / В.Э. Мориц, Н.И. Тарасов, А.И. Чекрыгин. – СПб.: Лань, 2009. – С. 4–5.
47. Мухаринская Л. С. Музыкальная энциклопедия. – М., 1974. Т. 2. – 381 с.
48. Мухина В. С. Возрастная психология : феноменология развития, детство, отрочество : учеб. для студентов / В.С. Мухина. – 9-е изд., стер. – М. : Академия, 2004 (ГУП Саратов. полигр. комб.). – 452 с. – ISBN 5-7695-0408-0.
49. Немов Р. С. Общие основы психологии. – Москва : Просвещение : Гуманит. изд. центр «ВЛАДОС», 1994. – 572 с. – ISBN 5-09-005103-8 (В пер.) : Б. ц.
50. Основные музыкальные способности дошкольников. – URL: <https://www.maam.ru/detskijsad/osnovnyye-muzykalnye-sposobnosti-doshkolnik>

(дата обращения: 12.10.2022).

51. Пиаже Ж. Речь и мышление ребенка / Жан Пиаже; [Сост., новая ред. пер. с фр., коммент. Вал. А. Лукова, Вл. А. Лукова]. – Москва : Педагогика-пресс, 1994. – 526 с. – ISBN 5-7155-0694-8 (В пер.) : Б. ц.

52. Поддьяков Н. Н. Психическое развитие и саморазвитие ребенка [Текст] / Н. Н. Поддьяков. – СПб. : Речь ; Москва : Образовательные проекты ; 2010. – 143 с. – ISBN 978-5-9268-0899-2.

53. Поливанова К. Н. Психология возрастных кризисов: Учебное пособие для студентов высш. пед. учеб. завед. – М.: Академия, 2000. – 184 с.

54. Поляков В. А. Музыкальное развитие на уроках классического и народно-сценического танца. – URL: <https://infourok.ru/statya-muzykalnoe-razvitie-na-urokah-klassicheskogo-i-narodno-scenicheskogo-tanca-4274214.htm> (дата обращения: 26.10.2022).

55. Психология детства : Практикум. Тесты, методики для психологов, педагогов, родителей / [Сост. С. Костромина, А. Реан] ; Под ред. А.А. Реана. – СПб. : Прайм-Еврознак ; М. : Олма-Пресс, 2003. – 224 с. – ISBN 5-93878-011-X (в обл.).

56. Пуляева Л. Е. Некоторые аспекты методики работы с детьми в хореографическом коллективе : Учеб. пособие для студентов сред. и высш. учеб. заведений культуры и искусств РФ / Л.Е. Пуляева; М-во образования Рос. Федерации. Тамб. гос. ун-т им. Г.Р. Державина. – Тамбов : Изд-во ТГУ, 2001. – 83 с.

57. Пуртова Т. В. Учите детей танцевать : Учеб. пособие для студентов учреждений сред. проф. образования / Т.В. Пуртова, А.Н. Беликова, О.В. Кветная. – Москва : Гуманитар.-изд. центр ВЛАДОС, 2003 (Казань : ГУП ПИК Идел-Пресс). – 254 с. – ISBN 5-691-00814-5 (в обл.).

58. Пути развития ритмики в России // Музыка и время. – 2001.

59. Радынова О. П. «Музыкальные шедевры». Авторская программа и методические рекомендации. – М.: «Издательство ГНОМ и Д», 2000. – 80с.

60. Рассохина В. Н.Г. Александрова и ритмика Далькроза в нашей стране / Из прошлого советской музыкальной культуры. – М., 1982. – Вып. 3.
61. Растоскуева С. А. Ритмика как первоначальная ступень обучения хореографии. – URL: <https://multiurok.ru/files/ritmika-kak-priervonachal-naia-stupien-obuchieniia.html> (дата обращения: 27.11.2022).
62. Роот З. Я. Танцевальный калейдоскоп : практическое пособие / З.Я. Роот. – М. : Аркти, 2004. – 47 с.
63. Рубинштейн С. Л. Проблемы общей психологии / Отв. ред. [и авт. вступ. статьи] Е.В. Шорохова ; [Сост. и авт. коммент. К.А. Абульханова-Славская и А.В. Брушлинский] ; Акад. пед. наук СССР. Ин-т философии АН СССР. Ин-т психологии АН СССР. – Москва : Педагогика, 1973. – 423 с.
64. Руднева С. Д. Ритмика : Муз. движение : [Метод. пособие] / С.Д. Руднева, Э.М. Фиш. – Москва : Просвещение, 1972. – 334 с.
65. Селиванов В. С. Основы общей педагогики: теория и методика воспитания : учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений / В.С. Селиванов; под ред. В.А. Сластенина. – 3-е изд. – Москва : Academia, 2004. – 335 с. – ISBN 5-7695-1804-9 (в пер.).
66. Система эстетического воспитания в детском саду / Под общ. ред. Н.А. Ветлугиной ; Акад. пед. наук РСФСР. Ин-т худож. воспитания. – Москва : Изд-во Акад. пед. наук РСФСР, 1962. – 372 с.
67. Сластёнин В. А. Педагогика: учеб. Пособие для студентов высш. пед. учеб. Заведений / В.А. Сластёнин, И.Ф. Исаев, Е. Н. Шиянов; под ред. В.А. Сластёнина. – М.: Академия, 2002. – 576 с.
68. Слуцкая С. Л. Танцевальная мозаика : практическое пособие / С.Л. Слуцкая. – М. : Линкас-пресс, 2006. – 272 с.
69. Спинжар Н. Ф. Педагогика в профессиональной подготовке хореографа : учеб. пособие. / Н.Ф. Спинжар, Е.Л. Рябинкина. – М. : МГУКИ, 2011. – 164 с.
70. Спинжар Н. Ф. Педагогика самореализации личности в

профессиональном образовании : учебно-методическое пособие / Н.Ф. Спинжар ; Московский гос. ун-т культуры и искусств. – Москва : МГУКИ, 2014. – 118 с. – ISBN 978-594778-324-7.

71. Тарасов Н. И. Классический танец. Школа мужского исполнительства. – 3-е изд. – СПб.: Издательство «Лань», 2005. – 496 с. – ISBN 5-8114-0591-X.

72. Теплов Б. М. Психология : учебник для средней школы / Б.М. Теплов. – Изд. 8-е [восстановленное с оригинала 1954 года]. – [Б. м.] : [б. и.], [201-?]. – 255 с. – ISBN 978-5-907079-51-9 : 1100 экз.

73. Учебно-воспитательная и творческая работа в детском хореографическом коллективе. – URL: <https://infourok.ru/uchebnovospitatelna> (дата обращения: 14.11.2022).

74. Ушакова Ю. В. Педагогические особенности занятий образной хореографией с детьми младшего возраста : диссертация ... кандидата педагогических наук : 13.00.02. – Москва, 2001. – 153 с.

75. Франио Г. С. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей : Учеб. пособие для детей дошкол. и мл. школ. возраста / Общ. ред. Г.Я. Нугер. – Москва : Сов. композитор, 1989. – 104 с.

76. Холфина С. С. Вспоминая мастеров московского балета... / Серафима Холфина. – Москва : Искусство, 1990. – 374 с. – ISBN 5-210-00372-8 (В пер.) : 2 р. 40 к.

77. Хореография – индивидуальный подход / Стихия танца. – URL: http://www.elementdance.ru/headings/choreography_the_individual_approach (дата обращения: 04.11.2022).

78. Цорн А. Я. Грамматика танцевального искусства и хореографии / А.Я. Цорн. – СПб. : Планета музыки : Лань, 2011. – 539 с. – ISBN 978-5-8114-1145-0 (Лань) (в пер.).

79. Чибрикова-Луговская А. Е. Ритмика : Ходьба. Упражнения. Игры. Танцы : метод. пособие для воспитателей, муз. рук. дет. сада и

учителей нач. шк. / А.Е. Чибрикова-Луговская. – Москва : Дрофа, 1998. – 102 с. – ISBN 5-7107-1853-Х.

80. Что такое ритмика и в чем ее польза для развития детей? – URL: <https://multiurok.ru/files/chto-takoe-ritmika-i-v-chem-ee-polza-dlia-razvitii.html> (дата обращения: 03.11.2022).

81. Шамсивалиева А. В. Методическая разработка «Особенности преподавания классического танца в младшем школьном возрасте». – URL: <https://nsportal.ru/npo-spo/obrazovanie-i-pedagogika/library/2022/09/28/metodi> (дата обращения: 26.10.2022).

82. Шарова Н. И. Детский танец. – СПб.: «Издательство Планета музыки»; Издательство «Лань», 2016. – 64 с. – ISBN 978-5-8114-1174-0.

83. Шилинговская Т. А. Ритмика для детей. – URL: https://ds33-nk.ru/?sad=d_o&d_o=blog/shilingovskaja/ritmika#:~:text=На%20ри (дата обращения: 23.11.2022).

84. Шкадина А. Ю. Проект «Современные педагогические технологии в формировании творческой мотивации дошкольников на уроках хореографии» – URL: http://mouddut.ucoz.org/method/metod-rekomend/proekt_shkadina_igra.pdf (дата обращения: 16.10.2022).

85. Шторк К. Система Далькроза / Пер. с нем. Р. Варшавской, И.Н. Левинской; под ред. П.П. Гайдебурова. – Л.-М.: Изд-во «Петроград», 1924. – 132 с.

86. Эльконин Д. Б. Психология обучения младшего школьника / Д. Б. Эльконин, чл.-кор. АПН СССР. – М. : Знание, 1974. – 63 с.

87. Янаева Н. Н. Хореография. Учебник для начальной хореографической школы. – М.: Релиз, 2004. – 340 с.

88. Янкелевич Е. И. Осанка – красивая, походка – легкая / Е.И. Янкелевич. – Москва : Физкультура и спорт, 2001. – 95 с. – ISBN 5-278-00721-4.

89. Янковская О. Н. Учить ребенка танцам необходимо. // Начальная школа. – 2000. – № 2. – С. 27–31.