



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 работы педагога–хореографа с детьми младшего  
школьного возраста (ритмика и танец)»

Выпускная квалификационная работа по направлению

51.03.02 Народная художественная культура

Направленность программы бакалавриата

«Руководство хореографическим любительским коллективом»

Форма обучения заочная

Проверка на объем заимствований:

64,3 % авторского текста  
Работа рекомендована к защите  
рекомендована/не рекомендована  
« 02 » 08 2021 г.  
зав. кафедрой хореографии  
Чурашов А.Г.

Выполнил:

Студент группы ЗФ-507-115-5-1  
Торопова Анастасия Олеговна

Научный руководитель:  
к.п.н., доцент

Чурашов Андрей Геннадьевич

Челябинск  
2021

## Оглавление

ВВЕДЕНИЕ .....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ЗАНЯТИЙ РИТМИКОЙ И ТАНЦЕМ.....	5
1.1 История становления и развития ритмики как самостоятельного феномена в структуре хореографии.....	5
1.2 Функции и значение занятий ритмикой и танцем для развития детей.....	12
1.3 Методы обучения детей ритмике и танцу.....	17
ГЛАВА 2. СПЕЦИФИКА РАБОТЫ ХОРЕОГРАФА НА ЗАНЯТИЯХ РИТМИКИ И ТАНЦА С ДЕТЬМИ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....	22
2.1 Возрастные особенности детей младшего школьного возраста.....	22
2.2 Педагогические условия для занятий ритмикой.....	27
2.3 Методические рекомендации по работе с младшими школьниками на занятиях ритмики.....	36
ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....	43
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	46

## ВВЕДЕНИЕ

Актуальность темы исследования. Современные условия диктуют повышенные требования к подрастающему поколению. Общество нуждается во всесторонне развитых, гармоничных людях, способных к творчеству и принятию нестандартных решений. Фундамент этого развития закладывается в дошкольном и младшем школьном возрасте, и хореографические коллективы играют в данном процессе важную роль.

Социальная среда, в которой находится ребенок, оказывает непосредственное влияние на его развитие. Широкие возможности для этого предоставляются творческими хореографическими коллективами. Сущность хореографического коллектива, построенная на основах коллективных действиях, содержит органичный синтез пластических, музыкальных, изобразительных и других средств художественной выразительности, создает реальные предпосылки развития различных качеств детей – как художественно–эстетических, так и нравственных.

Обеспечить гармоничное развитие ребенка возможно только при внутренней целостности художественно–педагогического процесса, когда каждый художественный прием педагогически инструментирован, а каждая педагогическая задача решается средствами, свойственными художественной специфике занятий. Целенаправленная педагогическая деятельность педагогов по формированию определенных черт и качеств ребенка должна быть всегда ориентирована на определенную возрастную группу, в соответствии с возможностями и особенностями которой могут выдвигаться конкретные воспитательные задачи и выбираться определенные средства и методы воспитательного воздействия.

Объектом настоящего исследования выступают педагогические основы работы в хореографическом коллективе.

Предметом исследования являются особенности работы с детьми младшего школьного возраста.

Целью исследования является изучение специфики работы педагога–хореографа с детьми младшего школьного возраста на занятиях ритмики и танца.

Достижение данной цели требует решения ряда задач:

- изучить историю становления и развития ритмики как самостоятельного феномена в структуре хореографии.
- выделить функции и значение занятий ритмикой и танцем для развития детей;
- описать методы обучения детей ритмике и танцу,
- выделить возрастные особенности детей младшего школьного возраста,
- определить педагогические условия для занятий ритмикой и разработать методические рекомендации по работе с младшими школьниками на занятиях ритмики.

Методами исследования выступают анализ и синтез теоретической информации по теме исследования, а также описание.

Теоретическая значимость исследования определена необходимостью выявления педагогических условий для занятий ритмикой с детьми младшего школьного возраста.

Практическая значимость исследования состоит в том, что разработанные методические рекомендации по работе с младшими школьниками на занятиях ритмики, могут быть использованы в работе педагогами–хореографами.

Структура работы соответствует поставленным цели и задачам и включает введение, две главы, заключение, библиографический список и приложения.

# ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ЗАНЯТИЙ РИТМИКОЙ И ТАНЦЕМ

## 1.1 История становления и развития ритмики как самостоятельного феномена в структуре хореографии

Создателем системы музыкального ритмического воспитания является Эмиль Жак–Далькроз (1856 – 1950) – швейцарский педагог, композитор, общественный деятель.

Занимаясь в Женевской консерватории со студентами, Далькроз обратил внимание на то, что далеко не все могут выполнять ритмический рисунок в пределах определённого метра и достаточно точно координировать движения при игре на музыкальном инструменте. Понимая, что ритм связан с моторикой, он начал вводить на уроках сольфеджио различные ритмические упражнения. Так постепенно им была создана система ритмической гимнастики, которая впоследствии стала называться ритмикой [21].

В отличие от обычной гимнастики, подчинённой только метру, в ритмической гимнастике Далькроза все движения шли под музыку.

С усложнением ритмических заданий выявлялась и воспитательная роль урока ритмика: они развивали у студентов внимание, сосредоточенность, укрепляли волю, стремление достичь поставленной цели, вырабатывали слаженность действий всего коллектива.

Занятия ритмикой положительно влияли так же на общий тонус учащихся, снижая утомляемость.

Свой метод ритмического воспитания Далькроз изложил в ряде статей и книг. В 1910 году возглавил Институт музыки и ритма в Хеллерау (под Дрезденом), который был организован для детей местных рабочих, а в 1915 году – Институт Жак–Далькроза в Женеве.

История появления ритмики в России уходит своими корнями более чем 100 лет назад. С 1909–го года Россия переживала периоды бурного

подъёма и времена затишья, но, оглядываясь назад, сегодня с уверенностью можно сказать, что за эти годы была создана стройная отечественная система преподавания ритмики на всех этапах обучения. Известные деятели русской культуры: Н.А.Римский–Корсаков, С.Дягилев, К.Станиславский, С.Рахманинов – интересовались методом Эмиля Жак–Далькроза [22].

Основоположниками «ритмической гимнастики» в России были: Нина Георгиевна Александрова, Сергей Михайлович Волконский и Вера Александровна Гринер. Все они учились непосредственно у Жак–Далькроза (автора уникальной методики музыкально – ритмического воспитания) в Женеве и в Институте Ритма в Хеллерау (Германия). 100– летний юбилей этого учебного заведения отмечался осенью 2011–го года.

Обладая яркой индивидуальностью, большим энтузиазмом и горячим желанием заниматься любимым делом у себя на родине, они смогли заинтересовать «ритмической гимнастикой» музыкально–театральную общественность Москвы и Петербурга. Поражает глубина и размах их деятельности. За десять с небольшим лет были открыты Курсы ритмической гимнастики в Москве и Петербурге, начал выходить первый в мире периодический журнал по вопросам ритмики «Листки Курсов ритмической гимнастики» под редакцией С.М.Волконского, созданы Институты Ритма в Москве (1919 г.) и Петербурге (1919 г.) [21].

Н.Александрова и, особенно, С.Волконский регулярно выступают с публичными лекциями, докладами, статьями, устраивают конференции, открытые показы достижений в этой области. Так, А. Луначарский, возглавлявший в первые послереволюционные годы Наркомпрос (Народный Комиссариат Просвещения), отметил после одного из выступлений студентов Института Ритма, что «воочию убедился, что от всей вашей работы веет новой весной». Сам Жак–Далькроз, посетивший Россию в 1913 году, был приятно удивлён результатами распространения своего метода и деятельностью русских ритмистов.

Известные музыканты (К.Метнер, А.Гольденвейзер, К.Игумнов, С.Василенко) и педагоги (Е.Гнесина и др.), посетив уроки ритмики, считали необходимым ввести их в учебные планы. Новая дисциплина преподаётся в Петербурге во многих местах, в частности, в Реформаторском Женском Училище, Смольном Институте, Гимназии Стюниной, а также в частных ритмических группах. В Москве Н.Александрова вела ритмику в Музыкальной школе Е. Гнесиной, в Александровском Институте, Консерватории, Драматической школе Халютиной и др. Целая плеяда педагогов–энтузиастов также активно занималась внедрением далькрозовской ритмики в России. Это были: Ш. Пфеппер, Т.Аппиа, Н.Романова, М.Румер, А.Александров, Н.Баженов, Т.Адамович, Е.Чаянова. Позже к ним присоединились и лучшие выпускники Института Ритма в Москве – Н.Збруева, В.Ляуданская, Е.Шишмарёва, В.Яновская, Е.Конорова, Н.Метлов. Ритмика вводится в программу обучения в Саратовской и Киевской консерваториях [21, с. 20].

Интересен тот факт, что уже в эти первые годы ритмика развивалась у нас в стране сразу в нескольких направлениях, подтверждая уникальность, многогранность и огромные, пока ещё мало изученные возможности этого метода воспитания, о которых, по мнению С.М. Волконского, возможно, не подозревал и сам Жак–Далькроз.

Искусствовед и театральный деятель С.М.Волконский разработал систему упражнений для драматических актёров, во многом опираясь на метод основателя «ритмической гимнастики». Он говорил, что «жест актёра должен точно совпадать с музыкальной идеей и фразой, а не иллюстрировать слово» и считал, что главная сила актёра заключена именно в пластике и выразительности движения. В ритмике он нашёл полное подтверждение своих мыслей и суждений [21, с. 20].

Однако с наступлением 30–х годов, времени большого террора, начались гонения на всё прогрессивное и, особенно, на имеющее западное, то есть «буржуазное» происхождение. Едва поднявшись, ритмика начинает

терять свои позиции: закрываются Институты Ритма в Москве и Петербурге, творческие лаборатории, частные ритмические школы, упраздняется Московская Ассоциация ритмистов (МАР), созданная при Государственной Академии Художественных наук (ГАХН) в 1924 году. Ритмика изымается из учебных планов большинства учебных заведений, оставаясь лишь в некоторых театральных, хореографических и специализированных музыкальных школах–десятилетках. В одной из статей В.Гринер с горечью констатирует, что ритмика «находится под угрозой исчезновения», несмотря на большие заслуги первых ритмистов и широкое распространение метода Далькроза по всему миру. Действительно, понятие «ритмика» было во многих случаях сведено к урокам танцев в детских садах и начальных классах общеобразовательных школ.

В это время начинает работу следующее поколение педагогов, которым удалось не только сохранить традиции первооткрывателей в столь сложные времена, но и сформировать отечественную школу преподавания ритмики. Это были, в основном, выпускники Института Ритма в Москве, ученики Н.Александровой: З.Шушкина, В.Яновская, Н.Метлов, Н.Ветлугина, Е.Конорова, а затем уже и их ученики: Е.Кузьминова, И.Лифиц, И.Заводина, Г.Андропова, Л.Степанова и ученица В.Гринер, выпускница театрального училища им. Б.Щукина – Е.Кара–Дмитриева.

Преемственность в преподавании этой дисциплины сохранялась и давала возможность сложиться школе русской ритмики. Основными её особенностями следует считать:

- последовательное обучение детей (начиная уже с 4–х лет) и взрослых,
- воспитание высоких нравственных и эстетических критериев в учащихся,
- использование на занятиях высокохудожественного музыкального материала из произведений западноевропейских и русских композиторов,



- системная методическая проработка всего музыкального материала с разделением по формам работы на уроках,
- опора на национальные фольклорные традиции наряду с изучением европейских культур,
- сочетание общих форм работы со специализированными задачами в театральных, хореографических и др. учебных заведениях.

Результатом многолетней творческой и педагогической работы в этом направлении стал выпуск программ и учебных пособий по ритмике, созданный ведущими педагогами: Е.Коноровой, Г.Франио, И.Лифиц, В.Яновской, З.Шушкиной, И.Ветлугиной, А.Чибриковой–Луговской и др.

В 60–е годы прошлого века Е.Конорова совместно с Н.Александровой, В.Гринер, З.Шушкиной, Е.Шишмарёвой и В.Яновской проводят месячные курсы–семинары, где обучались педагоги из всех республик бывшего Советского Союза. Позже, уже Г.Андропова, будучи директором методического кабинета г. Москвы, много ездит по стране, проводя мастер–классы и постепенно добивается включения предмета «ритмика» в учебные планы подготовительных классов детских музыкальных школ. Развиваются и такие направления, как логопедическая ритмика, коррекционная ритмика. Много лет этим занималась В. Гринер.

В годы Великой Отечественной войны и сразу после её окончания русские ритмисты (Е.Конорова, В.Гринер и др.) продолжив начинания своих предшественников, активно помогают в лечении и восстановлении детей и взрослых, работают в лечебных медицинских учреждениях, в санаториях.

И вот на рубеже нового, 21–го века, интерес к ритмике снова возрастает. Новая жизнь диктует новый ритм во всём, а интерес ко всем «телесным» методикам возвращает ритмику в систему дошкольного и начального общего образования. Теперь уже ученики Е.Коноровой – Е.Кузьмина, И.Заводина и Л.Степанова, а также ученица В. Яновской – Г.Андропова проводят курсы повышения квалификации и воспитывают

новые поколения преподавателей. Продолжают дело развития ритмики в России уже 4–е поколение ритмистов: Е.Титова, Л. Костяшова, И. Звонарёва, Т. Кривова и др. Появляются первые видео–пособия уроков ритмики И. Заводиной, а также новые программы и методические пособия (И. Заводиной, Л.Степановой). На базе школы–десятилетки им. Гнесиных под руководством ученицы Г.Андроновой – Е.Романовой создаётся оригинальный детский Ритм–театр [13].

Ритмика сегодня ведётся в студиях гармонического развития детей, танцевальных школах, в подготовительных классах музыкальных школ и др., но часто её преподают хореографы или музыканты, не имеющие соответствующей квалификации, поэтому она нередко ассоциируется с уроками танцев. Необходимость в новых кадрах квалифицированных педагогов только возрастает. Ритмика и методика преподавания ритмики включены в перечень профессиональной подготовки студентов–теоретиков в средних специальных учебных заведениях (колледжах). Однако, специализированная подготовка кадров, состоящая из всего комплекса дисциплин, необходимых для полноценной и профессиональной деятельности, в настоящее время практически отсутствует. Преподаватель ритмики должен быть специалистом широкого профиля, знающим психологию, физиологию, пластическую анатомию, музыку, танец и многое другое, но эти знания и навыки практической работы возможно получить только в течение нескольких лет при интенсивных занятиях, а не на краткосрочных курсах.

Трудно переоценить значение инициативы Н.В. Солдатовой – заместителя директора Академического колледжа при МГК им. П.И.Чайковского и преподавателя ритмики колледжа Л.Степановой в организации и проведении Курсов повышения квалификации по ритмике в 2008–м, 2009–м и 2012–м годах. Это явилось крупнейшим событием, на котором собрались лучшие силы ритмистов России, чтобы встретиться, обмениваться опытом, учиться, намечать дальнейшие шаги в развитии этого

предмета. Гостями курсов стали представители ритмических школ из Австрии, Польши, Германии.

Знаменательным событием явилось возрождение ассоциации, названной МАРР – Межрегиональной ассоциацией ритмистов России, решение о создании которой было принято на 4–м Фестивале ритмики 21 марта 2010 года. МАРР призвана сохранять и развивать лучшие традиции русской ритмики. Президентом ассоциации была избрана ученица Л.Степановой, И.Заводиной, Г.Андроновой, методист – Л. Никитина.

В 2009–м и 2011–м годах делегация педагогов–ритмистов из России принимала участие в работе Всемирного ритмик–конгресса «Вена–2009» и юбилейных торжествах, посвящённых 100–летию Института Ритма в Хеллерау ( Германия). В ноябре 2011 года русские ритмисты были гостями Всепольской встречи преподавателей ритмики, которая проводилась Академией музыки им. И.Падеревского в городе Познань [13].

Е.В. Конорова, один из лучших педагогов ритмики в России, воспитавшая не одно поколение учеников, в последние годы жизни (в 80–е) часто тревожилась, что с уходом целой плеяды педагогов–ритмистов прервётся нить качественного преподавания этой дисциплины. Как видим, связь поколений не прерывается и по сей день: появляются новые имена, методические пособия разной направленности (В.Шершневой, Т.Овчинниковой, Т.Рыбкиной, Л.Стрепетовой, А.Щемененко, Е.Кореневой, М.Пустовойтовой и др.), обновляется музыкальный материал.

Впереди ещё много задач и перспектив, ибо в сохранении отечественных традиций, заветов Жак–Далькроза наряду с поисками новаторских идей и решений и есть, видимо, дальнейший путь развития ритмики в России.

## 1.2 Функции и значение занятий ритмикой и танцем для развития детей

Танцы являются своего рода средством выразительности эмоциональных впечатлений, полученных ребенком от окружающего мира. Занятия танцами оказывают непосредственное влияние на развитие личности ребенка, его физического, умственного и нравственного развития.

Танцы оказывают благотворное влияние на развитие мышечной системы ребенка, осанку. Дети, занимающиеся танцами, не страдают сколиозом и имеют красивую походку. Помимо профилактического воздействия на костно–мышечную систему, регулярные занятия способствуют выравниванию позвоночника.

Используемые в хореографии движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей. Речь может идти о своеобразной хореотерапии – методе, разработанном и апробированном в последние годы.

При регулярных занятиях танцами лучше работают легкие и сердце, укрепляются сосуды, улучшается координация движений, моторика, гибкость и пластика, повышается физическая выносливость. Кроме того, танцы для детей практически не травмоопасны по сравнению с другими видами спорта.

Танцевальное искусство стимулирует развитие творческих способностей, эстетического вкуса и артистизма.

Хореография также является эффективным инструментом в улучшении музыкального слуха и чувства ритма.

Танцы для детей – отличное средство коммуникации. Если ребенок замкнутый и стеснительный, если ему трудно найти общий язык с ровесниками, занятия танцами непременно помогут ему. В творческой веселой атмосфере ребенку намного проще общаться с другими детьми и раскрыть свои способности. В результате ребенок становится более смелым, раскрепощенным и уверенным в себе, избавляется от комплексов.

Занятия хореографией развивают в детях целеустремленность, упорство и настойчивость. Ведь далеко не всегда получается быстро

освоить новые движения. А чтобы получить результат, необходимо терпение и старание. Ребенок становится более собранным, дисциплинированным, у него улучшается память и концентрация.

Танцевальное творчество как таковое занимает важное место в духовном и нравственном воспитании детей, подростков и молодёжи. Творческие коллективы хореографической направленности являются одним из самых популярных и востребованных обществом направлением досуговой деятельности, дополнительного образования и профессиональной ориентации детей и молодёжи [13].

У детей танцы начинаются с занятий ритмикой, на которых происходит обучение танца с простых движений, нередко, изучение очень схоже с игрой, однако в данной игре дети научатся тем действиям, которые пригодятся им в дальнейшей жизни.

Главной целью на занятиях ритмики является многостороннее формирование детей, раскрытие музыкальности и ритма в период обучения, развитие творческих способностей и формирование личных качеств посредством музыки и хореографии [15, с. 201].

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.

Занятия ритмикой способствуют развитию слуха, моторики, ощущения ритма, творческих способностей и морально–эстетических качеств. Дети становятся раскрепощенными, им легче становится общаться и пополняется чувственная область ребенка.

Музыкально–ритмические занятия имеют также педагогическое значение. Выполнение детьми групповых упражнений под музыку требует единых усилий, сознательности и активности, творческого отношения к делу, способствует формированию коллективных качеств личности.

Занятия ритмикой повышает настроение.

Занятия ритмики являются доступными и поэтому так привлекают детей. Ритмические композиции состоят из простых движений.

Ритмику можно определить, как систему физических упражнений, где в качестве основы выступает взаимосвязь движения и музыки. Ритмика – это деятельность, основу которой составляет музыкальное творчество, а действия раскрывают музыкальную картину [15, с. 202].

Регулярные занятия ритмикой и танцами позитивно влияют на физическое развитие ребенка – укрепляется корпус, становится меньше физических недостатков, развиваются мышцы и связки, становятся более эластичными суставы, движения приобретают новые краски. Со временем, обучающиеся обретают грацию в своих движениях, раскрепощаются, получают независимость, четкость, красоту действий. Все это без исключения требует немалого труда, но приносит огромное чувство радости, исполняя желание в эстетическом переживании и эмоциях. Обучение танцевальному искусству расширяет кругозор. Дети учатся осваивать различные виды плясок, хороводов и в дальнейшем, начинают разбираться в их характерных чертах. Очень важно понять значимость танцевальной подготовки, полюбить танец, понять красоту правильных, умелых, гармоничных движений [15, с. 202].

Цель ритмики заключается в усилении и дифференциации понимания музыкального произведения (определении средств и форм выразительности), его замысла и образовании на основе этого навыков выразительного движения.

Задачи ритмики:

- научить детей воспринимать развитие музыкальной картины и раскрывать ее в движениях, связывать действия с характером музыки, ярчайшими средствами выразительности,

- совершенствовать базу музыкальной культуры,

- формировать музыкальные способности (эмоциональный отзыв на музыку, чувство ритма, музыкальный слух),
- научить определять жанры музыки, виды ритмики, распознавать простые понятия в музыке (высокий и низкий звук, различные темпы, громкая, умеренно громкая и тихая музыка и т.д.),
- формировать правильную осанку, обучать выразительным, пластичным действиям в игре, пляске,
- совершенствовать творческие способности: обучать оценивать свои движения и партнера, создавать «собственный» игровой образ, персонаж и «собственный» танец, совмещая разнообразные физкультурные упражнения, плясовых и сюжетно–образных движений [15, с.202].

Огромную роль в творческом воспитании детей играет музыкальное воспитание, включающее: усвоение музыкального материала, вокала и музыкально–ритмического движения. Определенно собранные музыкально–ритмические движения, обостряют взгляды ребенка на окружающий мир, на различные аспекты жизни и деятельности людей. Движения помогают более цельно понимать музыку, которая между тем наделяет движение особенной выразительностью.

Из этого следует, что творческая активность у ребенка развивается с течением времени способом постепенного изучения, приобретения музыкальных навыков, активизации фантазии и мышления. Становление музыкальных способностей развивается в процессе улучшения слуха и мастерства координировать собственные движения с музыкальным произведением. Разная музыка провоцирует у ребенка чувственные волнения, порождает какие–то конкретные настроения, воздействие которых приводит к тому, что движения обретают определенный вид.

К примеру, парадная мелодия торжественного марша дарит радость, взбадривает. Что отражает подтянутая осанка, точные и подчеркнутые движения рук и ног. Художественный образ, формируясь со временем, переносится средствами слияния и чередования инструментов музыкальной

выразительности. Исполнение движения также размещается во времени: меняется его вид, направленность, открывается картина настроения, меняется личная и общая очередность [14, с. 51].

Правило контрастности и повторности в музыке порождает по аналогии противоположный нрав исполнения действия и его повторение. Элементарные ритмы, акценты отражаются хлопками, постукиваниями, активные, быстрые определения смены напряженности, быстроты, амплитуды и направления действий. Движение оказывает помощь в более полном восприятии музыки, которая, между тем, наделяет движение особой выразительностью. В данной связи музыкальное творчество захватывает основное положение, движение становится неким инструментом в выражении художественного образа. Таким образом, в обстоятельствах увлекательной, интересной работы ритмики создается музыкально–творческое развитие детей. Обучение на занятиях ритмикой содействует развитию личностного роста детей, их познавательной, волевой и психологической областях.

Познавательные возможности формируются по средствам того, что ребенок много открывает для себя вследствие разнообразных тематик музыкальных игр, танцев, плясок, знакомству с художественными движениями. Впрочем, познавательный процесс на занятиях ритмикой раскрывается лишь в том случае, если дети могут сконцентрироваться на отличительных чертах музыкального произведения. Чем труднее и обширнее музыкальное произведение, тем лучше вырабатывается слуховое мышление.

Слух, содействует формированию музыкальной памяти, которая опирается на слуховой и двигательный анализаторы. Исполняя движения под музыку, ребенок мысленно представляет какую–либо картину происходящего. Музыка и хореография обладают значительными возможностями проникать в глубь процессов жизни, вглубь «диалектики души», раскрывая при этом нечто всеобщее, типическое [3, с. 46].



Таким образом, занятия ритмикой играют большую роль в общем развитии детей. Обучающиеся улучшают физические и творческие способности, растут как личности и получают много новых, художественно–эстетических навыков. В целом музыкально–ритмическое воспитание оказывает положительное воздействие не только на физическое развитие детей, но и на их эмоциональное состояние.

### 1.3 Методы обучения детей ритмике и танцу

Ритмикой и танцем могут заниматься все физически здоровые дети, начиная с 6 – 7 лет. При работе с детьми необходимо знать и учитывать возрастные особенности, без которых невозможно верно определить содержание и направление обучения. Для младших школьников характерно слабое развитие мышц, дети быстро устают от физических нагрузок. Из–за слабости мышц спины они не способны долго удерживать корпус в подтянутом состоянии.

Педагог должен обратить внимание на укрепление и развитие мышц, формирование устойчивых навыков правильной осанки. Слабость дыхательных мышц, недостаточно развитая сердечно – сосудистая система – все эти особенности требуют от педагога очень осторожного увеличения физических нагрузок и чередования быстрого темпа с умеренным и медленным. У детей недостаточно развит анализаторный аппарат: зрительная, слуховая, мышечная и вестибулярная чувствительность. Несовершенно восприятие: дети не умеют долго слушать музыку, неточно воспринимают движения, плохо ориентируются в пространстве. Развитие органов чувств, сенсорных умений и совершенствование восприятия – должно стать первоначальной задачей обучения [4, с. 26].

Дети младшего школьного возраста отличаются, как известно, большой подвижностью, неустойчивостью внимания, неумением долго сосредотачиваться на одном задании. Поэтому следует ограничиваться небольшим количеством самых необходимых подготовительных

упражнений, имеющих целью: сохранение правильной осанки, ознакомление с основными положениями ног и рук, развитие первоначальных танцевальных навыков.

Большое внимание уделяется ритмическим упражнениям, построенным на простых движениях, которые принимают игровую форму и развивают у детей навык согласовать свои движения с музыкой, помогают им освоиться в новой для них обстановке, научиться правильно вести себя в коллективе. В младшем школьном возрасте закладываются основы, от которых в дальнейшем будет зависеть успех занятий ритмикой и танцем. Дети должны усвоить правильную постановку корпуса (при этом нужно обратить внимание на природные особенности сложения учеников): укрепить и развить мышечный аппарат (особенно поясницы, брюшного пресса, укрепление глубоких мышц спины, передних связок грудного отдела позвоночника); научиться дифференцировать работу различных групп мышц, владеть центром тяжести тела, ориентироваться в пространстве, чувствовать ракурс, развить прыгучесть, чувство ритма, уметь отражать в движениях характер музыки [3, с. 34].

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».

Первый метод, который необходимо использовать преподавателю ритмики и танца – это метод организации и осуществления учебного процесса.

Для осуществления данного вида деятельности существует также множество методов при работе с детьми.

Наиболее важными из них являются:

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 содержание, 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.

6. Метод аналогий. В программе обучения широко используется метод аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), где педагог–режиссер, используя игровую атрибутику, образ, активизирует работу правого полушария головного мозга ребенка, его пространственно–образное мышление, способствуя высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания [10].

Все выше перечисленные методы должны использоваться в сочетании, тогда они принесут максимальный эффект. Обязательным условием выступает подбор танцевального материала в соответствии с возрастными особенностями детей.

## **ГЛАВА 2. СПЕЦИФИКА РАБОТЫ ХОРЕОГРАФА НА ЗАНЯТИЯХ РИТМИКИ И ТАНЦА С ДЕТЬМИ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

### **2.1 Возрастные особенности детей младшего школьного возраста**

Младший школьный возраст начинается в семь лет, когда ребёнок приступает к обучению в школе, и длится примерно до десяти лет. На этапе младшего школьного возраста ребёнок переживает кризис семи лет, социальная ситуация его развития меняется. Ребёнок приобретает новую социальную роль – роль школьника, которая непосредственно связана с учебной деятельностью. Его самосознание меняется коренным образом, что приводит к переоценке ценностей. Ведущей деятельностью данного периода является учебная деятельность. [2, с. 243].

В младшем школьном возрасте дети располагают значительными резервами развития. Их выявление и эффективное использование – одна из главных задач возрастной и педагогической психологии. С поступлением ребенка в школу под влиянием обучения начинается перестройка всех его сознательных процессов, приобретение ими качеств, свойственных взрослым людям, поскольку дети включаются в новые для них виды деятельности и систему межличностных отношений [24, с. 28].

Начало школьного обучения означает переход от игровой деятельности к учебной как ведущей деятельности младшего школьного возраста. Поступление в школу вносит важнейшие изменения в жизнь ребёнка. Резко изменяется весь уклад его жизни, его социальное положение в коллективе, семье. Основной, ведущей деятельностью становится учение, важнейшей обязанностью – обязанность учиться, приобретать знания. А учение – это серьёзный труд, требующий организованность, дисциплину, волевые усилия ребёнка.

Учебная деятельность начинает приобретать большое значение для младшего школьника. Успехи в учебе способствуют формированию его адекватной самооценки, в то время как, неудачи в ведущей на данном этапе учебной деятельности зачастую приводит к формированию комплексов неполноценности или развитию синдрома хронической неуспеваемости [2, с. 243].

Младший школьный возраст является периодом интенсивного развития и качественного преобразования познавательных процессов: они начинают приобретать опосредствованный характер и становятся осознанными и произвольными. Ребенок постепенно овладевает своими психическими процессами, учится управлять восприятием, вниманием, памятью. С поступления ребёнка в школу устанавливается новая социальная ситуация развития. Центром социальной ситуации развития становится учитель. В младшем школьном возрасте учебная деятельность становится ведущей. Учебная деятельность – особая форма активности ученика, направленная на изменение самого себя как субъекта учения. Доминирующей функцией в младшем школьном возрасте становится мышление. Завершается наметившийся в дошкольном возрасте переход от наглядно–образного к словесно–логическому мышлению.

К важнейшим личностным характеристикам младшего школьника относятся: доверчивое подчинение авторитету, повышенная восприимчивость, внимательность. В поведении учащегося начальных классов проявляется послушание, конформизм и подражательность.

У младших школьников преобладает наглядно–образный тип мышления, поэтому они обращают внимание на все яркое, поэтому при обучении младших школьников должны учитываться эти психические особенности. Для более продуктивного обучения надо учитывать специфику памяти детей. Младшие школьники легко и прочно запоминают небольшой по объему языковой материал и хорошо его воспроизводят. В начальных классах запоминание носит механический характер, который

основан на многократном повторении и силе впечатления акта восприятия. Эти особенности памяти младших школьников следует учитывать при построении занятий хореографией.

В младшем школьном возрасте развивается интеллектуальная рефлексия, как способность рассматривать и оценивать собственные действия, умением анализировать содержание и процесс своей мыслительной деятельности.

Еще одним новообразованием младшего школьного возраста является произвольное внимание, фактор который имеет значение не только для хорошей учёбы в младших классах и последующей средней школе, но и для будущей жизни ребенка. Между успеваемостью и уровнем развития произвольного внимания ребенка наблюдается достаточно тесная связь [2, с. 244].

В младшем школьном возрасте игра занимает не так много времени, как в дошкольном периоде, но, все же, играет немалую роль в психическом развитии ребенка. Школьников, в отличие от детей дошкольного возраста, которых больше всего привлекает сам процесс игры, начинает интересовать ее результат, поэтому игры школьников требуют четкой организации и целенаправленности. Игра на протяжении младшего школьного возраста существенно изменяется как по форме, так и по содержанию. В играх дошкольников обычно разыгрываются сюжеты и лица окружающей обстановки, а в играх школьников начинают появляться исторические герои и события из общественной жизни. Это сюжетное изменение также обозначает новый этап в развитии социальной направленности личности младших школьников, выявляя новый характер их интересов.

Младший школьный возраст – возраст достаточно заметного формирования личности. Для него характерны новые отношения со взрослыми и сверстниками, включение в целую систему коллективов, включение в новый вид деятельности – учение, которое предъявляет ряд серьезных требований к ученику. Всё это решающим образом сказывается

на формировании и закреплении новой системы отношений к людям, коллективу, к учению и связанным с ними обязанностям, формирует характер, волю, расширяет круг интересов, развивает способности. В младшем школьном возрасте закладывается фундамент нравственного поведения, происходит усвоение моральных норм и правил поведения, начинает формироваться общественная направленность личности. Характер младших школьников отличается некоторыми особенностями. Прежде всего они импульсивны – склонны незамедлительно действовать под влиянием непосредственных импульсов, побуждений, не подумав и не взвесив всех обстоятельств, по случайным поводам.

Причина – потребность в активной внешней разрядке при возрастной слабости волевой регуляции поведения. Возрастной особенностью является и общая недостаточность воли: младший школьник ещё не обладает большим опытом длительной борьбы за намеченную цель, преодоления трудностей и препятствий. Он может опустить руки при неудаче, потерять веру в свои силы и возможности. Нередко наблюдается капризность, упрямство.

Обычная причина их – недостатки семейного воспитания. Ребёнок привык к тому, что все его желания и требования удовлетворялись, он ни в чём не видел отказа. Капризность и упрямство – своеобразная форма протеста ребёнка против тех твёрдых требований, которые ему предъявляет школа, против необходимости жертвовать тем, что хочется, во имя того, что надо. Младшие школьники очень эмоциональны. Эмоциональность сказывается, во-первых, в том, что их психическая деятельность обычно окрашена эмоциями. Всё, что дети наблюдают, о чём думают, что делают, вызывает у них эмоционально окрашенное отношение.

Во-вторых, младшие школьники не умеют сдерживать свои чувства, контролировать их внешнее проявление, они очень непосредственны и откровенны в выражении радости. Горя, печали, страха, удовольствия или неудовольствия. В-третьих, эмоциональность выражается в их большой



эмоциональной неустойчивости, частой смене настроений, склонности к аффектам, кратковременным и бурным проявлениям радости, горя, гнева, страха. С годами всё больше развивается способность регулировать свои чувства, сдерживать их нежелательные проявления. Большие возможности предоставляет младший школьный возраст для воспитания коллективистских отношений. За несколько лет младший школьник накапливает при правильном воспитании важный для своего дальнейшего развития опыт коллективной деятельности – деятельности в коллективе и для коллектива.

Младший школьный возраст характеризуется ростом физической выносливости, работоспособности, но этот рост весьма относительный, потому что для этого возраста нормальна повышенная утомляемость, эмоциональная чувствительность и ранимость. Учителя начальных классов знают, что работоспособность детей через 20–25 минут урока значительно снижается, дети младшего школьного возраста устают при посещении группы продленного дня, после шумных мероприятий, требующих активного включения.

Не может не отражаться на психологическом состоянии и здоровье школьников и принципиально новая ситуация, необходимость учиться, быть дисциплинированным, сдержанным, организованным, налаживать отношения с новым коллективом.

Здоровье школьников в этот ответственный период вещь хрупкая, но поддающаяся усовершенствованию. И что не может не радовать, по сравнению с дошкольниками дети младшего школьного возраста болеют реже. Если для здорового дошкольника нормальное количество ОРВИ и простудных заболеваний 5–6 в год, то младший школьный возраст уменьшает это число «болячек» до 4.

Дети младшего школьного возраста также имеют особенности в развитии костно–мышечной системы и организации движений. Крупные

мышцы развиваются быстрее, чем мелкие, поэтому детям сложно выполнять мелкие точные движения, необходимые при письме.

К 7 годам активно развивается двигательный организатор, дети легко выполняют размашистые и широкие движения. Спектр движений, которые младший школьный возраст делает доступными, становится более широким. Развивается координация, поэтому обучение новым видам движений проходит успешно и приносит детям искреннюю радость и удовольствие. Многие родители стараются подобрать для ребенка спортивную секцию в надежде укрепить здоровье школьника, и это правильное решение.

Дети младшего школьного возраста предпочитают те виды спорта, которые легче освоить, лучше, если занятия проходят в подвижной, игровой форме. Хуже дети справляются с однообразными упражнениями, с упражнениями, где требуется фиксация отдельных частей тела в определенных положениях.

Младший школьный возраст – время, когда спорт призван развить и укрепить мышечную систему, увеличить эффективность работы дыхательной мускулатуры, усовершенствовать координацию движений, развить навыки владения телом. Упражнения для наращивания мышечной массы и силовые виды спорта в этом возрасте неэффективны.

## 2.2 Педагогические условия для занятий ритмикой

Эффективность развития способностей к музыкально–ритмическим движениям у младших школьников возможна при соблюдении следующих педагогических условий.

1. Поэтапное развитие способностей к музыкально–ритмическим движениям

1–й этап – развитие способностей к музыкально–ритмическим движениям в опоре на способность детей к подражанию. На этом этапе следует начинать знакомить детей с новой музыкально–

ритмической композиций и опираться при этом на способность детей к подражанию, которая ярко выражена в дошкольном возрасте. Подражая взрослому, ребенок осваивает разнообразные виды движения и постепенно начинает использовать их в самостоятельной деятельности (в играх, танцевальных импровизациях).

Путем «вовлекающего показа» можно научить детей освоить достаточно сложные двигательные упражнения. Совместное исполнение движений способствует созданию общего приподнятого настроения, единое ритмичное дыхание под музыку регулирует психофизиологические процессы, максимально концентрирует внимание. На таких групповых занятиях ритмикой на детей оказывается гипнотическое воздействие, сила которого зависит от музыки и от артистичности показа педагога.

Показ должен быть «опережающим», то есть на доли секунды движения опережают музыку. Это необходимо для того, чтобы дети успели «перевести» зрительное восприятие в двигательную реакцию. Другими словами, необходимо время для отражения зрительных сигналов, и тогда мышечные ощущения точно совпадут со звучанием музыки. Если такого опережения в показе не происходит, то движения детей (отражающие показ педагога) все время чуть–чуть запаздывают по отношению к музыке, что затрудняет формирование музыкально–ритмических навыков [19].

Есть еще одна особенность такого показа – он должен быть в «зеркальном» отражении, поскольку дети повторяют все движения автоматически. В процессе подражания у детей легче формируются разнообразные двигательные навыки и умения. Благодаря «вовлекающему показу» дети справляются с такими упражнениями, которые они могли бы выполнить самостоятельно или при фрагментарном показе со словесными объяснениями. Однако, степень сложности двигательных упражнений, которые дети могут выполнить в процессе подражания, не безгранична. Чтобы ее определить, педагог должен определить «ближайшую

зону» развития ребенка (по Л. С. Выготскому, что позволяет предвидеть последующую ступеньку в его развитии) [20].

В процессе совместного исполнения важно дать детям почувствовать свои возможности, закрепить их в сознании. При последующих повторениях движения уточняются, запоминаются и автоматизируются. Конечно, у детей это происходит по-разному – у кого-то быстрее и легче, а у кого-то медленнее, с каким-то своеобразием. Важно, чтобы педагог не делал никаких замечаний (на этом этапе работы, не фиксировал внимание детей на том, что у них что-то не получается, и тогда постепенно сложные элементы упражнений, повторяющиеся в различных композициях, будут освоены.

2-й этап – развитие умения самостоятельно исполнять упражнения, движения, композиции.

После приобретения первоначального опыта в исполнении по показу и запомнили несколько композиций, педагог развивает у детей умения самостоятельно исполнять выученные ранее упражнения, композиции в целом и отдельные движения. Делать это необходимо постепенно, незаметно для детей. Педагог время от времени прекращает показ в процессе совместного исполнения и предлагает детям продолжать исполнять движения самостоятельно. Это очень важный момент, так как в случае исполнения только по показу у детей не тренируется произвольное внимание, память, воля. Постепенно детям предлагается исполнить всю композицию самостоятельно от начала до.

На данном этапе используются следующие приемы:

- показ исполнения композиций детьми (выбор ведущих вместо педагога – по очереди или по желанию),
- показ упражнения условными жестами, мимикой,
- словесные указания,

– «провокации», то есть специальные ошибки педагога при показе с целью активизации внимания детей и побуждения к тому, чтобы они заметили и исправили ошибку [21].

Не все композиции следует выучивать с детьми до уровня самостоятельного исполнения по памяти. Задачей данного этапа является – накопить двигательный опыт, сформировать навыки и умения, а для этого нужно много двигаться (чтобы добиться автоматизма, то есть навыка, и этот этап работы рассматривается как интенсивный тренинг).

Таким образом, параллельно присутствуют два уровня в работе над композициями: «тренинг», исполнение по показу и подведение детей к самостоятельности, выразительности исполнения движений (на отдельных композициях, доступных индивидуальным возможностям детей) с целью воспитания и развития личности ребенка. Самостоятельное исполнение упражнений говорит о сформированности двигательных навыков, является показателем результата обучения и показывает уровень развития важнейших психических процессов – воли, произвольного внимания, музыкальной и двигательной памяти.

3-й этап – развитие способности к творческому самовыражению в движении под музыку, подведение детей к творческой интерпретации музыкального произведения.

Этот этап обучения способствует развитию способности детей к самовыражению в движении под музыку, формированию умения самостоятельно подбирать и комбинировать знакомые движения и придумывать собственные, оригинальные упражнения. Реализация этих задач наиболее важна, так как именно в развитии способности к импровизации концентрируется основная идея – владение собственным телом, тонкость музыкального восприятия, нестандартность мышления, психологическая свобода. Происходит это тоже постепенно.

В некоторых композициях сразу заложена «вопросно–ответная» форма исполнения, где предполагается импровизация на определенный музыкальный фрагмент – проигрыш, припев и т.д.

Затем можно переходить к несложным творческим заданиям, к которым относится инсценирование песен. Для подобных заданий подбираются песни с ярким, динамичным сюжетом, побуждающим к движению. Так, в начале, детям предлагается прослушивание песни, проговаривание текста, затем – игровые «пробы», в которых дети пытаются выразить в движениях содержание песни. Роль педагога наблюдать за проявлениями детей, поддерживать их, но, ни в коем случае не перехватывать инициативу, а помогать в подборе образных движений и оформлении целостной композиции.

На этом этапе работы используются следующие методические приемы:

- слушание музыки и беседы о ней; рисование, словесные описания музыкальных образов,
- подбор стихов, сказок и других произведений, помогающих интерпретировать музыкальный образ; пластические импровизации детей, «пробы» – без показа педагога,
- показ вариантов движений педагогом, а детям предлагается выбрать наиболее удачный [18].

Взрослые только иногда включаются в движение, чтобы стимулировать активность детей. Как правило, такая необходимость возникает в связи с оформлением движений, придуманных детьми, в единую композицию, так как это еще сложно для дошкольников. К каждому этапу мы подходим последовательно, но, в тоже время, они могут сочетаться (но на разном репертуаре).

## 2. Выбор оптимальных методов и приемов обучения:

- метод образно–игрового вхождения в музыку,
- метод контрастных сопоставлений,

- метод творческих заданий,
- импровизация,
- сочетание наглядно–слухового, наглядно–зрительного и тактильно–мышечного приемов,
- соревновательный прием,
- игровой прием,
- прием «провокаций»,
- «вовлекающий» показ,
- сочетание групповых и индивидуальных форм работы,
- подбор специального индивидуально–ориентированного музыкального материала [18].

Интенсификация музыкально–ритмической деятельности необходима для того, чтобы научить детей тонко воспринимать музыку, выполнять разнообразные двигательные упражнения, свободно импровизировать, выражая в пластике музыкальный образ. Но если этот процесс не сделать радостным, привлекательным для детей, он может превратиться в муштру, что нередко встречается в практике некоторых педагогов–хореографов.

Важным моментом является подбор таких ритмических композиций, которые позволяли бы решать одновременно много разных задач. Например, яркая, художественная музыка, под которую двигаются дети, развивает вкус, музыкальные способности, воспитывает эстетические потребности; быстрая смена разнообразных двигательных упражнений тренирует внимание, подвижность нервных процессов, координацию движений.

Музыкальный образ и характер исполнения движений развивают фантазию и творческое воображение. Композиционные перестроения развивают умение ориентироваться в пространстве. Включение в упражнение задания на импровизацию стимулирует творческие способности детей. Таким образом, в процессе исполнения

одной композиции у детей развиваются разнообразные умения и способности, а также формируются важнейшие качества личности.

Но для успешной реализации такого комплекса разнообразных задач необходимо обеспечивать психологический комфорт, чувство защищенности каждому ребенку, чтобы у него не было боязни сделать что-нибудь не так, проявить свое неумение и т. д. Поэтому педагог старается не делать детям замечаний вслух, а наоборот, подбадривает их.

Важно подбирать такой материал, который был бы доступен для исполнения, соответствовал возрастным и индивидуальным особенностям детей. Известно, что детям нравится исполнять то, что получается, а если материал слишком сложный, то он, как правило, ими отвергается.

Таким образом, работа хореографа при обучении младших школьников ритмике и танцу строится в двух уровнях.

Первый из них можно назвать тренинговым. Он предполагает освоение рядом музыкально–ритмических композиций в процессе игрового сотрудничества педагога и детей без специального разучивания. В программы выступлений тренинговые композиции, как правило, не включаются, так как они достаточно сложны и не ставится задача добиться от всех точного и правильного исполнения движений.

Главное – это дать детям возможность приобрести собственный целостный чувственный опыт движения под музыку, обогатить их запасом разнообразных двигательных упражнений, облегчить и ускорить процесс формирования музыкально–ритмических навыков и умений. Естественно, что дети выполняют тренинговые композиции так, как они могут – все по–разному [28].

Второй уровень – специальный. Для раскрытия способностей каждого ребенка, выявления его умения и сокрытия недостатков можно использовать специальный индивидуально–ориентированный материал, который разучивается как с подгруппами, так и индивидуально. Задача – подвести детей к выразительному, самостоятельному исполнению



композиции с последующим выступлением детей не только на занятиях, но и на утренниках.

### 3. Включение разнообразных видов музыкально–ритмической деятельности

В различных формах организации педагогического процесса в дошкольном учреждении кроме основных видов музыкально–ритмической деятельности мы используем следующие:

Подготовительные упражнения направлены на отработку какого–либо сложного элемента танцевальной композиции, четкости и правильности выполнения движений, которые мы затем включим в танец. Эти упражнения помогают обогатить детей запасом разнообразных двигательных упражнений, выполняя их в танце, пляске свободно, уверенно и непринужденно.

Тренировочные композиции отличаются от подготовительных упражнений тем, что в них мы отрабатываем не только какое–то конкретное движение, а целую цепочку двигательных навыков, из которых состоит та или иная танцевальная композиция [19].

Образные упражнения составляют основу музыкально–ритмических композиций, сюжетных игр и позволяют в движениях выразить различные по характеру эмоциональные состояния, сюжеты, образы и настроения музыкальных произведений. Такой вид упражнений позволяет развить у детей творческое воображение, фантазию, выразительную пластику, способность к импровизации в движениях.

Особенностью упражнений–композиций является их спортивная направленность. Такие упражнения способствуют освоению ребенком большого объема разнообразных движений, развивают чувство ритма, координацию, точность движений, память, произвольное внимание и быстроту реакции. Рекомендуется их включать в музыкально–ритмические, физкультурные занятия, спортивные праздники и досуги.

Игры–инсценировки являются разновидностью основного вида музыкально–ритмической деятельности – игры. Такие игры направлены на развитие у детей фантазии, творческого воображения, способности к импровизации. Дети стараются передать в движении различные игровые образы через характер музыки, учатся вовремя менять движения. При проведении таких игр педагог использует элементы костюмов, шапочки, маски.

В играх–композициях требуется установка на игровые образы, где происходит обыгрывание какой–то конкретной ситуации, предложенной детям. Игры–композиции способствуют развитию способности детей к импровизации, творческому воображению.

Не менее интересными и познавательными для детей являются пластические этюды, которые можно исполнять с атрибутами (ленточки, мячи). Этот вид музыкально–ритмической деятельности, с одной стороны, требует четкого, правильного выполнения движений, которые имеют в основном спортивную направленность («езда на велосипеде», полуобороты туловища направо и налево, взмахи руками и др.) и способствуют развитию у детей координации движений, гибкости и пластичности. С другой стороны, направлен на реализацию ребенком собственного понимания музыки.

Наивысшей точкой реализации творчества, фантазии и самостоятельности детей являются музыкальные спектакли, где активно осуществляется развитие способностей к музыкально–ритмическим движениям, ведь в спектакле сами дети являются активными участниками и исполнителями. Благодаря разнообразной тематике данный вид музыкально–ритмической деятельности позволяет музыкально–ритмический репертуар сочетать с другими видами художественно–творческой деятельности – изобразительной, поэтической, театральной, использовать декорации, костюмы.

Такая система работы способствует достижению следующих результатов:

- дети легко и свободно используют в импровизации разнообразные движения, тонко передавая музыкальный образ,
- процесс разучивания нового репертуара занимает немного времени – два–три занятия,
- дети владеют определенным репертуаром, готовым для показа на выступлении.

Еще одним преимуществом использования такой системы работы является то, что педагог значительно меньше усилий тратит на разучивание репертуара. «Педагогика должна быть экономной» – вот девиз предлагаемого подхода. Поэтому важно пересмотреть содержание работы, убрать все лишнее и объединить усилия всех специалистов, а детям предоставить больше времени для самостоятельных игр, творческой деятельности и прогулок.

Все выявленными нами педагогические условия были апробированы на практике и доказали свою эффективность.

### 2.3 Методические рекомендации по работе с младшими школьниками на занятиях ритмики

Приступая к занятиям ритмикой с детьми младшего школьного возраста, важно дать им правильные первоначальные навыки, которые они будут совершенствовать и расширять. Прежде всего, необходимо научить их внимательно слушать музыку.

#### Подбор музыкального материала

На первых этапах обучения следует подбирать такой музыкальный материал, который был бы понятен и интересен детям.

Чтобы научить детей правильно воспринимать содержание и характер музыки, следует останавливаться на таких музыкальных произведениях,

которые рисуют яркий образ, близкий и понятный детям, легко поддающийся отражению в движении.

Работа с темпом.

Разучивая любое движение, педагог обращает внимание на скорость музыкального движения, знакомит с названиями темпов. Для детей младшего возраста удобно движение в темпах: быстром (*allegretto*), умеренном (*moderato*), умеренно–быстром (*allegromoderato*).

Первый этап работы над темпом – это следование темпу музыкального произведения. Необходимо научиться воспринимать и передавать в движениях различные темпы музыкальных примеров со всевозможными оттенками. Надо найти такой объём (размах, величину, амплитуду) движений, такую степень мышечного напряжения, чтобы двигаться в данном темпе удобно, естественно и целесообразно. Так, в быстром темпе удобнее делать лёгкие и мелкие движения, а в более медленном выполнять более крупные, широкие и плавные.

Другая задача – научиться сохранять устойчивость в темпе. Так, с прекращением звучания музыки необходимо продолжать движение в заданном темпе. Часто наблюдается тенденция к ускорению темпа движений, если они выполняются без музыкального сопровождения. Тренировка в выдерживании взятого темпа очень полезна, её рекомендуется проводить по–разному, например, музыка частично, потом возобновляется, чтобы сверить с ней темп действий.

Ещё одна задача – научиться переключаться из одного темпа в другой, изменять темп в соответствии с изменением темпа музыки. Соответственно происходит изменение интенсивности двигательной энергии, она нарастает или ослабевает. Например, если музыка звучит в медленном темпе – шаги будут широкие, свободные. С ускорением музыки шаг делается энергичнее, чаще, короче, мускульное напряжение увеличивается и, наконец, следует переход на бег, требующий еще большей затраты энергии.

## Ориентация в структуре музыкального произведения

Одной из важнейших задач ритмики является выработка умения ориентироваться в структуре музыкального произведения, воспринимать его форму, различать более крупные и мелкие подразделения.

При обозначении структуры музыкального произведения необходимо пользоваться терминологией, связанной с основными элементами музыкальной формы: часть, период, музыкальная фраза, мотив.

С самого начала занятий нужно, чтобы дети начинали движение вместе с музыкой. Желательно чтобы у музыкального произведения было вступление, если его нет, то дети начинают движение по команде педагога. Заканчивают движение также по указанию педагога, так как в этом возрасте они ещё плохо ощущают музыку. Когда же дети хорошо познакомятся с ней, они должны самостоятельно заканчивать своё движение вместе с концом музыкальной части или фразы.

Знакомя детей с понятием «музыкальная фраза», следует отбирать музыкальные примеры с простым и ясным построением фраз.

При составлении плана занятия педагогу следует руководствоваться теми примерами, которые по своей доступности подходят для определённого этапа обучения.

## Построение занятия

В практике преподавания ритмикой встречается целый ряд ошибок. Иногда уделяется недостаточно серьёзное внимание подбору музыкального материала для занятий, порой исключается прослушивание и разбор музыки перед разучиванием ритмических упражнений, всё сводится к отработке техники движения. При этом упускаются задачи развития музыкально-ритмических навыков, воспитания эмоциональной отзывчивости на музыку, обедняется восприятие художественных образов. В отдельных случаях наблюдается чрезмерное увлечение хореографией, тренировочными упражнениями классической системы в ущерб ритмике.

Занятие должно быть построено таким образом, чтобы активные движения чередовались с ходьбой или упражнениями, успокаивающими дыхание. Нельзя перегружать детей бегом или подскоками, так как это может привести к чрезмерным психо–эмоциональным и сердечно–сосудистым перегрузкам. Следует также учитывать индивидуальные возможности ребёнка.

Если у ребёнка возникают трудности при выполнении задания, он не может точно координировать свои движения с музыкой, ее темпом, ритмом, педагогу не следует фиксировать на этом чрезмерное внимание и указывать ребёнку на его недостатки, а тем более отстранять его от участия в занятии. Как при освоении других видов деятельности, в ритмике каждый ребёнок выражает себя по–своему, в нём уже заложены определённые способности или, наоборот, налицо их отсутствие. Занятия ритмикой призваны привить любому ребёнку интерес к движению под музыку. Поддержать этот интерес можно только в атмосфере доброжелательности и хорошего настроения.

Наиболее доступные движения для начинающих танцоров: ходьба, бег, лёгкие прыжки и самые элементарные движения.

Ходьба.

Сначала ходьбу можно проводить под музыку в свободном направлении. Затем детей следует строить друг за другом и приучать их ходить вдоль стен. Поможет им построиться длинный шнур, взявшись за который правой рукой, дети привыкают ходить друг за другом. С первых занятий необходимо следить за осанкой детей, напоминать им о том, чтобы они не опускали голову, не шаркали ногами.

Ходьба с координацией движений рук и ног.

Педагогу необходимо следить за тем, чтобы дети при ходьбе следили за тем, чтобы дети при ходьбе держали корпус и голову прямо. Плечи должны быть отведены назад, руки свободно покачиваться в такт музыке и координироваться с движениями ног. Нельзя допускать, чтобы руки «болтались» перед корпусом: их следует попеременно отводить назад. При

движении рук вперёд необходимо немного сгибать в локтях. Дыхание при ходьбе должно быть свободным, через нос, с закрытым ртом.

Ходьба приставным шагом.

Педагог показывает детям ходьбу приставным шагом: сначала без музыкального сопровождения, затем – под музыку.

Ходьба с носка на пятку пружинящим шагом.

Движение проводится после того, как дети хорошо усвоят движение «пружинки». Ходьбу пружинящим шагом необходимо чередовать с ходьбой под музыку любого марша.

Движение повторяется не более двух–трёх раз.

Пружинки.

При приседании ступни ног должны быть плотно прижаты к полу, колени разводятся в стороны или прикреплены друг к другу.

Примерный план построения занятия ритмикой.

Вводная часть. Организационный момент. Поклон. Движения с определённым ритмическим заданием.

Упражнения на выработку и совершенствование двигательных навыков на основе восприятия музыки, выбранной педагогом. Это могут быть основные движения, упражнения для развития мышечной свободы рук, танцевальные элементы, упражнения из области хореографии, способствующие правильной постановке корпуса, изучение позиций рук и ног.

Музыкально–ритмические игры, инсценировки, упражнения с предметами, разучивание или повторение ранее пройденного танца.

Отдельные творческие задания.

Заключительная часть. Краткий анализ занятия.

Изучение танцевальных этюдов

На занятиях ритмикой и танцем определённое место занимает изучение танцевальных элементов и несложных танцев.

Удовлетворяя естественную потребность в двигательной активности, танцы способствуют гармоническому развитию личности. В изящных или задорных движениях танца каждый имеет возможность выразить себя, раскрыть свою индивидуальность, передать чувства, настроение, мысли, проявить характер.

Для того, чтобы заинтересовать обучающихся новым танцем, необходимо дать его общую характеристику, отметить особенности.

Большое значение придаётся слушанию и разбору музыки к танцу. Она должна быть яркой, эмоциональной, выразительной. В процессе разучивания танца нужно неоднократно возвращаться к содержанию и особенностям прослушанной музыки, помогать обучающимся находить оттенки движения, отражающие характер музыки.

Для достижения эффективности обучения необходима серьёзная подготовительная работа. Надо предварительно проработать все танцевальные элементы, составляющие основу данного танца. Разучивать движения следует сначала в более медленном темпе, обращая внимание на отдельные технические трудности, исполнительские нюансы.

Первостепенную роль играет правильный, отчётливый выразительный показ движений педагогом. Это вызовет у учеников желание так же красиво и свободно танцевать. Полезны также показы обучающихся, грамотно и выразительно танцующих.

Разучив отдельные элементы, можно соединить их в небольшие танцевальные комбинации, а затем уж работать над фигурами танца, которые в дальнейшем войдут в единую танцевальную композицию. Если танец сразу разучивается целиком, а не поэтапно, воспитанники будут чувствовать себя неуверенно, часто ошибаться и всё это снизит интерес к танцу, процесс обучения удлинится, станет малоэффективным.

При разучивании танцевальных элементов обучающиеся могут стоять в любом расположении, при котором все будут хорошо видеть показ



педагога. Если танцоры стоят напротив педагога, его показ должен быть зеркальным.

Отработанные танцы могут демонстрироваться в различных выступлениях перед публикой.

Занятие–импровизация.

Занятие импровизация, как правило, проходит в конце учебного года. У детей развиты двигательные навыки, накоплен разнообразный музыкально– ритмический репертуар, что способствует творческому мышлению, воображению и фантазии. Обучающиеся получают задание, самостоятельно придуманными движениями изобразить какой–либо образ или действие. Занятия импровизации проходит в свободной импровизированной форме.

Разглядеть в каждом ребёнке его природные данные, подобрать к нему свой «ключик», чтобы добиться наибольшей точности при выполнении движений – вот к чему должен стремиться педагог на занятии ритмикой и танцем.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Целью настоящего исследования являлось изучение специфики работы педагога– хореографа с детьми младшего школьного возраста на занятиях ритмики и танца. Для достижения этой цели был поставлен ряд задач, выполнение которых позволяет сделать следующие обобщения.

Изучение истории развития ритмики, основателем которой является Э. Жак–Далькроз, выявило неоднозначное отношение к данному направлению, чем были обусловлены взлеты и падения в разные годы. В частности, в 30–е годы прошлого века гонениям были подвержены частные ритмические школы, а сам предмет был изъят из учебных планов учебных заведений. В этот период ритмика была под угрозой исчезновения. Интерес к ритмике снова возрос только на рубеже 21 века.

Занятия ритмикой и танцами в последнее время обретают все большую популярность. Основной причиной этого является целый комплекс положительного воздействия на личность детей младшего школьного возраста и их физическое развитие. Дети, занимающиеся ритмикой и танцем, имеют красивую походку, хорошую осанку и ровный позвоночник. Положительное воздействие ритмики и танцев отмечается на сердечно–сосудистую систему, координацию движений и пластичность. Дети становятся выносливее. Как средство коммуникации, танцы помогают обрести уверенность в себе и стать раскрепощенными. В танце развиваются творческие способности и формируются нравственные качества. Групповые упражнения развивают коллективные качества личности.

Изучение основных методов обучения детей ритмике и танцу, позволяет констатировать, что они подбираются целесообразно возрастным особенностям детей. Так, учитывая быструю утомляемость младших школьников физическими нагрузками и неустойчивость их внимания, следует выбирать ритмические упражнения, в основе которых простые движения в игровой форме.

Метод показа, словесный метод, прослушивание музыки, игровой метод, концентрический метод, метод аналогий составляют основу работы с детьми младшего школьного возраста. Для наилучшего эффекта все эти методы должны использоваться в сочетании.

К младшему школьному возрасту относятся дети 7–11 лет. В этом возрасте происходит смена ведущей деятельности с игровой на учебную. Дети младшего школьного возраста очень доверяют авторитету взрослого и имеют повышенную восприимчивость. Способность оценивать собственные действия (рефлексия) свойственна детям данного возраста. Младшие школьники ранимы и чувствительны в эмоциональном плане. В физическом плане у них развивается выносливость и работоспособность. Размашистые и широкие движения становятся доступны к исполнению благодаря развитию двигательного организатора. Для детей этого возраста предпочтительны упражнения на укрепления мышц, координацию движений и дыхательную мускулатуру, а вот силовые виды спорта для младших школьников неэффективны.

В рамках исследования выделены педагогические условия, обеспечивающие успешные занятия ритмикой и танцем.

Они включают, прежде всего, поэтапное развитие способностей к музыкально–ритмическим движениям. Каждому этапу свойственен определенный набор методов, подлежащих к использованию. Так на этапе развития способностей к музыкально–ритмическим движениям применяется «вовлекающий показ». Показ осуществляется в зеркальном отражении и с опережением музыки. На этапе развития навыков самостоятельного исполнения упражнений и движений применяются показ композиции детьми, показ с использованием жестов и мимики, словесные указания и «провокации» (намеренные ошибки педагога). На этапе развития творческого самовыражения применяется слушание музыки, беседы о ней, подбор стихов, пластические импровизации без показа педагога, выбор наиболее удачного показа педагога.

Вторым необходимым педагогическим условием является выбор оптимальных методов и приемов обучения. Выбранный материал должен быть подходящим по возрасту и индивидуальным способностям.

Третьим необходимым педагогическим условием является включение в учебный процесс разнообразных видов музыкально–ритмической деятельности. Пополнению запаса танцевальных движений способствуют подготовительные упражнения. Тренировочные композиции направлены на отработку цепочки конкретных движений. Образные упражнения способствуют развитию творчества, учат импровизации.

В ходе исследования были предложены методические рекомендации по работе с младшими школьниками на занятиях ритмики. Они включают в себя рекомендации по подбору музыкального материала, работу с темпом, ориентацию в структуре музыкального произведения, построение занятия. Также сюда входя рекомендации по использованию основных наиболее доступных движений для младших школьников.

Таким образом, цель исследования была достигнута путем планомерного решения поставленных задач.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Адеева Л.М. Пластика. Ритм. Гармония: самостоятельная работа учащихся для приобретения хореографических навыков: учебное пособие / Л.М. Адеева. – СПб.: Композитор, 2006. – 51с.
2. Апетян М. К. Психологические и возрастные особенности младшего школьника / М. К. Апетян // Молодой ученый. – 2014. – № 14 (73). – С. 243–244.
3. Баренбойм Л.А. Система детского музыкального воспитания Карла Орфа: сборник статей / Л.А. Баренбойм. – Ленинград: Музыка, 1970. – 160 с.
4. Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Айрис–Пресс, 2000. – 263с.
5. Белкин А.С. Основы возрастной педагогики: учебное пособие / А.С. Белкин – М.: Академия, 2000. – 192с.
6. 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. – М.: Просвещение, 1984. – 288 с. – ISBN В пер.: 65 к.
7. Боголюбская М.С. Музыкально–хореографическое искусство в системе эстетического и нравственного воспитания: учебно–методическое пособие для клубных работников / М.С. Боголюбская. – М.: Эксмо, 2006. – 102 с.
8. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л.И. Божович. – М.: Знание, 2008. – 398 с. – ISBN 978–5–91180–846–4
9. Бурцева Г.В. Развитие творческого мышления специалиста–хореографа: Монография / Г.В. Бурцева. – Барнаул: АГУ, 2007. – 340 с.
10. Бухвостова Л. Мастерство хореографа / Л. Бухвостова. – Орел: ОГИК, 2008. – 144 с.

11. Волконский С.М. Ритмическая гимнастика. Листки курсов ритмической гимнастики. Санкт–Петербург – 1913. – №1
12. Выготский Л.С. История развития высших психических функций. – М.: Педагогика, 1983. – 500 с.
13. Гривицкас В. Искусство танца / В. Гривицкас. — М.: Гардарики, 2009. – 453 с.
14. Жак–Далькроз Э. Ритм. – М.: Классика, 2002. – 244 с.– ISBN 5–89817–031–6
15. Затямина Т.А. Музыкальная ритмика: учебно–методическое пособие / Т.А. Замятина, Л.В. Стрепетова. – М.: Глобус, 2009. – 108 с. – ISBN 978–5–91658–010–5
16. Карпенко В.Н., Тарасова Д.С., Карпенко И.А. Влияние музыкально–ритмических упражнений на общее развитие детей // Вестник Науки и Творчества. 2016. №5 (5). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie–muzykalno–ritmicheskikh–uprazhneniy–na–obschee–razvitie–detey> (дата обращения: 18.05.2021).
17. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей: практическое пособие / Г.А. Колодницкий. – М.: Гном–Пресс, 2001. – 64 с.
18. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике в I и II классах музыкальной школы. М.: Музыка, 1972. – 116 с.
19. Конорова Е.В. Занятия по ритмике в I и IV классах музыкальной школы. Выпуск 2. М.: Музыка. 1973. – 123 с.
20. Леонтьева О.Т. Карл Орф / О.Т. Леонтьева. – М.: Музыка, 1984. – 334 с.
21. Лифиц И. Франио Г. Методическое пособие по ритмике: для 1 класса музыкальной школы / Г.Франио, И. Лифиц. М.: 1987. – 119 с.
22. Лифиц И.В. Ритмика / И.В. Лифиц. М.: Академия, 1999. – 210с.
23. Мухаринская, Л.С. Музыкальная энциклопедия. М.: Советская энциклопедия, 1974, Т. 2, с. 381.

24. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество / В.С. Мухина. – М.: Академия, 2010. – 542 с.
25. Руднева С.Д. Фиш З. Ритмика. Музыкальное движение. М.: Просвещение. – 1972. – 334 с.
26. Спинжар Н.Ф., Рябинкина Е.Л. Педагогика в профессиональной подготовке хореографа: Учебное пособие для студентов вузов культуры и искусств / Н.Ф. Спинжар, Е.Л. Рябинкина. – М.: 2014. – 118 с. – ISBN 978–594778–324–7
27. Ткаченко Т.С. Народные танцы. Москва, 1975.
28. Франио Г. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей: учебное пособие / Г.Я. Нугер. М.: Советский композитор, 1989. – 104 с.
29. Шарова Н.И. Детский танец. – СПб.: Планета музыки. 2011.
30. Шипилова С.Г. Танцевальные упражнения / С.Г. Шипилова. – М.: Педагогика, 2004. – 337 с.
31. Янаева Н.Н. Хореография. Учебник для начальной хореографической школы. – М.: Релиз. 2014. – 340 с.