



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

«Построение и проведение уроков ритмики и танцев с детьми  
младшего школьного возраста (9-10 лет)»

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:  
72,69 % авторского текста  
Работа рекомендована к защите  
рекомендована/не рекомендована  
«04» 03 2022г.  
зав. кафедрой хореографии  
Чурашов А.Г.

Выполнила:  
Студент(ка) группы: ЗФ-407-118-3-1  
Шармуханова Ажаргуль Ахметжановна  
Научный руководитель:  
к.филол.н., доцент кафедры хореографии  
Ованесян Лариса Геннадьевна

Челябинск  
2022

## Оглавление

|   |    |
|---|----|
| ВВЕДЕНИЕ.....   | 3  |
| ГЛАВА 1.ПОТЕНЦИАЛ УРОКОВ РИТМИКИ И ТАНЦА В ТВОРЧЕСКОМ РАЗВИТИИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ.....  | 8  |
| 1.1 Проблемы формирования и развития чувства ритма и музыкально-ритмических навыков у детей: психолого-педагогический аспект..... | 8  |
| 1.2 Развитие творческой индивидуальности ребенка средствами танца.....  | 14 |
| ГЛАВА 2. МЕТОДИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ ПРОВЕДЕНИЯ УРОКОВ РИТМИКИ И ТАНЦА.....   | 28 |
| 2.1 Методика проведения уроков ритмики и танца с детской аудиторией.....  | 28 |
| 2.2 Комплекс упражнений, направленных на развитие танцевальных навыков у детей у детей.....                                       | 35 |
| ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....   | 48 |
| СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....   | 51 |
| ПРИЛОЖЕНИЕ. Фотоматериалы учебного процесса.....  | 54 |

## ВВЕДЕНИЕ

Актуальность темы продиктована современностью и вытекает из многих составляющих. На современном этапе положений социально-экономической сферы, культуры и образования особую значимость приобретают вопросы художественно-творческого воспитания подрастающего поколения. В обществе возрастает потребность в высокоинтеллектуальных творческих личностях, способных самостоятельно решать возникающие трудности, принимать нестандартные решения и воплощать их в жизнь. Цифровые технологии, которые приковывают ребенка к смартфону, создают вместо движения – неподвижность, кроме того переход на дистанционное обучение – сформировали «неактивный» образ жизни у детей. Всё это требует разработки новых педагогических методов для подрастающего поколения и влечёт за собой создание нетрадиционных подходов к художественному развитию – как основе дальнейшего совершенствования личности.

В Федеральном государственном образовательном стандарте основного общего образования от 17.12.2010 г. отмечено, что изучение предметов образовательной области «Искусство» наряду с решением ряда задач должно обеспечить осознание значения искусства и творчества в личной и культурной самоидентификации личности, развитие индивидуальных творческих способностей обучающихся, формирование устойчивого интереса к творческой деятельности.

Согласно этому документу в современной педагогической практике ведущими становятся процессы развития индивидуальности ребенка, что предполагает включение учащихся в различные виды деятельности с учетом индивидуальных особенностей, раскрытие их творческого потенциала, как в рамках общего, так и дополнительного образования.

В младшем школьном возрасте закладывается основа личности ребенка, происходит ориентация на развитие духовности, самореализации,

самовыражения и формируются мироощущения, необходимые в последующей жизни.

Одним из древнейших видов искусства, обращение к которому поможет решить задачи раскрытия природных способностей, формирования и развития творческой индивидуальности, потребности к физической активности, является танец. Хореографическое искусство является одним из средств всестороннего развития младших школьников. Продуктивность художественного воспитания детей средствами хореографии обусловлена синтезирующим характером хореографии, которая объединяет в себе музыку, ритмику, изобразительное искусство, театр и пластику движений.

Специфика танца в том, что художественные образы воплощаются с помощью выразительных движений исполнителей, без каких-либо словесных пояснений. Это в полной мере отвечает двигательной природе детского воображения, для которого характерно действенное воссоздание образов детьми «при посредстве собственного тела». Из этого следует, что в танце творческое воображение может развиваться эффективнее, чем в других видах детской музыкальной деятельности. Ребёнок, опираясь на свой опыт, ищет способ развёртывания своего «я» во вне на языке пластики, с его помощью фиксирует свои представления, ищет эффективный способ овладения своим телом, как выразительным инструментом. У ребенка проявляется феномен авторства, что дает право говорить о развитии у него творческой индивидуальности, которая понимается многими авторами, такими З.Н. Новлянская, В.И. Слободчиков и др., как интегративное качество творческой личности [1, с.26].

Следует отметить, что введение танца в учебный план общеобразовательной школы не предполагается, однако возможна организация занятий танцем в рамках дополнительного образования на базе школы, поскольку внеучебная деятельность учащихся организуется на основе вариативной составляющей базисного учебного плана,

позволяющей в полной мере реализовать требования Федерального государственного образовательного стандарта общего образования.

В психолого-педагогической литературе проблема развития творческой индивидуальности в рамках дополнительного образования рассматривалась многими авторами. При этом в качестве возможных средств развития творческой индивидуальности школьников предлагаются: арт-терапия, овладение иностранным языком, декоративно-прикладная и музыкально-творческая деятельность. Учитывая стремление младших школьников к самопознанию, самовыражению, в качестве средства развития творческой индивидуальности, мы выбрали танец, главной функцией которого является экспрессивная функция или функция самовыражения.

Исследователями отмечается, что особенностью танца является так называемая «исследовательская направленность», под которой подразумевается целенаправленное изучение каждым танцующим возможностей и особенностей собственного тела, эмоциональной сферы, в процессе импровизации поиск выразительных средств, наиболее адекватных данному человеку. Вышеупомянутые суждения позволяют говорить о том, что танец как средство развития творческой индивидуальности школьников имеет большой педагогический потенциал, но в общем образовании это последовательно не учитывается.

Объект исследования – процесс обучения младших школьников ритмике и танцу в системе дополнительного образования на базе общеобразовательной школы.

Предмет исследования – эффективность предложенной методики, используемой для построения и проведения уроков ритмики и танца с детьми младшего школьного возраста.

Цель исследования – теоретическое обоснование и анализ методики проведения уроков ритмики и танца с детьми младшего школьного возраста.

В соответствии с целью исследования были поставлены нижеследующие задачи:

- на основе анализа научной литературы уточнить понятия: «ритмика», «танец» и рассмотреть возможности развития «творческой индивидуальности» относительно детей младшего школьного возраста;
- изучить проблемы формирования и развития чувства ритма и музыкально–ритмических навыков у детей, в частности психолого-педагогический аспекты;
- ознакомиться с методами проведения уроков ритмики и танца с детской аудиторией;
- разработать методику развития творческой индивидуальности школьников в процессе обучения танцу и ритмики, определив этапы ее реализации, методы, формы, содержание включенного в методику комплекса упражнений.

В качестве гипотезы исследования выдвигается следующее предположение: высокая продуктивность уроков ритмики и танцев с младшими школьниками будет обеспечена, если:

- разработать и применить на практике методику освоения детьми танцевального искусства и ритмики;
- реализовать поэтапно методы, формы и комплекс упражнений, способствующие постижению начальных и последующих навыков в ритмике и хореографии (снятию мышечных зажимов, раскрепощению, проявлению творческого начала в танцевальной деятельности, развитию умения работать с партнером, импровизация, контактная импровизация);
- наблюдать за происходящими изменениями, анализировать и направлять в нужное русло эмоции детей, развивать танцевально–двигательную технику и творческий потенциал.

Теоретико-методологической основой исследования явились: теории развития творческой личности (Л.С. Выготский, Д. Гилфорд, В.Т. Кудрявцева и др.); теории взаимосвязи танца и движения

(Ф. Дельсарт); идеи педагогов–хореографов, деятелей в области танца (А.Е. Гиршон, С. Смирнов); методика обучению танца в начальной школе З.Я. Роот; методика по танцевально–игровой гимнастике Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина.

Методы исследования. Сочетание теоретико-методологического исследования с решением задач теоретического и практического характера обусловило выбор методов исследования, включающих: анализ психолого-педагогической и методической литературы по танцу, раскрытие базовых понятий исследования, обобщение, прогнозирование, педагогическое наблюдение.

База исследования. Базой исследования послужила Казенное государственное учреждение (КГУ) СОШ № 35 имени Халела Досмухамедова, г.Актобе, Республика Казахстан.

Научная новизна работы связана с разработкой методических подходов и приемов по проведению уроков ритмики и танца с детьми младшего школьного возраста на базе детского коллектива КГУ СОШ №35 имени Халела Досмухамедова.

Практическая значимость результатов исследования заключается в разработке авторской программы для занятий современным танцем с младшими школьниками в системе дополнительного образования общеобразовательной школы, в подборе хореографического материала для творческих танцевальных занятий и возможности использования данной методики руководителями и педагогами детских творческих коллективов.

Структура работы. Данная работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников и приложений.

# ГЛАВА 1. ПОТЕНЦИАЛ УРОКОВ РИТМИКИ И ТАНЦА В ТВОРЧЕСКОМ РАЗВИТИИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

## 1.1 Психолого-педагогические особенности развития младших школьников

Младшим школьником считается ребенок в возрасте от семи до десяти, одиннадцати лет. Данный этап в жизни ребёнка можно считать переходным, так как в этот период дошкольник становится школьником. Любой переходный период в жизни человека содержит в себе как положительные, так и отрицательные стороны. При поступлении в школу ребенок соединяет в себе черты дошкольного детства с особенностями школьника. Это необходимо принимать во внимание педагогу при построении учебного процесса.

Учебная работа младшего школьника опирается на интерес к знанию вообще. Ребенок в этом в этом возрасте готов воспринимать и принимать всё новое, интересное, неожиданное. Поэтому очень важно педагогу ритмики и танца заинтересовать, преподнести знания по развитию чувства ритма в интересной привлекательной форме. Ценности самого знания необходимо поддерживать и развивать путем представления неожиданных, и интересных проявлений в изучении предметов направленных на развитие чувства ритма.

Хорошая готовность к школьным занятиям обеспечивает безболезненное включение ребенка в школьную жизнь, необходимость подчиняться четкому распорядку и требованиям учителя. А результатом является возрастающий интерес к содержанию учебных предметов. Но многие дети испытывают те или иные трудности и не сразу включаются в школьную жизнь. Многие первоклассники начинают испытывать трудности в середине учебного года, если процесс обучения строился на усвоении готовых знаний и определений, потребность которых специально не рассматривалась [2, с. 25].

Избежать такого «пресыщения» учением можно, создавая на уроках проблемные ситуации, выход из которых требует овладения соответствующими понятиями.

Постановка перед детьми заданий, требующих путей и средств их решения, с самого начала вводит первоклассников в область постоянных поисков. В первые месяцы обучения не нужно требовать от учеников простого запоминания тех или иных сведений без должного понимания их необходимости и условий применения. Основными новообразованиями психики ребенка младшего школьного возраста являются произвольность, внутренний план действий и рефлексия [3, с. 52].

Произвольность – качество психических процессов, характеризующееся способностью управлять своим вниманием и поведением. Внутренний план действий – способность выбирать вариант действий, планировать их порядок и находить средства реализации. По-другому, это способность планировать и выполнять действия про себя.

Рефлексия – способность со стороны рассматривать и оценивать свои действия, анализировать свои мысли и поступки. Для дальнейшего перехода в подростковый возраст психика ребенка должна достигнуть такого уровня, на котором будут присутствовать все три составляющие.

При работе с детьми необходимо акцентировать педагогическую работу на их способности к активной деятельности. Во всякое действие, в том числе и в умственное, организм человека и особенно ребенка включается не сразу.

Скорость наступления утомления зависит от состояния нервной системы, частоты ритма, в котором производится работа, и от величины нагрузки. Неинтересная работа быстрее вызывает наступление утомления. Дети утомляются при длительной неподвижности и при ограничении двигательной активности. Восстановление работоспособности при наступившем утомлении, как доказал И.М. Сеченов, происходит значительно быстрее при переключении на другой вид деятельности.

Работоспособность и активность первоклассников наиболее высоки первые 15 минут работы. Особенно выражено это в начале учебного года. После 30 минут непрерывной работы регистрируется падение работоспособности, ухудшение внимания и ослабление памяти. Для поддержания должного уровня работоспособности рекомендуются небольшие динамические паузы в середине урока и чередование видов деятельности в течение урока. В начальной школе восприятие ребенка становится целенаправленным. Такое восприятие приобретает форму произвольного наблюдения. В процессе занятий у первоклассников постепенно формируется произвольное внимание, позволяющее концентрироваться на любом материале. Но изначально у первоклассников преобладает непроизвольное внимание, т.е. они обращены к тому, что им непосредственно интересно, что выделяется яркостью и необычностью. Поэтому в начальной школе так важны игровые формы изложения учебного материала, разнообразие форм деятельности на уроке и яркие наглядные пособия.

Процесс восприятия – это процесс, формирующий субъективную картину мира. В зависимости от биологической значимости в воспринимаемом предмете ведущим может оказаться либо одно, либо другое качество, отчего зависит, информация от какого анализатора будет признана приоритетной [5, с.26].

В соответствии с этим различают зрительное, слуховое, осязательное, вкусовое и обонятельное восприятие. При этом особенно важную роль во всех видах восприятия, играют двигательные, или кинестетические ощущения, которые регулируют по принципу обратной связи реальные взаимоотношения субъекта с предметом. В частности, в зрительном восприятии вместе с собственно зрительными ощущениями (цвета, света) интегрируются также и кинестетические ощущения, сопровождающие движения глаза (аккомодация, конвергенция и дивергенция, слежение).

Также в процессе слухового восприятия активную роль играют слабые движения артикуляционного аппарата. Для человека характерно, что образы его восприятия интегрируют в себе использование речи. За счет словесного обозначения возникает возможность абстрагирования и обобщения особенностей предметов.

Далее возникает вопрос, а как же происходит восприятие ритма? «Восприятие ритма с психологической стороны представляет особенный интерес именно потому, что в нем с чрезвычайной яркостью обнаруживается, во-первых, что восприятие не только «чисто духовный процесс», но и «процесс активно-действенный» [6, с. 71].

Развитие психомоторных свойств у детей младшего школьного возраста является важным показателем физического и умственного развития. Под термином «психомоторные свойства» понимается комплекс специфических способностей человека, основывающихся на психофизиологических и морфологических особенностях организма.

Отсутствие ритмичности считается дефектом, который сказывается на всей деятельности человека, в том числе и ребенка. И, наоборот, развивая чувство ритма через движения в единстве с музыкой, он совершает целесообразное, упорядоченное во времени и пространстве движение, т.е. некий биомеханический акт – это, во-первых. Во-вторых, человек решает поставленную ему задачу с большей экономией сил, т.е. совершает интеллектуальный акт; и, в-третьих, он испытывает эстетические чувства, заключающиеся в особом удовлетворении от факта полного слияния с музыкальной динамикой. Совершенствуясь во всех этих направлениях, ребенок становится более ловким, более способным к расчету, анализу, контролю разума над своими действиями и, наконец, более восприимчивым к искусству, способным к большей эмоциональной подвижности.

Ритм является важным условием усвоения и выполнения действий, совершаемых человеком в любой его деятельности.

В разные времена в разных странах различные педагогические системы уделяли и уделяют внимание ритмическому воспитанию (орхестика древних греков, системы ритмического воспитания Жака Далькроза и Карла Орфа, эвритмия в вальдорфской педагогике, лечебная, логопедическая, фонетическая ритмика, верботональный метод в сурдопедагогике и др.). Такое широкое распространение ритмического воспитания обусловлено влиянием ритмических движений на активизацию различных анализаторных систем, на становление межанализаторных связей и развитие умственной деятельности человека.

Ритм рассматривается как особая форма организации движений и деятельности во времени и пространстве, а формирующаяся ритмическая способность выступает средством пространственно–временной организации движений, деятельности и поведения ребенка. Еще В. М. Бехтерев определял реакцию ребенка на ритм как первую реакцию при восприятии им музыки. Тяготение ребенка к ритму, повторности элементов, отмечали так же К. Бюлер, А. Валлон и Ж. Пиаже. Однако важно отметить, что постижение времени и пространства в онтогенезе происходит неравномерно, гетерохронно. Анализ особенностей психомоторного развития ребенка первого года жизни, а также этапов становления различных видов детской деятельности (движения, игры, речи, рисования, конструирования) показывает, что освоение ребенком временных составляющих деятельности несколько опережает овладение ее пространственной составляющей.

При освоении ребенком ритмического повтора в движении, игре, речи, конструировании, рисовании первоначально преобладающим является временной компонент ритма (ритмичные похлопывания рукой, постукивания предметом о предмет, повторные ритмичные прыжки, повторные манипуляции с предметами и т.п.) [7, с. 45].

Основа серийных двигательных и речевых реакций закладывается практически с первых недель жизни ребенка. Далее, чем более ярким

оказывается в том или ином виде деятельности младшего школьника пространственный компонент ритма, тем более сложной по своей структуре и уровню развития становится игровая, речевая, изобразительная, физическая конструктивная деятельность.

Ритмичность движений у детей формируется постепенно, и связана с тем, что становление этих функций зависит не только от степени зрелости нервной системы, но и от обучающих воздействий со стороны окружающих. К. В. Тарасова, которая изучала психологические механизмы формирования чувства музыкального ритма у школьников, выделила следующие факторы: абстрагирование от эмоциональной стороны музыкального ритма, узкое понимание музыкального ритма. При этом способность к восприятию, воспроизведению музыкально-ритмических компонентов автор рассматривала как единую сенсорную способность.

Тарасова К.В. научно обосновала, что чувство ритма формируется прижизненно путем поэтапного усвоения систем сенсорно-ритмических эталонов, на основе двигательного моделирования. Обучение, основанное на поэтапном усвоении детьми ритмических идеалов, позволяет добиваться хороших результатов в развитии чувства музыкального ритма у детей. Также она указывала на эффективность использования зрительных моделей звуковых ритмических структур на первых этапах обучения, объясняя это необходимостью конкретизации наглядно зрительных представлений о музыкально ритмических компонентах. Её исследования, доказали, что «сложная структура чувства ритма формируется в онтогенезе не сразу как целостная система, а покомпонентно». Первой появляется способность к восприятию, воспроизведению темпа следования звуков. Второй появляется способность к восприятию, воспроизведению соотношений акцентированных и неакцентированных звуков [8, с. 78].

В психолого-педагогической литературе существует два различных подхода к проблеме формирования и развития чувства ритма, музыкально-ритмических навыков у детей. При определении наиболее благоприятного

возрастного периода в обучении детей музыкально-ритмическим движениям, а также и чувству ритма, следует указать на существование различных научных подходов в данном направлении. Так, по мнению Э.Жак-Далькроза наиболее благоприятным периодом для развития чувства ритма является возраст 6-10 лет. Учёные обосновали целесообразность и возможность эффективного развития чувства ритма в младшем школьном возрасте [9, с. 54].

Таким образом, уже на самых ранних этапах онтогенеза закладываются основы для постепенного формирования у ребенка сложного чувства ритма, создается готовность к овладению ритмическими структурами, построенная на тесной взаимосвязи в развитии моторных, сенсорных функций, голосовых реакций, содержащих уже на первом году жизни ребенка проявления элементарной ритмичности. В последующем развитие ритмической способности младших школьников обеспечивает восприятие единого пространства времени, формирование целостного образа мира, гармонизацию психического развития [10, с. 42].

Внимательно изучив психолого-педагогические особенности развития детей младшего школьного возраста, мы можем сказать, что развитие чувства ритма у детей будет проходить гармонично и последовательно, так как в этом возрасте ребёнок и все его системы организма наиболее пластичны и восприимчивы ко всему новому.

## 1.2 Развитие творческой индивидуальности ребенка средствами танца

Танец – это музыкально-пластическое искусство. Как всякий вид искусства, танец отражает окружающую жизнь в художественных образах. С древних времен народ выражал, осмысливал в танце свои представления о природе, жизни, взаимоотношениях между людьми, рассказывал о происходящих событиях. Известный балетмейстер К.Я. Голейзовский подчеркивал: «Под словом «танец» следует подразумевать нечто более

содержательное и идейно осмысленное, чем простую сумму технических приемов. Народная пляска – не набор виртуозных коленец и акробатических трюков, а плавно текущая речь, сознательно развивающийся перед зрителем, рассказ на определенную тему с сюжетом, пересказ событий действительной жизни, понятная и реальная картина окружающего» [11, с.37]. Танцу изначально присущ образный характер.

Танцевальное искусство имеет свои особенности. В нем в качестве главного средства создания художественных образов используются движения и положения человеческого тела, которые составляют своеобразный выразительный язык. Истоки этого языка коренятся в характерных движениях и пластических интонациях, рожденных в реальной жизни.

Известно, что в повседневном общении люди пользуются не только языком слов, но и языком движений. По движениям, их характеру, динамике, размаху, по осанке человека можно судить о его эмоциональном состоянии, отношении к окружающим, желании воздействовать на них, и даже о личностных свойствах и профессиональной принадлежности. Можно сказать, что каждая «единица» языка движений несет какую-либо информацию, то есть имеет некоторое значение.

Эти содержательные свойства движений сохранились и в танце. Несмотря на то, что в ходе развития танцевального искусства отдельные выразительные движения видоизменялись, заострялись, становились все более условными, тем не менее они не превратились в бессмысленные «схемы»; в каждом из них можно увидеть то или иное значение. «Если любопытный человек разложит пляску на элементы, то ему бросится в глаза, что каждый, самый незаметный ее прием и коленце что-то изображает, о чем-то говорит, что-то характеризует, в чем-то убеждает. Само движение несет определенное содержание, имеет только ему присущую образность, которую можно усилить или ослабить, ...но нельзя изменить на противоположную» [12, с.27].

Обобщенно-образное значение того или иного движения становится «ключевым» моментом в построении танца: для выражения общей идеи, передачи сюжетного развития подбираются именно те движения, которые в наибольшей степени способствуют такому выражению. В целостной композиции эта пластически-обобщенная символика благодаря своей генетической связи с реальными жизненными движениями порождает у зрителя определенные образные ассоциации. Это и позволяет понимать содержание танца в системе присущего ему языка, без словесных пояснений.

В целостной композиции танца в качестве выразительной лексики могут использоваться как специфически танцевальные, так и пантомимические движения. Оба вида движений имеют общую первооснову – реальные жизненные движения. Однако танцевальные движения меньше походят на бытовые, они достаточно условны. Приобретенная в ходе исторического развития их обобщенная, «заостренная» форма стала своеобразной. Благодаря ей танцевальные движения значительно отличаются от своей первоосновы и обладают особой выразительностью. Например, такое плясовое движение, как притоп, имеет свой «прообраз» в бытовой пластике. Бывает, человек, настаивая на своем, для большей убедительности и ногой топнет: «Нет, будет по-моему!» А как часто капризные дети, пытаясь добиться желаемого, воздействуют на взрослых испытанным приемом: громко плача, топают ногами.

Внешняя форма ударов ногами об пол в пляске видоизменяется. Притопы могут многократно повторяться, исполняться с каким-либо ритмическим рисунком, дополняться другими плясовыми элементами и пр. За счет этого смысл движения становится более «выпуклым», зримым, приобретает разнообразную выразительную нюансировку.

Пантомима менее условна, она ближе к бытовой пластике. Однако в танце, подчиняясь законам этого искусства, пантомима становится

танцевальной, ритмизованной. Например, при изображении грусти, печали исполнитель склоняет вниз голову, опускает ссутуленные плечи, весь как бы сгибается под непосильным бременем. И эта осанка в танце аналогична той, что встречается в соответствующих жизненных ситуациях. Только в «танцевальном варианте», в отличие от «бытового», она может быть несколько утрированной, «укрупненной», а выполняемые при этом движения точно соотносятся с музыкой.

Если обратиться к истории балета, то можно проследить, как на ее протяжении менялось соотношение танца и пантомимы в спектакле, какими были их выразительные возможности и роли в развитии сюжета.

В балете XVIII века преобладающим выразительным средством была пантомима, она двигала сюжет, с ее помощью воплощались все драматические конфликты. Танцы же разворачивались в те моменты, когда имелось бытовое оправдание: во время балов, празднеств, шествий.

В эпоху романтизма (1830/40 гг.) и до конца XIX в. было характерно новое, эстетически перспективное соотношение танца и пантомимы. Танец вышел на первый план и превратился в условно-поэтический язык, которым герои выражали свои чувства, мысли, он стал кульминацией драматического действия. Танцевальные ансамбли перемежались отдельными пантомимическими сценами, которые разъясняли сюжет.

В начале XX века хореографы-реформаторы М. Фокин и А. Горский выдвинули и начали разрабатывать принцип хореографической драмы. Они пытались «сплавить» танец и пантомиму и создать хореографию, сочетающую танец, наполненный мимической выразительностью, и пантомиму, проникнутую динамикой танца. Большое влияние на их взгляды оказало искусство А. Дункан. Ее свободная пластика обогатила лексику нового танца за счет невыворотных, «естественных» положений ног и вольного рисунка рук. Это позволило до известной степени сблизить условность танца и бытовой жест пантомимы в балетном спектакле. Танец мог свободно рождаться из пантомимы, развивая заданную в ней тему.

Поиски органичного сочетания пантомимических и танцевальных движений в целостной композиции являются перспективным направлением в разработке выразительной лексики танца.

Специфической особенностью танцевального искусства является органичная связь его языка с языком музыки, соотнесение пластических средств выразительности с музыкальными. Танец невозможен без музыки, будь то простой аккомпанемент хлопков и притопов, или сложное симфоническое произведение. Музыка задает не только темповые, ритмические, динамические характеристики танца, но может стать и основой его образного содержания. Эстетическую ценность танцевального «текста» во многом определяют художественные достоинства музыкального произведения.

Среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место. Она, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного и физического развития. Это в свою очередь подтверждает, что у ребенка будут гармонично развиваться творческие способности, совершенствуя детское творчество. Танец, являясь источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я», как составную часть орудия «общества, посредством которого оно вовлекает в круг социальной жизни самые интимные и самые личные стороны нашего существа». Танец существует столько же тысячелетий, сколько и человек. На заре своей истории человеческое общество открыло способы выражения мысли, эмоции через движения. В танце не звучит слово, но выразительность пластики человеческого тела столь могущественна, что язык понятен всем – и взрослым и детям, он интернационален.

Идея синтеза музыки и движения была реализована швейцарским педагогом и музыкантом Эмилем Жаком Далькрозом (1865-1950 гг.), который разработал систему музыкально–ритмического воспитания детей.

Заслуга его, прежде всего, в том, что он видел в музыкально-ритмических упражнениях универсальное средство развития у детей музыкального слуха, памяти, внимания, выразительности движений, творческого воображения. Именно музыка и движение формируют у ребенка свободу в творческом мышлении, дают возможность импровизировать, отдавая взамен ребенку эмоциональные реакции – радость, удовольствие. И, действительно, в музыкально-ритмических и танцевальных движениях становление творческих способностей у школьников может проходить чрезвычайно плодотворно. Это обусловлено сочетанием в единой деятельности музыки, движения и игры (драматизации) – трех характеристик, каждая из которых способствует развитию у детей творчества и воображения.

Со времени К.Д. Ушинского ведущие педагоги, специалисты-хореографы вели диалог о том, что важнее – воспитание высококлассного исполнителя-мастера в хореографии или развитие творческих, интеллектуальных, эмоциональных, физических способностей детей средствами хореографии, формируя тем самым высоко духовную личность. Этот диалог не потерял своей значимости и сегодня.

Однако специальных работ, посвященных исследованию хореографии в системе художественно-творческого развития младших школьников ещё, не было. Практический опыт, приобретенный при работе в сфере хореографической педагогики, позволяет заключить, что хореографическое творчество обладает неиспользованными резервами в повышении эффективности системы художественно-творческого воспитания молодого поколения.

Рассматривая хореографию как средство творческого развития младших школьников, мы должны указать на следующие синтетические ее возможности. Основой хореографии является танец – форма организации танцевальных движений. Среди всех искусств, в единстве с которыми развивается танец, музыка наиболее близка ему по обобщенности,

ассоциативности и структурным закономерностям. Но, пластический изобразительный язык танца все же более конкретен, как и зрим. В идеале сам танец – пластическая музыка. «Танцевальная музыка, – писал великий реформатор и теоретик балета Ж.Ж. Новер, – представляет собой или должна представлять своего рода программу, которая усиливает и предопределяет движение и игру каждого участника танца».

Анализ психолого-педагогической литературы и опыт учителей-практиков, музыкальных работников, психологов, врачей позволяет утверждать, что развитие танцевальных движений на каждом возрастном этапе происходит различно.

В младшем школьном возрасте дети уже сравнительно хорошо управляют своими движениями, их действия под музыку более свободны, легки и четки, они без особого труда используют танцевальную импровизацию. Ребята в этом возрасте произвольно владеют навыками выразительного и ритмического движения.

Развивается слуховое внимание, более ярко проявляются индивидуальные особенности детей. Они могут передать движениями разнообразный характер музыки, динамику, темп, несложный ритмический рисунок, изменять движения в связи со сменой частей музыкального произведения со вступлением. Детям доступно овладение разнообразными движениями (от ритмичного бега с высоким подъемом ноги и подскоков с ноги на ногу до шага польки, полуприседания и т.д.).

Творческая активность детей развивается постепенно путем целенаправленного обучения, расширения музыкального опыта, активизации чувств, воображения и мышления. Реакция детей на прослушанное представляет собой творческое отображение музыки в действии. В этом возрасте эмоции, вызванные музыкой, создают определенную двигательную активность, задача педагога заключается в том, чтобы направить ее в нужное русло, подобрав для этого интересный и разнообразный музыкально-танцевальный материал. Двигаться, как

подсказывает музыка – строгий закон, который следует неуклонно соблюдать на всем протяжении занятия. Движения должны вытекать из музыки, согласовываться с ней, отражая не только ее общий характер, но и конкретные средства выразительности. В сочетании образного слова, музыки и движения, развивается детское воображение, ребенок точнее передает характер музыкального произведения, движения становятся свободными, исчезает скованность, появляется уверенность.

Еще одной характеристикой танца, значение которой столь же велико при обучении детей, как и предыдущих, – рисунок танца. Всякий рисунок танца не существует сам по себе, он соотносится с лексикой – движением строем хореографического произведения. Движения танца возникают и развиваются не в абстракции, а в определенном пространственном решении. Движения танца – это своеобразные знаки, подобные звуку, слову, но пластически значимые. Одно движение нуждается в ряде повторов, чтобы утвердить себя, другое воспринимается сразу и в повторениях не нуждается. Подбор движений в танце должен строго соответствовать поставленной задаче, поэтому использование бесконечно большого количества разнообразных элементов в одном танце не всегда определяет его успех. Танец часто делится на сольный и массовый. Для того чтобы рисунок танца детей был четким и выполнялся ими без особого труда необходимо многократное выполнение одного и того же движения – упражнения.

Назначение упражнения различно:

- для совершенствования основных движений (ходьба, подскоки, бег);
- предварительного разучивания действий к сюжетным играм и пляскам;
- развитие выразительности движения персонажей сюжетных игр;
- композиционной завершенности музыкально–танцевальных движений у детей.

Когда мы пытаемся понять и объяснить, почему разные дети, поставленные в примерно одинаковые ситуации, достигают различных успехов, мы обращаемся к понятию «способности». А.А. Мелик-Пашаев отмечает, что «ребенок – субъект творчества, маленький художник. Никто, кроме него, не знает верного решения стоящей перед ним творческой задачи. И первое дело учителя постараться, чтобы перед ребенком всегда стояла именно творческая задача» [13, с.11].

Способность не может возникнуть вне соответствующей конкретной деятельности. Особенно важно, чтобы участие в сочинении танца, его исполнении и восприятии было ребенку по силам. Основой содержания начального обучения является включение учеников (под руководством педагога) в ведущие виды хореографической деятельности. Важной на первом этапе является музыкально-исполнительская и сочинительская деятельность. В младшем школьном возрасте, когда у ребенка еще не блокирована потребность в общении с танцем, музыкой, он с интересом воспринимает музыкально-хореографическую информацию. Поэтому важно приобщать детей к основам хореографической деятельности. Дети постигают темпо – ритмический рисунок движений, сложную структуру образов и пластики.

Рассматривая вопрос о проявлении детьми творческой активности, нельзя не сказать о роли плясок и их разновидностях (по показу учителя, с зафиксированными движениями, народные пляски с медленными элементами народного танца, хоровода с пением, импровизацией). Пляски активизируют слух ребенка, вырабатывают четкие, красивые движения. В плясках–импровизациях наиболее ярко наблюдается проявление детского творчества, раннее разучивание элементов плясовых движений позволяет детям уже в младшем школьном возрасте составить собственную композицию танца. Особую роль в творческом развитии детей средствами хореографии играет участие детей в исполнительской и сочинительской деятельности, элементарной импровизации. Дети испытывают потребность

в свободном танце, для них это одна из самых доступных форм самовыражения. Такого рода деятельность способствует формированию любви к танцу, потребности в постоянном приобщении к нему.

Занятия танцами в начальной школе приобретают особую важность потому, что в младшем школьном возрасте ребенок обладает достаточно большим потенциалом в развитии специальных способностей к восприятию танца и музыки. Детский возраст имеет богатейшие возможности для развития творческих способностей. К сожалению, эти возможности с течением времени необратимо утрачиваются, поэтому необходимо, как можно эффективнее использовать их в младшем школьном возрасте.

Уроки танца в школе в отличие от традиционного обучения содержат решение всевозможного рода задач творческого характера. На протяжении многих лет проблема развития творческих способностей учащихся привлекает к себе пристальное внимание представителей самых различных областей научного знания. Это связано с постоянно возрастающими потребностями современного общества в активных личностях, способных ставить новые проблемы, находить качественные решения в условиях неопределенности, множественности выбора, совершенствования накопленных обществом знаний, так как «в наши дни талант и творческая одаренность становятся залогом экономического процветания и средством национального престижа».

Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, его творческих возможностей. Синкретичность танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умения слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актерском мастерстве.

Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох столь же необходимо, как изучение всемирной истории и этапов развития мировой художественной культуры, ибо каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер. Изучение танцев своего народа должно стать такой же потребностью, как изучение родного языка, мелодий, песен, традиций, ибо в этом заключены основы национального характера, этнической самобытности, выработанные в течение многих веков.

В основу обучения детей младшего школьного возраста необходимо положить игровое начало. Речь идет о том, чтобы сделать игру органичным компонентом урока. Игра на уроке ритмики не должна являться наградой или отдыхом после нелегкой работы, скорее труд возникает на почве игры, становится ее смыслом и продолжением. Правильно подобранные и организованные в процессе обучения танцы-игры способствуют умению трудиться, вызывают интерес к уроку. Специфика обучения хореографии связана с постоянной физической нагрузкой. Но физическая нагрузка сама по себе не имеет для ребенка воспитательного значения. Она обязательно должна быть совместима с творчеством, с умственным трудом и эмоциональным выражением. Задача педагога – воспитать в детях стремление к творческому самовыражению, к грамотному овладению эмоциями, пониманию прекрасного [14, с.44].

Активным, творческим, пробуждающим в человеке художественное начало является и сам процесс обучения танцу. Осваивая танцевальную лексику, человек не просто пассивно воспринимает красивое, он преодолевает определенные трудности, совершает немалую работу для того, чтобы эта красота стала ему доступна. Познав красоту в процессе творчества, человек глубже чувствует прекрасное во всех его проявлениях: и в искусстве, и в жизни.

При работе с детьми необходимо знать 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. Следует помнить, что овладение тем или иным навыком должно носить художественно-творческий характер. Тогда, занимаясь хореографией, учащийся не просто выучит определенное количество движений и танцев, но на каждом занятии будет познавать своеобразный, выразительный язык хореографического искусства, получит представление о танце, где тесно переплетаются музыка и пластика.

Таким образом, в танце происходит выражение индивидуальности через пластику, которая включает в себя эмоциональную и двигательную выразительность, развивающуюся на основе индивидуальных особенностей танцующего в процессе усвоения танцевальной лексики.

Анализ литературы показал, что художественными средствами танца являются жесты, импровизация и контактная импровизация (физический контакт двух или более партнеров, совместное импровизационное движение); влияния сознания на функции и строение

телесных тканей, и применяющих концепцию целостности тела, ума и духа). Таким образом, танец обеспечивает не только развитие пластики (эмоциональной и двигательной выразительности) ребенка, но и развивает умение импровизировать (создавать субъективно новый художественный продукт), способствует повышению уровня креативности [15, с.26].

Все вышеуказанное позволило рассмотреть танец, как направление искусства и вид художественной деятельности, который включает взаимосвязь индивидуальной двигательной и эмоциональной выразительности (пластики), импровизационность и креативность, приводит к созданию средствами движения субъективно нового художественного продукта, обеспечивающего выражения внутреннего состояния танцовщика, и не опирается на заранее определенную хореографическую нотацию (запись танца).

Обобщение идей А. Маслоу, К. Роджерса позволило определить, что творческая индивидуальность проявляется в принятии себя, осознании не только своего сходства, но индивидуально-психологического отличия своей личности от других, ее уникальности, в самовыражении в творчестве и поведении, в стремлении к самоактуализации, то есть к возможно более полному выявлению и развитию своих личностных возможностей, своего творческого потенциала.

Творческая индивидуальность наиболее активно начинает развиваться в младшем школьном возрасте, когда у ребенка проявляется «феномен авторства», который определяется как принадлежность произведения автору. Авторство, в свою очередь, трактуется учеными (М.М. Бахтин, Л.С. Выготский, Л.П. Качалова, К.Н. Поливанова, В.И. Слободчиков и др.) как сочинительство, создание собственных произведений, открытие собственного внутреннего мира детей, творческая самоидентификация, актуализация в субъективно новом художественном продукте. Особенностью авторства в младшем школьном возрасте является необходимость самовыражения в творчестве, связанная с

самопознанием, с осознанием собственной индивидуальности ребенка, стремлением к самобытному, оригинальному подходу к деятельности (Т.Г. Пузыни, В.И. Слободчиков и др.) [16, с. 11].

Развитие творческой индивидуальности ребенка свидетельствует о наличии у него особой индивидуально-значимой творческой мотивации и способности в самостоятельных решениях, в пробах себя. У детей танец является одним из самых востребованных видов искусства: он дает возможность реализовать потребность в самовыражении, самопрезентации, саморазвитии, что способствует раскрытию собственной индивидуальности.

Выводы по первой главе.

Рассмотрев психолого-педагогические особенности развития детей младшего школьного возраста, можно сделать вывод: занятия ритмикой и танцем необходимы детям младшего школьного возраста для психофизического, творческого, духовно–нравственного развития. Именно в младшем школьном возрасте формируются базисные основы физической и духовной сторон личности ребёнка.

Танец – это вид художественной деятельности, в которой развивается индивидуальность, определяем, что творческая индивидуальность школьника в танце – это его актуализация в субъективно новом художественном продукте (танцевальная миниатюра, спектакль), как результате художественной деятельности.

Для того, чтобы дети могли легко двигаться, непринужденно реагировать на музыку, надо воспитывать у них необходимые качества движения, дать ряд двигательных навыков. Ведь движения в упражнениях, играх и танцах не сложные, они просты и естественны: это основные движения человеческого тела, такие, как ходьба, бег, подскоки, сгибания и разгибания, различные повороты. Все это достигается сравнительно просто, если выполнять все необходимые советы и правила, изложенные выше.

## ГЛАВА 2. МЕТОДИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ ПРОВЕДЕНИЯ УРОКОВ РИТМИКИ И ТАНЦА

### 2.1 Методика проведения уроков ритмики и танца с детской аудиторией

Основным методом обучения хореографии детей школьного возраста является игра, так как игра – это основная деятельность, естественное состояние детей школьного возраста. Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха на уроке, а о том, чтобы пронизывать урок игровым началом, сделать игру его органическим компонентом. Каждая ритмическая игра имеет в своей основе определенную цель, какое-либо задание. В процессе игры дети знакомятся с окружающей жизнью, уточняют и осмысливают свои представления о мире [17, с.58].

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.

Словесный метод. Это беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение методики исполнения движений, оценка.

Практический метод заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения. В процессе изучения дети знакомятся с основами танцевального искусства, осваивают репертуар, показывают свое мастерство на детских праздниках и концертах [18, с.25].

Наглядный метод – выразительный показ под счет, с музыкой.

Обязательными условиями проведения занятий в хореографическом зале являются:

– соответствие зала и занятий санитарным нормам и правилам;

- наличие формы;
- наполняемость групп не более 15 человек.

Главным возбудителем фантазии ребенка является музыка. Поэтому музыкальный материал подбирается особенно тщательно, по следующим принципам:

- соответствие возрасту;
- художественность музыкальных произведений, яркость, динамичность их образов;
- моторный характер музыкального произведения, побуждающий к движениям;
- разнообразие тематики, жанров, характера музыкальных произведений на примерах народной, классической и современной музыки, детских песен, музыки из мультфильмов.

На основе подобранного музыкального материала создается танцевальный репертуар.

Важно, чтобы в процессе занятий по хореографии, приобретение знаний, умений и навыков не являлось самоцелью, а развивало музыкально-танцевальные и общие способности, творчество, формировало основы духовной культуры детей.

Главный ожидаемый результат: овладение детьми навыками искусства танца, способности и желание продолжать занятия хореографией.

Примерный объём музыкальных навыков.

1. Ознакомление с двух-частными и трех-частными построениями, фразами, куплетной формой.

2. На коротких и доступных произведениях ознакомление с понятием «вступление» (построение, предшествующее началу движения). После вступления – самостоятельно, без словесного указания педагога начинать движение, ощущая первую сильную долю.

Примерный объём навыков по движению.

1. Уметь координировать движения, расслабить мышцы (особенно рук, верхнего плечевого пояса) после напряжения.

2. Согласовывать движения со строением музыкального произведения (четко начинать и менять движения по частям, фразам, ощущая их окончание).

3. При ходьбе держать корпус прямо, не опускать головы, не шаркать ногами, соблюдать координацию движений (рук, ног). Освоить виды ходьбы: обычный шаг с «подушечки», с носка, на носках, пружинный шаг, шаг с высоким подъемом ног.

4. При беге корпус несколько наклонять вперед, движение рук свободно, без напряжения. Освоить виды бега: легкий, пружинный, широкий, с высоким подъемом ног.

5. Освоить подготовительные упражнения к прыжкам: «пружинки» (после подъема на носки мягкие полуприседания с расслаблением мышц коленного сустава), ходьбу и бег пружинным шагом. Выполнять прыжки на месте, на двух ногах с продвижением вперед, подскоки на месте с ноги на ногу, с продвижением вперед, на кружении.

Темп.

При исполнении музыкального произведения точно соблюдать предложенный композитором темп. Воспитывать у детей умение удерживать нужный темп [19, с.11].

Требования к исполнению.

1. Уметь двигаться в темпе исполняемого произведения.

2. Узнавать темпы: медленный, быстрый, умеренный.

3. Уметь ускорять и замедлять темп.

4. Выполнять по памяти ходьбу, бег, ритмические рисунки в заданном темпе после временного прекращения музыки (в знакомых музыкальных произведениях и упражнениях «эхо»).

5. Сохранять заданный темп в речевых упражнениях (произнесение текста во время ходьбы или бега равными длительностями).

### Динамика.

Характер музыки, темп и динамика неотделимы друг от друга, и работа над ними осуществляется в тесном единстве, часто на одном и том же музыкальном материале. Этим темы находят своё выражение в творчестве детей, в импровизациях различных движений под музыку, в свободных танцевальных движениях, а также упражнениях, играх и танцах с фиксированными движениями.

### Метроритм.

Ритм является одним из важных выразительных средств музыки, поэтому при выполнении любых музыкально–ритмических заданий, преследующих дидактические цели, следует так же учить детей выполнять их в характере музыки. В процессе занятий, дети, двигательно реагируя на музыку, подчеркивают метрические доли. Отмечать их можно хлопками, шагами [20, с.39].

Например, на сильную долю сделать хлопок, на слабую – развести руки в стороны; топнуть одной ногой на сильную долю, или при ходьбе делать акцент одной ногой; бросать мяч на сильную долю. Эти упражнения даются в размере  $2/4$  и  $3/4$ . Можно предложить детям самим придумывать ритмические рисунки (один ребенок прохлопывает придуманный им ритмический рисунок, другой его повторяет). Можно подобрать пьесы, в которых ритмический рисунок фраз повторяется (1-2, 3-4, 5-6 и т.д.). Затем первая фраза проигрывается громко, вторая – тихо.

Дети, прослушав первую фразу, отстукивают пальцем о палец ритм второй фразы или прохлопывают её в ладоши. При повторении упражнения дети шагают под музыку четных фраз. Затем четные фразы не проигрываются на инструменте, и дети отмечают ритмический рисунок фразы без музыкального сопровождения хлопками или шагами по памяти. Овладение дирижерским жестом помогает ощутить двухдольность и трехдольность музыкального произведения, передать его характер и жанр (марш, вальс, полька, колыбельная и т.д.).

Рекомендуемые упражнения и игры (для детей 8-9 лет):

Упражнение «Позиции рук»

Базовые позиции рук, которые мы используем в работе с малышами.

Время: от 2 до 6 минут.

Педагог показывает детям позиции рук и называет каждую из них:

– «Ёлочка». Руки направлены вниз, как ветви ели, пальцы сомкнуты, кисти вытянуты.

– «Крест». Руки вытянуты и направлены ровно в стороны, все пять пальцев прижаты друг к другу.

– «Птичка». Вытянутые руки направлены от плечей по диагонали вверх, как крылья большой летящей птицы.

– «Подарок другу». Руки вытянуты точно вверх, «около ушей», представляем себе, что несём на вытянутых руках большую коробку, перевязанную атласной лентой – подарок другу.

Когда все позиции выучены и грамотно выполнены, начинаем называть их вразнобой, дети реагируют на название точной позой. Можно играть навылет, побеждает самый внимательный и быстрый.

Данные положения рук мы используем в дальнейшем физическом тренинге, дети уже будут знать, как правильно их удерживать и, не отвлекаясь, смогут работать над другими задачами. Плюс, грамотные статические упражнения значительно укрепляют мышцы. Важно показывать картинки для визуализации.

Упражнение «Волшебный клей».

В детской хореографии данное упражнение называется «складка». Для самых маленьких название можно заменить на более запоминающееся и яркое. Время: от 2 до 5 минут. Лучше выполнять несколько подходов (от 3 раз и более).

Инструкция:

1. Ноги по 6 позиции (первоначально объясняем детям, что пятки и носки «приклеены» друг к другу).

2. Смотрим на свои ладони, мажем их воображаемым «волшебным клеем» и «приклеиваем» к полу с прямыми коленями.

3. Обязательно удержание позиции. Начинаем с трёх счетов, постепенно увеличивая. В дальнейшем дети научатся стоять долго и устойчиво.

Усложнение: в данной позиции смотрим вперёд, а потом стараемся, как можно выше поднять лицо (увидеть себя в зеркале, посмотреть на друга, стоящего напротив). Одновременно растягиваем подколенные связки, мышцы спины.

Упражнение «9 этаж».

Направлено на формирование осанки, «стержня», подтянутой спины.  
Время: от 1 до 3 минут.

Инструкция:

1. Выполняем сидя на коврик, ноги впереди, колени и стопы вытянуты, руки на поясе.

2. Предлагаем детям представить, как лифт едет на 9 этаж дома, и друг за другом вытягиваются наши позвонки, макушка тянется вверх.

Таким образом, формируется «балетная» осанка, дети учатся не сутулиться, укрепляются мышцы спины. В дальнейшем эта позиция становится обязательной составляющей для многих других упражнений. Стоит сказать: «9 этаж», и дети сразу понимают, что нужно подтянуться.

Упражнение «Снежная горка».

Растягиваем и подколенные мышцы, укрепляем спину, развиваем выносливость. Время: от 3 до 6 минут. Выполняем от 3 подходов. Удерживаем позицию минимум 5 счетов, далее – наращиваем время.

Инструкция:

1. Выполняем сидя на коврик.

2. Руками «ловим» пальцы ног, колени «приклеиваем» к полу, стараемся максимально прогнуть спину, превратить ее в «снежную горку», по которой будет удобно кататься на санках.

3. Смотрим прямо перед собой, не запрокидывая шею.

Удерживаем позицию для начала 5 счетов, далее – наращиваем время. Усложнение: за счёт максимального вытягивания коленей пятки отрываются от пола. Если у ребёнка это получается сразу, значит, этот ученик всегда выполняет данное упражнение с пятками «на воздух».

Упражнение «Здравствуйте! До свидания!».

Первое понимание вытянутых и сокращённых стоп. Время: 2-6 мин.

1. Выполняем сидя на коврик. Дети уже знают и держат позицию «9 этаж», руки на поясе.

2. Работаем со стопами. «Здравствуйте!» – стопы сокращаются, приближаются к ребёнку, как бы здороваются с ним. «До свидания!» – стопы вытягиваются.

3. Педагог диктует названия положений, дети меняют положение стоп.

4. Обязательна фиксация и длительное удержание каждого положения. Начинаем от 5 счётов, далее наращиваем.

5. А потом можно и поиграть. Преподаватель называет позиции, ученики быстро меняют положения. Выигрывает самый внимательный и реактивный. Награда – громкие аплодисменты группы.

Усложнение: более продвинутые дети выполняют задание с «пятками на воздухе», то есть оторванными от пола. Вспоминаем упражнение «Снежная горка», где мы прорабатывали этот навык.

Методические рекомендации:

– занятия ритмикой необходимо проводить в танцевальном зале, оборудованном станками, зеркалами;

– во время занятий педагогу следует периодически менять направление движения детей, с тем, чтобы они научились контролировать себя через ощущение; постоянные занятия лицом к зеркалу не дадут возможности почувствовать свое тело и мышцы, а впоследствии затруднят ориентацию при выступлении на сцене.

– следует, как можно чаще менять построение детей в зале, менять в последовательном порядке линии, по которым выстроены дети; в противном случае, дети, постоянно находящиеся в последних линиях, привыкнув смотреть на ноги впереди стоящих, никогда не научатся мыслить и работать самостоятельно.

– обучение танцевальным движениям происходит путем практического показа и словесных объяснений; необходимо четко определять баланс в сочетании этих двух методов, излишнее и подробное объяснение может привести к потере внимания; ограничиваться только практическим показом нельзя, в этом случае дети воспринимают материал подражательно, неосознанно [21, с.36].

– для приобретения и закрепления детьми навыков в системе классического танца требуется повторяемость и последовательность. Исходя из этого, занятия надо составлять так, чтобы объем мышц нарастал пропорционально, не деформируя контуры ног и тела. Повторяемость движений должна быть умеренной и не слишком однообразной. Не следует изначально требовать полной выворотности ног от детей, если только она не является природной особенностью ребенка.

– в процессе преподавания необходим дифференцированный подход к детям, учет их возрастных особенностей, творческих наклонностей, физических данных, степень восприятия и усвоения материала.

– овладение двигательными навыками должно сопровождаться положительным эмоциональным настроением. На занятиях можно использовать стихотворения, сказочные сюжеты, скороговорки, считалки. Это обогатит речь детей, разнообразит эмоциональный фон общения.

## 2.2 Комплекс упражнений, направленных на развитие танца у детей

Основной целью работы является составление комплекса упражнений, направленных на развитие детей. За основу взята авторская программы педагога Беляевой В.Н. «Ритмика и танец».

Цель программы: приобщение учащихся к танцевальному искусству, развитие художественного вкуса и физического совершенствования, развитие творческих способностей, умения воплощать музыкально-двигательный образ.

Задачи программы

- развитие чувства ритма;
- развитие координации;
- развитие ориентации в пространстве;
- развитие гибкости, пластики, растяжки;
- укрепление различных групп мышц, развитие всех систем организма (дыхательной, сердечно - сосудистой, и др.):
  - профилактика нарушения осанки и искривления позвоночника, формирование правильной осанки;
  - формирование правильного свода стопы, профилактика плоскостопия;
  - развитие мышления, воображения, находчивости и познавательной активности;
  - формирования навыков самостоятельного выражения движений под музыку;
  - развитие инициативы, чувства товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.

Ритмико-танцевальный комплекс состоит из:

а) упражнений:

- упражнения для головы: повороты в стороны, с подниманием и опусканием подбородка, наклоны вперед и назад, круговые вращения;
- упражнения для рук: круговые, поднимания и опускания – по характеру маховые или напряженные, одновременные и поочередные с различными сочетаниями действий кистями, предплечьями, плечами;
- упражнения для туловища: ссутуливания и прогибания, наклоны и повороты, покачивания, волны, сгибания и разгибания – с различным

сочетанием действий в тех или иных частях позвоночного столба, плечевого пояса и тазобедренной области;

- упражнения для ног: поднимания и опускания, махи с промежуточной или конечной остановкой, сгибания и разгибания прямыми и в разной степени согнутыми ногами, с разными сочетаниями действий стопами, коленями, бедрами;

- прыжки.

б) Танцевальных движений:

- ходы, шаги (бодрый шаг, спортивно–торжественная ходьба, спокойный шаг, высокий шаг, шаг на носках, тихая, осторожная ходьба, пружинистый шаг, шаг с подскоком, шаг "Польки");

- бег (легкий бег, неторопливый, танцевальный или пружинистый бег, стремительный бег, широкий бег, высокий бег);

- прыжки;

- подскоки (легкие, сильные);

- верчения;

- галоп.

Одним из основных составляющих ритмико-танцевального комплекса является музыка.

Музыка – одно из могучих средств эстетического воспитания детей, воспроизводящее окружающую нас действительность в звуковых образах. Общение с музыкой способствует музыкально-эстетическому становлению ребенка, развивает основы его музыкальности (под музыкальностью понимается умение ребенка воспринимать в музыке определенное содержание), а музыкальная деятельность оказывает положительное влияние на общее развитие ребенка [22, с.58].

1. Музыкальное оформление.

Подбор репертуара для ритмико-танцевального комплекса всегда имел важное значение. Именно от того, на каком практическом материале обучаются дети, во многом зависит, будут ли выполнены цель и задачи.

В истории отечественного музыкально–ритмического воспитания наблюдается несколько тенденций отбора музыкальных произведений для игр, танцев, плясок, хороводов и упражнений. В 20-40-е гг. XX в. когда далькрозовская школа ритмики проявлялась в большей степени, чаще всего звучали отрывки из произведений западноевропейских композиторов, главным образом танцевальная музыка (К.М. Вебер, И. Штраус, Ф. Зуппе, Ж. Оффенбах и других), а также аранжировки и импровизации самих педагогов. В 50-60-е гг., XX в. когда постепенно складывалась современная система музыкального воспитания (под руководством Н.А. Ветлугиной, И.Л. Держинской, А.В. Кенеман и других), возникает новая тенденция – к созданию произведений для музыкально-ритмических движений специально привлекаются композиторы. Композиторы учитывают возможности детей и навыки, которые необходимо развить. В созданном ими репертуаре находят единство музыка и движение [23, с.41].

Основными принципами отбора репертуара для ритмико-танцевального комплекса являются:

- художественность музыкальных произведений, яркость, динамичность их образов;
- моторный характер музыкального сочинения, побуждающий к движениям;
- разнообразие тематики, жанров, характера музыкальных произведений на примерах народной, классической и современной музыки;
- соответствие движений характеру, образам музыки;
- разнообразие движений (танцевальные, гимнастические и т.д.).

## 2. Основные движения

Самыми доступными движениями как для детей являются естественные, или основные, движения: различные виды ходьбы, бега, подскоков, прыжков, пружинные движения ног

Воспринимая музыку, слушатели, прежде всего, чувствуют ее общий характер, улавливают ее настроение. Одни пьесы могут звучать весело, радостно, игриво, задорно, лукаво, озорно, блестяще, бойко, празднично, а другие – мягко, спокойно, нежно, плавно, безмятежно, напевно, протяжно, простодушно, задумчиво, приветливо и т.д. Музыка сообщает движениям определенный характер, придает им соответствующую эмоциональную окраску. Изменение характера музыки, появление каких-то новых оттенков, интонаций в том же характере непременно влечет за собой и изменение характера движений [24, с.18].

В зависимости от музыки движения выполняются то плавно, то отрывисто; то спокойно, то энергично, подъемно; с разной силой, объемом, амплитудой, степенью эмоциональной насыщенности.

Гимнастические упражнения:

– Упражнения для головы: повороты в стороны, с подниманием и опусканием подбородка, наклоны вперед и назад, круговые вращения;

– Упражнения для рук: круговые, поднимания и опускания – по характеру маховые или напряженные, одновременные и поочередные с различными сочетаниями действий кистями, предплечьями, плечами;

– Упражнения для туловища: ссутуливания и прогибания, наклоны и повороты, покачивания, волны, сгибания и разгибания – с различным сочетанием действий в тех или иных частях позвоночного столба, плечевого пояса и тазобедренной области;

– Упражнения для ног: поднимания и опускания, махи с промежуточной или конечной остановкой, сгибания и разгибания прямыми и в разной степени согнутыми ногами, с разными сочетаниями действий стопами, коленями, бедрами [25, с.63].

Танцевальные движения:

– Ходы, шаги (бодрый шаг, спортивно-торжественная ходьба, спокойный шаг, высокий шаг, шаг на носках, тихая, осторожная ходьба, пружинистый шаг, шаг с подскоком, шаг польки);

– Бег (легкий бег, неторопливый, танцевальный или пружинистый бег, стремительный бег, широкий бег, высокий бег);

– Прыжки;

– Подскоки (легкие, сильные);

– Верчения;

– Галоп.

Необходимо учитывать усложнение двигательных заданий, последовательность которых устанавливается в соответствии с доминирующим видом движений. Например, задание, совершенствующее навык подпрыгиваний-поскоков, рекомендуется выстраивать от простых подпрыгиваний на двух ногах на месте к переходу на прямой и боковой галоп и, наконец, к поскакам с ноги на ногу.

Многие движения изучаются не изолированно, а последовательно, в определенном порядке, так как одни движения создают двигательную основу для других, подготавливают к их быстрому освоению. Следовательно, при подборе не только музыкального материала раздела, но и двигательного существует своя логика, четкая последовательность, соблюдается принцип постепенного усложнения [26, с.87].

### 3. Примерное содержание ритмико-танцевального комплекса

Данный ритмико–танцевальный комплекс рассчитан на 15 минут. В нем используются следующие упражнения:

– Упражнения для головы: повороты в стороны, с подниманием и опусканием подбородка, наклоны вперед и назад, круговые вращения;

– Упражнения для рук: круговые, поднимания и опускания – по характеру маховые или напряженные, одновременные и поочередные с различными сочетаниями действий кистями, предплечьями, плечами;

– Упражнения для туловища: ссутуливания и прогибания, наклоны и повороты, покачивания, волны, сгибания и разгибания – с различным сочетанием действий в тех или иных частях позвоночного столба, плечевого пояса и тазобедренной области;

– Упражнения для ног: поднимания и опускания, махи с промежуточной или конечной остановкой, сгибания и разгибания прямыми и в разной степени согнутыми ногами, с разными сочетаниями действий стопами, коленями, бедрами;

– Прыжки.

Далее используются танцевальные движения:

– ходы;

– шаги из бального танца, народного танца, детского танца;

– прыжки (разножка, в повороте по *vi* поз., с поджатыми ногами);

– хлопки;

– бег на месте или в небольшом продвижении;

– махи руками;

– упражнения для бедра;

– пружинные движения;

– релеве на полупальцы.

В зависимости от музыки движения выполняются то плавно, то отрывисто; то спокойно, то энергично, подъемно; с разной силой, объемом, амплитудой, степенью эмоциональной насыщенности [27, с.48].

Многие движения ритмико-танцевального комплекса изучаются не изолированно, а последовательно, в определенном порядке, так как одни движения создают двигательную основу для других, подготавливают к их быстрому освоению. Следовательно, при подборе не только музыкального материала раздела, но и двигательного существует своя логика, четкая последовательность, соблюдается принцип постепенного усложнения.

Проанализируем комплекс упражнений, которые применил автор во время открытого урока.

План-конспект открытого урока.

Преподаватель: Шармуханова А.А.

Концертмейстер: Неклюдова Т.Н.

Предмет: Ритмика. 3 класс (отделение эстетического развития).

Дата: 14.12.2021 г.

Тема урока: «Танцевально-ритмические движения на уроках ритмики».

Данный урок составлен по рабочей программе «Ритмика». Это открытое занятие первого полугодия. В нем представлены танцевальные этюды и игры, на развитие чувства ритма, фантазии, импровизации, перестроения. Данный материал предложен в игровой форме, с использованием сюжетных сказочных образов для детей, что служит отличной базой для успешного понимания и разучивания ребенком танцевальных движений и постановок.

Цель: всестороннее развитие ребенка, развитие танца и ритма на занятиях, формирование творческих способностей и развитие индивидуальных качеств ребенка, средствами музыки и ритмических движений.

Тип урока: комбинированный.

Задачи:

- развивать чувство танца и ритма;
- учить слушать и слышать музыку;
- способствовать формированию выразительности движений, образности в исполнении;
- прививать учащимся культуру общения между собой.

Форма работы: групповая, парная, игровая.

Оборудование и источники информации:

- фортепиано;
- музыкальный центр;
- аудио записи.

Методы обучения: практический, словесный.

План урока:

1. Организационный момент (организованный вход детей в класс и построение в линии, поклон-приветствие) – 2 минуты.

2. Разминка на середине: (разогрев всех групп мышц) – 8 минут.

3. Прыжки на середине зала – 3 минут.

4. Основная часть: игровая ритмика (танцы – игры по кругу под чтение стихов), музыкально – ритмические этюды, упражнения на ориентировку в пространстве (перестроение в колонну по одному, по двое, по четыре, исполнение танцевальных этюдов «Казачек», «Маков-цвет», «Росиночка-Россия», «Лявониha») – 20 минут.

5. Заключительная часть: упражнения для восстановления дыхания, поклон. Подведение итогов. – 2 минут.

Содержание урока:

1. Вход в класс, поклон.

2. Разминка: голова, плечи, кисти, руки, наклоны корпуса, бедра, «пружинка» – колени, стопы.

3. Прыжки на середине зала (объяснение упражнений);

4. Основная часть:

а) Упражнения в ходьбе:

– ходьба с координацией движений рук и ног (объяснение упражнения);

– ходьба приставным шагом (объяснение упражнения);

– ходьба с высоким подниманием колен и легкий бег на носках (объяснение упражнения).

б) Упражнения в беге и прыжки:

– бег с хлопками (объяснение упражнения);

– ходьба, прыжки, остановка (объяснение упражнения);

– перестроение в 2 колонны.

в) Танцевальные этюды:

– парный танец «Казачек»;

– этюд «Маков-цвет»;

– хоровод «Росиночка-Россия»;

– пляска «Лявониha».

г) Игры:

– Игра с платочком (объяснение упражнения).

5. Заключительная часть: упражнения для восстановления дыхания (объяснение упражнения). Поклон. Подведение итогов.

Упражнения в ходьбе.

Ходьба с координацией движения рук и ног.

Содержание: дети строятся друг за другом. Под музыку они начинают маршировать вдоль стен зала четким ритмичным шагом, координируя движения рук и ног. Методические рекомендации: корпус и голову держать прямо. Плечи отведены назад, руки свободно двигаются в такт музыке и координируются с движениями ног. Начинать ходьбу нужно с левой ноги, не допуская шарканья ногами [28, с.61].

Ходьба приставным шагом.

Содержание: дети стоят друг за другом, заложив руки за спину. С начала музыки они идут вперед приставным шагом: левая нога ставится вперед, правая – придвигается к пятке левой ноги, а левая нога снова выставляется вперед. Затем заносится вперед правая нога, левая приставляется к пятке правой ноги, а правая выставляется вперед и т.д. Методические рекомендации: упражнение выполняется сначала без музыкального сопровождения, затем под музыку.

Ходьба с высоким подниманием колен и легкий бег на носках.

Содержание: дети стоят друг за другом на расстоянии двух-трех шагов. Под музыку дети, положив руки на пояс, идут медленно, высоко поднимая колени, ступая с носка, оттянув его к полу. Со сменой музыкального произведения дети переходят на легкий бег на носках, опустив вниз немного согнутые в локтях руки. Заканчивается упражнение ходьбой под музыку для восстановления дыхания.

Методические рекомендации: необходимо следить за тем, чтобы дети во время движения держали корпус прямо, плечи их были отведены назад, дыхание не задерживалось.

Упражнения в беге и поскоки:

Бег с хлопками.

Содержание: дети стоят друг за другом на расстоянии двух шагов один от другого. Под музыку они бегут на носках, хлопая в ладоши. Методические рекомендации: при выполнении упражнения следить за тем, чтобы бег был легким, а хлопки соответствовали ритму музыкального сопровождения. После бега дети переходят на спокойную ходьбу, темп музыки постепенно замедляется [29, с.11].

Ходьба, поскоки, остановка

Содержание: дети стоят друг за другом.

Такт 1. Ходьба четким ритмичным шагом с согласованными движениями рук и ног.

Такт 2. Делают при ходьбе, при поскока и шаг – ритм музыки изменяется.

Такт 3. Ходьба.

Такт 4. Поскоки и остановка.

Музыка и движения повторяются. Упражнение заканчивается организованной ходьбой с восстановлением дыхания.

Методические рекомендации: до начала упражнения прослушать музыкальное произведение и прохлопать его ритм. Музыкальный отрывок исполняется два-три раза без перерыва.

Пляски и танцы:

1. Парный танец «Казачек».

2. Этюд «Маков-цвет».

3. Хоровод «Росиночка-Россия».

4. Этюд «Лявониха» на материале белорусского танца.

Методические рекомендации: перед разучиванием танцев дети должны научиться правильно, выполнять все движения: закрепить изученные танцевальные элементы и шаги, освоить движения ног и рук. Затем педагог знакомит участников с музыкой.

Игры.

Игра с платочком

Содержание: дети стоят по кругу лицом к центру. Двое или трое из них выходят на середину круга, держа в руках маленькие платочки. Под музыку первой части дети с платочками движутся по кругу, делая 16 прыжков, а остальные дети, стоя на месте, хлопают в такт музыки. Под музыку второй части все дети делают восемь прыжков правой ногой, одновременно взмахивая правой рукой над головой, затем кружатся вокруг себя в правую сторону. При повторении первой части дети, стоящие по кругу, берутся за руки и прыжками движутся в правую сторону, а дети, стоящие в середине круга, хлопают в такт музыки. По окончании этой части все останавливаются. Под музыку третьей части дети, стоящие по кругу, поворачиваются спиной к центру и закрывают глаза. Дети с платочками тихо подходят к любому ребенку и кладут за его спиной платок на пол, затем встают в общий круг. По окончании музыки все дети поворачиваются к центру круга, и те, кто нашел около себя платок, берут его и входят в круг. Игра повторяется 4-6 раз [30, с.58].

Методические рекомендации: педагог знакомит детей с музыкальным произведением, отмечая различный характер трех его частей. Соответствующими характеру музыки должны быть и движения детей, которые показывает педагог: прыжки в первой части, кружение во второй, тихие шаги на носках – в третьей.

Выводы по второй главе.

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.

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 [31, с.44].

Трудно переоценить значение движения в развитии ребенка. Телесные ощущения для него первостепенны в освоении окружающего мира. Телесный опыт способствует полноценному развитию у ребенка всех психических процессов: восприятия, внимания, памяти, воображения, мышления. Ритмическое движение под музыку вызывают у детей яркие эмоциональные импульсы, разнообразные двигательные реакции, усиливают радость и удовольствие от движения. Дети чрезвычайно чувствительны к музыкальному ритму и с радостью реагируют на него.

Ритмика – это начало, база, толчок для формирования будущей физической формы ребенка, для будущего стиля и ритма его жизни. Это очень важно – как ребенок будет двигаться по жизни и насколько будет здоров. Не стоит этим пренебрегать. Надо помочь ребенку быть здоровым, определиться в его желаниях и способностях.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Тема выпускной работы «Построение и проведение уроков ритмики танца с детьми младшего школьного возраста».

Целью моей работы являлось теоретическое обоснование и анализ существующих методик проведения уроков ритмики и танца с детьми младшего школьного возраста.

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.

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.

С первых лет жизни, ребенка просто рекомендуется воспитывать развитием хореографического творчества и чувства музыки в нем, что в свою очередь способствует всестороннему развитию ребенка, его ритмических движений и более успешной работе мозга, а сам процесс занятий ритмикой приносит детям истинную радость и способность к самовыражению в творчестве.

Направленное воздействие гимнастических упражнений заключается в поддержании здоровья в гармоничном, физическом и функциональном совершенствовании. При этом решаются достаточно частые задачи:

- увеличение степени общей двигательной активности,
- коррекция фигуры,
- психологическая разрядка.

Существует необходимость танцевальной подготовки, научиться любить танец, понимать красоту правильных, ловких, гармоничных движений. Можно знать много танцев, но если они будут исполняться небрежно и неряшливо, они никому не доставят удовольствия.

Педагоги учреждений дополнительного образования воспитывают у детей чуткость, восприимчивость к красоте, эмоциональную отзывчивость, научить их видеть «прекрасное» в окружающей жизни. Живое эмоциональное отношение к занятиям дает положительный результат.

Подбору репертуара для ритмико-танцевального комплекса всегда придавалось важное значение. Именно от того, на каком практическом материале обучаются дети, во многом зависит, будут ли выполнены поставленные цель и задачи.

Воспринимая музыку, слушатели, прежде всего, чувствуют ее общий характер, улавливают ее настроение. Одни пьесы могут звучать весело, радостно, игриво, задорно, лукаво, озорно, блестяще, бойко, празднично, а другие – мягко, спокойно, нежно, плавно, безмятежно, напевно, протяжно, простодушно, задумчиво, приветливо и т.д. Музыка сообщает движениям определенный характер, придает им соответствующую эмоциональную окраску. Изменение характера музыки, появление каких-то новых оттенков, интонаций в том же характере непременно влечет за собой и изменение характера движений. В зависимости от музыки движения выполняются то плавно, то отрывисто; то спокойно, то энергично, подъемно; с разной силой, объемом, амплитудой, степенью эмоциональной насыщенности.

Многие движения ритмико-танцевального комплекса изучаются не изолированно, а последовательно, в определенном порядке, так как одни движения создают двигательную основу для других, подготавливают к их быстрому освоению. Следовательно, при подборе не только музыкального материала раздела, но и двигательного существует своя логика, четкая последовательность, соблюдается принцип постепенного усложнения.

Трудно переоценить значение движения в развитии ребенка. Телесные ощущения для него первостепенны в освоении окружающего мира. Телесный опыт способствует полноценному развитию у ребенка всех психических процессов: восприятия, внимания, памяти, воображения, мышления.

Ритмические движения под музыку вызывают у детей яркие эмоциональные импульсы, разнообразные двигательные реакции, усиливают радость и удовольствие от движения. Дети чрезвычайно чувствительны к музыкальному ритму и с радостью реагируют на него.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Базарова Н.П. Классический танец. Методика обучения. – Л., Искусство, 1975.– 152 с.
2. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца: Учебно-методическое пособие. 2-е изд. – Л.: Искусство. 1983. – 207 с.
3. Барышникова Т. Азбука хореографии. Методические указания в помощь учащимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ и студий. – СПб.: «Люкси» «Респекс», 2010. – 256 с. – ISBN5-7345-0061-5.
4. Бахрушин Ю.А. История русского балета. Учебное пособие для институтов культуры, театральных, хореографических и культурно-просветительных училищ. Изд. 2-е / Ю.А. Бахрушин. – М.: Просвещение, 1973.– 123 с.
5. Богаткова Л. Танцы народов СССР. – М., Молодая гвардия, 1954.–152 с.
6. Блок Л.Д. Классический танец. – М. 1987. – 117 с.
7. 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.
8. Бочарникова Е. Мартынова О. Московское хореографическое училище. – М.,1954.– 97 с.
9. Бочкарёва Н.И. Ритмика и хореография: учебно-методический комплекс для хореографических отделений школ, гимназий, ДМШ, школ искусств.– Кемерово. – Кемеровск. гос. академия культуры и искусств, 2000.–101 с. – ISBN5-4895-1523-6.
10. Ваганова А.Я. Основы классического танца. – Л.: Искусство, 1980. – 210 с.
11. Ванслов В. Балеты Григоровича и проблемы хореографии / В. Ванслов. – М., 1971. – 96 с.

12. Варга Т.Л., Саввиди И.Я. и др. Образовательная программа школы-студии «Фуэте» / Т.Л. Варга, И.Я. Саввиди. – Томск, ДТДиМ, 2009. – 157 с. – ISBN5-7852-9632-5.
13. Возрастная и педагогическая психология. Учеб. Пос. для ст-в пед. Ин-ов. Под ред. проф. А.В. Петровского. – М.: 1987.– 65 с.
14. Востриков А.А. Технология и методика культуры эмоции и чувств. Ч. – 1, 42 Томск, 1994.–85 с.
15. Голейзовский К. Образы русской народной хореографии. – М., 1974.–102 с.
16. Жак-Далькроз Э. Листки курсов ритмической гимнастики / Э. Жак-Далькроз. – 1913. – №1
17. Классический танец. Программа для хореографических отделений музыкальных школ и школ искусств. – М. –Л., 1982. – 69 с.
18. Климов А.А. Основы русского народного танца: Учебник для студентов вузов искусств и культуры. – М.: Издательство Московского института культуры. 1994. –320с. – ISBN5-7845-2365-5.
19. Костровицкая В. 100 уроков классического танца / В. Костровицкая. – Л.: Искусство, 1980. – 105 с.
20. Костровицкая В., Писарев А. Школа классического танца. – Л.: Искусство, 1968. – 260с.
21. Красовская В.М. Западноевропейский балетный театр: Очерки истории: От истоков до середины XVIII века / В.М. Костровицкая. – М.: Искусство, 1979. – 259 с.
22. Леонов Б. Музыкальное ритмическое движение / Б. Леонов. – Минск, 1971. –157 с.
23. Лисс С.Б. Образовательная программа театра танца «Ривьера» / С.Б. Лисс. – Томск, ДДТ «У Белого озера». 2008. – 35 с. – ISBN5-0026-8520-5.
24. Немеровский А.Б. Пластическая выразительность актера / А.Б. Немеровский. – М: Искусство, 1976. – 112 с.

25. Нешевский Н.П. Изобразительное искусство и худ. труд. – М.: Просвещение, 1995.–225 с. – ISBN6-1185-0585-5.
26. Ованесян Л.Г. Календарные праздничные традиции народов Южного Урала (весенне-летний цикл) / Л.Г. Ованесян – Челябинск: Изд-во Южно-Урал. гос.гуман.-пед.ун-та, 2020. – 220 с. – ISBN 978-5-907409-24-8.
27. Программы для внешкольных учреждений и школ. М.: Просвещение, 1986. – 395с.
28. Ритмика и танец. Программа. – М. 1980. – 105 с.
29. Соболева Г.Г. Современный русский народный хор. – М.: Знание, 1978. – 158 с.
30. Теория и методика классического танца. Программа по специальности 05.07.00 «Педагогика и хореография». – М: ГИТИС, 1998.– 287 с.
31. Рассохина В.Н. Г. Александрова и ритмика Далькроза в нашей стране / В.Н. Рассохина //Из прошлого советской музыкальной культуры. – М., 1982. – Выпуск 3.
32. Чурашов А.Г., Клыкова Л.А. Танцевально-двигательная терапия как перспективное направление разностороннего развития ребенка в системе дополнительного образования / А.Г. Чурашов, Л.А. Клыкова // Вестник Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета. – Челябинск, 2018. – 60 с.

## ПРИЛОЖЕНИЕ

### Фотоматериалы учебного процесса



Упражнения для развития танцевальных навыков у детей у детей