



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ 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 44.03.01 Педагогическое образование  
Направленность программы бакалавриата  
«Дополнительное образование (в области хореографии)»


Проверка на объем заимствований:

27,17 % авторского текста

Работа исключительно  рекомендована  не рекомендована  
защите

« 11 » 06 2019 г.

зав. кафедрой хореографии

 Чурашов А.Г.

Выполнил(а):

Студент(ка) группы ЗФ-507-118-5-1  
Кокшарова Александра Борисовна

Научный руководитель:

к.филол.н., доцент кафедры хореографии

 Ованесян Л.Г.

Челябинск

2019

## Содержание

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАБОТЫ ПЕДАГОГА-ХОРЕОГРАФА	13
1.1. История становления танца и формирование его как самостоятельной области хореографии	13
1.2. Сущность понятия ритмики и ее связь с танцем	34
1.3. Особенности развития младшего школьного возраста	46
ГЛАВА 2. РАЗРАБОТКА И РЕАЛИЗАЦИЯ МЕТОДИК И ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ПРОГРАММ В ОБЛАСТИ РИТМИКИ И ТАНЦА	71
2.1. Методические рекомендации по развитию ритмических способностей детей младшего школьного возраста	71
2.2. Особенности разработки программ по бальному танцу	98
2.3. Анализ результатов исследования	101
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	108
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	112

## ВВЕДЕНИЕ

Детское хореографическое творчество, как важный компонент современной культуры, является сферой непосредственного контакта личного творческого опыта ребенка с обширнейшим художественным и эстетическим опытом, накопленным в профессиональном искусстве и народном творчестве. Данное обстоятельство объясняет значимость детского танцевального творчества, необходимость приобщения детей к хореографической культуре. В настоящее время популярность хореографического искусства среди детей и подростков велика, наблюдается постоянный количественный рост детских танцевальных коллективов, увеличение числа их воспитанников.

Понятие детского творчества означает деятельность ребенка, создающего «нечто новое» и не связано с возрастными ограничениями [25, с. 87]. Детское творчество тесно связано с игрой, и грань между ними, не всегда правда отчетливая, прокладывается целевой установкой – в творчестве поиск и сознание нового обычно осмысленны как цель, игра же изначально таковой не предполагает. Один из существенных признаков детского творчества – его синкретическая природа, о которой говорит Л.С. Выготский, когда «отдельные виды искусства еще не расчленены и не специализированы» [24, с. 99].

Синкретичность танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умения слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса ног, пластику рук, грацию, выразительность и изобразительность.

Вековую историю насчитывает методика преподавания классического танца, которая рождалась постепенно, обобщая практический опыт педагогов и балетмейстеров. Постепенно рождалась терминология, которая складывалась из потребности использования одних и тех же элементов или движений. Они и составляли определённый

тренинг, с помощью которого можно воспитать профессионального артиста балета. Систематизация накопленного опыта педагогов – первооткрывателей методики преподавания классического танца привела к созданию замечательных методических разработок, описанных в книгах Н. П. Базаровой, А. Я. Вагановой, В. С. Костровицкой, В. П. Мей, А. А. Писарева. В системе высшего образования такая методическая литература имеет большое значение в обучении студента.

Похожая ситуация наблюдается в методике преподавания народно-сценического танца. Имеются методики преподавания народно-сценического танца, выстроенные в определённой системе. Данная система в основном опирается на разнообразие народностей, различных национальных культур. Можно отметить пособия Г. П. Гусева, А. А. Климова, Т. С. Ткаченко.

В области джазового танца существует небольшое количество методических разработок, среди которых можно отметить такие пособия, как: Х. Гюнтер (Германия), В. Ю. Никитин «Модерн джаз-танец», (Москва), Н. А. Александрова и Н. Макарова «Джаз-танец. Пособие для начинающих» (Санкт-Петербург), А. Г. Богуславская «Основы методики модерн-джаз танца» (Москва). Данные методические пособия являются основой в процессе теоретического и практического обучения в высших и средних учебных заведениях, в результате которого студенты имеют возможность овладеть систематизированными навыками в области теории и методики преподавания джазового танца.

Многие ученые, педагоги-хореографы занимались изучением методик обучения бальному танцу (У. Лайерд, А. Мур, Ю. Пин, В. Удод, В.И. Уральская).

В процессе формирования педагогом своей авторской методики преподавания хореографии необходимо принимать во внимание общие положения педагогической парадигмы в целом. Так как, разработанные уже педагогические принципы и методы преподавания позволяют

эффективно организовывать образовательный процесс во всех направлениях танцевального искусства.

В сфере современной педагогики решение данной задачи реализуется через формирования культуры самостоятельной работы. В статье С. М. Ридлиха и О. А. Козыревой «Современные методы продуктивной педагогики и проблема формирования культуры самостоятельной работы педагога» перечислен ряд умений, которыми должен владеть будущий педагог в данном контексте: «аналитико-синтетические умения, умение фиксировать информацию, коммуникативные умения, поисковые умения».

Термин «инновация» в теоретических трудах понимается авторами по-разному. Можно выделить два направления в понимании инновации: в одном случае инновация представляется в качестве результата творческого процесса в виде новой продукции (техники), технологии, метода и т.д.; в другом – как процесс введения новых элементов, подходов, принципов.

Инновационные методы включают в себя следующие компоненты:

- современные педагогические технологии развития лидерских и диалогических способностей;
- педагогические аспекты творческой деятельности;
- этнопедагогический подход к обучению, воспитанию и развитию;
- методы развития межличностного общения в коллективе;
- интеграцию в процессе создания коллективного творческого продукта танцевального коллектива;
- методы создания художественной среды средствами хореографии.

Как отмечает Г. В. Бурцева в учебно-практическом пособии «Мастерство хореографа»: «Инновационность как один из принципов педагогики для инициаторов-хореографов явление не новое. Давно известно, что основной смысл понятия «новаторство» в хореографическом творчестве состоит в распространении оригинального художественного опыта сочинительских и постановочных приёмов танца, преобразовании и

изменении способов профессиональной деятельности, методов хореографического мышления. Благодаря проявлению в профессиональной деятельности такого рода действий специалиста-хореографа идёт накопление социокультурного творческого опыта, который обуславливает развитие и прогресс в хореографическом искусстве» [17].

Что же касается интеграционного подхода в области педагогики в системе современной хореографии, то идея интеграции «разноуровневых педагогических технологий в социокультурную технологию творческого саморазвития личности» способствует реализации основных видов профессиональной деятельности выпускника-хореографа. В соответствии с образовательным государственным стандартом к ним относятся: художественно-творческая, педагогическая, научно-методическая, организационно-управленческая, экспертно-консультационная, научно-исследовательская. Данные виды деятельности способны интегрироваться как в процессе обучения дисциплине «Методика преподавания современных направлений в хореографии», так и при реализации освоенных студентами знаний, умений и навыков. В данном контексте, процесс интеграции может протекать на разных уровнях: от междисциплинарного до межличностного.

Таким образом, инновационный подход и интеграция обеспечивают базу для отбора и формирования основных педагогических принципов и задач методической системы обучения в хореографии.

Для эффективной работы с детским коллективом требуются определенные профессиональные качества педагога. Наличие профессионально-значимых качеств позволяет педагогу эффективно управлять педагогическим процессом, в нужное время вносить необходимые коррективы, направленные на его совершенствование.

По мнению Ивлевой Л.Д., современные преобразования требуют от педагога готовности к работе в новых условиях, способности

адаптироваться к педагогическим инновациям и быстро реагировать на современные и перспективные процессы социального и экономического развития общества. Иными словами, возрастает потребность в педагогах высшей квалификации, владеющих высокой культурой, способных организовать учебно-воспитательный процесс на уровне современных требований [42].

Хореографический коллектив – одна из распространенных форм обучения и воспитания, специфика работы которого достаточно сложна. Педагог-хореограф должен совместить задачи эстетического обучения и нравственного воспитания детей с балетмейстерской работой и с всевозрастающими, часто неумеренными требованиями к выступлению детей на концертах. Работа в хореографическом коллективе имеет свою специфику, с которой не может не столкнуться каждый руководитель творческого коллектива. Это, как правило, ограниченное время занятий (два раза в неделю), различные способности учащихся, наличие разных возрастов, неодинаковая степень подготовки учащихся, постоянное пополнение и частичный отсев основного состава.

Для детей младшего школьного возраста, прежде всего, характерна чрезвычайная подвижность. Они нуждаются в частой смене движений, длительное сохранение статистического положения для них крайне утомительно. В то же время движения детей еще не организованы, плохо координированы, запас двигательных навыков у них не велик, они нуждаются в его пополнении и усовершенствовании. Относительная слабость мускулатуры и гибкость костей из-за большой прослойки хрящевой ткани могут привести к образованию плохой осанки и искривлениям позвоночника. Двигательный аппарат ребенка еще недостаточно окреп, что вызывает необходимость очень внимательного отношения к дозировке физических упражнений.

Внимание детей этого возраста крайне неустойчиво, они легко отвлекаются, им трудно продолжительное время сосредоточиваться на

одном задании. Они легче воспринимают конкретный материал, живой образ для них гораздо ближе, нежели отвлеченное понятие. Игра представляет естественную деятельность детей этого возраста. Их эмоции яркие и проявляются, открыто и непосредственно. В этом возрасте дети особенно жизнерадостны и доверчивы [25].

Учитывая все эти особенности детей, педагогу-хореографу следует своеобразно выстраивать занятия со школьниками этого возраста.

Одна из задач: содействовать физическому развитию детей и совершенствовать основные двигательные навыки. Именно в этом возрасте важно выработать у детей устойчивую привычку прямо и стройно держаться, правильно и свободно двигаться в танцах.

Не менее важной задачей является развитие общей организованности детей, воспитание навыков общественного поведения, содействие организации дружного детского коллектива.

При учете этих учебно-воспитательных задач, наиболее подходящим для детей младшего школьного возраста содержанием занятий по хореографии является изучение детских, легких народных, массовых и бальных танцев, небольшая учебная подготовка, занятия ритмическими упражнениями и гимнастикой. Есаулов И.Г. утверждает, что необходимо чередовать виды работы, помня о потребности данного возраста, в частой смене движения и о трудности для них статических положений [35].

Дети младшего школьного возраста отличаются большой пластичностью и податливостью. Они легко перенимают то, что им показывают. Но движения трудные для детей и выполняемые с большим напряжением, заучиваются механически и никогда не бывают естественными, свободными, выразительными. Их усвоение осуществляется поверхностно и непрочно, и дети получают не пользу, а вред от занятий. Профессор Е. Аркин, исследуя дошкольный возраст, отметил: «Нет ничего легче, как дрессировать ребенка, и в этом заключается великий соблазн и величайшая опасность для нормального



развития детской индивидуальности» [27, с.118].

При выборе танцевального репертуара также следует учитывать интересы и склонности детей данного возраста. Танец не должен выглядеть фальшиво. Танцевальный язык для детского произведения, несомненно, зависит от возможностей и способностей учащихся, поэтому с точки зрения количества движений и их технической трудности они ограничены. Однако это не исключает необходимости создания качественного богатства движений, сочетающих в себе естественный импульс движений с условно танцевальным языком.

По мнению Ивлевой Л.Д. при постановке танца не нужно идти по линии наименьшего сопротивления и выбирать просто доступные детям движения. Нужно учитывать стиль, характер сочинения, какие комбинации могут включать в себя те или иные элементы классического танца, что может быть использовано из народных, современных танцев, оправдают ли себя в создаваемом образе наиболее доступные движения танцевального шага, бега, па польки, па вальса, па шассе, па балансе и другие, соединенные с изобразительной и выразительной пластикой комбинации разнообразных линий и поворотов корпуса.

Специфика танцевального языка состоит в том, что, подобно лейтмотиву, может повторяться, варьироваться и видоизменяться. Поэтому следует создавать не просто движения, а их динамическую картину (по аналогии с картиной звуков в музыке). В связи с этим, задачей балетмейстера является постоянное обогащение знаний в области своего искусства и музыки, с одной стороны, и возрастной психологии учащихся, с другой [43].

Создавая ситуацию игры, в работе с детьми младшего школьного возраста, на репетициях, и при исполнении танцев, не минуем залог детского сотворчества. В условиях игры они знакомятся с языком сценического танца. Сама условность танцевального языка воспринимается детьми как игра, имеющая правила. Детям дается

возможность самим назвать качества танцевального образа по линии изобразительности, выразительности и формы. Содержание образа в сочетании его с условной формой вызывает комплексное ощущение действительности (цепь рефлексов) и постепенно становится такой же естественной, как сочетание слова и звука в песне. Отсюда делаются дальнейшие шаги, углубляющие и расширяющие представления детей о танцевальном образе и тех компонентах, из которых он складывается. Актерской и музыкальной выразительности, логики танцевального движения – его органичности, в сочетании с эстетическими правилами движений классического, народного и бального танца.

В работе с детьми младшего школьного возраста первые танцевальные постановки должны носить учебный характер и являться одним из способов закрепления навыков и знаний в интересной для детей форме. В течение года следует подготовить одну, две постановки и для показа.

Основной особенностью в работе педагога-хореографа с детьми младшего школьного возраста можно считать учет психологических особенностей детей данного возраста для воспитания полноценной творческой личности путем создания условий для развития и реализации творческого потенциала учащихся, используя разнообразные формы работы с ними, которые могут дать высокие результаты только в комплексном применении.

В настоящее время существует острая необходимость в педагогах дополнительного образования, владеющих современными педагогическими технологиями, способствующими становлению и развитию разносторонне развитой личности ребенка. Запрос современного российского общества в данной потребности отражается прежде всего в Федеральном законе от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 01.05.2019) «Об образовании в Российской Федерации» и Статьи 75. «Дополнительное образование детей и взрослых», различных нормативных документах,

стандартах, а также национальных проектах.

Хореография является уникальным средством решения этой важной задачи, так как она оказывает положительное воздействие сразу по нескольким направлениям: физическому, психо-эмоциональному, нравственно-духовному и социальному.

Мы можем наблюдать активное развитие хореографического искусства, которое заключается прежде всего в том, что появляется большое количество танцевальных клубов и школ, так как хореография является одним из ведущих направлений в системе дополнительного образования. Педагог-хореограф в этой структуре является ключевой фигурой, а, следовательно, на современном этапе к нему предъявляются все более высокие требования и стандарты.

В то же время здесь отмечается ряд противоречий: во-первых, квалификация педагогов-хореографов недостаточна, – из-за отсутствия профессионального и педагогического образования работающих интуитивно (данная категория зачастую опирается только на свой личный практический опыт танцевания); во-вторых, современное поколение детей значительно отличается по своему физическому, умственному и психо-эмоциональному развитию от предыдущих; и, в-третьих, часто используются неадаптированные к современным детям методики преподавания.

Цель исследования выявить специфику работы педагога-хореографа и научно обосновать методические аспекты работы с детьми младшего школьного возраста (ритмика и танец).

Объект исследования – деятельность педагога-хореографа.

Предметом исследования являются методические аспекты в работе педагога-хореографа с детьми младшего школьного возраста.

Гипотеза исследования. Мы предполагаем, что при реализации образовательной программы по хореографии (ритмика и танец) необходимо соблюдение ряда психолого-педагогических условий, которые

будут способствовать качественному усвоению материала по хореографии, а также развитию разносторонне развитой личности.

Задачи исследования:

- провести теоретико-методологический анализ зарубежной и отечественной литературы по теме исследования;
- обозначить выявленные противоречия и выявить их причинно-следственные связи;
- разработать методические рекомендации по разработке образовательных программ в области бальной хореографии;
- экспериментально проверить эффективность предложенных рекомендаций;
- верифицировать полученные результаты.

Методы исследования: изучение психолого-педагогической и методической литературы по исследуемой проблеме; изучение передового педагогического опыта в аспекте изучаемого вопроса зарубежных и отечественных специалистов; эксперимент; наблюдение; диагностика по выявлению творческих способностей детей.

Теоретическая новизна исследования заключается в том, что раскрыта специфика деятельности педагога-хореографа, отражены особенности предмета «Ритмика и танец», подробно рассмотрены особенности отдельных компонентов ритмики и танца.

Практическая значимость исследования – возможность реализации методических рекомендаций в различных учреждениях культуры и дополнительного образования.

Апробация результатов проводилась в течение 2017-18 учебного года на базе танцевально-спортивного клуба «Александрия», г. Челябинск.

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

## ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАБОТЫ ПЕДАГОГА- ХОРЕОГРАФА

### 1.1. История становления танца и формирование его как самостоятельной области хореографии

Танец – это ритмичные, выразительные телодвижения, обычно выстраиваемые в определённую композицию и исполняемые с музыкальным сопровождением. Танец, возможно – древнейшее из искусств: оно отражает восходящую к самым ранним временам потребность человека передавать другим людям свои радость или скорбь посредством своего тела. Почти все важные события в жизни первобытного человека отмечались танцами: рождение, смерть, война, избрание нового вождя, исцеление больного. Танцем выражались моления о дожде, о солнечном свете, о плодородии, о защите и прощении.

Танцевальные па (фр. pas – «шаг») ведут свое происхождение от основных форм движений человека – ходьбы, бега, прыжков, подпрыгиваний, скачков, скольжений, поворотов и раскачиваний. Сочетания подобных движений постепенно превратились в па традиционных танцев. Главными характеристиками танца являются ритм – относительно быстрое или относительно медленное повторение и варьирование основных движений; рисунок – сочетание движений в композиции; динамика – варьирование размаха и напряжённости движений; техника – степень владения телом и мастерство в выполнении основных па и позиций. Во многих танцах большое значение имеет также жестикуляция, особенно движения рук.

Хореография, хореографическое искусство (от др.-греч. χορεία – хороводная пляска, хоровод + γράφω – записывать, писать) – искусство сочинения и сценической постановки танца, первоначальное значение – искусство записи танца балетмейстером.

Первоначально танец представлял собой комплекс, состоящий из

мимики, жестикуляции, движений корпусом и ногами. В древние века мимика – первый язык человечества – была неразрывно связана с танцевальным искусством. Более того – все движения в древности назывались не иначе как танцами.

Греки не признавали танец только как предлог для ритмических движений и красивых поз – напротив, они стремились к тому, чтобы каждое танцевальное движение выражало какую-то мысль, действие, поступок, что-нибудь говорило зрителю. А испанские танцы и до сих пор посредством своей супервыразительности иногда могут передать гораздо больше, чем обыкновенная человеческая речь. Считалось, что люди в древности танцевали оттого, что боги дергали людей за веревочки привязанные к их рукам и ногам. В действительности же танец произошел из-за необходимости первобытных людей в общении, передачи какой-либо жизненно важной информации. Копируя движения животных, первобытные люди пытались проникнуть тем самым в душевное состояние этого животного, понять его «суть», что значительным образом помогало первобытным людям при охоте, а, следовательно, являлось необходимостью для выживания.

Первобытный танец, конечно же, возник из эмоций и был напрямую связан с острейшими переживаниями. Первоначально в танцах был заключен и определенный элемент игры: в природу, в другое «Я», в «новое» и хорошо забытое «старое». Первобытный человек был наделен немногочисленными движениями, но каждый день нес новые трудности, в результате которых вырабатывались алгоритмы поведения и типизация новых жестов. Одним из способов пополнения древнего танцевального арсенала являлось подражание движениям животных. Основу первобытных танцев составляли магия и ритуал. Движения, совершаемые в ходе ритуального действия, всегда были как-то направлены, имели строго определенную цель. Танец здесь выступал как средство приведения себя в специфическое, отличное от бытового состояние. Танец таким

образом являлся своеобразным каналом в неведомое, выступал как возможность управления иррациональными сторонами человеческой жизни.

Всякий танец у древних знаменовал соединение человека с могущественными космическими энергиями, необходимыми для переживания важных, этапных событий в его жизни: рождение – вступление во взрослую жизнь – вступление в брак – рождение потомства – охота – война – смерть. То есть танцевали не от избытка сил, а для их приобретения.

Для первобытного человека действительность и вымысел были равнозначны. И не случайно обрядовые действия могли длиться несколько недель – значит, это было жизненно необходимо. Но постепенно ритуальное начало, где танец имел глубинное значение, начинает вытесняться чисто телесным, развлекательным. Так происходил плавный переход от первобытного танца к античному.

Для эпохи Средневековья было характерно острое чувство страха смерти; изображение смерти, как и дьявола, постоянно встречается в средневековой символике. Образ танцующей смерти возник уже в глубокой древности; фигура смерти появляется также в танцах многих первобытных обществ – например, до сегодняшнего дня она играет большую роль в магических обрядах водуистов. Но именно в эпоху Средневековья образ смерти превращается в символ потрясающей силы. «Танец смерти» (*danse macabre*), особенно широко распространился в Европе в XIV в., в периоды эпидемии чумы. В социальном смысле этот танец, как и сама смерть, уравнивал представителей разных сословий. В годы чумы «танец смерти» часто перерастал в истерическое веселье. Обычно он начинался быстрой пляской; затем один из танцоров внезапно падал на землю, изображая мертвого, а остальные продолжали танцевать вокруг него, представляя в пародийном виде оплакивание покойника. Если мертвеца изображал мужчина, его возвращали к жизни поцелуи девушек;

если девушка – ее целовали мужчины. После «воскрешения» следовал общий хороводный пляс [78].

От Средневековья дошло множество историй о маниакальной одержимости танцем. Во время христианских праздников народ внезапно начинал петь и танцевать у храмов, мешая проходившей в них церковной службе. Эти безумные танцы наблюдались во всех странах. В Германии они получили название «пляска св. Витта», а в Италии – «тарантелла».

Танец был не только необходимым средством разрядки, но и главным развлечением. Наибольшей популярностью пользовалась Карола, первоначально представлявшая собой танец-шествие. Возникнув в Провансе как песня-танец, исполнявшийся только в мае, Карола быстро распространилась по Европе благодаря странствующим менестрелям, и, в конце концов, стала обязательным атрибутом всех праздников.

Средневековый танец оставался еще во многом импровизированным действием. Народ любил хороводы, но устойчивых правил танца не существовало. Танец был принятой формой ухаживания; их исполнители сопровождали танец пением; движения были самыми простыми. В XII в. культ романтической любви и рыцарства в значительной мере преобразил танец, приглушив его откровенно эротические черты. Танец входил в число обычных для рыцаря занятий и выступал как своего рода домашняя параллель к турнирам на открытом воздухе. Обычно танец возглавляла одна пара, к ней присоединялись другие, медленно двигаясь по кругу; тип этого танца во многом напоминал полонез.

В эпоху позднего Средневековья проявляется различие между придворным парным танцем и деревенским групповым танцем. В социальном плане жесткого водораздела тогда еще не существовало. Селяне могли подражать придворному танцу, а рыцари любили иной раз присоединиться к сельскому хороводу. Крестьяне отдавались танцу с ничем не сдерживаемой непосредственностью, рыцари танцевали более строго, следуя придворному этикету. Народный танец по-прежнему был



импровизацией, в то время как придворный танец становился все более манерным. Главной формой дворцового искусства был фигурный танец, где группа танцующих последовательно образовывала танцевальные построения.

Большое значение в развитии придворного танца сыграло появление профессиональных учителей танца, которые не только обучали знать, но и являлись арбитрами в области этикета и манер и оказывали обычно большое влияние на атмосферу при дворе.

С самых ранних дней цивилизации танец был формой общественного выражения во всем мире, служа различным культурным назначениям. Среди этих назначений были поклонение, празднование особых событий, церемонии, торжественные приемы, физическая подготовленность и военные учения. Танец был регулярной частью религиозных практик в большинстве главных религий, и был общепринят в Христианстве до XIII века. Он считался дополнением к музыкальному прославлению, вокальному или инструментальному. Общественные события и светские праздники, которые часто были связаны с религиозными торжествами, также разнообразились танцами, как и официальные церемонии, такие как королевские визиты и коронации. Но это физическое проявление радости и восхваления не было ограничено особыми поводами.

Танец был также частью повседневной жизни. Существует множество сообщений о послеобеденных танцах и использовании танцев для создания здорового тела. Это связывало танцы с военными упражнениями, большинство из которых делалось на ногах и требовало не только физической выносливости, но также резвости и быстрой работы ног.

В XVI в. итальянские и французские танцмейстеры, создавая технику танца, обращали особое внимание на стиль исполнения и манеры танцующих. От исполнителя требовалась важная осанка, медленная

размеренная поступь, чопорные и детально разработанные взаимные приветствия – поклоны и реверансы. Соблюдение всех этих правил не только в танце, но и в быту, считалось признаком благородного происхождения и высокого общественного положения. Живые и непосредственные движения народных танцев считались дурным тоном [78].

Установленному в обществе церемониалу соответствовали и костюмы. Мужчины носили камзолы, плащи (не полагалось снимать) и шляпы, которые снимали, перекладывали и снова надевали во время танца. Дамы носили платья с очень длинными шлейфами (до 5 метров), со множеством складок и сложные головные уборы. Общий стиль костюма был пышный и тяжелый, он связывал и не давал свободы движениям.

В прошлые века одной из основных форм развлечений знати были балы и маскарады в форме балов. Естественно, эти танцы были скорее показом мод, демонстрацией богатства и положения знати, чем танцем. Но торжественный характер этих танцев, желание разнообразия даже в движении колонн по залу приносят в танец различные прыжки, подскоки, скользящие шаги. Пробуждался массовый интерес «скучающего» дворянства к танцам как форме отдыха и увеселения. Танец как эстетически развитая форма досуга – отныне жизненная необходимость высших слоев общества. Честь и хвала тем французским королям, которые собственным примером и властью, расчетом и богатством сумели лучшие эстетические и этические традиции «галантного века» передать нам.

Истории известны блестящие балы и маскарады во времена царствований Карла IX, Генрихов III и IV, Людовиков XIII и XIV. Отделение народного и придворного танцев началось уже с конца XV в., сначала в Италии, затем во Франции. Возникают первые трактаты о танцах, делаются попытки описания шагов и прыжков. В XV-XVI вв. модны басседансы, бранль, шествия с поклонами и салютами.

В XVII-XVIII в. в танцах аристократов (менуэт, скорый менуэт,

гавот) пропадает естественность движений (именно в это время появляются законы постановки рук и ног, регламентация движений корпуса – все, что вошло в классический балет). На балах XVII в. представления о красоте линий были сведены к принципам балета – грациозностью на балах считалась выворотность ног, руки необходимо было держать округленными: поднятые или опущенные, они должны были быть одинаково скруглены в локтях, кисть собрана, большой палец отведен под ладонь напротив среднего пальца.

В начале XIX в. завоевывают популярность новые живые, легкие и более непринужденные танцы (полонез, вальс, экосез, кадрили, котильон, полька, мазурка), которые становятся общеевропейскими бальными танцами.

Многие танцы, появившиеся в XX в. (краковяк, тустеп, танго, вальс-бостон, фокстрот, чарльстон, блюз, рок-н-ролл, румба, самба, твист, сальса, мамбо и др.), популярны и сегодня [78].

В допетровской Руси так называемых «салонных танцев», как в Западной Европе не было. В теремах водили женские хороводы, а в народе процветали пляски. Вообще, отношение к «пляскам и гульбе» было настороженное. Перелом произошел при Петре I, который стремился приобщить максимальное количество людей к достижениям европейской цивилизации, желал «не просто заимствовать, перенимать, а создавать свое, оригинальное, объединяющее самобытное с западным». Благодаря преобразованиям Петра был отменен запрет на танцы в рамках светского общения. Сам Петр, его супруга Екатерина и дочь Елизавета принимали участие в танцах и, по словам современников, танцевали очень грациозно.

В 1718 г. был издан указ о введении ассамблей, т. е. собраний-балов. Основным развлечением на ассамблеях были танцы, в которых принимали участие и пожилые люди. Кавалеры могли приглашать на танец любую из присутствующих дам, отказываться было не принято.

По новым правилам Петровских ассамблей, каждому хозяину

знатного дома полагалось время от времени освобождать место для танцев, игр и развлечений. Неумение танцевать становится позорным, и потому бояре выписывают себе учителей танцев и «светских обхождений», обязанности которых были очень обширными. Танцмейстер должен был обучить танцам (менуэт, полонез, контрданс, павана, куранта, англес) и одновременно преподавать хороший тон.

К концу XVII - началу XVIII вв. окончательно складывается такая форма времяпрепровождения, как балы. Танец всеми признан как очень приятное, незаменимое развлечение. Бал становится одной из важнейших частей общественной жизни. Это место встречи и общения. Ведь домашние визиты накладывают массу ограничений в поведении, к тому же для визита непременно нужно какое-нибудь дело. А на балах можно встречаться просто так, и это будет «прилично» [78].

Из всех возможных способов времяпрепровождения бал оказывается наиболее популярным. Ведь прогулка аристократа не дает возможности для общения, потому что совершается, как правило, в карете; охота также неудобна, т.к. связана с сидением на лошади. Театр – превосходная выдумка, там можно все – демонстрировать туалеты, вести беседы в глубоких ложах, кокетничать, флиртовать, но, к сожалению, все это надо делать помимо основного занятия – созерцания зрелища. И лишь бал позволяет хоть немного проявить свою ловкость и изящество, а также свободно «выйти в свет».

Петровские реформы сделали жизнь общества более гармоничной; уже не нужно было скрывать желание развлечься. Ведь бал – это не только танцы, но и игры – вначале шахматы, затем русское общество очень любило карточные игры. Это и своеобразный клуб, где можно было пообщаться со знакомыми; это и брачная контора, где решались судьбы виднейших династий России. Общение было не менее важной составляющей бала, чем танцы. На балах завязывались знакомства, решались вопросы службы и карьеры, формировалось общественное

мнение.

Танец эпохи барокко (XVIII век) принимает на себя ту роль, которую впоследствии взял на себя спорт: поддерживать культуру тела наравне с культурой духа. От эпохи барокко нам в наследство остался балет - сложное, регламентированное красотой пластических линий искусство, которое требовало специального длительного обучения. В конце XVIII - начале XIX в. танцевальная культура становится важнейшей составляющей светской жизни, а балы – непременным атрибутом дворянского быта. Танец был обязательным предметом в различных учебных заведениях.

В ту пору в просвещенной Европе танцевали повсюду и так много, что можно предположить, что не было вообще никакого дела, как только танцы во все часы дня и ночи. Различались балы официально-придворные, общественные, семейные. Ради бала шили самые модные наряды, приглашали самых известных музыкантов и организовывали пышные ужины, из-за него перестраивали весь распорядок дня [79].

Не танцевать светскому человеку того времени, а тем более даме, было немислимо. «Умение танцевать и хореографический талант составляли ценное качество и успех не только на паркете, но иногда и на поприще служебной карьеры». Бал являлся прекрасным развлечением, но требовал больших физических и эмоциональных сил. На балу требовалось безукоризненно выглядеть, контролировать каждое движение и слово и при этом казаться естественным, приветливым и веселым. Наука бального общения требовала долгих лет обучения. Поэтому бальная культура входила в жизнь человека еще в детские годы в виде уроков танцев и посещения детских балов.

Огромная роль на балу отводилась распорядителю, это было почетно и ответственно: от него зависело, будет ли бал иметь успех. Распорядитель старался проявить максимум фантазии и виртуозности, чтобы разнообразить танцевальные фигуры и доставить радость гостям. Он

должен был «оживлять общество личной веселостью и расположением духа». (1895 г.) В его обязанности входило и составление пар, и распределение бального пространства, и поддержание порядка в зале.

Открывался бал полонезом, он в торжественной функции первого танца сменил средневековый менуэт. Не обходились и без мазурки, ставшей международным бальным танцем. Непременным атрибутом и королём балов стал вальс. Сколько упоительной свободы в плавном движении! Вальс стал способом раскрепощения от условностей, которые еще по-прежнему были основой общественной жизни. В это же время появился еще один танец, успех которого затмил популярность многих других, – полька. Завершался бал танцем-игрой котильоном, своего рода финальным выступлением всех участников. Танцевали в то время кадрили и другие различные виды контрданса [78].

В конце XIX в. с переменами в общественной жизни бальная культура постепенно угасает, придворные балы проводятся все реже. Последние балы и танцевальные собрания прошли в 1914 г.

В первые годы советской власти бальные танцы были провозглашены мещанскими и не соответствующими новой культурной политике. Складывалась традиция советских массовых праздников, с живыми пирамидами и спортивными парадами. Место танцевальных вечеров в сфере досуга стало весьма скромным. Создавались «советские» бытовые танцы, а танцы, популярные в мире, запрещались за «буржуазность». Сложный рисунок многих танцев упростился и стал похож на простое перетоптывание на месте, не требующее специального обучения.

Однако в европейских странах в высшем свете сохранялась традиция проведения балов. В Советском Союзе сама идея подобных балов представлялась невозможной, однако даже здесь культурная память давала о себе знать: выпускные школьные танцевальные вечера неизменно назывались «балами» выпускников.

Сегодня культура светских балов вновь возрождается; танцевальные вечера, салоны и балы становятся все более популярными. Как и раньше, на них встречаются, знакомятся и общаются. Танцы, блиставшие в прошлых веках и исторически исполняемые на балах, вновь интересны и модны, во многом благодаря своей доступности, «нетребовательности», элегантности и красоте. Сегодня танцы прошлых веков, исторически исполняемые на светских балах, вновь интересны и модны. Культура балов снова востребована, а словосочетание «бальные танцы» приобретает свое первоначальное значение.

Бальный танец (салонный, бытовой) – это танец, который служит для массового развлечения и исполняется парой или большим количеством участников на танцевальных вечерах (балах). Возник в XIV в. в Италии в период расцвета этой страны, там же были разработаны правила тогдашнего бального танца, система записи танца. Балы во Флоренции XV-XVI вв. – образец великолепия, красочности, изобретательности. Затем, в XVI-XVII вв. законодательницей бального танца становится Франция, усложняется техника танца. Созданная в 60-х гг. XVII в. Парижская Академия танца многие годы регламентировала стиль и манеру исполнения «бальной хореографии». В XVII в. бальный танец распространился по всей Европе [78].

В ту пору преобладали «низкие» танцы или басседансы (павана, куранта, алеманда) – с поклонами, реверансами, салютами, часто в виде шествий со свечами и факелами, сопровождаемые пением самих танцующих. Постепенно на балы проникали народные танцы и соответственно приспособивались к чопорности и этикету двора и аристократии.

Во Франции эпохи барокко было модно исполнять на балах танцы, идущие на сцене, т.е. последние новинки опер и балетов. (Представляете себе средний уровень хореографической подготовки общества того времени?) В XVIII - XIX в. Франция была законодательницей мод для всей

Европы. Русская знать того времени перенимала моды Парижа. Это полностью относится и к танцам, чему способствовали приглашавшиеся в то время из Франции балетмейстеры, танцовщицы, учителя, гувернеры.

Модные танцы XVIII в. (менуэт, гавот) построены на плавных и мягких движениях рук и корпуса, мелких изящных шагах. В конце XVIII - начале XIX в. прославленный менуэт теряет свою популярность и служит больше средством воспитания хороших манер, развития осанки, изящества и плавности движений. На смену чопорным танцам прошлых веков приходят стилизованные народные танцы Англии, Германии, Австрии и других славянских стран. Массовые экосез, кадрили, полонез, вальс, полька, мазурка становятся общеевропейскими бальными танцами. Они более живые, непринужденные и легкие, более быстрого темпа. Развитию свободных, прыгающих и вращательных движений способствовало изменение моды и облегченность костюмов.

Во второй половине XVIII в. бальные танцы прочно входят в русский быт, а в XIX в. Россия становится одним из самых крупных хореографических центров Европы. Многие бальные танцы, созданные зарубежом, обрели в России вторую родину [78].

Начиная с Петровской эпохи во всех государственных и частных высших и средних учебных заведениях, военных школах, иностранных пансионах танец был обязательным предметом. В России не только прекрасно знали все новейшие и старинные бальные танцы, но и умели их исполнять в благородной манере. Это объяснялось тем, что учителями бального танца чаще всего были крупнейшие мастера русской балетной сцены, прославленные балетмейстеры и артисты (А. Глушковский, А. Новицкая, Л. Стуколкин и мн. др.)

Желая внести в программу вечера разнообразие и новизну, танцмейстеры изобретали смешанные формы, соединяя движения наиболее распространенных танцев. Так появились полька-мазурка, вальс-мазурка и др. Некоторые национальные танцы – краковяк, чардаш,



тарантелла – путем «окультуривания» исполнялись на балах высшего света.

После исчезновения балов, как формы массового времяпрепровождения в XIX в., частично их функцию заменяют рестораны, совмещавшие в себе и кухню, и танцпол, и театр.

В конце XIX в. европейский танец обогащается афроамериканской и латиноамериканской культурой. Америка – Новый Свет, воплощая идею свободы, танцует рок-н-ролл, джаз, степ, модерн, танго, сальсу, румбу и др. Влияние афро- и латиноамериканского танца охватывает весь XX век. Развивается эстрадный танец [79].

В последние десятилетия, с развитием танцев на Западе и проведением множества чемпионатов, бальные танцы из аристократического быта перешли в разряд соревновательного вида спорта. И хотя исторически понятие «бальные танцы» объединяет многие танцы различных эпох, в последние десятилетия, говоря о бальных танцах, обычно имеют в виду только 10 конкурсных танцев, сгруппированных в две программы – западно-европейскую и латиноамериканскую (соответственно: медленный вальс, танго, венский вальс, медленный фокстрот, быстрый фокстрот и самба, ча-ча-ча, румба, пасодобль, джайв). Как и любой другой соревновательный вид, спортивный танец – дело очень непростое, требующее большой самоотдачи. Это серьезные физические нагрузки и индивидуальные занятия, эффектные и сложные выученные схемы, блестящие во всех смыслах костюмы и специальная обувь, строгие судьи и набранные очки для перехода в следующий класс.

Бальные танцы – это своего рода танцевальная грамотность и каллиграфия. В настоящее время они вобрали в себя огромное число различных видов хореографии, от народных историко-бытовых до современных танцев.

Бальные танцы – группа различных парных танцев, некоторые из которых имеют народные истоки. Исполнялись на балах, которые

проводились в помещениях, застеленных паркетом. Из огромного разнообразия как элитных (историко-бытовых), так и народных танцев в группу бальных попали танцы, характеризующиеся двумя признаками: все бальные танцы являются парными; пару составляют мужчина и женщина.

Бальный танец – танец, который служит для массового развлечения и исполняется парой или большим количеством участников на танцевальных вечерах (балах). Бальный танец часто называют также бытовым танцем. Процесс дифференциации первобытного, фольклорного танца на крестьянский, бытовой (городской и придворный) и сценический (ритуальный – храмовой, танец феодальной знати, народных потешников) шел одновременно с расслоением общества и его социальным расслоением на антагонистические классы. Этот процесс протекал схоже в странах Западной и Восточной Европы, Азии и Африке. Народные истоки бального танца обеспечили его жизнеспособность и высокое распространение. Они способствовали становлению и творчески оплодотворяли процесс развития демократических жанров и форм бытового танца у различных народов [81].

Бальный танец возник в 14 веке в Италии в силу благоприятных условий (разнообразной общественной жизни развивающихся городов). Здесь происходит теоретическая разработка правил бального танца. Затем бальный танец распространился во Франции. В 16-17 веках Франция становится законодательницей бального танца. Первоначально бальный танец не имел четко установленной формы. Преобладали низкие танцы (басседансы) с поклонами, реверансами, салютами, часто в виде шествий со свечами и факелами, сопровождаемые пением самих танцующих или игрой на лютне, флейте, тамбурине, арфе, трубе. Через искусство жонглеров и труверов на балы проникали народные танцы, соответственно приспособившиеся к чопорности и этикету двора и аристократии. Обычно танцы объединялись: например, эстампида или басданс с сальтареллой, павана с гальярдой и т.д. Большой популярностью в Италии и особенно во

Франции пользовались Французский бальный танец бранль, а также вольта (14-16 вв). В 17 веке бальный танец распространился по всей Европе.

Основные танцы:

Медленный Вальс

Год появления: 1923-1924

Музыкальный размер: 3/4

Темп: 27-29 тактов в минуту, медленный

Родина танца: Англия

Счет: 1, 2, 3

Акценты: на счёт 2 акцентируется подъем танцевальной пары

Характер: медленный лирический танец с очень характерно выраженной и постоянно повторяющейся накатной волной прибой создающей впечатление полета и невесомости. Особую привлекательность и выразительность может ему придать более мягкий характер исполнения снижений. Управление партнером пары носит мягко завуалированный, скрытый характер.

Так как темп Венского Вальса был достаточно быстрым, то вскоре композиторы стали писать музыку, которая была намного медленнее. От этой музыки развился новый стиль Вальса, называемого Бостоном, с более медленными поворотами, и более длинным, скользящим движением. Примерно в 1874, в Англии, образовался очень влиятельный Бостонский Клуб и начал появляться новый стиль танца, английский, названный в последствии Медленным Вальсом (Slow Waltz). Однако, только после 1922 этот танец станет столь же фешенебельным как Танго. Странно, но то, что раньше пары танцевали в Вальсе Бостон очень сильно отличается от того, что мы исполняем сейчас [81].

Сразу после 1-ой Мировой войны Вальс стремительно меняется. Танец сочинен в начале 1919 году как самостоятельный, однако все принципы движения и особенно фигуры были использованы из медленного фокстрота. В 1921 было решено, что основное движение

должно быть: шаг, шаг, приставка. Когда в 1922 Виктор Сильвестр выиграл первенство, то Английская программа вальса состояла всего лишь из Правого Поворота, Левого Поворота и Смены Направления. В 1926/1927 Вальс был значительно усовершенствован. Основное движение было изменено на: шаг, шаг в сторону, приставка. В результате этого появилось больше возможностей для развития фигур. Они были стандартизированы Имперским Обществом Учителей Танца (ISTD). Многие из этих фигур мы танцуем до сих пор.

### Танго

Популярнейший танец низших слоев Аргентины с открыто выраженным эротическим интересом танцующих – милонга, популяризованный французским композитором/хореографом Камилем де Риналем. Танго пережил многочисленные гонения за непристойность и невероятную популярность в 1910-1915 гг.

Год появления: 1910

Музыкальный размер: 2/4

Темп: 32-34 такта в минуту, от умеренно быстрого до быстрого.

Родина танца: Аргентина / Испания (спорно)

Счет: 1, 2 или Медленно, Медленно движения состоят из различных вариантов счетов Медленно и Быстро.

Акценты: обе доли такта акцентированы.

Характер: очень мягкий по своим движениям танец, однако постоянно и неожиданно изменяемый от сдержанного до напористо-агрессивного. Эротически внешне сдержан. Четкий отрывистый ритм неожиданно варьируют прежде всего руки (крест) и голова. Роль партнера однозначно главенствующая с явной демонстрацией излишней решительности.

История танца: Первый раз Танго было исполнено в Европе перед 1-ой Мировой войной, в темпе 36 тактов в минуту. Оно пришло из Буэнос-Айреса (Аргентина), где было исполнено в первый раз в Barria Las Ranas,

гетто Буэнос-Айреса. Оно было тогда известно под названием *Baile con corte* (танец с отдыхом). Денди Буэнос-Айреса изменили танец двумя способами. Сначала они изменили так называемый Ритм Польки в Хабанера ритм, а во-вторых, они назвали это танец Танго.

Движение в танце Танго похоже на движение кошки со стаккатированным, резким движением головы. В последнее время на конкурсное Танго очень сильное влияние производит Аргентинское Танго, и музыка, включающая больше элементов и стилизацию Аргентинского Танго гораздо живее и разнообразнее.

Венский вальс

Год появления: 1775

Музыкальный размер: 3/4

Темп: 60 тактов в минуту, быстрый.

Родина танца: Франция / Германия (спорно)

Счет: 1, 2, 3

Акценты: Мягко выделяемый в каждом такте 1-й счет, придает вращению неповторимую прелесть взволнованного дыхания.

Характер: восхитительно романтический танец. Единственный, имеющий своей единственной задачей выразить чувства ликования, нежной привязанности, уважения, и восхищения посредством непрерывных вращений.

Первый Венский Вальс датирован 12 - 13 столетием и применен в танце под названием *Nachtanz*. Венский Вальс пришел к нам из Баварии и назывался тогда как *German*. Приблизительно в начале 1830 года, композиторы Франц Ланнер (*Franz Lanner*) и Иоган Штраус (*Johann Strauss*) написали несколько, очень известных сейчас, вальсов нашей эры, способствуя тем самым развитию и популярности этого танца. Эти Вальсы были весьма быстры, но, сделав ритм танца более удобным, мы теперь называем их Венскими Вальсами (*Viennese Waltz*) и всегда с радостью танцуем. В последнее время все чаще Венский Вальс включают в конец

соревнования. На знаменитом конкурсе в городе Блэкпулл (Blackpool), что в Великобритании, танцоры соревнуются всего в 4-х танцах европейской программы. Исключение составляет Венский Вальс, но тем не менее его исполняют все танцевальные дуэты перед началом соревнования, знакомясь с паркетом [81].

Танцы латиноамериканской программы – самба, ча-ча-ча, румба, пасодобль и джайв.

Самба – (порт. *samba*) бразильский танец, символ национальной идентичности бразильцев. Танец обрёл мировую известность благодаря бразильским карнавалам. Одна из разновидностей самбы вошла в обязательную пятёрку латиноамериканской программы бальных танцев. Исполняется в темпе 50-52 удара в минуту, в размере 2/4 или 4/4. В русском языке слово «самба» имеет женский род, в португальском – мужской.

Бальный танец самба (*Samba internacional*) в настоящее время относится к парным спортивным бальным танцам (СБТ) и обязателен для исполнения в латиноамериканской программе.

Для бального танца самба характерны частая смена положений партнеров, подвижность бёдер и общий экспрессивный характер. Танцевальные движения характеризуются быстрым перемещением веса тела посредством сгибания и выпрямления колен. Основная тактовая схема хореографии: «a-slow, slow, a-slow, slow». Некоторые типичные па танцоров: ботафого (от названия района Рио-де-Жанейро Botafogo), корте жака (*corte jaca*), поворот (*volta*), быстрое движение (*whisk*) и скрещивание (*cruzado*).

Бальный танец самба возник в результате взаимного влияния двух культурных традиций: африканских ритуальных танцев чернокожих рабов, прибывавших в Бразилию из Конго, Анголы и Мозамбика, и европейских танцев (вальс, полька), привнесёнными португальцами. Самба также испытала воздействие бразильского танца шоте (порт. *xote*, *xótis*),

развившегося из шотландской польки в её немецком варианте.

Ча-ча-ча (исп. cha cha cha) – кубинский музыкальный стиль и танец, получивший также широкое распространение в странах Английской Америки, а также в тех из латиноамериканских общин США, где преобладают выходцы из этих стран.

Ча-ча-ча возник в процессе эволюции и экспериментов кубинского композитора Энрике Хоррина (Enrique Jorjín, 1926-1987) с Дансоном, в 50-х годах XX века. И до сих пор популярен и танцуется на Кубе в кафе и на уличных вечеринках. Исполняется на соревнованиях, начиная с H класса. Музыкальный размер 4/4, темп – 30 тактов в минуту. Ча-ча-ча – это также один из пяти танцев латиноамериканской программы бальных танцев. Он появился от пленников Кубы они так развлекались и получался звук «чч».

Румба – парный кубинский танец африканского происхождения. Отличительной особенностью румбы являются эротические плавные движения, соединенные с широкими шагами. Наиболее известной во всем мире мелодией румбы нужно считать знаменитую «Guantanamera», написанную Жозеито Фернандесом и быстро ставшую классикой румбы.

История румбы. Румба появилась в Гаване в 19-ом веке в комбинации с европейской Contradanza. Название «Rumba», возможно, происходит от названия танцевальных групп в 1807 году – «gumboso orquesta», хотя в Испании слово «gumbo» означает «путь» (в русском морской аналог – «румбы», то есть направление). Следует отметить, что российская морская терминология аккуратно заимствована у Нидерландов, поэтому «направление» очевидно не в русском, а в голландском не так. Среди всех бальных танцев румба характеризуется наиболее глубоким эмоциональным содержанием.

Пасодóбль (исп. Paso doble – «двойной шаг») – испанский танец, имитирующий корриду.

Первое название танца – «один испанский шаг» («Spanish One Step»), поскольку шаги делаются на каждый счёт. Пасодобль был одним из

многих испанских народных танцев, связанных с различными аспектами испанской жизни. Частично пасодобль основан на бое быков. Партнер изображает тореро, а партнерша – его плащ или мулету (кусоч яркочерной ткани в руках матадора), иногда – второго тореро, и совсем редко – быка, как правило, поверженного финальным ударом. Характер музыки соответствует процессии перед корридой (*el paseíllo*), которая обычно проходит под аккомпанемент пасодобля. Основное отличие пасодобля от других танцев – это позиция корпуса с высоко поднятой грудью, широкие и опущенные плечи, жёстко фиксированная голова, в некоторых движениях наклонённая вперед и вниз. Такая постановка корпуса соответствует характеру движений матадора. Движения можно интерпретировать как битву матадора с быком. Вес корпуса впереди, но большинство шагов делается с каблука.

Музыка состоит из трех основных частей («акцентов/тем»). Первая тема делится на вступление и основную часть. Чаще всего третья тема является повторением первой. На соревнованиях по спортивным бальным танцам чаще всего исполняются две первые темы.

Джайв (англ. *jive*) – танец афроамериканского происхождения, появившийся в США в начале 1940-х. Джайв является разновидностью свинга с быстрыми и свободными движениями. Современный джайв сильно отличается от свинга по манере, хотя в нем часто используют те же фигуры и движения. Музыкальный размер 4/4, темп – 44 такта в минуту.

Танец джайв исполняется на соревнованиях по бальным танцам. Из 5-ти танцев латиноамериканской программы джайв всегда идет последним и является апофеозом соревновательной программы. Этот танец очень быстрый и искрометный. Таким образом, он позволяет парам продемонстрировать не только техническое мастерство, но и показать свою физическую подготовку.

Основной фигурой современного джайва является быстрое синкопированное шоссе (шаг→приставка→шаг) влево и вправо, вместе с



более медленным шагом назад и возвращением вперед. Бёдра и колени поднимаются на счет «и», который находится между основными счетами. Шаги делаются с носка. При этом вес тела всегда находится впереди и переносится с ноги на ногу. При исполнении танца, пары стараются акцентировать каждый чётный счет, тем самым увеличивается скорость выполнения отдельных фрагментов фигур. Это лишь маленькое описание движения, ибо более сложная техника включает поворот бедра, работу спины, и многое другое [81].

Танцевальный спорт сегодня – это не только вид спорта, но и излюбленное занятие большинства людей. Существующая на сегодняшний день система вовлекает детей и взрослых и позволяет заниматься как на любительском, так и на профессиональном уровне.

Танцевальный спорт (спортивные танцы) включает в себя стандартные (европейские) танцы: медленный вальс, танго, венский вальс, фокстрот, квикстеп; и латиноамериканские танцы: самба, ча-ча-ча, румба, джайв, пасодобль. Все эти виды танцев являются парными. Танцевальный спорт (спортивные танцы) включает в себя три раздела – стандартные танцы, латиноамериканские танцы и 10 танцев.

В своё время именно европейские бальные танцы служили способом массового развлечения, но с появлением более быстрых, энергичных видов популярность классических разновидностей начала резко падать. Но сегодня танцы стандартной программы получили второе дыхание. Занятия подобным видом спорта помогут улучшить осанку и сделать движения более грациозными. Кроме того, за последние несколько лет классические разновидности танцев были несколько модернизированы.

Особой популярностью сегодня пользуются танцы латиноамериканской программы: Ча-ча-ча, Самба, Румба, Джайв и Пасодобль. Их танцуют не только на профессиональных конкурсах, но и на вечеринках и различных мероприятиях. Каждый вид этих латиноамериканских танцев имеет свою историю происхождения.

Когда-то группа Романских языков, произошедших от Латыни, не специально определила направление развития культуры, которая получила широкое распространение на Американском континенте. Сегодня, танцевальную программу составляют три танца – из Франции, из Испании и из США. Также, хотелось бы отметить, что название «латиноамериканские танцы» скорее происходит от «Латина и Американские танцы», нежели зависит от географического положения территорий, на которых всё это образовывалось.

Эти три танца, о которых говорится выше, произошли, благодаря слиянию европейской, индейской и негритянской культур.

## 1.2. Сущность понятия ритмики и ее связь с танцем

Ритмика – от греч. *rhythmos* – порядок движения), ритмическое воспитание, педагогические системы и методы, построенные на сочетании музыкальных (художественных) форм и пластических движений. Ритмическое воспитание способствует развитию у детей музыкального восприятия, эмоциональности и образности, совершенствованию мелодичности и гармоничности слуха, музыкальной памяти, чувства ритма, культуры движений, умению творчески воплощать музыкально-двигательный образ.

Ритмика (ритмическая гимнастика) – это система музыкально-ритмического воспитания, цель которой – развитие чувства ритма и координации. Ритмикой также называют занятия для детей (обычно дошкольного возраста), на которых малыши учатся двигаться под музыкальное сопровождение, владеть своим телом, развивают внимание и память. Ритмика для детей проходит под весёлую, ритмичную музыку, поэтому занятия воспринимаются ими позитивно, что, в свою очередь, позволяет лучше усваивать материал.

Ритмика – это танцевальные упражнения под музыку, которые учат

чувствовать ритм и гармонично развивают тело. Ритмика способствует правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно-творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор. Занятия по ритмике направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности.

Преимущественное использование музыки на занятиях ритмики объясняется тем, что на практике художественным оформлением ритма является музыка, хотя используются и другие художественные средства: поэзия, живопись и др. В ритмике сливаются воедино слуховое (ритмическое) и зрительное впечатления, естественными и выразительными движениями передается эмоциональное состояние человека. Поэтому концепция ритмического воспитания исходит из природных способностей и возможностей детей.

Ритмическое воспитание использовалось в большей степени в искусстве балета. Однако в методике преподавания балетного мастерства ритмики большей частью сводилась к формальному тактированию. В классической школе балета многих стран задачи обучения учащихся высокой технике движений преобладали над воспитательными. Поэтому осмысление категории ритмики, изменявшее представление о классических законах пространственной перспективы и движений, было свойственно не столько балету, сколько музыке, театру и даже живописи и архитектуре.

Восприятие пространства и времени с помощью ритмики изменило отношение к классической форме триединства – действия, времени и места. Сторонники ритмического воспитания предлагали рассматривать объект в изменении во времени и пространстве одновременно. Ритмика, выйдя за рамки балета, превратилась в самостоятельное направление, получившее название «нового искусства движения».

Одним из создателей новой концепции искусства движения является

Ф. Дельсарт (1811—71), французский педагог и композитор, разработавший методику контроля над движением и применивший ее в обучении взрослых различных профессий (скульпторов, художников, врачей и др.). Идеи Дельсарта развивали Э. Жак-Далькроз и А. Аппиа (Швейцария), А. Дункан (США), Р. Штейнер (Германия), Г. Крэг (Великобритания), К. С. Станиславский (Россия) и др.

Ритмику, как обучающий метод, создал в начале XX века профессор Женевской консерватории Эмиль Жак-Далькроз, который заметил, что даже самые нерадивые ученики начинали воспринимать и запоминать ритмическую структуру музыки, как только начинали двигаться под музыку. Эти наблюдения положили начало системе, позднее названной «ритмической гимнастикой».

Система Жак-Далькроза строилась на взаимосвязи музыки, впечатления и движений и была апробирована им в преподавательской деятельности на специальных курсах ритма в Институте музыки и ритма в Хелерау (близ Дрездена). Почти одновременно с Жак-Далькрозом Штейнер создал концепцию «нового искусства постижения», в дальнейшем получившего название эвритмии. Некоторые педагогические системы начала XX в. ориентировались даже на всеобщее ритмическое воспитание.

Наиболее яркое воплощение идеи ритмики получили в творчестве американской танцовщицы А. Дункан (1878 – 1927). Несмотря на общемировую известность, ее взгляды на ритмику и искусство движения часто не получали адекватного понимания. В 1905 Дункан открыла школу в Берлине, т. к. считала, что именно Германия как страна философии и культуры позволит ей наилучшим образом осуществить стремление создать театр будущего. Эта школа также известна как Грюневальдская.

Дункан рассматривала танец в качестве естественного средства воспитания ребенка. Занятия физическими упражнениями и гимнастикой считались подготовительным этапом, мобилизующим все силы организма

к его наиболее полному развитию. Теория Дункан строилась на понятиях «воли к красоте», «движения сообразно гармонии в природе» и др. Атмосфера школы, ее интерьер (просторная студия, подлинные произв. скульптуры и живописи, изящная школьная форма в виде туники и т. п.). способствовали воспитанию у детей эстетического отношения к действительности. Правила преподавания в школе и руководство к танцам (500 упражнений) изложены Дункан в дневнике.

Не получив в Германии поддержки, Дункан попыталась найти взаимопонимание в России, посетив ее в 1907 с гастролями. Но традиции классического русского балета также не соответствовали идеям Дункан. В 1908 она приобрела студию в Париже, в 1913 ее школа переехала в Париж в отель Бельвю, который был перестроен в виде сказочного замка для «Дома танца будущего». Учениц школы часто рисовал О. Роден, который в девушках видел танцовщиц, умеющих двигаться согласно природе и гармонии и понимавших науку движения лучше, чем его ученики.

После начала 1-й мировой войны (1914) школа Дункан эвакуировалась в США, в 1920 вернулась в Европу, где Дункан избрала для размещения школы Грецию. Дункан отмечала, что жители Др. Греции были необыкновенными наблюдателями природы, изображавшими на своих вазах и в скульптурах движения, которые находятся в бесконечном развитии – каждое движение неизбежно вызывает следующее. Однако в связи с государственным переворотом (1921). Дункан была вынуждена покинуть Грецию. В том же году она приняла приглашение правительства РСФСР создать школу танцев для российских детей. Дункан надеялась, что именно в революционной России, провозгласившей искусство и культуру достоянием каждого, сможет осуществиться ее мечта о государственной бесплатной и общедоступной танцевальной школе. Однако условия разрухи и нищеты, отсутствие материальных средств в значительной степени препятствовали ее начинаниям. Ее деятельности активно содействовал А. В. Луначарский. Для школы был выделен особняк

на Пречистенке. Хотя сама мысль о школе танцев в неустроенной России казалась несбыточной, поступить в школу стремилось в несколько раз больше детей, чем планировалось, и Дункан удвоила число учащихся. Она использовала все свои сбережения и связи, чтобы создать в школе хотя бы сносные условия для занятий, обеспечить детей питанием. Школа Дункан в России просуществовала до конца 40-х гг. После смерти Дункан школой руководила ее ученица Ирма Дункан.

Идеи и практический опыт Дункан привлекли энтузиастов во многих странах мира. По ее методике работают современные студии и школы пластического танца, ритмического воспитания. Наиболее известны школы Дункан в Австрии, Великобритании (студия Б. Канн в Лондоне и др.), Германии (Центр естественного движения, Мюнхенская школа и др.), США (в т. ч. Международный дункановский институт классического танца в Сан-Франциско), Франции (Академия А. Дункан в Париже и др.). В России крупного современного дункановского учебного заведения создано не было. Деятельности Дункан посвящаются международные конференции, фестивали, семинары, летние школы и т. п.

В России развивалась собственная школа ритмики, отличавшаяся более широким использованием музыкального сопровождения. Многие русские ритмисты, получившие образование в Хелерау, стремились внести в ритмику свое видение. Искусством ритмики занимался Станиславский. Он поддерживал ритмические идеи Дункан и Крэга и подчеркивал существенное сходство их педагогических взглядов.

В России основными центрами развития ритмического воспитания были Институты ритма в Москве и Петербурге, работавшие в тесном взаимодействии, Институт сценических искусств с отделением ритма в Петербурге, различные курсы ритмической гимнастики. Предмет ритмики входил в программы дошкольных детских учреждений, консерваторий.

Институт ритма в Петербурге вел историю с курсов ритмической гимнастики Жак-Далькроза (основанного в 1912 г.), на базе которых была

организована частная школа ритмики О. Адамович, перешедшая затем к ученице Жак-Далькроза Н. В. Романовой и составившая ядро института, открытого в 1920. Основные цели института – творческое развитие метода ритмической гимнастики и подготовка преподавателей-ритмистов. Учащиеся изучали ритмику, сольфеджио, импровизацию, биомеханику, психологию, историю музыки, искусств. В 1922 институт влился в Институт сценических искусств. Распространению идей нового искусства движения и метода ритмической гимнастики во многом способствовал профессор института С. М. Волконский.

В Москве первые частные курсы для подготовки ритмистов-преподавателей были открыты в 1914 году (руководитель Н. Г. Александрова, одна из русских учениц школы Жак-Далькроза). В 1918 курсы влились в Московский институт ритма, его директором стала Александрова. В начале 20-х гг. он обслуживал свыше 70 учебных и воспитательных учреждений (детсады, детские дома, общеобразовательные, музыкальные, театральные, балетные школы), в учебный план которых входила ритмика. Институтами разрабатывались различные научные направления: ритм в музыке, движении, слове, производственных процессах, архитектуре и др., ритм как театральный принцип, как инструмент воспитания и даже как оздоровительно-лечебное средство. Систему гармоничной гимнастики, расширившую двигательные и художественные возможности человека, предложила Л. Алексеева.

Ритмисты Р. Варшавская, Н. Романова, А. Невинская в преподавании пластики опирались на принципы Жак-Далькроза, Т. Глебова, З. Вербова, П. Ф. Лесгафта, стремились сблизить физическую культуру с художественностью ритмики. Развивалось своеобразное направление так называемых массовых плясок, многие элементы которых использовались на уроках ритмики в детсадах и младших классах детских общеобразовательных школ. Деятельность энтузиастов ритмики способствовала развитию в России школы оригинальной художественной

гимнастики, фигурного катания, аэробики, пластики, пантомимы, эвритмии. Многие группы «алексеевок» (последовательниц системы Алексеевой), «босоножек» и моек, ансамбль студии Дункан под руководством М. Борисовой работали по методике Дункан, ряд школ и студий использовали немецкую концепцию.

Параллельно коллектив «Государственной студии Гептахор» (1918-34) под руководством С. Д. Рудневой разрабатывал уникальную методику «музыкального движения», наиболее полно воплотившую педагогические и творческие идеи Дункан. Инициатором нового метода выступила С. Д. Руднева. Под влиянием творчества Дункан (после ее первого приезда в Россию в 1905). Руднева начала исследовать пластическую философию Дункан, с которой вела переписку. В 1914 г. Руднева создала студию «Молодой гептахор» (в этом же году студия провела конкурсный отбор русских девочек для обучения в школе Дункан), которая в 1918 получила статус государственной и свое название. В 1919 г. члены студии были приглашены в Ленинградский институт ритма, однако их сотрудничество не осуществилось из-за различий в методиках обучения. В институте доминировала система Жак-Далькроза, требовавшая большей схематичности. Гептахоровцы стремились естественными выразительными движениями передавать эмоциональные переживания человека. Студийцы рассматривали ритмику в новых пространственно-временных отношениях и как бы разрушали статику пространства и мерности времени.

Основное содержание метода музыкального движения состоит в том, что процесс обучения основан на целостном подходе к ритмике, музыке и движению. В отличие от традиционных школ Р. Жак-Далькроза и балета задачи эстетического, психологического и культурного развития человека по методу музыкального движения решаются путем обучения детей умению владеть своим телом и эмоциями, формирования способности целостно воспринимать музыкальное (и художественное) произведение и создавать выразительные формы движения в соответствии с внутренним



содержанием музыки. Большая роль отводится интуиции и исполнительской импровизации. Педагогическая ценность метода музыкального движения заключается также в том, что он способствует развитию эмоциональной сферы и образного мышления личности. Метод можно использовать в среднеобразовательной и высшей школе как механизм, позволяющий раскрыть в человеке черты самостоятельного и творческого мышления.

Однако в 20-30-х гг. некоторые педагогические и театральные деятели усмотрели в ритмике одну из форм буржуазной культуры и подвергли ее жесткой критике за проявление эстетизма, декадентства и т.п. В 1923 году было принято решение о переводе Московского института ритма в Ленинград, что означало по сути ликвидацию не только института, но и всей московской школы ритмики. В 1925 году с учреждением при Государственной академии художественных наук (ГАХН) Московской ассоциации ритмистов предпринимались попытки оживления деятельности в области ритмического воспитания. В Ассоциации действовали секции дошкольная, общеобразовательных школ, вспомогательных школ, музыкальных и театральных учебных заведений, музыкально-методическая. В 1929-33 гг. в Москве работали трехгодичные курсы ритмики под руководством одного из педагогов Института ритма Н. П. Збруевой.

В 30-х гг. шел процесс устранения ритмики из школьных программ. Постепенно массовые занятия ритмикой стали преимущественно проводиться лишь в детсадах и при подготовке культурных мероприятий. В театральных учебных заведениях ритмику сменил новый учебный предмет – «сценическое движение».

Идеи ритмического воспитания, направленные на гармоничное развитие творческих способностей человека, не востребовались. В 30-е гг. большинство теоретиков ритмики было вынуждено продолжить развитие своих идей в различных учреждениях, например, Александрова

преподавала сценическую ритмику в Московской консерватории, Руднева читала лекции на курсах руководителей кружков и студий музыкального воспитания, ритмисты работали в клубах, домах пионеров, студиях художественного движения (только в Московской области их было около 50) и др. Теоретические разработки проблем ритмики велись в хореографии в лаборатории ГАХН.

В середине 40-х гг. Руднева разрабатывала на основе ритмики программы художественной гимнастики (художественного движения) для 1 – 11-х классов женских школ. Свои педагогические взгляды она изложила в пособиях «Методика музыкального воспитания в детском саду» (1961 и 1969 гг.), «Ритмика Музыкальное движение» (1972, совместно с Э.М. Фиш), «Музыкально-двигательные упражнения в детском саду» (1991, в соавторстве) и др., а также в труде «Воспоминания счастливого человека» (40-е гг., не опубликовано). Педагогическую систему «музыкального движения» Рудневой в 90-е гг. продолжают развивать современная Ассоциация музыкального движения, московские детские музыкальные студии и школы, работающие по ее методике. Идеи ритмического воспитания используются в некоторых общеобразовательных, музыкальных и др. школах, в учреждениях внешкольного (дополнительного) образования и др.

На занятиях ритмикой ребенок развивается многосторонне, приобретая ряд навыков и умений:

- улучшается физическая форма ребенка, вырабатывается координация движений;
- ребенок обучается простейшим танцевальным движениям, усваивает такие понятия, как темп, ритм, а также жанр и характер музыки;
- дети учатся адекватно выражать и контролировать свои эмоции, развивается творческая активность;
- ритмика в детском саду является хорошей подготовкой для дальнейших занятий музыкой, танцами, спортом;

- занятия ритмикой дают отличную «мирную» разрядку для гиперактивных детей;
- ритмика для детей помогает раскрепоститься, учит свободно двигаться, создаёт ощущение радости;
- занятия ритмикой прививают любовь к музыке, воспитывают музыкальный вкус ребенка.

Между ритмической гимнастикой и обычной физкультурой или аэробикой, безусловно, много общего – физические упражнения и там, и там выполняются под музыку в определённом ритме. Но при этом цели преследуются разные. Ритмика не ставит во главу угла физическое развитие, техника исполнения не является первоочередной задачей, хотя это тоже немаловажно.

Акценты в ритмической гимнастике делаются на развитие координации, умение слушать и слышать музыку, чувствовать свое тело и свободно им управлять, ну и на развитие чувства ритма, конечно.

Для чего нужна ритмика? Ритмика – это начало, база, толчок для 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, это поможет ребенку быть здоровым, определиться в его желаниях и способностях.

В процессе обучения ритмике дети научатся координировать движения, отличать сильную долю музыкального такта от слабой, изучат все основные позиции и положения рук и ног в хореографии. Ритмика способствует формированию правильной осанки и укреплению мышц спины.

Также ритмика поможет развить природные физические данные, такие как шаг (растяжка), подъем, гибкость, прыжок и даже артистичность, т.к. в процесс обучения будет входить изучение простых танцевальных движений и постановка небольших хореографических композиций. Более того, занятия способствуют раскрепощению детей, раскрытию

индивидуальности и положительно влияют на умственное развитие ребенка. Учимся управлять своим телом и двигаться красиво, развиваем слух.

Движения детей 5 лет отличаются порывистостью и плохой скоординированностью. Ребенок реагирует на все очень живо и воспринимает новую информацию буквально на лету. Полученные впечатления, в том числе и музыкальные, остаются в памяти надолго. Важно не пропустить это время и сделать так, чтобы оно стало максимально полезным для ребенка.

Занятия ритмикой просто необходимы для правильного развития. Это правильная красивая осанка, укрепление различных групп мышц, это возможность чувствовать музыку и двигаться в ритм.

Ребята познакомятся с простейшими музыкальными понятиями: «быстро» и «медленно», «громко» и «тихо», регистрами звучания (высокий, средний, низкий) и др. Кажется, что все очень просто, но попробуйте передать эти понятия пластикой своего тела. Не каждому это под силу. А ритмика позволяет сделать это в игровой форме, весело и интересно.

Занятия должны быть построены таким образом, чтобы активные движения чередовались с ходьбой или упражнениями, успокаивающими дыхание, не должно быть никаких перегрузок. Разумная организация занятий поможет избежать переутомления. В ритмике каждый ребенок выражает себя по-своему. Разглядеть в ребенке его природные данные, подобрать к нему свой ключик, чтобы добиться наибольшей точности при выполнении движений, – нелегкая задача, но она под силу грамотному специалисту.

Нужна ли детям ритмика? Движение приносит детям радость. Занимаясь ритмикой, дети учатся выражать различные музыкальные образы через пластику своего тела. Дети становятся общительнее, могут развивать музыкальные способности, укрепить здоровье, наконец, получить

массу удовольствия и найти свой собственный ритм.

Трудно переоценить значение движения в развитии ребенка младшего школьного возраста. Телесные ощущения для него первостепенны в освоении окружающего мира. Телесный опыт способствует развитию:

- 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.

Ритмика способствует развитию у детей музыкального восприятия, эмоциональности и образности, совершенствованию мелодического и гармонического слуха, музыкальной памяти, чувства ритма, культуры движений, умению творчески воплощать музыкально-двигательный образ. В ритмике сливаются воедино слуховое (ритмическое) и зрительное впечатления, естественными и выразительными движениями передаётся эмоциональное состояние человека. Движения под музыку можно рассматривать как важнейшее средство развития телесного опыта ребенка и, следовательно, развития его личности в целом, в этом и поможет ритмика.

Занятия ритмикой повышают двигательную активность, улучшают осанку, благоприятно влияют на сердечно-сосудистую, дыхательную системы детей. В процессе занятий ритмикой эффективно развиваются координация движений, быстрота, сила, выносливость, подвижность в

суставах, физическая работоспособность.

### 1.3. Особенности развития младшего школьного возраста

К.Д. Ушинский подчеркнул, что если педагогика хочет воспитать человека во всех отношениях, то она должна и знать его также во всех отношениях. При выявлении возрастных особенностей детей и фиксации определенного периода детства учитываются анатомические показатели, особенности протекания физиологических процессов, качественные изменения роста, развитие психики эмоционально-волевой и действенно-практической сфер, степень духовно-нравственной зрелости. В современных периодизациях детства отмечаются явления ускоренного физического развития детей (акселерации); их способность выдерживать значительные физические, эмоционально-психические и интеллектуальные нагрузки; духовная готовность к вступлению в многообразные социальные отношения.

В своем становлении ребенок проходит две стадии: биологическую, в течение девятимесячного развития в утробе матери, и социальную, в течение примерно 17-18 лет в различных формах социального воспитания. Периодизация социальной стадии имеет следующую структуру.

1. От рождения до 1 года – раннее младенчество. Это период первоначального приспособления и приведения в готовность сущностных сил к первоначальной адаптации.

2. От 1 года до 3 лет – собственно младенчество. Один из наиболее плодотворных и интенсивных периодов накопления ребенком социального опыта, становления физических функций, психических свойств и процессов.

3. От 3 до 6 лет – раннее детство – период перехода из младенчества в детство. Время интенсивного накопления социально значимого опыта и ориентации в социальном пространстве, формирования основных черт

характера и отношения к окружающему миру. Все три периода – от рождения до 6-ти лет – называют еще преддошкольным и дошкольным. Систематическое обучение в детском саду и школе начинается для многих ребят с 6 лет. Оно осуществляется с учетом того, что полная психофизиологическая, нравственно-волевая готовность детей к систематическому учебному труду, интеллектуальному, физическому, эмоциональному напряжению наступает к 7 годам.

4. От 6 до 8 лет – собственно детство. В этот период происходит завершение первоначального созревания физиологических и психологических структур головного мозга, дальнейшее накопление физических, нервно-физиологических и интеллектуальных сил, обеспечивающих готовность к полноценному систематическому учебному труду.

5. От 8 до 11 лет – предподростковый период – время зрелого детства, накопления физических и духовных сил для перехода к отрочеству. Вместе с периодом детства предподростковый период именуется еще и младшим школьным возрастом.

6. От 11 до 14 лет – отроческий, подростковый возраст – новый качественный этап в становлении человека. Его самыми характерными чертами являются: в физиологическом отношении – половое созревание, в психологическом – личностное самосознание, сознательное проявление индивидуальности. Подростковый период называют еще средним школьным возрастом.

7. От 14 до 18 лет – юношеский возраст – период завершения физического и психологического созревания, социальной готовности к общественно полезному производительному труду и гражданской ответственности. Девушки и юноши – старшие школьники – получают некоторую подготовку в области психологии и этики семейной жизни.

В каждый период возрастного становления ребенку важно достигнуть необходимой для этого периода полноты развития,

психофизиологической и духовной зрелости, которая не всегда совпадает с возрастными рамками и требованиями школьного обучения. Так, шестилетки к концу периода все же еще не готовы к систематическим занятиям в школе. А старшеклассники требуют более решительного и интенсивного вовлечения их в общественную жизнь и производительный труд для обеспечения эффективного нравственного, физического и гражданского созревания. Всякие попытки формирования развития детей за счет чрезмерного напряжения в раннем возрасте неизбежно ведут к перегрузкам и переутомлению, физическим и психическим срывам. Оберегание от труда и гражданской ответственности в период юности ведет к социальной инфантильности, к срывам в духовно-нравственном формировании.

Характеризуя каждый из названных возрастных периодов развития детей под углом зрения их духовно-нравственного становления, следует отметить ограниченность опыта реальных общественных отношений у дошкольников и младших школьников. Этим и объясняется их огромная тяга к накоплению впечатлений, стремление сориентироваться в жизни и утвердить себя.

Дошкольники и младшие школьники способны оценить и ценят нравственные качества в другом человеке, особенно доброту, заботливость, внимание и интерес к себе. Они оценивают эти качества утилитарно-практически, а человеческую красоту видят во внешних, привлекательных, непосредственно созерцаемых формах одежды, приемах поведения и поступках.

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



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

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

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

Центральные личностные новообразования:

- качественно новый уровень развития произвольной регуляции поведения в деятельности
- рефлексия, анализ, внутренний план действий
- развитие нового познавательного отношения к действительности
- ориентация на группу сверстников своего возраста
- дальнейшее физическое и психофизиологическое развитие ребенка, обеспечивающее возможность систематического обучения в школе
- совершенствование головного мозга и нервной системы
- неустойчивость умственной работоспособности, повышенная утомляемость
- нервно-психическая ранимость ребенка
- неспособность к длительному сосредоточению, возбудимость, эмоциональность
- развитие познавательных потребностей

- развитие словесно-логического, рассуждающего мышления
- изменение способности к произвольной регуляции поведения.

Основные задачи развития:

- формирование мотивов учения, развитие устойчивых познавательных потребностей и интересов
- развитие продуктивных приемов и навыков учебной работы, «умения учиться»
- раскрытие индивидуальных способностей и особенностей
- развитие навыков самоконтроля, самоорганизации и саморегуляции
- становление адекватной самооценки, развитие критичности по отношению к себе и окружающим
- усвоение социальных норм, нравственное развитие
- развитие навыков общения со сверстниками, установление прочных дружеских контактов.

Имея правовое равенство на современном этапе, общество столкнулось с проблемой исчезновения различий в социальных ролях полов, что повлекло за собой множество других проблем, в том числе и связанных с обучением. Именно поэтому в конце XX в. социальные науки обратились к гендерному подходу.

Гендерный подход в педагогике предполагает учет в процессе обучения физиологических, психологических и педагогических особенностей мальчиков и девочек, которые влияют на мотивацию, на формирование познавательного интереса, на восприятие и понимание учебного материала, на способности ребенка и т.д. Одним из результатов реализации гендерного подхода в образовательном процессе может являться сформированная гендерная компетенция учеников. Она заключается в устоявшемся представлении о социокультурной природе половых отношений, в знании о разнообразии гендерных идеалов мужского и женского, в развитом умении критически оценивать гендерные

стереотипы и продумывать собственное осознанное гендерное поведение в процессе жизнетворчества.

Раздельное обучение представляет собой в первую очередь способ организации учебно-воспитательного процесса, при котором фактором разделения аудитории, помимо возраста, становится принадлежность к полу. На основе этого принципа формируется как содержание образования, так и методическая сторона обучения.

Современный этап осмысления гендерного подхода в педагогике является пятым в ходе развития идеи дифференциации обучения по половому принципу. Его основное содержание заключается в теоретическом осмыслении гендерного подхода в педагогике, которое происходит с конца 1990-х – начала 2000-х гг. по настоящее время. Его основными характеристиками являются следующие.

Во-первых, новое восприятие мужчин и женщин как равноправных, но не равных субъектов общества, что позволяет им сохранять за собой свои гендерные и биологические различия.

Во-вторых, существует осознанный отказ от раздельного обучения как основного метода гендерной дифференциации образования вследствие понимания, что мальчикам и девочкам нужно учиться жить в одном обществе вместе.

В-третьих, основой гендерной дифференциации обучения является стремление к учёту биологических, психологических и педагогических особенностей мальчиков и девочек.

В-четвертых, цель использования гендерного подхода – это формирование гендерной компетентности у детей. Она заключается в устоявшемся представлении о социокультурной природе половых отношений, в знании о разнообразии гендерных идеалов мужского и женского, в развитом умении критически оценивать гендерные стереотипы и продумывать собственное осознанное гендерное поведение в процессе жизнетворчества.

В российской педагогической науке на стыке XX-XXI столетий появилось новое направление – гендерология, наука, занимающаяся рассмотрением социального взаимодействия между представителями мужского и женского полов, основанных на межполовой социальной предрасположенности.

Понятие «гендер» было заимствовано отечественными исследователями у зарубежных коллег в 1980 году. Современная наука различает термины «пол» и «гендер» (gender). Первое использовалось для обозначения анатомо-физиологических особенностей людей. При помощи этих особенностей все человеческие существа делятся на мужчин и женщин. Но кроме биологических отличий между полами существуют также разделение их социальных ролей, различия в поведении и эмоциональных характеристиках. Для обозначения социального взаимодействия мужчин и женщин и было заимствовано английское слово «гендер» [11].

Гендер (англ. gender, от лат. genus «род») – социальный пол, определяющий поведение человека в обществе и то, как это поведение воспринимается. Это то полоролевое поведение, которое определяет отношение с другими людьми: друзьями, коллегами, одноклассниками, родителями, случайными прохожими и т. д.

Проблема личностно ориентированного обучения подробно освещена в многочисленных работах педагогов и психологов. Но рассматривая проблемы личностно-ориентированного обучения, которое должно содействовать развитию личностных показателей на основе учета интересов, и потребностей, склонностей и возможностей учащихся, ученые не затрагивают вопрос о гендерных особенностях учащихся.

Гендерная культура – индивидуально-личностная характеристика, часть общей культуры субъекта, содержащая гендерную компетентность, гендерную картину мира, специфические ценностные ориентации и модели поведения. В зависимости от индивидуальной гендерной картины

мира формируется гендерная культура личности патриархатного или эгалитарного типов. Патриархатной гендерной культурой личности является компонент общей культуры человека, основанный на традиционных представлениях о доминирующем положении мужчины в семье и обществе. Эгалитарной гендерной культурой личности является компонент общей культуры человека, основанный и направленный на реализацию принципа гендерного равенства [2, с. 426 - 430].

Гендерная культура, как и общая культура, имеет свою структуру, которая содержит следующие компоненты:

- когнитивный – направлен на формирование полового самосознания личности на основе представлений о себе как представителе/-це определенного пола, содержания гендерных ролей и современных гендерных стереотипов, особенностей женской и мужской личности;

- эмоционально-ценностный – признание приоритета общечеловеческих ценностей и равных прав для лиц разного пола, ориентации на партнерские отношения и эгалитарные брак;

- поведенческий – приводит реализацию усвоенных моделей гендерных ролей в своей жизни путем тренинга соответствующих действий в нетипичных для пола видах деятельности, в проявлении уважения к другому полу и адекватном межполовом общении [13, с. 110].

Гендерное воспитание детей – это не только развитие качеств, характерных мальчикам или девочкам. Скорее здесь происходит социально-психологическое и культурное разделение в воспитании.

С самого появления младенца на свет каждый родитель старается воспитывать его в соответствии с качествами, присущими тому или иному полу. Девочки должны быть нежными, заботливыми, а мальчики смелыми, сильными. Это и есть гендерное воспитание ребенка. В чем же суть гендерного воспитания?

Развитие мальчика и девочки должно быть разным. При одинаковом воспитании разнополых детей вероятность проявления нежности,

трусости, эмоциональность у мальчиков возрастает, а у девочек агрессивности, дерзости.

Правильное гендерное воспитание детей позволит понять мальчикам и девочкам, что их различия заключаются не только во внешних факторах, но и в структуре поведения. Задача воспитателей и педагогов научить ребенка ассоциировать себя с конкретным полом. С гендерным воспитанием к детям приходит:

- понимание о принадлежности к тому или иному полу;
- чувство терпения к противоположному полу;
- знание о поведении, принадлежащего пола, и желание следовать им.

Гендерное воспитание детей дошкольного возраста во многом упростит взрослую жизнь, оградит от поступков, из-за которых ребёнок может стать насмешкой для остальных.

В возрасте 2-х лет дети начинают понимать к какому они принадлежат полу, стараются вести себя соответственно, даже могут различать девочку от мальчика (в основном по одежде, причёске). Чуть постарше малыш понимает, что мальчики вырастают мужчинами, девочки – женщинами.

На развитие дошкольников большое влияние оказывает поведение родителей. Малыш копирует родителя своего пола и старается быть максимально похожим. Выбор будущей жены или мужа также зависит от родителей. Сын подбирает себе жену, похожую на свою маму, а женщины обращают внимание на мужчин, похожих на папу.

Гендерный подход в семейном воспитании должен быть слаженным и гармоничным. Взаимоотношения между родителями очень влияют на гендерное воспитание. Главное для родителей быть достойным примером, показывать свою любовь, заботу, уважение, доверительные отношения. Под таким влиянием большая вероятность того, что Ваш ребенок создаст счастливые отношения в будущем [15].

В современном мире границы поведения мужчины и женщины становятся размытыми. Женщины стали более грубыми, агрессивными. Мужчины стеснительными и трусливыми. Такое поведение берет начало с особенностей гендерного воспитания детей старшего дошкольного возраста.

В дошкольных учреждениях в основном работают женщины и дать «мужское» воспитание они в принципе не могут. В своеобразии такого поведения у мальчиков утрачиваются умение быть главой семьи, превращаются из «добытчика» в иждивенца. Во время сюжетно-ролевых игр девочки не умеют быть терпеливыми, заботливыми, мальчики не спешат помочь физически, боятся постоять за себя.

Принадлежность к тому или иному полу не приходит сама по себе. Понятие о гендерной принадлежности достигается путем развития родителей дома и воспитателей в детском саду. Гендерное воспитание дошкольников в условиях детского сада проходит через игры. Организовываются сюжетно-ролевые игры для мальчиков и девочек. Очень часто игры объединяют, что дает возможность наблюдать за действиями противоположного пола. Главная цель воспитателей и педагогов – привить девочкам такие качества как нежность, кротость, женственность; мальчикам – упорство, мужество, наблюдательность. Во время игр, связанных с профессиями, дети видят разделение на мужскую и женскую деятельность, их особенности.

В подростковом возрасте происходит «взрыв» гормонов и огромную роль играет гендерное воспитание, полученное ранее. В этом возрасте происходит формирование гендерных ценностей и умений. Если мальчик вырос под опекой мамы, то ни о какой личной жизни не может быть и речи (если конечно мама не одобрит). И наоборот, девочка, не получившая достаточно материнской любви в детстве, старается найти тепло «на стороне». Гендерное воспитание подростков основывается на развитии в раннем возрасте.

Так в чем же разница между детьми и их воспитанием? Психологами доказано, что мальчики и девочки отличаются психологическим развитием. Девочки раньше начинают ходить и говорить, мальчики исследуют сами и получают опыт испытаний неудачи. Девочкам проще запомнить услышанное, мальчики лучше увидят. Не зря говорят: «Женщины любят ушами, а мужчина глазами».

Гендерное воспитание детей – это не только развитие качеств, характерных мальчикам или девочкам. Скорее здесь происходит социально-психологическое и культурное разделение в воспитании.

Осознанно или нет, но родители культивируют в малышах гендерные различия с малых лет. Они поддерживают их любой ценой, запрещая мальчикам играть в куклы и носить розовые футболки (хотя розовый – просто цвет, а кукла маленьким мужчинам интересна исключительно в исследовательских целях).

Классическая «патриархальная» педагогика уверяет, что это – оправданный шаг в нашем сумасшедшем мире, где мужчины носят накладную грудь, а женщины управляют государствами. Феминистически же настроенные лица склонны считать гендерное воспитание пережитком прошлого.

В неполных семьях матери сталкиваются с трудностями гендерного воспитания мальчиков. С одной стороны, они должны показать сыновьям на собственном примере, что женщины – создания хрупкие, требующие защиты, покровительства и не приспособленные к тяжелой мужской работе. С другой, кто-то должен показать ребенку, как забить гвоздь, вкрутить лампочку, наколоть дрова и передвинуть диван. И лучше, если это будет не мама.

Гендерное самоощущение закладывается с 3-х до 5-и лет, и к поступлению ребёнка в школу оно становится неизменным.

Гендерные стереотипы – это общепринятые в данном конкретном сообществе или группе представления о «нормальном» наборе



характеристик, черт и качеств, которыми обладают представители женского и мужского пола. Без учёта их личностных особенностей, а лишь на основании биологической природы.

Гендерные стереотипы:

Мужчины:

- маскулинности приписываются «активно-творческие» характеристики, инструментальные черты личности, такие как активность, доминантность, уверенность в себе, агрессивность, логическое мышление, способность к лидерству;

- труд определяется в инструментальной сфере деятельности, возможна творческая и руководящая работа;

- наиболее значимыми социальными ролями являются профессиональные роли, предписывается включенность в общественную жизнь, профессиональная успешность, ответственность за обеспечение семьи.

Женщины:

- фемининности приписывают «пассивно-репродуктивное начало», проявляющееся в экспрессивных личностных характеристиках: зависимость, заботливость. Тревожность, низкая самооценка, эмоциональность;

- труд должен носить исполнительский, обслуживающий характер, быть частью экспрессивной сферы деятельности; женщины чаще всего работают в сфере торговли, здравоохранения, образования;

- наиболее значимой социальной ролью считается роль домохозяйки, матери, предписывается нахождение в приватной сфере жизни – дом, рождение детей, на неё возлагается ответственность за взаимоотношения в семье.

Гендерный подход в обучении означает такую организацию учебного процесса, которая предоставляет учащимся возможность самореализовываться с присущими им индивидуальными особенностями и

усвоить социальный опыт, обеспечивающий их успешную социализацию в обществе и социальную идентификацию по признаку пола. Основная идея гендерного подхода состоит в учете специфики взаимовлияния на развитие представителей мужского и женского полов всех факторов учебно-воспитательного процесса.

Гендер – социальный пол человека, формируемый в процессе воспитания личности и включающий в себя психологические, социальные и культурные отличия между мужчинами (мальчиками) и женщинами (девочками), а существующие свойства и отношения называются гендерными.

Ж.-Ж. Руссо говорил: «Нельзя считать один пол совершеннее другого, так и нельзя их уравнивать».

Усвоение в соответствии с полом содержания женской и мужской модели личности, формирование системы потребностей, интересов, ценностных ориентаций и определённых способов поведения, характерных для того или иного пола, т. е. процесс половой социализации – неотъемлемая часть общего социального развития, которое протекает под влиянием взрослых и сверстников.

Существуют две тенденции в определении понятия гендерной педагогики:

- Гендерная педагогика напрямую связана с половым воспитанием, требуя воспитания (обучения) не абстрактной личности, а именно мальчика или девочки (подход наиболее распространен) задача гендерной педагогики – в воспитании андрогенной личности, всестороннем обучении ребёнка (с учетом соматических показателей) без акцента на пол.

- Гендерное воспитание – это организация педагогического процесса с учётом половой идентичности, особенностей развития детей в ходе полоролевой социализации.

Цели гендерного подхода в образовании:

- деконструкция традиционных культурных ограничений развития

потенциала личности в зависимости от пола и создание условий для максимальной самореализации и раскрытия способностей мальчиков и девочек, что требует не просто изменения, но разработки новых способов научения, отличных по качеству, способам организации учебного процесса и темпам от традиционных;

- воспитание детей разного пола, одинаково способных к самореализации и раскрытию своих потенциальных возможностей;

- повышение психологической компетенции педагогов дополнительного образования в вопросах гендера;

- развитие интереса у педагогов к планированию образовательного процесса с использованием дифференцированного подхода по половому признаку.

Мальчикам свойственны: логичность, абстрактность, сознательность, власть, порядок, независимость, индивидуальность, сила, импульсивность, активность, непостоянство, неверность, радикализм. Девочки – это интуитивность, конкретность, экспрессивность, бессознательность, подчинение, хаос, близость, коллективность, слабость, статичность, пассивность, постоянство, верность, консерватизм.

Гендерный подход должен учитывать интересы обеих социально-половых групп общества. Суть данного подхода состоит в том, чтобы найти специальные меры для достижения гендерного равенства. Явления, которые происходят в обществе, по-разному влияют на женское и мужское население, вызывая разные их реакции. Осознание этого и есть гендерный подход.

Игнорирование половой принадлежности детей приводит к:

- нивелированию мужской и женской уникальности, неповторимости внутреннего мира каждой девочки (девушки), каждого мальчика (юноши);

- неадекватной самооценке детей;

- отсутствию культуры взаимоотношения полов.

Основная идея гендерного подхода состоит в учете специфики взаимовлияния на развитие представителей мужского и женского полов всех факторов учебно-воспитательного процесса: содержание, методы обучения, организация учебного процесса, педагогическое общение.

Психические и анатомо-физиологические особенности мальчиков и девочек имеют значительные различия в строении их мозга, в способах обработки информации. Женский мозг развивается быстрее мужского: развитие мозга у младенцев в основном ярко выражено в правом полушарии, а затем постепенно переходит в левое – у девочек этот переход происходит раньше, поэтому они чаще используют левое полушарие.

Мужские клетки и кровообращение головного мозга функционально смещены в правое полушарие, поэтому мальчики проявляют тенденции лучшего развития определенных областей правого полушария. Исходя из этого, одним из существенных недостатков организации учебно-воспитательного процесса в современной школе является преобладание в практике обучения традиционных форм и методов преподавания без учета гендерных особенностей школьников.

Мальчики имеют более развитое правое полушарие, обеспечивающее склонность к творчеству, конкретно – образному характеру познавательных процессов. Девочки имеют более развитое левое полушарие, обеспечивающее склонность к абстрагированию и обобщению, словесно-логический характер познавательных интересов.

Соответственно у мальчиков и девочек различные функции выполняют разные полушария головного мозга. У мальчиков правое полушарие отвечает за распознавание, анализ зрительных и музыкальных образов, форм и структуры предметов, за сознательную ориентацию в пространстве, что позволяет мыслить абстрактно, формируя понятия, образы. У девочек левое полушарие оперирует словами, условными знаками и символами; отвечает за регуляцию речи, письма, счета. Развита интуитивная ориентация в пространстве.

Мальчикам свойственны следующие черты характера: импульсивность, любознательность, стремление к новым ощущениям, трудности в произвольной регуляции поведения и оперирования абстрактными категориями. Девочкам – повышенный контроль, интровертированность, ответственность, в сфере темперамента и характера непосредственная любознательность, точность восприятия и памяти [35].

Целью гендерного подхода в образовании является деконструкция традиционных культурных ограничений развития потенциала личности в зависимости от пола и создание условий для максимальной самореализации и раскрытия способностей мальчиков и девочек, что требует не просто изменения, но разработки новых способов научения, отличных по качеству, способам организации учебного процесса и темпам от традиционных. Организуя педагогическое взаимодействие без учета половых особенностей воспитанников, преподаватели обрекают своих воспитанников на одностороннее развитие, так как отсутствуют знания о психофизиологических возможностях ребёнка [32].

В современных условиях художественного воспитания детей важную роль играет гендерный подход – это инновационный подход в обучении и воспитании с учетом гендерных особенностей развития и социализации личности. Формирование гендерной культуры – это путь саморазвития своеобразия женской и мужской индивидуальности, основанные на гендерных отношениях – партнерских и доброжелательных.

В период дошкольного детства необходимо помочь раскрыть ребенку свои гендерные возможности, дать почувствовать в себе либо мужское, либо женское начало, благодаря чему воспитать уважительное отношение к противоположному полу и приобрести уверенность в себе.

Дети к возрасту 3-4 лет начинают понимать, что они либо девочка, либо мальчик, и обозначают себя соответствующим образом. А в возрасте с 4 до 7 лет у них формируется гендерная устойчивость – детям становится понятно, что их гендер не изменяется, т.е. мальчики – это будущие

мужчины, а девочки – женщины.

Развитие мальчиков и девочек настолько различно, что можно сказать, что они растут в параллельных мирах. Даже к объяснениям хореографических задач они относятся по-разному: девочки воспринимают объяснения, построенные на основе слухового восприятия и крайне чувствительны к интонациям, а для мальчиков важен показ движения, а не объяснение правил исполнения. Важно помнить, что мальчики и девочки по-разному воспринимают пространство и ориентируются в нем.

На нетрадиционных игровых занятиях предоставляется прекрасная возможность воспитания по половому признаку. Во время занятий создаются условия, чтобы девочки и мальчики могли выразить в движениях то, что для каждого из них интересно и эмоционально значимо. В процессе совместных игр дети действуют сообща, в соответствии с гендерными особенностями: мальчики принимают на себя мужские роли, а девочки – женские. В танцевальных играх мальчики изображают «мотыльков», «роботов», а девочки – «бабочек», «кукол», строят дружеские и позитивные взаимоотношения, преодолевая гендерную разобщенность. При этом очень заметны различия между девочками и мальчиками: мальчикам свойственно стремление к лидерству, более активное поведение и независимое от группы мнение, а девочки – чувствительны, общительны, более добросовестны и старательны.

Нормы гендерного поведения «сильного» и «слабого» полов формируются у детей во время занятий хореографией, тем самым они приобщаются к целому миру правил поведения в быту, на улице и различных общественных местах.

Гендерные различия в работе с детьми заключаются в повышенных требованиях к качеству выполнения хореографических заданий во время обучения кадетских классов, где проходят совместные занятия для мальчиков и девочек. Преимущество таких занятий я вижу в том, что девочки и мальчики не изолированы друг от друга, а в процессе

деятельности у них развиваются физические качества, которые принято считать сугубо женскими или сугубо мужскими. Таким образом, идет углубление понимания половой принадлежности «Я – девочка», «Я – мальчик», и развитие представлений об отличительных признаках поведения женщины и мужчины в обществе, в соответствии с моделью будущей жизни ребенка.

Во время занятий мальчики выполняют упражнения на развитие быстроты, физической и силовой выносливости, четкости, ритмичности, чтобы в танце они показали мужественность, широту души, мужскую сдержанность. Девочки выполняют упражнения на развитие чувства ритма, красоты движений, пластичности, выразительности, грациозности и гибкости, что соответствует в танце мягкости, плавности движений, кокетливости и кротости. В подготовительной и заключительной части занятия дети выполняют упражнения все вместе, а в основной части занятия они делятся на подгруппы в зависимости от пола, и каждая группа выполняет свое задание.

Мальчики в танцевальных композициях выполняют присядки, хлопушки и силовые трюки, поддержки, ориентируя мальчиков на «мужскую» удаль и ловкость. Девочки исполняют всевозможные вращения, дробные выстукивания, мягкие плавные ходы, показывая свою гибкость и грацию. Положение рук у девочек на талии, у мальчиков на поясе.

Мальчикам следует чаще напоминать о требованиях к качеству исполнения движений, так как утомляемость у мальчиков выражена больше, чем у девочек и проявляется в отвлекаемости и заторможенности. Поэтому в конце занятия для активизации внимания у мальчиков включаются музыкальные игры с элементами соревнований.

Мальчикам свойственно стремление к лидерству, склонность к риску, энергия, активное поведение, независимое от группы мнение. Важно не переусердствовать, требуя от мальчиков аккуратности и

тщательности в выполнении заданий.

Гендерные различия также используются в оценке деятельности детей. Для мальчиков важна оценка их достижений во время занятий, а для девочек важно, кто их оценивает и как. Для мальчиков слово «молодец» эмоционально значимо, а для девочек следует подбирать слова с более сильным эмоциональным компонентом («Ты лучшая в этом движении», «У тебя очень мягкие движения», «У тебя самое бесшумное приземление».)

Во время работы педагогу следует учитывать не только половые, но и индивидуальные особенности, склонности, интересы и индивидуальность детей в развитии и воспитании выше традиционных рамок пола. Иногда девочки проявляют способности к упражнениям с видимой «мальчишеской» направленностью, и наоборот.

Работать в группах, в которых занимаются только мальчики, сложнее, так как они не хотят выполнять не свойственные виды деятельности. В таких группах чаще наблюдается неприятие к противоположному полу и необходимость общения только со сверстниками своего пола, что плохо сказывается на социализации, то есть усвоении элементов культуры, социальных норм и ценностей, принятых в обществе.

Как для мальчиков, так и для девочек, обязательна работа по формированию правильной осанки, стоит постоянно напоминать мальчикам, что это укрепит их здоровье и поможет стать еще красивее, сильнее, смелее, а девочкам – стройнее и грациознее.

В гендерном воспитании детей важную роль играет партнерство в танце. Мальчики должны научиться, как правильно и вежливо приглашать девочек на танец, подавать им руку, поддерживать во время вращений. За счет этого прививаются основы этикета и грамотная манера поведения в обществе. Проявляя к девочке уважение и чувствуя себя «защитником», у мальчиков повышается самоуважение. Их поведение, определяемое различиями половой психики, становится более уважительным и



доброжелательным по отношению к девочкам. Все это в дальнейшем поможет вписаться в социальную жизнь и гармонично строить свои личные отношения.

Анализ теории и практики воспитания и обучения показал, что в условиях игнорирования закономерностей развития пола воспитание не достигает своих целей. Воспитание, развитие мальчиков и девочек настолько различно, что можно сказать, что они растут в параллельных мирах. И никакие новые педагогические технологии не способны улучшить результаты учебно-воспитательного процесса, если не будут учитываться эти особенности.

Проблема воспитания ребенка с учетом развития мальчиков и девочек, позволяющая по-иному увидеть специфику педагогической работы с детьми по значимости и актуальности на сегодняшний день не имеет аналогов.

Среди множества форм художественного воспитания хореографическое искусство является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «Я», прививает основы этикета и соответствующие манеры поведения в обществе.

Анализ психических и анатомо-физиологических особенностей мальчиков и девочек показал, что значительные различия в строении их мозга, в способах обработки информации, в интеллектуальных способностях предполагают и различный подход к их обучению и воспитанию.

Обучение классическому танцу, особенно на начальных стадиях, связано с большими физическими нагрузками, с необходимостью бороться с усталостью физической и моральной, поэтому необходимо раздельное обучение мальчиков и девочек, создание мужских и женских классов, где существуют различия в методах обучения. Делаются акценты на развитие тех или иных групп мышц, увеличиваются или уменьшаются

физические нагрузки (в зависимости от класса и возраста).

Существует ряд специфических (мужских и женских) различий в основных положениях, технике и манере исполнения движений.

Так как хореография имеет свою специфику, при организации учебного процесса необходимо учитывать следующие факторы, определяемые различиями психики мальчиков и девочек.

1) Поведение. Школьная адаптация у мальчиков сложнее, чем у девочек. Утомляемость у мальчиков выражена больше, чем у девочек, и проявляется в отвлекаемости и расторможенности, поэтому для активизации внимания необходимо в конце урока включать музыкальные игры с элементами соревнования.

2) Оценивание. Мальчикам принципиально важно, что оценивают в его деятельности, а не как. Для девочек же важно отношение значимых людей к их поступку: кто и как их оценивает, а не сама оценка, по существу. Они очень болезненно воспринимают, когда кто-то их превосходит, и оценка переносится на личности.

3) Характеристика деятельности. Мальчики более агрессивны и более успешны в зрительно – пространственных операциях. Для них важен показ движения, а не объяснение правил исполнения. Мальчики при получении информации мало реагируют на эмоциональную окраску голоса, зато быстрее воспринимают любую информацию о действиях. У девочек выше языковые способности, а значит они лучше, эмоциональнее дадут характеристику музыке или действию. Мальчики сделают это же задание точнее.

4) Межличностные отношения. Для мальчиков на уроках хорошо использовать соревновательный метод. Для девочек соревновательный метод надо применять очень аккуратно, есть риск всех их перессорить. По моим наблюдениям, мальчики и девочки и ссорятся по-разному. Мальчики поссорились – подрались, смотришь – на другой перемене опять вместе. Девочки же, если поссорятся – в ситуацию вовлечен весь класс. Они

переживают, обсуждают подробности, могут обижаться друг на друга несколько дней и даже месяцев.

5) Критика. Ругая мальчика, изложите кратко и точно, чем вы недовольны, так как он не может долго удерживать эмоциональное напряжение. Его мозг как бы отключит слуховой канал, и ребенок перестанет вас слушать и слышать. Не спешите выказывать свое негативное отношение к девочке – бурная эмоциональная реакция помешает ей понять, за что ее ругают. Сначала разберите, в чем ее ошибка.

б) Проблемная ситуация. Следует учитывать и такую особенность – мальчиков необходимо включать в поисковую деятельность, их надо подталкивать к нахождению принципа решения, они лучше работают тогда, когда характер вопросов – открытый, когда нужно самому додуматься, сообразить, а не тогда, когда нужно просто повторить за учителем и запомнить информацию. Их нужно натолкнуть, чтобы они сами открыли закономерность, тогда они будут в тонусе в течение урока, тогда они запомнят и усвоят материал. То есть, им больше подходит обучение через самостоятельное разрешение проблемной ситуации [69].

Когда-то в Царской России обучение мальчиков и девочек было отдельным. Гимназии делились на женские и мужские. Время менялось, вместе с советской властью пришло смешанное образование.

В последнее десятилетие снова стали появляться гомогенные классы. Дети учатся в разных классах, зато все внеклассные мероприятия у них проводятся совместно.

Исследования доказали, что даже самые передовые педагогические технологии будут бесполезны в учебно-воспитательном процессе, если они опираются на «бесполую» педагогику. Нарушение половых ролей ведет к изменению в структуре общества, что становится заметным в последнее время.

По значимости и актуальности на сегодняшний день эта проблема не имеет аналогов. Гендерный подход в образовании в настоящее время

активно обсуждается. Воспитание детей с учетом половых различий позволяет по-иному увидеть специфику педагогической работы. Необходимы конкретные цели и задачи полового воспитания, основанные на гармонии между людьми.

Гендерный подход в образовании – это индивидуальный подход к проявлению ребёнком своей идентичности, что даёт в дальнейшем человеку большую свободу выбора и самореализации, помогает быть достаточно гибким и уметь использовать разные возможности поведения.

Гендерный подход в образовании включает в себя методы, направленные на то, чтобы дети чувствовали себя в образовательном учреждении комфортно, справлялись с трудностями социализации. И что ещё очень важно, такой подход способствует самоидентификации ребенка.

Для социализации детей хорошо себя зарекомендовало использование различных видов искусств. Такой вид искусства как хореография занимает особое место. В возрасте 6-ти лет и старше дети уже в достаточной мере эмоционально и психологически подготовлены к физической работе и нравственному восприятию хореографии. С самых первых занятий мальчики и девочки знакомятся с правилами мужского и женского поведения в танце. Поэтому вопросы гендерного обучения преподаватель хореографии должен знать и применять их в практической деятельности.

Гендерный подход в хореографии имеет свои принципы:

- целенаправленный учет интересов мальчиков и девочек: обеспечение условий для реализации женской и мужской индивидуальности;

- недопущение дискриминации в способностях мальчиков и девочек при обучении.

Педагогические условия, которые рекомендуется применять для повышения эффективности обучения на занятиях хореографии:

- использование соревновательного момента;

- обучение мальчиков и девочек сотрудничеству и кооперации;
- предоставление возможности каждому ребёнку быть «звездой» – иметь сольную партию в танце;
- внеурочные мероприятия – чаепития, активный отдых для сплочения коллектива;
- преподаватель должен иметь авторитет, как у детей, так и у их родителей.

Совместное исполнение танцев, массовых и парных, участие в групповых играх учит детей доброжелательному и внимательному отношению друг к другу, формирует черты гуманности и человечности.

Перед педагогом хореографии стоят три наиважнейшие задачи: образовательная, развивающая и воспитательная. Благодаря такому обучению происходит переход к гендерной педагогике в хореографии, в основе которой заложен гендерный подход.

Цель гендерной педагогики – это учет заложенных природой особенностей психики ребенка. Формирование гендерных стереотипов – важнейшая задача воспитания. А ее решение – необходимое условие благополучия и благосостояния детей в будущем.

Неблагоприятные факторы процесса полоролевой социализации – феминизация воспитательного процесса:

- воспитательный процесс преимущественно осуществляется педагогами женщинами, причем часто дополняется феминизацией воспитания в семье, поскольку из года в год растет количество неполных семей, в которых детей воспитывают одни матери;
- размывание границ мужественности и женственности в традиционном их понимании. Если в дошкольные годы не развить предпосылки женственности и мужественности, то это может привести к тому, что став взрослыми мужчинами и женщинами, они будут плохо справляться со своими семейными, общественными и социальными ролями. (Ученые И.С. Кон, И.К. Кузнецова, Д.Н. Исаев, В.Е. Каган, Т.А.

Репина).

В стране, в которой преобладает обучение подрастающего поколения без подавления мужского или женского начал – возможна сильная государственность, основывающаяся на сильной и объективно нормальной семье.

Таким образом, гендерное развитие следует проводить целенаправленно и участвовать в нём должны педагоги, психологи и родители. Образовательный и воспитательный процесс должны строиться с учетом всех перечисленных особенностей. Все это, очевидно, должен знать и учитывать каждый педагог при организации своих занятий, воспитательной работы.

Выводы по 1-й главе.

Танец – это ритмичные, выразительные телодвижения, обычно выстраиваемые в определённую композицию и исполняемые с музыкальным сопровождением. Танец, возможно – древнейшее из искусств: оно отражает восходящую к самым ранним временам потребность человека передавать другим людям свои радость или скорбь посредством своего тела.

Ритмика – это система музыкально-ритмического воспитания, цель которой – развитие чувства ритма и координации.

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

Развитие личности при гендерном воспитании – это формирование индивидуальных обособленных качеств, отражающих неповторимость, своеобразие, привлекательность и лиц разного пола, осознание своей неповторимости, выбор идеалов и жизненных целей.

## ГЛАВА 2. РАЗРАБОТКА И РЕАЛИЗАЦИЯ МЕТОДИК И ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ПРОГРАММ В ОБЛАСТИ РИТМИКИ И ТАНЦА

### 2.1. Методические рекомендации по развитию ритмических способностей детей младшего школьного возраста

Ритмика – (от греч. *rhythmos* – порядок движения), ритмическое воспитание, педагогические системы и методы, построенные на сочетании музыкальных (художественных) форм и пластических движений.

Ритмика способствует правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно-творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор. Занятия по ритмике направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности.

Занятия ритмикой включают подвижные упражнения, требующие достаточного пространства. Ритмика проводится в физкультурном или музыкальном зале, обычно под сопровождение фортепиано (использование фонограмм детских песен и современных танцевальных мелодий тоже пойдет на пользу и разнообразит занятие).

Дети быстро устают от однообразной деятельности, поэтому занятие строится на чередовании небольших 5-10 минутных блоков. Сначала обязательна физическая разминка (варианты ходьбы и бега, несложные упражнения). Затем следует «основная» активная часть, требующая максимального напряжения (как физического, так и интеллектуального). После чего детям требуется отдых – спокойные упражнения, лучше сидя на стульчиках. Можно устроить полный «релакс» под успокаивающую музыку.

Далее – вновь активная часть, но уже на знакомом материале. В конце занятия хорошо провести подвижную игру или затеять мини-дискотеку. Естественно, на всех этапах, включая релаксацию, используется

материал, подходящий для достижения целей ритмической гимнастики.

Программа «Ритмика» 1-4 классы составлена на основе программы «Ритмика и танец» 1-8 классы, утвержденная Министерством образования 06.03.2001 г. и авторской программы по учебному предмету ритмика для учащихся 1-7 классов Беляевой Веры Николаевны «Ритмика и танец».

На уроках ритмики постоянно чередуются нагрузка и отдых, напряжение и расслабление. К увеличению напряжения и нагрузки ученики привыкают постепенно, что благотворно сказывается потом на других уроках.

Занятия по ритмике тесно связаны с обучением на уроках физкультуры и музыки, дополняя друг друга. Ведь именно уроки ритмики наряду с другими предметами способствуют общему разностороннему развитию школьников, корректируют эмоционально-волевую зрелость. У детей развивается чувство ритма, музыкальный слух и память. На уроках дети совершенствуют двигательные навыки, у них развивается пространственная ориентация, улучшается осанка, формируется чёткость и точность движений.

Занятия ритмикой положительно влияют на умственное развитие детей: ведь каждое занятие нужно понять, осмыслить, правильно понять, осмыслить, правильно выполнять движения, вовремя включаться в деятельность, надо осмыслить соответствие выбранных движений характеру музыки. Эти занятия создают благоприятные условия для развития творческого воображения школьников. Бесспорно также их воздействие на формирование произвольного внимания, развитие памяти. Потребность детей в движении превращается в упорядоченную и осмысленную деятельность. Уроки ритмики оказывают на детей организующее и дисциплинирующее влияние, помогают снять чрезмерную возбудимость и нервозность.

Уроки ритмики в целом повышают творческую активность и фантазию школьников, побуждают их включаться в коллективную



деятельность класса. Постепенно ученики преодолевают скованность, у них возрастает осознание ответственности за свои действия перед товарищами, приобретают способность к сценическому действию под музыку. С использованием элементов костюма и декорации. Отработанные сценические музыкальные постановки удобно использовать при проведении детских утренников. Особенно хочется отметить ценность народных плясок и танцев. Они приобщают детей к народной культуре. Все народные танцы предназначены для совместного исполнения и совершенствуют навыки общения детей между собой. В них дети учатся внимательно относиться к партнёру, находить с ним общий ритм движения.

Целью программы является приобщение детей к танцевальному искусству, развитие их художественного вкуса и физического совершенствования.

Основные задачи программы:

- Обучающая: формировать необходимые двигательные навыки, развивать музыкальный слух и чувство ритма.
- Развивающая: способствовать всестороннему развитию и раскрытию творческого потенциала.
- Воспитательная: способствовать развитию эстетического чувства и художественного вкуса.

Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально-ритмическая деятельность детей. Они учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать.

В процессе выполнения специальных упражнений под музыку (ходьба цепочкой или в колонне в соответствии с заданными направлениями, перестроения с образованием кругов, квадратов, «звездочек», «каруселей», движения к определенной цели и между предметами) осуществляется развитие представлений учащихся о пространстве и умение ориентироваться в нем.

Упражнения с предметами: обручами, мячами, шарами, лентами развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений.

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивают способность переживать содержание музыкального образа.

Занятия ритмикой эффективны для воспитания положительных качеств личности. Выполняя упражнения на пространственные построения, разучивая парные танцы и пляски, двигаясь в хороводе, дети приобретают навыки организованных действий, дисциплинированности, учатся вежливо обращаться друг с другом.

Программа по ритмике состоит из четырёх разделов:

- Упражнения на ориентировку в пространстве;
- Ритмико-гимнастические упражнения;
- Игры под музыку;
- Танцевальные упражнения.

В каждом разделе в систематизированном виде изложены упражнения и определен их объем, а также указаны знания и умения, которыми должны овладеть учащиеся, занимаясь конкретным видом музыкально-ритмической деятельности.

На каждом уроке осуществляется работа по всем разделам программы в изложенной последовательности. Однако в зависимости от задач урока учитель может отводить на каждый раздел различное количество времени, имея в виду, что в начале и конце урока должны быть упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

Содержание первого раздела составляют упражнения, помогающие детям ориентироваться в пространстве.

Основное содержание второго раздела составляют ритмико-гимнастические упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально-двигательных навыков.

В раздел ритмико-гимнастических упражнений входят задания на

выработку координационных движений.

Задания на координацию движений рук лучше проводить после выполнения ритмико-гимнастических упражнений, сидя на стульчиках, чтобы дать возможность учащимся отдохнуть от активной физической нагрузки.

Во время проведения игр под музыку перед учителем стоит задача научить учащихся создавать музыкально-двигательный образ. Причем, учитель должен сказать название, которое определяло бы характер движения. Например: «зайчик» (подпрыгивание), «лошадка» (прямой галоп), «кошечка» (мягкий шаг), «мячик» (подпрыгивание и бег) и т. п. Объясняя задание, учитель не должен подсказывать детям вид движения (надо говорить: будете двигаться, а не бегать, прыгать, шагать).

После того как ученики научатся самостоятельно изображать повадки различных животных и птиц, деятельность людей, можно вводить инсценирование песен (2 класс), таких, как «Почему медведь зимой спит», «Как на тоненький ледок», в которых надо раскрыть не только образ, но и общее содержание. В дальнейшем (3 класс) предлагается инсценирование хорошо известных детям сказок. Лучше всего начинать со сказок «Колобок», «Теремок». В 4 классе дети успешно показывают в движениях музыкальную сказку «Муха-Цокотуха».

Обучению младших школьников танцам и пляскам предшествует работа по привитию навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. К каждому упражнению подбирается такая мелодия, в которой отражены особенности движения. Например, освоение хорового шага связано со спокойной русской мелодией, а топающего – с озорной плясовой. Почувствовать образ помогают упражнения с предметами. Ходьба с флажками в руке заставляет ходить бодрее, шире. Яркий платочек помогает танцевать весело и свободно, плавно и легко.

Задания этого раздела должны носить не только развивающий, но и

познавательный характер. Разучивая танцы и пляски, учащиеся знакомятся с их названиями (полька, гопак, хоровод, кадриль, вальс), а также с основными движениями этих танцев (притопы, галоп, шаг польки, переменчивый шаг, присядка и др.).

Исполнение танцев разных народов приобщает детей к народной культуре, умению находить в движениях характерные особенности танцев разных национальностей.

## Содержание программы

### 1 класс

- Упражнения на ориентировку в пространстве.

Правильное исходное положение. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

- Ритмико-гимнастические упражнения.

Общеразвивающие упражнения. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч). Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Перекрестное поднимание и опускание рук (правая рука вверху, левая внизу). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. Выставление левой ноги вперед, правой руки — перед

собой; правой ноги — в сторону, левой руки — в сторону и т. д. Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом.

Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков.

Упражнение на расслабление мышц. Подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя или акценту в музыке уронить руки вниз; быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями (имитация отряхивания воды с пальцев); подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в нормальное положение. Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).

- Игры под музыку.

Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий). Изменение направления и формы ходьбы, бега, поскакоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке (легкий, танцевальный бег сменяется стремительным, спортивным; легкое, игривое подпрыгивание — тяжелым, комичным и т. д.). Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки. Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением.

- Танцевальные упражнения.

Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. Маховые движения рук. Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для

девочек — движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.

Танцы и пляски

Пальчики и ручки. Русская народная мелодия «Ой, на горе-то».

Стукалка. Украинская народная мелодия.

Подружились. Музыка Т. Вилькорейской.

Пляска с султанчиками. Украинская народная мелодия.

Пляска с притопами. Гопак. Украинская народная мелодия.

Основные требования к умениям учащихся.

1 класс

Личностные результаты

Сформированность внутренней позиции обучающегося, которая находит отражение в эмоционально-положительном отношении обучающегося к образовательному учреждению через интерес к ритмико-танцевальным, гимнастическим упражнениям. Наличие эмоционально-ценностного отношения к искусству, физическим упражнениям. Развитие эстетического вкуса, культуры поведения, общения, художественно-творческой и танцевальной способности.

Метапредметные результаты

Регулятивные:

- способность обучающегося понимать и принимать учебную цель и задачи;
- в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;
- накопление представлений о ритме, синхронном движении;
- наблюдение за разнообразными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности.

Познавательные:

- навык умения учиться: решение творческих задач, поиск, анализ и интерпретация информации с помощью учителя.

Учащиеся должны уметь:

- готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно;

- под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне;

- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;

- ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии;

- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;

- соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;

- выполнять игровые и плясовые движения;

- выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;

- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

Коммуникативные:

- умение координировать свои усилия с усилиями других;

- задавать вопросы, работать в парах, коллективе, не создавая проблемных ситуаций.

## 2 класс

- Упражнения на ориентировку в пространстве.

Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два. Перестроение из

колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и из движения враспынную. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.

- Ритмико-гимнастические упражнения.

Общеразвивающие упражнения. Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи). Опускание и поднятие предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Выставление правой и левой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднятие согнутых в колене ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Движения правой руки вверх — вниз с одновременным движением левой руки от себя — к себе перед грудью (смена рук). Разнообразные перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и возвращение в исходное положение с одновременным сгибанием и разгибанием левой руки к плечу: высокое поднятие левой ноги, согнутой в колене, с одновременным поднятием и опусканием правой руки и т. д.). Упражнения выполняются ритмично, под музыку. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки.

Упражнения на расслабление мышц. Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и



наклонившись вперед. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол).

- Игры под музыку.

Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий, средний, низкий). Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценирование доступных песен. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.

- Танцевальные упражнения.

Повторение элементов танца по программе для 1 класса. Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с поскоками, переменный шаг; руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди; подбоченившись одной рукой, другая с платочком поднята в сторону, вверх, слегка согнута в локте (для девочек).

Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением. Основные движения местных народных танцев.

Танцы и пляски

Зеркало. Русская народная мелодия «Ой, хмель, мой хмелек».

Парная пляска. Чешская народная мелодия.

Хлопки. Полька. Музыка Ю. Слонова.

Русская хороводная пляска. Русская народная мелодия «Выйду ль я

на реченьку».

Основные требования к умениям учащихся.

2 класс

Личностные результаты:

Сформированность мотивации учебной деятельности, включая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы. Любознательность и интерес к новому содержанию и способам решения проблем, приобретению новых знаний и умений, мотивации достижения результата, стремления к совершенствованию своих танцевальных способностей; навыков творческой установки. Умение свободно ориентироваться в ограниченном пространстве, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения.

Метапредметные результаты:

Регулятивные:

- умение детей двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении простейший ритмический рисунок;

- учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале;

- планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;

- самовыражение ребенка в движении, танце.

Познавательные:

Учащиеся должны уметь:

- понимать и принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;

- организованно строиться (быстро, точно);

- сохранять правильную дистанцию в колонне парами;

- самостоятельно определять нужное направление движения по

словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;

- соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;
- правильно выполнять упражнения: «Хороводный шаг», «Приставной, пружинящий шаг, подскок».

Коммуникативные:

- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной репетиционной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- умение координировать свои усилия с усилиями других.

### 3 класс

- Упражнения на ориентировку в пространстве

Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину. Построение в колонны по три. Перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга и концентрические круги путем отступления одной группы детей на шаг вперед, другой — на шаг назад. Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг.

Выполнение движений с предметами, более сложных, чем в предыдущих классах.

- Ритмико-гимнастические упражнения

Общеразвивающие упражнения. Наклоны, повороты и круговые движения головы. Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч; разведение рук в стороны с напряжением (растягивание резинки). Повороты туловища в

сочетании с наклонами; повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук. Неторопливое приседание с напряженным разведением коленей в сторону, медленное возвращение в исходное положение. Поднимание на носках и полуприседание. Круговые движения ступни. Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону. Перелезание через сцепленные руки, через палку. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Взмахом отвести правую ногу в сторону и поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, повернуть голову в сторону, противоположную взмаху ноги. Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки. Упражнения на сложную координацию движений с предметами (флажками, мячами, обручами, скакалками). Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением (под барабан, бубен). Самостоятельное составление простых ритмических рисунков. Протопывание того, что учитель прохлопал, и наоборот.

Упражнения на расслабление мышц. Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев; не опуская рук, ослабить напряжение, давая плечам, кистям, пальцам слегка пассивно согнуться (руки как бы ложатся на мягкую подушку). Поднять руки вверх, вытянуть весь корпус — стойка на полупальцах, быстрым движением согнуться и сесть на корточки. Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.

- Игры под музыку

Передача в движениях частей музыкального произведения, чередование музыкальных фраз. Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта. Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений. Исполнение движений более пружинисто, плавно, спокойнее, с размахом, применяя для этого известные

элементы движений и танца. Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен. Передача в движениях развернутого сюжета музыкального рассказа. Смена ролей в импровизации. Придумывание вариантов к играм и пляскам. Действия с воображаемыми предметами. Подвижные, игры с пением и речевым сопровождением.

- Танцевальные упражнения

Повторение элементов танца по программе 2 класса. Шаг на носках, шаг польки. Широкий, высокий бег. Сильные поскоки, боковой галоп. Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением. Движения парами: боковой галоп, поскоки. Основные движения народных танцев.

Основные требования к умениям учащихся.

3 класс

Личностные результаты:

Сформированность самооценки, включая осознание своих возможностей, способности адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха; умения видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех, проявить себя в период обучения как яркую индивидуальность, создать неповторимый сценический образ. Раскрепощаясь сценически, обладая природным артистизмом, ребенок может мобильно управлять своими эмоциями, преображаться, что способствует развитию души, духовной сущности человека.

Метапредметные результаты:

Регулятивные:

- проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;
- умение действовать по плану и планировать свою деятельность.
- воплощение музыкальных образов при разучивании и исполнении танцевальных движений.

#### Познавательные:

- умение контролировать и оценивать свои действия, вносить коррективы в их выполнение на основе оценки и учёта характера ошибок, проявлять инициативу и самостоятельность в обучении;
- рассчитывать на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;
- соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;
- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д.;
- передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;
- повторять любой ритм, заданный учителем;
- задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).

#### Коммуникативные:

- учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- участие в музыкально-концертной жизни класса, школы, города и др.

#### 4 класс

- Упражнения на ориентировку в пространстве.

Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре. Построение в шахматном порядке. Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их. Перестроение из простых и концентрических кругов в звездочки и карусели. Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол. Сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованием лент, обручей, скакалок. Упражнения с предметами, более сложные, чем в предыдущих классах.

- Ритмико-гимнастические упражнения.

Общеразвивающие упражнения. Круговые движения головы, наклоны вперед, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперед, в стороны, вверх из положения руки к плечам. Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук. Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов. Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на поясе. Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперед, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочередные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени. Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном).

Упражнение на расслабление мышц. Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висящими руками и опущенной головой («петрушка»). С позиции приседания на корточки с опущенной головой и руками постепенное

поднимание головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка).

То же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка).

- Игры под музыку.

Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

- Танцевальные упражнения.

Исполнение элементов плясок и танцев, разученных в 3 классе. Упражнения на различение элементов народных танцев. Шаг кадрили: три простых шага и один скользящий, носок ноги вытянут. Пружинящий бег. Пскоки с продвижением назад (спиной). Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах. Разучивание народных танцев.

Основные требования к умениям учащихся.

4 класс.

Личностные результаты:

- знание моральных норм и сформированность морально-этических суждений; способность к оценке своих поступков и действий других людей с точки зрения соблюдения/нарушения моральной нормы;

- развито чувство коллективизма, потребности и готовности к эстетической творческой деятельности; эстетического вкуса, высоких нравственных качеств. Реализация творческого потенциала в процессе



выполнения ритмических движений под музыку; позитивная самооценка своих музыкально-творческих возможностей.

Метапредметные результаты:

Регулятивные:

- преобразовывать практическую задачу в познавательную;
- осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату;
- целеустремлённость и настойчивость в достижении цели

Познавательные:

Учащиеся должны уметь:

- правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;
- отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз. Четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;
- различать основные характерные движения некоторых народных танцев.

Коммуникативные:

- продуктивно разрешать конфликты на основе учета интересов и позиций всех его участников;
- с учетом целей коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнеру необходимую информацию как ориентир для построения действия;
- умение сотрудничать с педагогом и сверстниками при решении различных музыкально-творческих задач, принимать на себя ответственность за результаты своих действий.

## Календарно-тематическое планирование

1 класс

### 1. Вводное занятие

Учащиеся знакомятся с предметом «Ритмика».

Беседа о целях и задачах, правилах поведения на уроках ритмики, о форме одежды для занятий.

## 2. Основы хореографии

### 1. Поклон

2. Обучающиеся знакомятся со следующими понятиями:

- позиции ног;
- позиции рук;
- позиции в паре.
- точки класса;

Для ориентации лучше всего использовать схему, принятую А.Я. Вагановой. Это – квадрат, который условно делит зал на восемь равных треугольников. Ц – положение ученика, точки 1 – 8, располагающиеся по ходу часовой стрелки, - это возможные направления поворотов корпуса или движений в пространстве.

## 3. Разминка

Проводится на каждом уроке в виде “статистического танца” в стиле аэробики под современную и популярную музыку, что создает благоприятный эмоциональный фон и повышает интерес к упражнениям.

Задача – развитие координации, памяти и внимания, умения “читать” движения, увеличение степени подвижности суставов и укрепление мышечного аппарата.

Примерные упражнения:

- наклоны головы вправо, влево, вперед, назад, круговые движения;
- вытягивание шеи вперед из стороны в сторону;
- подъем и опускание плеч (поочередно правого, левого и синхронно обоих);
- круговое движение плечами вперед и назад поочередно правого и левого;
- наклоны корпуса вперед, назад, вправо, влево;

- повороты корпуса вправо, влево, круговые движения;
- движения рук «волна»;
- подъем рук через стороны вверх и опускание вниз;
- то же, с вращением кистей в одну и в другую сторону;
- подъем рук через плечи вверх, вниз, вправо, влево;
- работа бедер вправо, влево, круг, «восьмерка», повороты;
- пружинка на месте по VI позиции;
- перенос веса тела с одной ноги на другую;
- упражнения на развороты стоп из VI позиции в I (полуповоротную)

поочередно правой и левой, затем одновременно двух стоп;

#### 4. Общеразвивающие упражнения

Движения по линии танца и диагональ класса:

- на носках, каблуках;
- шаги с вытянутого носка;
- перекаты стопы;
- высоко поднимая колени «Цапля»;
- выпады;
- ход лицом и спиной;
- бег с подскоками;
- галоп лицом и спиной, в центр и со сменой ног.

Упражнения на улучшение гибкости

- наклоны вперед, назад, в стороны, круговые движения;
- ноги во II свободной позиции, наклоны вперед, кисти на полу;
- ноги в VI позиции, наклоны вперед, кисти на полу;
- сидя на полу, наклоны вправо, влево, вперед;
- сидя на полу в парах, наклоны вперед;
- «бабочка»;
- «лягушка»;
- полу шпагат на правую ногу, корпус прямо, руки в стороны;
- полу шпагат на левую ногу, корпус прямо, руки в стороны;

- полу шпагат на правую ногу, руки на пояс, корпус назад;
- полу шпагат на левую ногу, руки на пояс, корпус назад;
- «кошечка»;
- «рыбка».

## 5. Ритмические комбинации

Отрабатываются разновидности шагов

### 1. Комбинация «Гуси»:

- шаги на месте;
- шаги с остановкой на каблук;
- шаги по точкам (I, III, V, VII);
- приставные шаги.

Можно исполнить в народном характере. Схема остается та же, только вместо приставных шагов исполняется «гармошка».

### 2. Комбинация «Слоник»:

- шаг приставка, руками «нарисовать» уши;
- шаг назад, руки вытянуть вперед вверх;
- пружинка на месте, в стороны;
- пружинка назад;
- колено, локоть;
- прыжки.

Дается задание детям «нарисовать» любимое животное. Таким образом выявляются творческие способности учащихся, их воображение и мышление.

### 3. Комбинация «Ладочки»

Пары встают лицом друг к другу и делают различные хлопки по одному и в парах. Можно добавить притопы

## 6. Диско танцы

Отрабатываются разновидности шагов.

### 1. Танец «Стирка»

Имитируется процесс стирки белья.

- два шага вправо, два шага влево, стираем;
- полощем;
- выжимаем;
- развешиваем;
- устали.

## 2. Танец «Лимбо»

- приставные шаги вперед-назад;
- приставной шаг вперед, два кик вперед, приставной шаг назад; - приставной шаг вперед, два кик вперед и два хлопка, приставной шаг назад, поворот.

Движения повторяются по четырем точкам (1, 3, 5, 7).

## 7. Урок-смотр знаний

Проводится в конце учебного года.

Рекомендации по подбору музыкальных произведений:

- детские песни из мультфильмов (ремиксы, оригиналы и минусовки);
- популярные детские песни.

Знания и умения

- знать позиции рук, ног, точки класса;
- знать движения, выученные за год;
- знать названия движений и танцев;
- знать танцы, выученные за год;
- уметь танцевать в заданном темпе.

2 класс

## 1. Разминка

Закрепляются знания и навыки.

## 2. Общеразвивающие упражнения

- простые бытовые шаги на каждую четверть;
- шаги на полупальцах;
- шаги с вытянутого носка;
- шаги на пятках;
- сочетание шагов на пятках и носках;
- шаги с высоко поднятыми коленями («цапля»);
- подъем на полупальцы и опускание на всю стопу по VI позиции;
- приседания и выпрямление ног по VI, II и I позициям;
- перенос веса тела с одной ноги на другую;
- упражнения на развороты стоп из VI позиции в I (полувыворотную) поочередно правой и левой, затем одновременно двух стоп;
- упражнения на устойчивость – «цапля». Подъем и опускание согнутой в колене ноги по VI позиции;
- сгибание ноги с отведением голени назад (в дальнейшем выполняется с продвижением на легком беге);
- шаг в сторону с приставкой (раз-два), два хлопка (три-четыре);
- шаг вперед с приставкой (раз-два), два хлопка (три-четыре);
- шаг в сторону и точка (тэп) – удар носком об пол без переноса веса тела (раз-два);
- шаг в сторону и кик – выброс свободной ноги по диагонали вперед накрест перед опорной ногой (раз-два);
- три шага в сторону и кик (раз-два-три-четыре);
- три шага в сторону и тэп с хлопком (раз-два-три-четыре);
- «пружинка» с шагом (на затакт – присесть, раз – шагнуть вправо, выпрямляя колени, и – присесть, два – приставить левую ногу к правой, выпрямляя колени);
- прыжки по VI позиции в различном темпе и ритме;
- прыжки трамплинные по I, II и VI позициям;
- прыжки с согнутыми коленями по VI позиции;
- бег с высоко поднятыми коленями («лошадки»);

- бег с подниманием выпрямленных ног вперед и назад;
- мелкий бег на полупальцах;
- подскоки на месте с поворотом вправо, влево.

Движения по линии танцев:

- на носках, каблуках;
- шаги с вытянутого носка;
- перекаты стопы;
- высоко поднимая колени «цапля»;
- выпады;
- ход лицом и спиной;
- бег с подскоками;
- галоп лицом и спиной, в центр и со сменой ног;
- позиции европейских танцев;
- позиции латиноамериканских танцев;
- линия танца;
- направление движения;
- углы поворотов.

Упражнения на улучшение гибкости

Закрепляются знания и навыки.

### 3. Диско танцы

Танец «Диско»

- шаг-приставка в сторону (вперед, назад);
- пружинка;
- «треугольник»;
- боковое;
- дорожка вперед;
- дорожка назад;
- приседание по II позиции;
- движения рук.

### 4. Музыкально-ритмическая игра

«Я - герой любимой сказки»

Выявляются творческие возможности учащихся.

Каждый ученик представляет себя сказочным героем, изображая его в танце.

Импровизация сказки.

### 5. Урок-смотр знаний

Проводится в конце учебного года

Рекомендации по подбору музыкальных произведений:

- детские песни из мультфильмов (ремиксы, оригиналы и минусовки);

- популярные детские песни.

Знания и умения

- знать движения, выученные за год;

- знать названия движений и танцев;

- знать танцы, выученные за год;

- уметь координировать движения;

- уметь ориентироваться в танцевальном классе;

- уметь танцевать в заданном темпе.

## 3 класс

### 1. Разминка

Закрепляются знания и навыки.

### 2. Общеразвивающие упражнения

Упражнения на развитие координации

Координировать – значит согласовывать, устанавливать целесообразные соотношения между действиями. Например:

- приставные шаги и работа плеч: вместе, поочередно;

- приставные шаги и работа головы, повороты, круг;



- перекаты стопы, работа рук: вверх, вниз, в стороны.

Свободные комбинации.

Упражнения на улучшение гибкости

Основные направления подготовки в целом сохраняются с некоторым усложнением задач.

### 3. Индивидуальное творчество

Дается задание детям «нарисовать» любимое животное. Таким образом выявляются творческие способности учащихся, их воображение и мышление.

### 4. Урок-смотр знаний

Проводится в конце учебного года

Рекомендации по подбору музыкальных произведений:

Разминку следует проводить под латиноамериканские мотивы.

Знания и умения

- знать движения, выученные за год;
- знать названия движений и танцев;
- знать танцы, выученные за год;
- знать танцевальные схемы;
- уметь координировать движения;
- уметь ориентироваться в танцевальном классе;
- уметь танцевать в заданном темпе

## 4 класс

### 1. Разминка

Закрепляются знания и навыки.

### 2. Общеразвивающие упражнения

- движение по линии танцев, перестроение, диагональ класса;
- упражнения на развитие координации;
- Упражнения на улучшение гибкости.

Основные направления подготовки в целом сохраняются с некоторым усложнением задач.

### 3. Урок-смотр знаний

Проводится в конце учебного года.

Рекомендации по подбору музыкальных произведений:

Разминку следует проводить под латиноамериканские мотивы.

Знания и умения

- знать движения, выученные за год;
- знать названия движений и танцев;
- знать танцы, выученные за год;
- знать танцевальные схемы;
- уметь танцевать в заданном темпе.

Средства, необходимые для реализации программы:

Материальные средства:

- учебный кабинет, актовый зал;
- магнитофон;
- компьютер, оснащенный звуковыми колонками;
- фонотека; диски DVD, диски DVD– караоке
- детские песни из мультфильмов (ремиксы, оригиналы и минусовки);
- наглядные демонстрационные пособия;
- коврики для выполнения упражнений;
- мячи, гимнастические палки, спортивные ленты.

## 2.2. Особенности разработки программ по бальному танцу

Изучение социальных и бальных танцев по программе «Ритмика 1-4

классы» начинается со 2 класса.

Для детей младшего школьного возраста, занимающихся в хореографическом коллективе, одной из первых трудностей является правильная ориентировка в пространстве. При изучении элементов бального и народного танца целесообразно познакомить детей еще с одной схемой – круг, линия танца. Движение танцующих по кругу против часовой стрелки называется «по линии танца», по часовой стрелке – «против линии танца».

## 2 класс

### Диско танцы

#### 1. Танец «Полька»

- галоп по линии танца;
- подскоки по линии танца;
- «Полька» по линии танца;
- хлопушки и прыжки.

## 3 класс

### Диско танцы

#### 1. Танец «Вару-Вару»

- шаг-приставка по одному, в парах;
- прыжки по одному, в парах;
- хлопушки по одному, в парах;
- шаг-поворот по одному, в парах;
- полностью танец по одному, в парах.

#### 2. Танец «Сударушка»

- шаг по л. т. по одному, движения рук;
- выход в парах;
- приглашение к танцу;
- «расходимся – сходимся».

## Бальные танцы (латиноамериканская программа)

### 1. Танец «Самба»

- основное движение по одному, в парах;
- самба-ход на месте по одному, в парах;
- бота-фого по одному, в парах;
- виск по одному, в парах;
- виск с поворотом;
- самба-ход;
- самба-ход в променадной позиции;
- поворот под рукой;
- Вольта

### 4 класс

## Бальные танцы (латиноамериканская программа)

### Танец «Джайв»

- основной шаг по одному, в парах;
- раскрытие и закрытие по одному, в парах;
- американ спин;
- хлыст по одному, в парах;
- смена мест справа налево по одному, в парах;
- смена мест слева направо по одному, в парах;
- стоп энд гоу по одному, в парах.

### Фигурный вальс

- балансе;
- вальс правый поворот;
- вальс левый поворот;
- окошечко;
- раскрытие;
- повороты;

- вальсовая дорожка;
- переходы из позиции в позицию;
- поклон.

### 2.3. Анализ результатов исследования

Апробация результатов проводилась в течение 2017 – 2018 учебного года на базе танцевально-спортивного клуба «Александрия», г. Челябинск. В эксперименте участвовали ученики танцевально-спортивного клуба: 1-я группа – контрольная (7 – 9 лет) и 2-я группа – экспериментальная (7 – 9 лет).

В сентябре 2017 года был определен исходный уровень развития творческих способностей учащихся танцевально-спортивного клуба обеих групп.

С этой целью была проведена диагностика, включающая следующие задания:

1. Повторение танцевальных движений за педагогом;
2. Свободная импровизация под музыку танца «Медленный вальс»;
3. Создание танцевально-игрового образа под музыку танца «Ча-ча-ча».

Оценка результатов:

3 балла – чёткое, ритмичное повторение танцевальных движений за педагогом; при свободной импровизации использование более 10 различных элементов; выполнение танцевальных движений под различное музыкальное сопровождение, эмоциональность в танце и тонкое обыгрывание музыкальных переходов, создание образа, оригинальное использование предметов в танце, умение сочетать нескольких стилей в танце, способность передать настроение через танец.

2 балла – повторение танцевальных движений за педагогом после нескольких показов; при свободной импровизации использование около 5

различных танцевальных элементов; копирование образа других исполнителей.

1 балл – повторения танцевальных движений вместе с педагогом после многочисленных показов; скованность в движениях, отсутствие индивидуальности, невозможность создать музыкальный образ.

0 баллов – отсутствие танцевальных движений.

Анализ результатов диагностики представлен ниже в виде таблиц.

Таблица 1

Диагностика развития творческих способностей учащихся контрольной группы (7 – 9 лет) – сентябрь 2017 г.

№	Имя	Зада ние 1	Зада ние 2	Зада ние 3	Общий балл	Вывод
1	Алла Т.	2	1	1	4	Низкий
2	Александр М.	2	1	1	4	Низкий
3	Ирина К.	2	1	0	3	Низкий
4	Алексей Е.	2	2	1	5	Средний
5	Валерия Н.	1	1	1	3	Низкий
6	Сергей Т.	2	2	2	6	Средний
7	Анастасия Н.	1	1	0	2	Низкий
8	Никита О.	2	1	1	4	Низкий
9	Ольга С.	2	2	0	4	Низкий
10	Александр Т.	2	2	1	5	Средний
11	Ася Б.	2	2	1	5	Средний
12	Владимир Б.	2	2	1	5	Средний
13	Влада Ж.	2	1	0	3	Низкий
14	Вячеслав В.	2	2	1	5	Средний
15	Ксения Б.	2	1	0	3	Низкий
16	Олег К.	2	1	0	3	Низкий

17	Анастасия Г.	2	2	1	5	Средний
18	Иван Б.	2	1	1	4	Низкий

Итак, в результате диагностики был определен исходный уровень развития творческих способностей учащихся контрольной группы на данный период. Высокий уровень развития в этой группе отмечен не был; количество детей, у которых был определён средний уровень, составило 7 человек (~ 40 %); низкий уровень отмечен у 11 человек (~ 60 %).

Таким образом, изначально большее количество детей имеют низкий уровень развития творческих способностей. Педагогу-хореографу следует учитывать итоги этого исследования и проводить необходимые корректировки на занятиях. Главная цель – создать условия для раскрытия творческих способностей учащихся с учетом их индивидуальных особенностей, возраста и опыта.

Таблица 2

Диагностика развития творческих способностей учащихся контрольной группы (7 – 9 лет) – май 2018 г.

№	Имя	Задание 1	Задание 2	Задание 3	Общий балл	Вывод
1	Алла Т.	2	2	1	5	Средний
2	Александр М.	2	1	1	4	Низкий
3	Ирина К.	2	1	1	4	Низкий
4	Алексей Е.	2	2	1	5	Средний
5	Валерия Н.	1	1	1	3	Низкий
6	Сергей Т.	2	2	2	6	Средний
7	Анастасия Н.	2	1	1	4	Низкий
8	Никита О.	2	1	1	4	Низкий
9	Ольга С.	2	2	0	4	Низкий
10	Александр Т.	2	2	1	5	Средний

11	Ася Б.	2	2	2	6	Средний
12	Владимир Б.	2	2	1	5	Средний
13	Влада Ж.	2	1	0	3	Низкий
14	Вячеслав В.	2	2	1	5	Средний
15	Ксения Б.	2	1	0	3	Низкий
16	Олег К.	2	1	0	3	Низкий
17	Анастасия Г.	2	2	1	5	Средний
18	Иван Б.	2	2	1	5	Средний

В результате диагностики был определен уровень развития творческих способностей учащихся контрольной группы на данный период. Высокий уровень развития не был отмечен, средний уровень развития показали 9 человек (50 %), низкий уровень определен также у 9 человек (50 %).

По данным 1 и 2 таблиц видно, что в течение учебного года в результате систематических регулярных занятий хореографией произошли незначительные изменения в сторону улучшения в развитии творческих способностей учащихся контрольной группы.

Таблица 3

Диагностика развития творческих способностей учащихся экспериментальной группы (7 – 9 лет) – сентябрь 2017 г.

№	Имя	Задание 1	Задание 2	Задание 3	Общий балл	Вывод
1	Екатерина А.	2	1	1	4	Низкий
2	Максим П.	2	1	1	4	Низкий
3	Софья Ш.	2	1	0	3	Низкий
4	Евгений Б.	2	2	1	5	Средний
5	Виолетта В.	1	1	1	3	Низкий



6	Дмитрий Н.	2	2	2	6	Средний
7	Анастасия М.	1	1	0	2	Низкий
8	Денис К.	2	1	1	4	Низкий
9	Анна П.	2	2	0	4	Низкий
10	Артем М.	2	2	1	5	Средний
11	Илона С.	2	2	1	5	Средний
12	Александр Ц.	2	2	1	5	Средний
13	Эвелина В.	2	1	0	3	Низкий
14	Юрий С.	2	2	1	5	Средний
15	Марина В.	2	1	0	3	Низкий
16	Александр Т.	2	1	0	3	Низкий
17	Александра А.	2	2	1	5	Средний
18	Тимофей М.	2	1	1	4	Низкий

В результате был определен исходный уровень развития творческих способностей учащихся экспериментальной группы на данный период. Высокий уровень развития в этой группе отмечен не был; средний уровень был определён у 7 человек (~ 40 %); низкий уровень отмечен у 11 человек (~ 60 %).

Таким образом, видно, что большинство детей экспериментальной группы изначально имеют низкий уровень развития творческих способностей.

Таблица 4

Диагностика развития творческих способностей учащихся экспериментальной группы (7 – 9 лет) – май 2018 г.

№	Имя	Задание 1	Задание 2	Задание 3	Общий балл	Вывод
1	Екатерина А.	2	2	2	6	Средний

2	Максим П.	2	2	1	5	Средний
3	Софья Ш.	2	2	1	5	Средний
4	Евгений Б.	2	2	1	5	Средний
5	Виолетта В.	2	1	1	4	Низкий
6	Дмитрий Н.	3	3	2	8	Высокий
7	Анастасия М.	2	1	0	3	Низкий
8	Денис К.	2	2	1	5	Средний
9	Анна П.	3	2	0	5	Средний
10	Артем М.	3	3	2	8	Высокий
11	Илона С.	3	3	2	8	Высокий
12	Александр Ц.	3	2	1	6	Средний
13	Эвелина В.	2	2	1	5	Средний
14	Юрий С.	2	2	1	5	Средний
15	Марина В.	3	2	0	5	Средний
16	Александр Т.	3	2	0	5	Средний
17	Александра А.	2	2	1	5	Средний
18	Тимофей М.	2	1	1	4	Низкий

В результате диагностики был определен уровень развития творческих способностей учащихся экспериментальной группы на данный период. Количество детей, у которых был определён высокий уровень, составило 3 человека (~ 15 %), средний уровень был отмечен у 12 человек (~ 70 %), низкий уровень развития показали 3 человека (~ 15 %).

Если сравнить итоги таблиц 3 и 4, то видно, что показатели значительно повысились. В сентябре 2017 г. в экспериментальной группе высокий уровень развития отмечен не был вообще, а в мае 2018 г. высокий уровень развития показали 3 человека. Увеличился общий процент учащихся, показавших средний уровень развития с 40 % до почти 70 %. А низкий уровень развития, соответственно, понизился с 60 % до почти 15 %.

Таким образом, сравнивая данные в таблицах за сентябрь 2017 г. и

май 2018 г. соответственно в контрольной и экспериментальной группах, можно наглядно проследить, что в контрольной группе результаты развития творческих способностей детей в целом улучшились, но незначительно. А в экспериментальной группе налицо значительные изменения баллов в сторону увеличения. Из чего можно сделать вывод, что использование программы «Ритмика 1-4 классы» на уроках хореографии в танцевально-спортивном клубе «Александрия» дало положительный эффект.

Выводы по 2-й главе.

В ходе нашего исследования были разработаны и внедрены методические рекомендации по разработке и реализации программы «Ритмика» 1-4 классы для детей младшего школьного возраста. А также выявлены и учтены специфические особенности.

Был проведён анализ полученных результатов исследования. Диагностика показала, что применение предложенных методических рекомендаций и методик, позволило достичь положительного эффекта обучения детей младшего школьного возраста хореографии в танцевально-спортивном клубе «Александрия» г. Челябинска.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Цель исследования заключалась в том, чтобы выявить специфику работы педагога-хореографа и научно обосновать методические аспекты работы с детьми младшего школьного возраста (ритмика и танец).

В связи с целью исследования были сформулированы следующие задачи:

- провести теоретико-методологический анализ зарубежной и отечественной литературы по теме исследования;
- обозначить выявленные противоречия и выявить их причинно-следственные связи;
- разработать методические рекомендации по разработке образовательных программ в области бальной хореографии;
- экспериментально проверить эффективность предложенных рекомендаций;
- верифицировать полученные результаты.

Систематизация накопленного опыта педагогов-первооткрывателей методики преподавания классического танца привела к созданию замечательных методических разработок, описанных в книгах Н. П. Базаровой, А. Я. Вагановой, В. С. Костровицкой, В. П. Мей, А. А. Писарева. В системе высшего образования такая методическая литература имеет большое значение в обучении студента.

Многие ученые, педагоги-хореографы занимались изучением методик обучения бальному танцу (У. Лайерд, А. Мур, Ю. Пин, В. Удод, В.И. Уральская).

Анализ темы исследования выявил следующие противоречия и причинно-следственные связи.

В настоящее время существует острая необходимость в педагогах дополнительного образования, владеющих современными педагогическими технологиями, способствующими становлению и

развитию разносторонне развитой личности ребенка. Запрос современного российского общества в данной потребности отражается прежде всего в Федеральном законе от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 01.05.2019) «Об образовании в Российской Федерации» и Статьи 75. «Дополнительное образование детей и взрослых», различных нормативных документах, стандартах, а также национальных проектах.

Хореография является уникальным средством решения этой важной задачи, так как она оказывает положительное воздействие сразу по нескольким направлениям: физическому, психо-эмоциональному, нравственно-духовному и социальному.

Мы можем наблюдать активное развитие хореографического искусства, которое заключается прежде всего в том, что появляется большое количество танцевальных клубов и школ, так как хореография является одним из ведущих направлений в системе дополнительного образования. Педагог-хореограф в этой структуре является ключевой фигурой, а, следовательно, на современном этапе к нему предъявляются все более высокие требования и стандарты.

В то же время здесь отмечается ряд противоречий: во-первых, квалификация педагогов-хореографов недостаточна, – из-за отсутствия профессионального и педагогического образования работающих интуитивно (данная категория зачастую опирается только на свой личный практический опыт танцевания); во-вторых, современное поколение детей значительно отличается по своему физическому, умственному и психо-эмоциональному развитию от предыдущих; и, в-третьих, часто используются неадаптированные к современным детям методики преподавания.

Для детей младшего школьного возраста, прежде всего, характерна чрезвычайная подвижность. Они нуждаются в частой смене движений, длительное сохранение статистического положения для них крайне утомительно. В то же время движения детей еще не организованы, плохо

координированы, запас двигательных навыков у них не велик, они нуждаются в его пополнении и усовершенствовании. Внимание детей этого возраста крайне неустойчиво, они легко отвлекаются, им трудно продолжительное время сосредоточиваться на одном задании. Они легче воспринимают конкретный материал, живой образ для них гораздо ближе, нежели отвлеченное понятие.

Игра представляет естественную деятельность детей этого возраста. Их эмоции яркие и проявляются, открыто и непосредственно. В этом возрасте дети особенно жизнерадостны и доверчивы.

Учитывая все эти особенности детей, следует своеобразно выстраивать занятия со школьниками этого возраста. Одна из задач: содействовать физическому развитию детей и совершенствовать основные двигательные навыки. Именно в этом возрасте важно выработать у детей устойчивую привычку прямо и стройно держаться, правильно и свободно двигаться в танцах [25].

Не менее важной задачей является развитие общей организованности детей, воспитание навыков общественного поведения, содействие организации дружного детского коллектива.

При учете этих учебно-воспитательных задач, наиболее подходящим для детей младшего школьного возраста содержанием занятий по хореографии является изучение детских, легких народных, массовых и бальных танцев, небольшая учебная подготовка, занятия ритмическими упражнениями и гимнастикой. Необходимо чередовать виды работы, помня о потребности этого возраста, в частой смене движения и о трудности для них статистических положений.

В ходе нашего исследования была внедрена образовательная программа «Ритмика 1-4 классы» для детей младшего школьного возраста. При разработке и реализации программы были выявлены и учтены специфические требования к педагогу-хореографу, что является основополагающим фактором между всеми субъектами образовательного

процесса, в частности, в отношениях педагог – ученик. Апробация результатов проводилась в течение 2017-18 учебного года на базе танцевально-спортивного клуба «Александрия», г. Челябинск.

В эмпирической части нашего исследования был проведён анализ полученных результатов. При помощи проведённых исследований было доказано, что в результате применения программы «Ритмика 1-4 классы» были получены положительные результаты развития хореографических способностей детей коллектива.

Выполнение в ходе нашего исследования поставленных задач позволило доказать и подтвердить выдвинутую ранее гипотезу, которая заключалась в предположении о том, что при реализации образовательной программы по хореографии «Ритмика 1-4 классы» необходимо соблюдение ряда психолого-педагогических условий, которые будут способствовать качественному усвоению материала по хореографии, а также развитию разносторонне развитой личности.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Азимов, Э. Г. Новый словарь методических терминов и понятий (теория и практика обучения языкам) [Текст] / Э.Г. Азимов, А.Н. Щукин. – М.: Издательство ИКАР, 2009. – 448 с.
2. Алексеева, Л.Н. Инновационные технологии как ресурс эксперимента [Текст] / Л. Н. Алексеева // Учитель. - 2004. - № 3. - с. 78.
3. Алиев, Д.Р. Использование современных образовательных технологий в образовательной деятельности [Электронный ресурс] – Режим доступа: [http://www.xn--3-9sb6ajarn6b.xn--p1ai/index.php?option=com\\_content &view=article&id=820&Itemid=117](http://www.xn--3-9sb6ajarn6b.xn--p1ai/index.php?option=com_content &view=article&id=820&Itemid=117) (дата обращения: 12.08.2018).
4. Аникушина, Е.А. Инновационные образовательные технологии и активные методы обучения [Текст] / Е.А. Аникушина, О.С. Бобина и др. – Томск: В-Спектр, 2015. – 212 с.
5. Антоненко, Г.С. Задачи педагога-хореографа в работе с детским хореографическим коллективом [Текст] / Г.С.Антоненко // Хореографическое искусство. - Киров: Диамант, 2007. - 156с.
6. Базарова, Н.П. Азбука классического танца [Текст] / Н.П. Базарова, В.П. Мей. - СПб.: Лань, 2006. - 240с.
7. Базарова, Н.П. Азбука классического танца [Текст] / Н.П. Базарова, В.П. Мей, 2010.
8. Базарова, Н. Классический танец [Текст]: Методика обучения / Н. Базарова. - Л.: Искусство, 1984.
9. Бальные танцы [Текст] / ред. М. Заламане. - М.: Рига, 2005. - 319 с.
10. Бальные танцы [Текст]. - М.: Latvijas Valsts Izdevnieciba, 2013. - 322 с.
11. Баскаков, В. Свободное тело [Текст] / В. Баскаков. – Москва, 2001.



12. Бекина, С.И. Музыка и движение [Текст] / С.И. Бекина. - М., 2000.
13. Белова. Русский балет [Текст]: Энциклопедия / Белова, Красовская. - М.: Согласие, 2000 г.
14. Блок, Л.Д. Классический танец [Текст] / Л.Д. Блок. - М., 2001. - 534с.
15. Боттомер. У. Учимся танцевать [Текст] / У. Боттомер. - ЭКСМО-пресс, 2002.
16. Браиловская, Л. В. Самоучитель по танцам: вальс, танго, самба, джайв [Текст] / Л.В. Браиловская. - Ростов -на- Дону: Феникс, 2003.
17. Бурцева, Г. В. Мастерство хореографа [Текст]: Учебно-практическое пособие / Г.В. Бурцева, 2014.
18. Бухвостова, Л.В. Мастерство хореографа [Текст]: учебное пособие / Л.В. Бухвостова, С.А. Щекотихина. - Орел: Орловский гос. Институт искусств и культуры, 2005. - 143с.
19. Ваганова, А.Я. Основы классического танца [Текст] / А.Я. Ваганова. - СПб.: Лань, 2002. - 158с.
20. Ванслов, В.В. Балеты Ю. Григоровича и проблемы хореографии [Текст] / В.В. Ванслов. - М.: Искусство, 1998. - 174с.
21. Васенина, Е. Российский современный танец. Диалоги [Текст] / Е. Васенина. – Москва, 2004.
22. Васькова, Л.Л. Научный анализ генезиса танца модерн [Текст] / Л.Л. Васькова // Вестник Москгос. ун-та культуры и искусств. – 2011. – No 6. – С. 166-170.
23. Выготский, Л.С. Психология искусства [Текст] / Л.С. Выготский. - Искусство, 1986. - 215с.
24. Выготский, Л.С. Психология искусства [Текст] / Л.С. Выготский. – М.: Лабиринт, 2004.
25. Выготский, Л. С. Педагогическая психология [Текст] / Л.С. Выготский. – М.: АСТ, Астрель, ЛЮКС, 2005.

26. Говард, Г. Техника Европейского бального танца [Текст] / Г. Говард. – М.: Артис, 2003.
27. Громов, Ю.И. Работа педагога-балетмейстера в детском хореографическом коллективе [Текст] / Ю.И. Громов // Основы подготовки специалистов-хореографов / Хореографическая педагогика: учебное пособие. СПб.: СПбГУП, 2006.
28. Гусев, Г.П., Методики преподавания народного танца [Текст]: Учебное пособие. Упражнения у станка / Г.П. Гусев. - М.: Владос, 2005.
29. Динниц, Е.В. Джазовые танцы [Текст] / Е.В. Динниц. - ООО «Издательство АСТ», 2004.
30. Добровольская, Г.Н. Танец. Пантомима. Балет [Текст] / Г.Н. Добровольская. - Л., 1975. - 124с.
31. Ермаков, Д.А. Танцы на балах и выпускных вечерах [Текст] / Д.А. Ермаков. - ООО «Издательство АСТ», 2004.
32. Ермаков, Д.А. От фокстрота до квикстепа [Текст] / Д.А. Ермаков. - ООО «Издательство АСТ», 2004.
33. Ермаков, Д.А. В вихре вальса [Текст] / Д.А. Ермаков. - ООО «Издательство АСТ», 2003.
34. Есаулов, И.Г. Хореодраматургия. Искусство балетмейстера [Текст] / И.Г. Есаулов. - Ижевск: Удмуртский университет, 2000. - 320с.
35. Есаулов, И.Г. Педагогика и репетиторство в классической хореографии [Текст]: учебник / И.Г. Есаулов. – Ижевск: Удмуртский государственный университет, 2005.
36. Ефименкова, Б.Б. Танцевальные жанры [Текст] / Б.Б. Ефименкова. - М., 1962. - 75с.
37. Захаров, Р. Искусство балетмейстера [Текст] / Р. Захаров. - М.: Искусство, 1978.
38. Захаров, Р.В. Сочинение танца. Страницы педагогического опыта [Текст] / Р.В. Захаров. - М.: Искусство, 1983. - 237с.
39. Загвязинский, В.И. Теория обучения. Современная

интерпретация [Текст]: учеб. пособие / В.И. Загвязинский. - М.: Академия, 2008. - 192с.

40. Зарипов, Р.С. Драматургия и композиция танца. Взгляд из зрительного зала [Текст] / Р.С. Зарипов. - Новосибирск, 2008 - 344с.

41. Звездочкин, В.А. Классический танец [Текст]: учеб. пособие / В.А. Звездочкин. - Ростов н/Д: Феникс, 2005. - 410с.

42. Ивлева, Л.Д. Руководство воспитательным процессом в самодеятельном хореографическом коллективов [Текст] / Л.Д. Ивлева. – Челябинск: ЧГАКИ. 2002.

43. Ивлева, Л.Д. Методика обучения хореографии в младшей возрастной группе [Текст] / Л.Д. Ивлева. – Челябинск: ЧГАКИ, 2005.

44. Историко-бытовые танцы [Текст]. - I-II книга, 1992.

45. Калинкина, Е.В. Бальные танцы и их взаимосвязь с другими видами спорта [Текст] / Е.В. Калинкина, В.А. Осанов // Молодой ученый. – 2016. – №8. – С. 1204-1206.

46. Кауль, Н. Как научиться танцевать. Спортивные бальные танцы [Текст] / Н. Кауль. - Ростов-на-Дону, «Феникс», 2004.

47. Костровицкая, В.С. Школа классического танца [Текст] / В.С. Костровицкая, А.А. Писарев. - Л.: Искусство, 1976. - 266с.

48. Костровицкая, В.С. 100 уроков классического танца (с 1 по 8 классы) [Текст]: учебно-методическое пособие / В.С. Костровицкая. - Л.: Искусство, 1981. - 282с.

49. Красовская, В.М. История русского балета [Текст] / В.М. Красовская. - СПб.: Планета музыки, Лань, 2010. - 312с.

50. Красовская, В.М. Балет сквозь литературу [Текст] / В.М. Красовская. - СПб.: АРБ им. Вагановой, 2005. - 421с.

51. Лайерд, У. Техника Латиноамериканского бального танца [Текст] / У. Лайерд. – М.: «Артис», 2003.

52. Ласман. Бальные танцы [Текст] / Ласман Мильда. - М.: Latvian Valsts Izdevniecība, 2003. - 324 с.

53. Лифиц, И.В., Ритмика [Текст]: книга первая метод. пособ. для препод / И.В. Лифиц, 1992.
54. Лифиц, И.В., Хрестоматия муз. материала по ритмике [Текст] / И.В. Лифиц, 1992.
55. Лубышева, Л. И. Социология физической культуры и спорта в системе физкультурного образования [Текст] /Л. И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. - 1999. - № 12. - С.13-14.
56. Луговская, А. Ритмические упражнения, игры и пляски [Текст] / А. Луговская. – М.: Советский композитор, 1991.
57. Максин, А. Изучение бальных танцев [Текст] / А. Максин. - М.: Лань, Планета музыки, 2010. - 263 с.
58. Мессерер, А. Уроки клас. танца [Текст] / А. Мессерер. - М.: Искусство, 1978.
59. Мессерер, А.М. Танец. Мысль. Время [Текст] / А.М. Мессерер. - М., 1990. - 450с.
60. Метлов, Н. Мы играем и поем [Текст]: Музыкальные игры для детей дошкольного и младшего дошкольного возраста / Н. Метлов, Л. Михайлова. – М.: Советский композитор, 1979.
61. Методика обучения танцевальным упражнениям [Текст]: методические рекомендации / Терехина Р.Н., Белова Н.А. – СПб.: НГУФК СиЗ им. П.Ф. Лесгафта кафедра гимнастики, 1991. – 37 с.
62. Митрохина, Л.В. Основы актерского мастерства в хореографии [Текст]: учеб. пособие / Л.В. Митрохина. - Орел: Орловский гос. институт искусств и культуры, 2003. – 108 с.
63. Монахова, Е. Г. Формирование эстетической культуры воспитанников интернатных учреждений средствами спортивного бального танца [Текст]: Дис. ... канд. пед. Наук / Е. Г. Монахова – Новокузнецк, - 2005. – 222 с.
64. Мориц, В.Э. Методика классического тренажа [Текст] / В.Э. Мориц, Н.И. Тарасов, А.И. Чекрыгин. - СПб.: Лань, 2009. - С. 4-5.

65. Народный танец [Текст]: метод, разработки для уч-ся и преп. хореографич. спец. М.: Просвещение, 1987.
66. Никифорова, А. Советы педагога клас. танца [Текст] / А. Никифорова. С-П.: Искусство России, 2005.
67. Новиков, А.М. Методология [Текст] / А.М. Новиков, Д.А. Новиков. – М.: СИНТЕГ. – 668 с.
68. Основы подготовки специалистов-хореографов. Хореографическая педагогика [Текст]: учебное пособие / науч. ред. В.А. Звездочкин, рук. авт. кол. Ю.И. Громов. - СПб.: СПбГУП, 2006.- 632с.
69. Панферов, В.И. Мастерство хореографа [Текст]: учеб. пособие / В.И. Панферов. - Челябинск, Полиграф-Мастер, 2009. - 368с.
70. Пасютинская, В.М. Волшебный мир танца [Текст] / В.М. Пасютинская. - М.: Просвещение, 2007. - 223 с.
71. Плахотина, Ю. Методика преподавания спортивного бального танца [Текст] / Ю. Плахотина. – М.: «Здоровье, спорт, культура», 2007.
72. Подласый, И.П. Педагогика [Текст] / И.П. Подласый. - «Владос», 2003.
73. Рассел, Джесси. Бальные танцы [Текст]/ Джесси Рассел. - М.: VSD, 2012. - 930 с.
74. Реан, А.А. Психология и педагогика [Текст] / А.А. Реан. - «Питер», 2004.
75. Ригацони, Г. Учимся танцевать бальные танцы [Текст] / Г. Ригацони. - М.: Милан, 2001.
76. Роговик, Л.С. Танцевально-психомоторный тренинг, теория и практика [Текст] / Л.С. Роговик. – СПб; Речь, 2010. - 253 с
77. Рубштейн, Н. Психология танцевального спорта или что нужно знать, чтобы стать первым [Текст] / Н. Рубинштейн. - М., 2000.
78. Рубштейн, Н., Психология танцевального спорта или что нужно знать, чтобы стать первым [Текст] / Н. Рубштейн. – М. : Аспект Пресс, 2013. – 290 с.

79. Самоукина, Н.В. Психология и педагогика профессиональной деятельности [Текст]: учеб. пособие для вузов / Н.В. Самоукина. - М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2003. - 415с.
80. Силкин, П.А., Хореография Рекомендации по отбору детей и педагогические приёмы развития данных [Текст] / П.А. Силкин. - СПб, 2013.
81. Слонимский, Ю. В честь танца [Текст] / Ю. Слонимский. - М., 1988. - 265с.
82. Тарасов, Н.И. Классический танец [Текст] / Н.И. Тарасов. - М.: Искусство, 1981. - С.16-22.
83. Франио, Г. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей [Текст] / Г. Франио. – М.: Советский композитор, 1989.
84. Футбер, И. Пантомима, движение, образ [Текст] / И. Футбер. - М.: Искусство, 2000. - 298с.
85. Хрестоматия для уроков классического танца [Текст]. - М.: музыка, 1997.
86. Худеков, С.Н. Всеобщая история танца [Текст] / С.Н. Худеков. - М.: Эксмо, 2009. - 626 с.
87. Худеков, С.Н., Иллюстрированная история танца [Текст] / С.Н. Худеков. - М. «Эксмо» - 2009.
88. Чеккетти. Полный учебник классического танца [Текст] / Чеккетти. - М. «Аст.-Астрель», 2007.
89. Шульгина, А. Н. Бальные танцы с конца XIX века до наших дней [Текст] / А.Н. Шульгина. - М.: ГИТИС, 2012. - 304 с.