

## ***Игровая ритмика для детей дошкольного возраста.***

В основе ритмики лежит музыка, ее восприятие и эмоциональный отклик. Поэтому основным принципом ритмики является закон от музыки - к движению. Движение используется как средство более глубокого проникновения и понимания музыкального искусства.

Известный советский психолог Б.М.Теплов, проводивший обширные исследования психологии музыкальных способностей, утверждал: «Едва ли на первых этапах музыкального обучения можно найти другой, более прямой и целесообразный путь развития музыкально-ритмического чувства, чем ритмика, понимаемая как передача ритма музыки в простых и легко доступных детям движениях».

Самыми доступными движениями для детей являются естественные, или основные, движения: различные виды ходьбы, бега, подскоков, прыжков, пружинные движения ног. При помощи этих несложных движений легко усваиваются на первых порах представления о ритмике как о предмете.

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

В зависимости от музыки движения выполняются то плавно, то отрывисто; то спокойно, то энергично, подъемно; с разной силой, объемом, амплитудой, степенью эмоциональной насыщенности. Следует уделять внимание расширению словарного запаса, связанного с восприятием характера музыки. Педагог должен уметь говорить о музыке ярким образным языком и побуждать к этому своих воспитанников. Наиболее удачные словарные находки детей следует поощрять, обращая внимание на живость мысли, образность сравнений, проявление творческой фантазии.

При слушании музыкального произведения очень быстро улавливается и его темп (*темп* от латин. *темпус*, т.е. время).

Темп всегда обусловлен содержанием и характером музыки. Если резко изменить темп исполняемого произведения, музыка сразу же теряет свою характерность, искажается авторский замысел. В практике музыкально-ритмической работы чаще всего применяются темпы:

умеренный, довольно быстрый, быстрый, неторопливый, медленный. Знакомство с итальянскими терминами, обозначающими темп, происходит на уроках музыки, при изучении основ музыкальной грамоты.

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

Другая задача - научиться сохранять устойчивость в темпе. Так, с прекращением звучания музыки необходимо продолжать движение в заданном темпе. Часто наблюдается тенденция к ускорению темпа движений, если они выполняются без музыкального сопровождения. Тренировка в выдерживании взятого темпа очень полезна, ее рекомендуется проводить по-разному, например: музыка частично исключается, а потом возобновляется, чтобы сверить с ней темп действий. Или все упражнение, ранее разученное под музыку, проводится без музыкального сопровождения - для этого надо про себя пропевать мелодию.

Следующая задача - научиться переключаться из одного темпа в другой, изменять темп в соответствии с изменением темпа музыки. Соответственно происходит изменение интенсивности двигательной энергии, она нарастает или ослабевает. Например, если музыка звучит в медленном темпе - шаги будут широкие, свободные. С ускорением музыки шаг делается энергичнее, чаще, короче, мускульное напряжение увеличивается и, наконец, следует переход на бег, требующий еще большей затраты энергии. Переход из одного темпа в другой может быть внезапным или постепенным, когда пьеса исполняется с некоторым ускорением или замедлением.

Одним из важных средств музыкальной выразительности является динамика (от греч. динамис - сила), громкость звучания. Динамические оттенки, своеобразные для каждого музыкального произведения, усиливают выразительность музыки, ярче очерчивают музыкальные образы. Звучность может постепенно возрастать или ослабевать, доходя до полного затихания, может происходить контрастная смена динамики, возникать внезапные всплески звучности, подчеркивающие отдельные места мелодии, - все это нарушает равномерность течения музыкальной мысли, сообщает музыке движение.

Общий уровень динамики обычно связан с образно-художественным содержанием музыкального произведения. Так, колыбельная песня исполняется тихо, а торжественный марш - громко и т.д. Поначалу предлагаются музыкальные произведения, имеющие яркие динамические контрасты в частях или отдельных музыкальных фразах. Контрастная смена динамики должна приводить к резкой смене движений (например, от легких движений к тяжелым или, наоборот, от плавных - к отрывистым и т.д.).

Затем идет знакомство с музыкальными примерами, отличающимися постепенным усилением или ослаблением силы звучания музыки. С развитием динамической линии, как правило, увеличивается мускульная нагрузка, изменяется объем движения и его амплитуда. Необходимо хорошо владеть своим телом, чтобы заставить мышцы работать в определенном направлении, затрачивая на данное движение нужное количество энергии. Поэтому на уроках ритмики уделяется внимание мышечной тренировке.

При создании музыкально-ритмических упражнений обращается внимание на регистровую окраску. Это проявляется в большей степени в образных упражнениях и играх, где отдельным персонажам соответствуют определенные регистры (например, птичкам, зайчикам - верхние регистры; лисичкам, белочкам - средние, а волкам и медведям - нижние и т.д.). В музыке отдельные фрагменты могут быть написаны в разных регистрах, и это надо учитывать, подбирая соответствующий двигательный отклик. Взлет мелодии вверх можно подчеркнуть подъемом на носки, высокими взмахами рук, подъемом головы и т.д.

Работа над передачей в движении характера музыки, темпа, динамических оттенков, регистровой окраски проводится в тесном единстве, так как все средства выразительности между собой взаимосвязаны. Акцентируя внимание на одном из них, необходимо все время подчеркивать, что музыкальное произведение воспринимается целостно, во всей совокупности его выразительных средств (так, на характер музыки оказывают влияние и метроритмические особенности, и гармонические сочетания, ладовая окраска, мелодическая линия, фактурные особенности и т.д.).

Основные задачи ритмики:

- совершенствование качества движений, их ритмичности и координированности, пластичности и выразительности, свободы, легкости и изящества;
- воспитание у эмоционально-осознанного отношения к музыке, развитие музыкальности, чувства ритма, внутреннего слуха;
- развитие художественно-творческих способностей, самостоятельности, инициативы, творческой активности и фантазии.

В основе детской ритмики лежит принцип целостного, активного и эмоционального восприятия музыки, тесной взаимосвязи музыки и движения. Воспитание эмоциональной отзывчивости на музыку, целостное восприятие ее содержания и характера не исключает дифференцирования отдельных средств музыкальной выразительности, доминирующих в том или другом музыкальном произведении (темповых, динамических и регистровых изменений, метроритмических соотношений, особенности структурного построения в связи с развитием музыкальных образов), которые могут быть наиболее естественно и логично отражены в движении. Ритмика включает работу над музыкально-ритмическими навыками и навыками выразительного движения, очень тесно друг с другом соприкасающимися, разделение которых носит условный характер и дается в учебных целях. Музыкально-ритмические навыки составляют основу упражнений с музыкальными заданиями. Они подводят обучающихся к пониманию законов ритмического строения музыкальных произведений, учат разбираться в многообразии характера музыки, смены темпа, динамических и регистровых изменений, воспроизводить метроритмические особенности через движение, анализировать форму произведений. Здесь прослеживается особенно тесная связь ритмики с теорией музыки.

Навыки выразительного движения направлены на тренировку и совершенствование культуры движений, которые в процессе занятий становятся более ритмичными, свободными, выразительными, координированными, пластичными. Они заимствуются из области физкультуры (основные движения, гимнастические упражнения с предметами и без них, построения и перестроения), танца (элементы народных и балльных танцев, движения характерного танца, отдельные элементы современных танцев), из области сюжетно-образной драматизации. В работе над навыками выразительного движения уделяется самое серьезное внимание взаимосвязи движения и музыки.

Значительное место отводится заданиям, развивающим художественно-творческие способности детей, воображение, инициативу, самостоятельность.

Важен правильный подбор музыкальных произведений для занятий, от этого во многом зависит воспитание хорошего музыкального вкуса. На ритмике звучат произведения русской и зарубежной классики, народная музыка, сочинения современных отечественных и зарубежных композиторов. Художественная ценность музыки, ее разнообразие и действенность, доступность восприятию ребёнка - основные требования, которые необходимо учитывать при подборе музыкального материала для занятий.

Благодаря яркой музыке обогащается эмоциональная сфера детей, расширяется музыкальный кругозор, повышается общая музыкальная культура.

Для достижения наибольшей эффективности результатов по предмету необходима строгая продуманность каждого занятия, его отдельных частей, использование широкого арсенала методических приемов обучения, индивидуальный подход к каждому ребёнку. Следует помнить о физической, психической, эмоциональной нагрузках, стараться не переутомлять обучающихся большим количеством нового материала, избегать однообразных заданий. Урок ритмики должен приносить детям радость, удовлетворение от преодоления трудностей, раскрывать их творческий потенциал. Надо шире привлекать детей к показу движений, анализу музыки, к объяснению правил игры, к оценке деятельности друг друга. Педагогика сотрудничества, участие в творческом процессе - вот тот путь, который может активизировать учащихся, заинтересовать предметом. Нельзя забывать, что данный предмет способствует эстетическому воспитанию будущих педагогов (развивает музыкальный слух, память, пластичность, эстетику движений, улучшает осанку и пр.), формированию художественно-творческого профессионального потенциала.

## **МУЗЫКАЛЬНО-РИТМИЧЕСКИЙ МАТЕРИАЛ ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

### **1.МАРШ**

**Описание.** Участники стоят в колонне по одному.

На I часть музыки (1-8) идут по кругу за ведущим сдержанным четким шагом, соблюдая интервалы между собой. С изменением характера музыки, усилением ее звучания ( II часть, такты 9-16) идут в свободном направлении - «врассыпную», шагом с высоким подъемом ног. На III часть (такты 17-24) переходят на сдержанную ходьбу, стараясь найти свободное место в общем кругу. С окончанием музыки - четкая остановка.

**Методические указания.** Необходимо вначале прослушать марш, определить его характер и яркую контрастность в динамике. Показать образец сдержанного четкого шага: нога ступает с передней части стопы - «подушечки» и с высоким подъемом ног; носки сильно оттянуты.

### **2. ВМЕСТЕ ВЕСЕЛО ШАГАТЬ**

**Описание.** Участники стоят в кругу по одному.

*Такты 1-4.* Вступление. Слушают музыку.

*Такты 5-20.* Припев. Идут по кругу бодрым, оживленным шагом, весело.

*Такты 21-28.* Запев. Переходят на шаг в полуприседе, обхватив ладонями бедра, выпрямив спину.

*Такты 29-36.* Выпрямляются и идут шагом на носках, подняв руки вверх и повернув ладони вперед, а на последние четыре такта - 33-36 - начинают раскачивать руками над головой вправо-влево. Музыка исполняется с начала, без вступления.

*Такты 5-20.* Припев. Перестраиваются в пары и идут бодрым оживленным шагом.

*Такты 21-28.* Запев. Из пар образуют два круга, которые двигаются в полуприседе в противоположных направлениях: правые в паре идут по внешнему кругу (против часовой стрелки), а левые в паре - по внутреннему кругу (по часовой стрелке).

*Такты 29-36.* Идут шагом на носках в тех же направлениях, подняв руки, а затем помахивая ими вправо-влево. Повторяется припев (такты 5-20).

*Такты 5-12.* Все участники поворачиваются в одну сторону лицом к педагогу и шагают на месте, высоко поднимая ноги, активно размахивая рука!

*Такты 13-20.* Продолжая тот же шаг, хлопают над головой вытянутыми вверх руками.

**Методические указания.** Обратит внимание на то, что песня имеет с оригинальное построение и начинается с припева. В запеве мелодия первых двух музыкальных фраз звучит ниже, а в начале третьей фразы как бы взлетает вверх на нотку второй октавы. Это обыгрывается в движениях. Необходимо предварительно работать над быстрым перестроением и умением хорошо ориентироваться в коллективе и пространстве.

### **3.ФИЗКУЛЬТ-УРА! Марш**

**Описание.** Участники стоят в колонне и слушают вступление (такты 1-6). На I часть марша (такты 7-21) идут вдоль стен спортивным шагом, постепенно замыкая круг.

На II часть марша (такты 22-38) поворачиваются в противоположную сторону и переходят на бег. Музыка начинает звучать оживленнее и тише.

На III часть, повторение I части, шагают на месте, повернувшись лицом в круг, высоко поднимая колени.

**Методические указания.** Упражнение можно провести как марш с командами.

Команда «раз» - продолжать идти в одну и ту же сторону. Команда может повторяться несколько раз.

Команда «два» - развернуться и идти в противоположную сторону.

Команда «три» - шагать на месте.

Команда «четыре» - идти спиной назад.

Если после этой команды следует «два», то надо развернуться и идти спиной в другую сторону. Команды следует менять не чаще чем через две музыкальные фразы.

#### **4. ГРУСТНАЯ ПЕСЕНКА**

*П. Чайковский. Соч. 40, № 2*

**Описание.** Участники стоят в кругу.

*Такты 1-8.* Идут по кругу спокойным непринужденным шагом, ступая с носка. Движение против часовой стрелки. С началом такта 8 останавливаются, затем плавно поворачиваются в противоположную сторону.

*Такты 9-12.* Идут по кругу тем же шагом. Движение по часовой стрелке.

*Такты 13-14.* Повернувшись лицом к центру круга, идут четырьмя шагами, сужая круг и размахивая при этом мягкими руками вправо-влево. Ладони повернуты вниз, раскачивающиеся руки постепенно поднимаются все выше и выше, всего четыре движения.

*Такты 15-16.* Отходят назад, расширяя круг, размахивая руками вправо-влево, постепенно опуская их.

*Такты 17-18.* Плавно кружатся вправо, раскрыв правую руку в сторону, повернув ладонь вверх.

*Такты 19-20.* Идут по кругу и с концом пьесы останавливаются, медленно и плавно приставив ногу.

**Методические указания.** Все должны как бы «пропевать» музыку своими шагами, всем телом. Упражнение помогает избавиться от излишнего напряжения мышц, развивает свободу и плавность движений. При кружении в тактах 17-18 каждому надо следить глазами за раскрытой в сторону рукой. Смена направления движения должна проходить неторопливо, спокойно.

#### **5. ГОПАК из оперы «Сорочинская ярмарка»**

*М. Мусоргский*

**Описание.** Исходное положение: пятки вместе, носки врозь, руки на, поясе.

*Такты 1-2.* Вступление. Слушают музыку.

*Такты 3-6.* Выполняют «пружинки» (по две на такт), легко покачиваясь вверх-вниз, пружиня ноги в коленях.

*Такты 7-10.* Поднимаются на носки и опускаются на всю ступню, пружиня ногами. На затакт-акцент в тактах 7-9 хлопают в ладоши скользящим

хлопком, направленным вверх, затем раскачивают руками назад-вперед-назад.

*Такты 11-18.* С усилением звучания музыки начинают энергично подпрыгивать на обеих ногах, положив руки на пояс.

**Методические указания.** Отметить задорный, плясовой характер музыки, встречающиеся в ней динамические оттенки, особенно яркие акценты в тактах 7-9. Следить за тем, чтобы вначале «пружинки» исполнялись несильно, без толчков и остановок между движениями вверх и вниз, пятки не отрывались от пола, акцент движения шел вверх. Пружинистое поднятие на носки и опускание на всю ступню следует выполнять энергичнее, с большей амплитудой. Во время исполнения этого движения нельзя раздвигать пятки, втягивать колени. Движение выполнять без остановок, непрерывно. Тяжесть тела переносится при этом на переднюю часть стопы. Толчок вверх делается сильным - все тело как бы подбрасывается вверх, ступни ног поднимаются на высокие полупальцы. Руки, выполнив хлопки в тактах 7-9, активно раскачиваются назад-вперед-назад. Движение идет от плеча. Прыжки на обеих ногах надо выполнять еще энергичнее. Звучание музыки усиливается.

## 6. ЭКОСЕЗ

*Ф. Шуберт. Соч. 18а, № I*

### Описание.

**Часть I.** Движение по кругу легким пружинящим бегом.

**Часть II.** Энергичный широкий бег.

При повторении упражнения участники могут в конце каждой части поворачиваться в противоположную сторону прыжками на обеих ногах и продолжать бег в другую сторону. Каждая часть повторяется дважды.

В самом конце упражнения прыжком на обеих ногах поворачиваются лицом к центру круга, как бы ставя точку,

**Методические указания.** Разобрать пьесу, состоящую из двух частей, отличающихся динамическими контрастами, Музыка I части звучит подвижно, негромко, отрывисто; II часть - энергично, громко, с постепенным усилением звучания, ее фактура более плотная, аккордовая. Нисходящее движение в басу удобно для исполнения широкого бега. Если на музыку I части бег легкий, острый, пружинящий, небольшими шажками, то на II часть он становится энергичным, сильным. Большими прыжками участники как бы перепрыгивают через воображаемые препятствия. Корпус сильно выносится вперед, взмахи рук активны, ноги энергично отталкиваются от пола.

## 7. ВЕСЕЛО - ГРУСТНО

*Л. Бетховен*

**Описание.** Участники придумывают игровые образы, подбирают движения, соответствующие характеру музыки. Предлагаем образец одного из возможных вариантов подобного упражнения.

*Весело.* Изображают игру в мяч и взмахи ленточками.

*Такты 1-4.* Подбрасывают воображаемый мяч вверх правой и левой рукой попеременно, при ловле мяча пружинят колени. Выполняют 4 броска.

*Такты 5-6.* Дважды ударяют мяч об пол обеими руками.

*Такты 7-8.* Подбрасывают мяч высоко обеими руками вверх и ловят его, пружиня колени.

Музыка повторяется. Повторяются движения тактов 1-8.

*Такты 9-12.* Четыре раза взмахивают воображаемыми ленточками вперед-назад попеременно обеими руками.

*Такты 13-14.* Кружатся, выполняя горизонтальную «змейку» правой рукой.

*Такт 15.* Как бы подбрасывают ленточку вверх.

*Такт 16.* Слегка приседают, выполняя вертикальную «змейку».

Повторяется музыка тактов 9-16. Движения те же, но в тактах 13-16 при кружении «ленточку» держат в левой руке,

*Грустно.* Изображают осень: осыпаются с деревьев листья, улетают птицы.

*Такты 1-2.* Правой рукой изображают падающий с дерева листочек: подняв руку вверх, начинают мягко поводить кисть вправо-влево, постепенно опуская руку все ниже и ниже, описывая при этом зигзагообразные движения. Ладонь направлена вниз.

*Такты 3-4.* Такое же движение повторяют левой рукой.

*Такты 5-6.* Выполняют зигзагообразные движения кистями обеих рук, постепенно опуская их.

*Такты 7-8.* Кружатся, подняв руки.

*Такты 9-12.* «Летят стайкой», изображая птиц, взмахивая «крыльями».

*Такты 13-14.* Выполняют зигзагообразные движения обеими руками.

*Такты 15-16.* Взмахивают вверх руками, поднимаясь на носки, и плавно опускают руки вниз, слегка приседая.

*Такты 17-18.* Повторяют движения тактов 15-16.

*Такты 19-22.* Взмахивают руками, опускают их и кружатся, затем приседают (листья падают на землю).

С повторением разделов пьесы повторяют соответствующие движения.

**Методические указания.** Упражнение развивает творческое воображение и фантазию. После многократного прослушивания и разбора музыкального произведения педагог может предложить домашнее задание: придумать

движения самостоятельно. На следующем уроке различные варианты просматриваются, анализируются, а потом могут быть разучены со всеми учащимися.

## **8. ЮМОРЕСКА**

*А.Дворжак. Соч. 101, № 7*

**Описание.** Участники стоят в кругу, взявшись за руки.

*Такты 1-3.* Идут вправо пружинящим шагом.

*Такт 4.* Останавливаются, затем поворачиваются влево.

*Такты 5-7.* Идут тем же шагом влево.

*Такт 8.* Останавливаются.

*Такт 9.* Все поворачиваются в одну сторону лицом к преподавателю и плавно идут вперед, начиная с правой ноги. Одновременно описывают двумя руками полукруг вверх от левого плеча к правому. Кисти рук повернуты вперед.

*Такт 10.* Продолжая идти вперед, описывают двумя руками полукруг вверх от правого плеча к левому, повернув кисти вперед.

*Такт 11.* Отходят назад четырьмя шагами, покачивая руками над головой вправо-влево.

*Такт 12.* Кружатся, постепенно опуская вниз мягкие руки.

*Такты 13-16.* Повторяются движения тактов 9-12.

*Такты 17-20.* Идут пружинящим шагом, постепенно перестраиваясь в круг. Каждый находит самое ближнее к себе свободное место в кругу. Круг движется против часовой стрелки. На такт 20 все останавливаются, затем поворачиваются в противоположную сторону.

*Такты 21-24.* Двигаются по кругу пружинящим шагом по часовой стрелке. На такт 24 - останавливаются, повернувшись лицом к центру круга, плавно опуская руки.

**Методические указания.** Обратит внимание на скачкообразную мелодию первой и третьей частей, более напевное звучание средней части, уплотнение фактуры. Добиваться хорошего качества исполнения пружинящего шага; учить мягко сгибать ноги в коленях, активно отталкиваться вверх, выпрямляя колени. Движения рук на среднюю часть музыки - мягкие, руки как бы «поют» вместе с музыкой.

Упражнение хорошо развивает внимание, умение ориентироваться в коллективе и в пространстве, учит перестраиваться из круга в рассыпную и, наоборот, быстро находить свободное место, не нарушая при этом характера движения.