



Министерство культуры
Донецкой Народной Республики
Республиканский дом народного творчества и кино

Ритмические занятия как основной способ формирования двигательной культуры детей дошкольного возраста

Методическое пособие



Ритмические занятия как основной способ формирования двигательной культуры детей дошкольного возраста : Методическое пособие / Сост. В. Б. Синица, под ред. Д. И. Борозенец. – Донецк : РДНТК, 2020. – 23 с.

Составитель – В. Б. Синица, главный специалист отдела хореографии ГУК «РДНТК».

Редактор – Д. И. Борозенец, главный специалист отдела медиакоммуникационного обеспечения ГУК «РДНТК».

Ответственный за выпуск – М. А. Романовский, генеральный директор ГУК «РДНТК».

Издание состоит из методических рекомендаций для руководителей любительских хореографических коллективов учреждений культуры и школ искусств.

© Синица В. Б., 2020

© ГУК «РДНТК», 2020

Предложения и замечания присылать по адресу:

283050, г. Донецк, бул. Шевченко, 2, ДНР

E-mail: rdntk@bk.ru

Оглавление

Введение.....	3
Задачи и способы формирования двигательной культуры на основе ритмических занятий	5
Роль и задачи педагога-хореографа в детском коллективе, деятельность хореографических коллективов в системе дополнительного образования	14
Использованные источники	22

Введение

Одним из главных направлений образовательного процесса в учреждениях дошкольного образования должно быть воспитание двигательной культуры дошкольника, понятие которой в поле научных исследований освещено достаточно неполно. Но на современном этапе двигательная культура рассматривается как комплекс специфических навыков движений, понимание природы их возникновения, а также их осознание и контроль (Н. И. Визитей, Т. Н. Журина, В. Л. Крутина, В. Л. Малахов, Е. С. Медведев, Н. М. Трофимова и другие). Также к понятию двигательной культуры относится красота человеческого тела, ловкость, выразительность движений. Насколько успешным будет развитие двигательной культуры детей, во многом зависит от собственных физических и психологических усилий ребенка: от конкретности представления, собранности его внимания, активности памяти.

Говоря о критериях высокой культуры движений ребенка, прежде всего нужно иметь в виду формирование у него способности успешно решать самые разнообразные двигательные задачи. Это значит, что уже в дошкольном возрасте ребенок должен хорошо владеть основными движениями, накопить значительный потенциал фундаментальных двигательных умений, с тем чтобы в будущем на этой основе можно было легко освоить более сложные движения и действия. Умение передать свои чувства и переживания с помощью красивых жестов, движений, поз, мимики без излишнего напряжения и составляют двигательную культуру человека, основой которой является мышечное чувство, которое и вырабатывается в ходе занятий хореографией.

Хореография для дошкольников решает как общие, так и частные задачи, среди которых привлечение детей к систематическим занятиям, укрепление здоровья, воспитание правильной осанки, профилактика заболеваний, повышение работоспособности, развитие основных физических качеств, совершенствование чувства ритма; формирование культуры движений.

Цель методического пособия: выявить принципы и методы формирования двигательной культуры на основе ритмической активности детей.

Задачи:

- выявить основные задачи воспитания двигательной культуры детей;
- изучить основные способы ритмического воспитания;
- рассмотреть поэтапное овладение детьми каждой возрастной группы (по принципу нарастающего интереса) ритмикой, основами народно-

сценического танца с элементами свободной пластики в игровой, образно-ассоциативной, эмоциональной форме с опорой на содержательный и выразительный музыкальный материал;

- проанализировать методы воспитательной работы дошкольников;
- ознакомиться с условиями танцевально-оздоровительных и ритмических занятий; раскрыть основные задачи ритмотерапии и хореокоррекции как двигательной культуры;
- определить задачи педагога-хореографа при подготовке и проведении ритмических занятий, направленных на развитие двигательной культуры дошкольников.



Задачи и способы формирования двигательной культуры на основе ритмических занятий

Значение понятия «двигательная культура» всегда вызывало интерес у исследователей, но конкретной сути явления до сих пор не выявлено. Данное понятие применяют во многих сферах деятельности, но нечасто ему придают однозначный конкретный смысл. Его используют в статьях, публикациях, которые создаются тренерами, педагогами, хореографами, такими как Л. Н. Богатковой, А. Я. Вагановой, Е. Д. Васильевой и другими. Создатели информационных источников вкладывают в понятие «двигательная культура» сведения, полученные из личного опыта, что придает представленному понятию широкое значение.

Существует множество литературных источников, рассматривающие данное понятие, но особо стоит выделить работу А. А. Френкина «Гармоническое развитие личности и единство эстетического воспитания с физическим». Это первая работа, в которой раскрыто понятие «двигательная культура» – это «самостоятельный феномен в рамках профессиональной культуры и культуры личности в целом». Если конкретизировать положение данного вида культуры, следует отметить его взаимодействие с физической и эстетической культурами, которые являются главными компонентами профессиональной культуры и культуры личности.

Российский специалист в области теории двигательной культуры В. К. Бальсевич считал, что «в дошкольном периоде закладываются основы двигательной культуры. Именно этот возраст является самым подходящим, для овладения основными компонентами культуры движений, освоения великого множества двигательных координаций, техники различных движений». Если говорить о критериях двигательной культуры ребенка, следует учитывать у него развитие умения благополучно решать различного рода двигательные задачи. Это означает, что уже в дошкольном возрасте ребенок должен на достаточном уровне владеть основными движениями, закрепить базовые движения для того, чтобы в дальнейшем можно было перейти к изучению более сложных элементов и действий.

Тема роли двигательной культуры в эстетическом воспитании рассматривалась в работах И. В. Муравова, Т. Т. Ротерс, М. Я. Сарафа, В. И. Столярова и многих других авторов. Они делали акцент на основных задачах эстетического воспитания: развитие у детей правильного представления о красоте в поведении и действиях; в исполнительской технике, воспитание выразительности движений, формирование телесной красоты человека. Так же в исследованиях рассматривался «феномен

взаимосвязи эстетического воспитания с физическим воспитанием: формирование у детей нравственных качеств; всестороннее развитие личности; умение давать объективную оценку прекрасному и стремление к нему».

Здесь стоит отметить, что вопрос гармонии тела и духа интересовал человека с самых давних времен. На протяжении всей истории человечества телесная красота и красота движений несли в себе практическую пользу и отвечали своему предназначению. Например, древние египтяне славились своим великим чувством красоты, но в то же время история не умолкает о могущественных фараонах и воинах, которые были наделены небывалой физической силой. Благодаря греческим скульптурам античности можно увидеть, как выглядели победители Олимпийских игр и военных сражений. Физическая мощь и крепкое здоровье развиты в гармонии, что, по мнению современных историков и педагогов (А. Г. Асмолов, Ф. Е. Василюк, Б. М. Величковский, А. Н. Леонтьев и другие), говорит о постоянной заботе о своем внешнем виде. Это наблюдение поддерживают многие современные историки и педагоги.

Можно сказать, что уже в древние времена внешняя привлекательность существует в гармонии с высокими физическими показателями (скорость, сила, выносливость, гибкость, ловкость) в совокупности говорящими о том, что культура движений намного привлекательнее, чем статичные формы. В свою очередь, красота исполнения движений говорит о физическом и психическом здоровье человека, а так же высокой работоспособности. Культура движений несет в себе и гармонично развитые физические качества, и здоровье, и красоту тела, поэтому именно к физической деятельности спортсменов и танцоров обращаются как к примерам достижения эталонов красоты и образцов культуры движений.

По словам М. Я. Сарафа и В. И. Столярова, «эстетическое наслаждение доставляют именно красота и правильность движений, что способствует развитию пропорционально развитого тела».

В свою очередь, А. Б. Щербо и Д. Н. Джола считают, что «красивые физические упражнения являются многоликими и имеют тесную связь с красотой тела».

Многие авторы рассматривают взаимосвязь физического и эстетического воспитания средствами хореографического искусства, и мы полностью поддерживаем наличие данной взаимосвязи.

Иную точку зрения высказывает Н. А. Берйнштейн, согласно выводам которого, «прекраснее совершенных линий движений является сочетание экономичности и целесообразностью, а вот красота отходит на

второй план. Синтез целесообразности и экономичности предполагают рациональность». Но данные понятия, несмотря на свою определяющую точность, более связаны со спортивной техникой, чем с танцевальным искусством. Несомненно, акцент на физической развитости тела ребенка, учет точности движений и расчет силы их исполнения в спорте также важны, но в меньшей мере применяются в танце. Однако для искусства танца характерны мелодичность и ритмичность движений, которые раскрывают характер исполнителей, их мысли и чувства, что нельзя встретить в спорте. Иными словами, нельзя отрицать тот факт, что формирование двигательной культуры происходит в обоих видах деятельности, поэтому следует учитывать синкретичный характер их взаимодействия и взаимодополняемость.

Исходя из вышесказанного и учитывая связь двигательной и эстетической культуры, состоящей из умения при помощи красивых поз, жестов и мимики передать необходимое эмоциональное состояние без чрезмерного напряжения, можем отметить, что наиболее успешно умения свободно выражать чувства и принципы овладения всей палитрой эмоций реализуются посредством занятий хореографией.



Хореографическое искусство – это довольно объемное понятие, которое охватывает классический балет, народный танец, различные направления балльной и современной хореографии. Существует целая система специфических приемов и средств, при помощи которых создаются хореографический образ и комплекс музыкально-ритмических движений.

Одной из главных особенностей хореографического искусства является его непосредственная связь с музыкой, при помощи которой наиболее полно раскрывается хореографический образ. Слияние музыки, образа и движения способствует эстетическому и нравственному воспитанию ребенка. У детей проявляется любовь к музыке, развивается музыкальная память, чувство ритма, формируется эстетический вкус. Кроме того, музыка является одним из основных компонентов, способствующих развитию у ребенка двигательной культуры.

Воспитанию музыкально-двигательной культуры ребенка, обеспечению его необходимыми двигательными навыками и самое главное – предоставлению возможности почувствовать радость от своих действий, движению в единстве с мелодией, способствуют ритмические занятия. Данный процесс, предполагающий осуществление с ранних лет, благотворно влияет на гармоничное развитие души и тела ребенка, и способствует благотворному решению проблемы эстетически нравственного воспитания, равно как и вопросу о привитии общей культуры.

Помимо музыкально-двигательной составляющей, существует тесная взаимосвязь активности ребенка с развитием психических качеств личности, правильное формирование которых способствует повышению интеллектуальной сферы ребенка, что впоследствии становится залогом его творческих успехов в художественной деятельности. При выполнении ритмичных движений на уроках хореографии, проанализировав активность или пассивность ребенка, его настроение или волевые качества, можно определить и при необходимости повлиять на различные составляющие психики и особенности личностной индивидуальности воспитанника.

Формирование и развитие двигательной культуры ребенка происходит в различных образовательных учреждениях, в сфере дополнительного внешкольного образования, в структуре которых функционирует множество творческих коллективов, танцевальных ансамблей, студий народного, бального и эстрадного танца. Наравне с танцевальными коллективами развиваются хореографические отделения школ искусств, появляются хореографические школы и студии при профессиональных ансамблях и специализированных учебных заведениях, методическими центрами которых разработано большое количество методик, направленных на развитие двигательной культуры, эстетическое и нравственное воспитание детей, юношества и молодежи.

В перечне методических программ и разработок, направленных на развитие двигательной культуры, особое место занимает ритмотерапия. Данный метод, как подчеркивает А. И. Буренина, ориентирует педагогов-хореографов на работу с детьми, «независимо от наличия у них

специальных физических данных», на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца.

В соответствии с программой по ритмической пластике для детей дошкольного возраста «Ритмическая мозаика», разработаны следующие этапы. На первом происходит освоение азов пластики и ритмики, изучение основных несложных элементов классического, народного, бального или современного танца. Второй этап – это совершенствование приобретенных знаний, изучение основ классического танца (экзерсиса), где также происходит знакомство с другими направлениями хореографического искусства. В программу занятия включаются упражнения по освоению актерского мастерства, задания, которые способствуют развитию музыкально-танцевальной импровизации. На третьем этапе выстраиваются дополнительные занятия для тех детей, которые проявили определенные способности к танцу и показали высокий уровень освоения материалов. (В разработке программы использован богатейший опыт известных мастеров танца, теоретиков, педагогов-практиков – Л. Н. Богатковой, А. Я. Вагановой, Е. Д. Васильевой, А. Н. Стручковой, Т. С. Ткаченко, Т. А. Устиновой и т.д.).

Заметим, что на каждом из вышеизложенных этапов важно учитывать возраст воспитанников. Обучение детей дошкольного возраста основывается на игре, которая является органической составляющей учебного процесса. На уроках ритмики игра не должна быть включена лишь во время отдыха или быть поощрением за какие-либо достижения ученика, она должна являться основным компонентом труда, быть его смыслом и продолжением. Для того чтобы вызвать интерес к уроку и трудолюбие у участников, необходимо правильно подобрать танцевальные игры и грамотно организовать учебный процесс. В первую очередь занятия должны быть направлены на физическое развитие, но, как известно, физическая нагрузка не несет в себе воспитательного значения, поэтому ее нужно совмещать с творчеством, добавляя умственный труд обучающихся с проявлением эмоций.

Здесь мы приходим к использованию понятия «игровой танец» (С. И. Бекина, Н. И. Бочкарева, Н. В. Воронина, М. А. Михайлова), отличающегося от хореографического танца тем, что он исполняется больше не для зрителя, а для заинтересованности его исполнителей и является на порядок статичнее, нежели динамичные «сценические танцы». Наравне с развитием физических показателей организма (силой, моторикой, координацией) танец-игра также направлен на развитие двигательной культуры и эмоциональной психической составляющей личности. Игра и движение являются главными компонентами деятельности детей, а исполнение движений в игровой форме – это прямой

путь к активному физическому развитию. За счет своей свободы в пространстве игровой танец безграничен во всех смыслах. Во время исполнения ребенок общается со сверстниками, понимает себя и свои возможности, а также обитает будто в двух мирах – вымышленном и реальном.

Говоря о формировании двигательной культуры в ходе танцевально-ритмических занятий, стоит обратить внимание на то, что двигательные навыки формируются у человека с самого детства. Это поэтапный процесс, который нуждается во времени – скорость овладения каким-либо двигательным актом зависит от возрастных и физических способностей исполнителя. Однако вне зависимости от временного периода существует основной и единственный закон освоения материала: воспринять, осмыслить, запомнить, применить, проверить результат. Все данные этапы взаимосвязаны и не должны иметь большой временной перерыв для получения положительного результата. Полученный результат необходимо систематически повторять для полного закрепления.

Помимо установленного порядка освоения материала существуют условные раздражители, которые способствуют развитию каждого двигательного навыка. Они могут быть словесно-речевыми (объяснения и замечания педагога), включать зрительное созерцание и осмысление (практический показ педагога), а также состоять из наблюдения за собой (оценка своих успехов в зеркальном отражении). Приняв условные раздражители и используя их в правильном направлении, двигательная культура будет иметь последовательный и целенаправленный вектор развития. Многократно повторяя изученный материал, ученик тем самым сможет воспитать в себе выносливость и планомерно тренировать мышечную память. В дальнейшем для ребенка будет достаточно услышать знакомую мелодию или ритм и тело само станет будто «вспоминать», что должно происходить в данный момент.

Заметим, что, по мнению многих специалистов-практиков, мышечную память можно сравнить с психикой человека, а значит, она с легкостью поддается тренировке. Однако на занятиях по хореографии стоит учитывать то обстоятельство, что мышечная память имеет особенность быть долгосрочной и довольно сильной, поэтому танцевальные композиции и движения необходимо сразу учить правильно, так как потом их очень сложно будет переучить.

Известно, что усвоение танцевальных движений происходит после правильного многократного исполнения, лишь тогда они становятся доступными и простыми. Но время, которое необходимо потратить на разучивание того или иного движения, зависит от умений и навыков исполнителя. Умение – это начальный этап овладения действием,

медленное и неэкономичное исполнение, в котором принимают участие ненужные группы мышц, в таком исполнении допускается большое количество ошибок и правок. Навык – это более совершенная форма овладения действием. Навык формируется более быстро, становится точным и автоматизируется под четкими объяснениями педагога.

«Умение – это освоенный субъектом способ выполнения действия, который обеспечивается совокупность приобретенных знаний и навыков». «Навык – способность деятельности, сформированная путем многократных повторений и доведения до автоматизма».

Результатом многократного повторения и повышенного внимания к указаниям педагога влечет за собой окончательное закрепление материала и формируется новый двигательный навык. Вместе с тем опорно-двигательный аппарат и внутренние органы начинают работать слаженно и согласовано. Внешне такой результат проявляется через красоту исполненных движений, тем самым ребенок приближается к овладению и формированию двигательной культуры.

Более успешного формирования двигательного навыка и двигательной культуры в том числе, можно добиться в сочетании с музыкальным сопровождением. Данный процесс происходит более осознанно, по принципу «мысль опережает движение, и исполнитель, воспринимая мелодию, учится думать о своих движениях и о технике их исполнения». Как правило, для того чтобы ребенок лучше запомнил движения и танцевальные комбинации, педагог использует короткие слова, детские считалки или знакомые детям мелодии, а потом, после тренировки мышечной памяти, движения исполняются сами собой. Музыка, хорошо подобранная к движениям, помогает детям закреплять мышечное чувство, а слуховым анализаторам – запоминать движения, связывая их со звучанием музыкальных отрывков. Все это постепенно воспитывает музыкальную память, закрепляет привычку двигаться ритмично и способствует достижению детьми чувства удовлетворения собственными действиями. Необходимая ценность музыкально-ритмических занятий заключается в их образовательных возможностях – под руководством преподавателя ученики получают знания по теории музыки, приобретают умения и навыки выполнения движений в соответствии со средствами музыкальной выразительности.

Но данные процессы происходят лишь при систематическом посещении занятий и при добросовестном выполнении заданий педагога. Без целеустремленности, выдержки, настойчивости невозможно добиться нужной силы, быстроты, выносливости, а это значит, что цель развить или даже приобрести двигательную культуру становится практически невозможной.

Говоря о двигательной культуре, необходимо также коснуться концепта «движение». Обращаясь к литературе, можно сказать, что формирование двигательной культуры является важным средством всестороннего развития ребенка. Так, по мнению К. Д. Ушинского «без движения ребенок может ощутить трудности даже во время овладения родного языка».

Французский писатель и педагог Ж.-Ж. Руссо, считал, что «движение – это познание окружающего мира» и без него невозможно понять, что такое пространство, форма, время. В свою очередь, педагог и врач В. В. Гориневский, делая вывод из своих медицинских исследований, подчеркивал, «что отсутствие движения негативно отражается на здоровье ребенка, снижает умственную работоспособность и тормозит общее развитие, подавляет интерес ребенка к окружающему миру, уничтожает желание развиваться».



Двигательная культура играет ведущую роль в общем развитии ребенка, что подтверждают множество аргументов исследований в сфере медицины, педагогики, психологии и иных отраслей знаний. Следует отметить, что танцевальное искусство подразумевает многогранное развитие: умение слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, развивать и тренировать мышечную силу, пластику тела и его выразительность. Занятия хореографией дают организму нужную физическую нагрузку, формируя двигательную культуру. Правильная осанка, основы этикета и грамотные манеры поведения в обществе – это тот минимум, который получает ученик хореографического коллектива. Кроме того, в хореографии музыкально-ритмическое воспитание решает многие задачи как физического, так и эстетического воспитания детей –

возможность использования бесконечных вариаций движений в зависимости от создаваемого образа позволяет детям расширить представления о двигательных возможностях организма, познавать закономерности движений во взаимосвязи с музыкой и таким образом практически осуществлять связь между умственным образованием и физическим воспитанием.

Роль и задачи педагога-хореографа в детском коллективе, деятельность хореографических коллективов в системе дополнительного образования

Работа в детском хореографическом коллективе представляет определенную трудность для педагога-хореографа, так как, помимо постановочной работы, ему предстоит решить самые сложные задачи, касающиеся учебно-воспитательного процесса. Для того чтобы с легкостью справиться с поставленными задачами, педагог-хореограф должен обладать соответствующими знаниями, которые будут способствовать благоприятному учебно-воспитательному процессу во всех его отраслях. Не стоит полностью посвящать свою деятельность решению только творческих задач, а обращать внимание на организационные и воспитательные процессы, поскольку без моментов, направленных на воспитание учащихся, коллектив постепенно снизит свою работоспособность, тем самым понижая авторитет руководителя. Правильно поставленные и грамотно решенные задачи, безусловно, могут обеспечить успешную работу педагога-хореографа в детском хореографическом коллективе.

Начинать следует с главного – создания дружного творческого целеустремленного коллектива, участников которого объединяют общие интересы и совместный труд для единого дела. Отметим, что самым любимым делом для детей является постановочный процесс, то есть работа над созданием новых интересных танцевальных композиций. Здесь важно давать возможность принимать участие в творческом занятии всем: разрешить придумывать свои движения, предлагать идеи сюжета, но не стоит забывать о своем авторитете среди участников и непременно оставить последнее слово за собой. Во время такой работы можно с легкостью определить, насколько развита у детей фантазия и присутствуют ли творческие задатки, а также по результатам проделанной работы наглядно показать детям, как важна совместная деятельность в рабочем процессе.

Существует еще одна главная задача, которую педагогу-хореографу необходимо решить на первых уроках, а возможно даже во время знакомства с участниками – привить участникам коллектива любовь к искусству, пробудить интерес к занятиям, то есть максимально заинтересовать детей систематически заниматься хореографическим искусством. Для этого необходимо поставить перед детьми определенные цели и зажечь огонек творческого соревнования и инициативы, продемонстрировав самые яркие примеры искусства танца.

О начальных этапах организации работы с детьми писал выдающийся советский педагог А. С. Макаренко: «Настоящим стимулом жизни человека является грядущая радость. В педагогической технике эта радость – важнейший объект воспитательной работы. Для начала нужно презентовать радостный результат, вызвать желание его достичь и потом поставить его как реальность. В дальнейшем необходимо простую радость постепенно превращать в сложную, более значительную для человека. При помощи такого поэтапного совершенства человек от примитивного удовлетворения приходит к постижению глубочайшего чувства долга...».

Заметим, что многие педагоги-хореографы испытывают трудности во время воспитательного процесса, причиной этого является неясная и нечеткая формулировка перспективы. Даже при наличии всего необходимого оборудования в воспитательных учреждениях для благоприятного проведения творческой работы без ясно поставленной цели не будет результативного рабочего процесса, поэтому еще одной задачей хореографа является планирование учебно-тренировочной, организационной, постановочной и воспитательной деятельности.



Работа в области искусства требует от педагога творческого отношения не только к конкретным специальным вопросам, но и вдумчивого подхода к изучению эстетического и воспитательного влияния на детей. Поэтому человек, посвятивший себя искусству и педагогике, должен полюбить свою деятельность и обучающихся. Следует помнить, что любовь эта должна оставаться строгой, требовательной, так как в данной работе должен быть результат, подкрепленный дисциплиной. В то же время необходимо помнить и чувствовать грань между постоянными упреками и справедливыми замечаниями – ребенок всегда воспримет правильно грамотно выстроенные и справедливые наказания. Важно помнить, что нельзя отстранять ребенка от работы из-за не совсем

совершенных физических данных или несообразительности, ведь данное решение педагога может сильно травмировать ребенка. Травмировать это может и остальных участников коллектива, ведь каждый понимает, что с ним может случиться то же самое.

При работе с детьми также не следует на протяжении долгого времени выделять одного и того же ребенка из общей массы. Такое явление может испортить репутацию ребенка в коллективе, привести к разладу и отсутствию интереса к рабочему процессу у всех остальных участников. Одновременно с этим может упасть авторитет и руководителя. Балетмейстер должен обладать взыскательным руководством, иметь одинаковое отношение ко всем участникам и равномерно распределять роли в новых хореографических постановках. Работая с детьми, хореограф также обязан заниматься развитием чувства коллективизма. Каждый ребенок должен знать, что в любой момент он может заменить отсутствующего товарища. Прежде всего, какое бы ни было воспитание ребенка в семье, он должен уметь поступаться своим личным «я» во благо общего дела.

В любом детском танцевальном коллективе не все дети обладают хорошими данными, да и воспитание профессионалов высокого уровня не входит в цель работы подобных коллективов. Поэтому хореографу необходимо хорошо изучить как физические, так и духовно-моральные особенности всех участников. Данные знания облегчат работу руководителю и обеспечат истинно профессиональный подход к каждому ученику. Такие знания помогут балетмейстеру проработать недостатки и подчеркнуть достоинства каждого.

Для благоприятной рабочей атмосферы на уроках хореографии педагогу необходимо самому быть в хорошем настроении, тем самым он расположит к себе и к творческому процессу своих учеников. Во время урока он должен сохранять состояние собранности и творческой активности, чтобы в таком же состоянии держать учеников. Особенно это относится к практическому показу танцевальных композиций. Разучивая новые произведения, дети могут не понять весь интерес композиции, если четко на профессиональном уровне объяснять им суть постановки; необходимо подобрать специальный язык, понятный и простой для детского восприятия, и представить его с соответствующим настроением. Если педагог владеет принципами интересного показа, то велика вероятность того, что он всегда будет добиваться больших успехов и только положительных результатов работы.

Немаловажно быть всегда подготовленным к уроку, заранее предположить результаты решения поставленных вопросов и задач, но в то же время не исключать импровизацию и проявление творческого

потенциала во время рабочего процесса. Необходимо ненавязчиво заинтересовать детей, увлечь своей работой – к этому должен стремиться каждый педагог.

Важно создать атмосферу доверия между педагогом и участниками коллектива. Правильно выстроенные доверительные отношения балетмейстера и учеников делают творческий процесс интереснее, более того – подобные отношения способствуют развитию у детей самостоятельности и ответственности, соответственно, работа всегда будет иметь положительный результат.

Заметим, что характерной детской чертой является самостоятельность – если в меру поощрять данную черту, ребенок способен совершать чудеса. Почувствовав ответственность за порученное дело и доверие к себе, он сам устанавливает дисциплину, быстрее усваивает показанное, проявляет полезную инициативу. «Уважение к ребенку, воспитание в нем сознания личной ответственности, как за свою роль, так и всю постановку в целом, – вот те задачи, которые стоят перед педагогом-хореографом», – отмечает А. Луговская.

Также в процессе работы необходимо развивать у детей сознательное отношение к выполняемым заданиям. Педагог-хореограф должен добиться от участников точного понимания своих действий как чисто сценических, так и танцевальных. Ребенок, получивший от руководителя точные указания и усвоивший их, почти всегда (при наличии способностей) хорошо выполняет задание. Ставя перед ребенком ту или иную задачу, нужно стремиться возбудить его фантазию, добиваясь путем увлекательного рассказа, яркого показа, этюдной работы сознательного сценического поведения и активного отношения к своему творчеству. «Дети любят действовать», – говорит А. Луговская. Любые, самые невероятные предлагаемые обстоятельства не вызывают у них возражения, поэтому, пробуждая в ребенке активность, следует очень тонко, с большим педагогическим тактом направлять ее в правильное русло.

Наряду с воспитательной и постановочной работой важное место занимает учебно-тренировочный процесс, залогом успеха которого является хорошо поставленная и правильно проводимая учебная работа, состоящая из нескольких этапов.

Этап разучивания движений формирует двигательную культуру ребенка и приобщение его к коллективной работе. Известно, что движение является одним из средств общения маленьких детей. Сначала педагог-хореограф учит каждого ребенка выполнять движения самостоятельно, действовать рядом с другими, не мешая никому. Одновременно с этим он ищет возможности объединения в совместной деятельности сначала двоих, а затем и нескольких детей. В играх с движениями это значительно проще,

чес, скажем, в сюжетно-ролевых играх или другой какой-то деятельности. Совместное выполнение движений – прекрасная школа приобщения малыша к коллективу, к деятельности «вместе». Действия сообща богаче по содержанию, в них всегда есть новизна. Это способствует более глубокому усвоению движений, повышает их воспитательную ценность.

На следующем этапе подбирается **перечень базовых движений**, которые необходимо выучить ребенку в его возрасте. Для начала, несмотря на сформировавшиеся стереотипы бытовой ходьбы, трудно поддающиеся изменениям, в игровой форме разучивается умение правильно ходить. Способствуя всестороннему физическому развитию, ходьба еще и значительно расширяет круг интересов малыша, обогащает его деятельность, развивает общую активность. Стереотип ходьбы складывается в детстве. Он достаточно прочен и с трудом поддается изменению. Поэтому с первым шагом обучение ходьбе не заканчивается, а скорее по-настоящему начинается. Начальный период ходьбы имеет свои характерные особенности. Чтобы не упасть, ребенок широко расставляет ноги, сильно сгибает их в коленях, разводит в сторону руки, туловище наклоняет вперед. Он не может еще ставить стопу на пятку и перекачивать на носок, а «шлепает» ею о пол, не умеет поднимать ноги, шаркает ими. Шаг малыша неравномерный, короткий, ступни ног развернуты внутрь. При ходьбе ребенок не выдерживает указанного направления, а отклоняется то вправо, то влево, его как бы качает. Отсюда вытекают конкретные задачи обучения правильной ходьбе детей этого возраста (2,5–3 года).

При обучении прыжкам важно дать ребенку возможность ощутить мышечное состояние, связанное с отрывом ног от земли. Когда дети усвоят подпрыгивание на месте, их учат прыжкам с продвижением вперед. Затем предлагают перепрыгивать через веревку, скакалку, ленту, разложенные на полу.

Дальнейшее развитие двигательной культуры детей отсылает нас к анализу существующих данных, касающихся обретения новых двигательных навыков. Давно замечено: ребенок, мало что умеющий делать, с трудом овладевает новыми действиями. И наоборот, кто больше умеет, тот быстрее и легче усваивает новые движения и действия, выполняет их с большей радостью и даже вносит в них элементы творчества. Почему так происходит? Если проанализировать действия ребенка, то можно заметить, что они складываются (как и вообще вся деятельность человека) из однородных движений, но выполняемых в различных комбинациях и пространственно-временных соотношениях (разное направление, скорость, темп и т.д.). Новое действие – это всегда старое, хорошо усвоенное, но выполненное с учетом новых усилий. Есть

основные, узловые движения, без которых сложные действия невозможны. Такими для маленького ребенка являются простейшие виды всех основных движений.

В науке существует такое понятие, как гиподинамия – это снижение нагрузки на мышцы и ограничение общей двигательной активности организма, возникает в результате малоподвижного образа жизни. Ученые, исследуя влияние двигательной активности на здоровье и жизнедеятельность человека, сочли необходимым обратиться к раннему возрасту. Физиологи считают движение врожденной, жизненно необходимостью потребности человека и полное удовлетворение ее особенно важно в дошкольном возрасте, когда формируются все основные системы и функции организма.

С медицинской точки зрения существуют утверждения, что без движений ребенок не может вырасти здоровым. Движение – это предупреждение разного рода болезней, особенно таких, которые связаны с сердечнососудистой, дыхательной, нервной системами. Движение – это и эффективнейшее лечебное средство. Психологи утверждают: маленький ребенок – деятель! И деятельность его выражается, прежде всего, в движениях. Первые представления о мире, его вещах и явлениях к ребенку приходят через движения его глаз, языка, рук, перемещение в пространстве. Чем разнообразнее движения, тем большая информация поступает в мозг, тем интенсивнее интеллектуальное развитие. Развитость движений – один из показателей правильного нервно-психического развития в раннем возрасте.

Известные педагоги с древности до наших дней отмечают: движения – важное средство воспитания (А. И. Буренина, Дж. Холл, А. С. Ощепков и др.). Двигаясь, ребенок познает окружающий мир, учиться любить его и целенаправленно действовать в нем. Движения – первые истоки смелости, выносливости, решительности маленького ребенка, а у более старших детей – форма проявления этих важных человеческих качеств.

Игры с движениями дают детям яркие мгновения чудесного человеческого общения, развивают опыт поведения (Е. В. Горшкова, О. В. Ерохина, А. Луговская). Ощущение умения красиво двигаться приносит истинную радость и эстетическое удовольствие.

Собрав сведения исследовательских работ деятелей различных наук (А.А. Френкин, Е.Ю. Черемнова, В.А. Шишкина и др.), нами была составлена формула значения двигательной культуры в жизни ребенка:

Движение	+	Движение	=	Основа основ
фундамент настоящего и будущего здоровья детей, их гармонического развития		важнейшее условие и средство общего развития ребенка, формирования его психики, способностей, жизненной активности		физического, умственного, нравственного, эстетического воспитания

Согласно составленной формуле, можно сказать, что движение играет огромную роль в жизни формирующегося ребенка и поэтому необходимо максимально задействовать детей в деятельности, которая способствует всестороннему развитию личности. На ритмических занятиях в хореографическом коллективе ребенок получает не только полноценное физическое развитие, но и приобретает эмоциональную выразительность.

Для того чтобы иметь представление о работе педагога-хореографа на ритмических занятиях, рассмотрим примерную схему урока. Знакомство происходит в процессе урока танца на музыкальном материале танцевальных упражнений, игр, танцевальных композиций. В игровой форме можно познакомить детей с анатомией частей тела – суставов и мышц, объяснив особенности их работы в процессе выполнения тех или иных движений. Эти знания помогут детям более осознанно усваивать танцевальные па и избегать возможных травм. Сведения по ритмике и основам актерского мастерства будут активно использоваться на практике при разучивании и исполнении музыкальных игр, танцев-игр, а впоследствии при изучении танцевального репертуара.

В процессе ритмических занятий развиваются определенные физические качества: увеличивается подвижность в суставах, сила мышц, выносливость. При работе с детьми следует помнить, что морфологическое и функциональное развитие осуществляется неравномерно в различных возрастных группах. Периоды ускоренного возраста (сенситивные) чередуются с замедлением, стабилизацией. Наиболее благоприятным для развития тех или иных физических качеств является период, совпадающий с естественным ускорением развития соответствующих способностей.

Интенсивные нагрузки в уроке периодически сменяются менее интенсивными, трудные упражнения – менее сложными. Необходимо помнить, что различные упражнения в зависимости от координационной сложности, выразительного аспекта представляют разную психологическую трудность для запоминающихся. Поэтому координационно и выразительно сложные движения, требующие внимания

и сосредоточенности, должны сменяться более простыми. Рекомендуется сначала давать движения несложные по своей структуре, не вызывающие особого напряжения внимания и памяти, постепенно повышая физическую трудность исполнения. Затем можно переходить к более сложным движениям, которые требуют большей степени внимания и затраты физических сил, и, наконец, давать упражнения наиболее сложные в координационном отношении, но позволяющие уменьшить физическую нагрузку.

Для правильного построения урока принципиально является не только правильная последовательность, подбор движений. Но и чередование нагрузки и отдыха. Проведение упражнений серийно-поточным методом с небольшими интервалами отдыха может привести к чрезмерно высокому темпу всего урока, плохой восстанавливаемости занимающихся в процессе занятия, значительному утомлению. Особенно это нежелательно на обучающих уроках, так как можно вызвать снижение внимания и, как следствие, – плохое усвоение нового материала. С другой стороны, слишком длительные паузы отдыха могут привести к расхолаживанию занимающихся, неэффективному воздействию на кардиореспираторную систему, снижению общей плотности урока. Длительность пауз во многом определяется правильной, гибкой организацией урока, а именно: правильным размещением занимающихся в зале, использованием различных методов проведения упражнений (фронтального, группового, индивидуального).

Следует отметить, что важное место в проведении урока занимает методика составления учебных комбинаций (комбинированных заданий), т.е. различных соединений из движений классического и народных танцев, прыжков, равновесий, поворотов и т.п. Здесь не может быть единого рецепта, многое зависит от квалификации хореографа. Поэтому профессиональная подготовка педагога должна быть на высоком уровне, так как от его деятельности зависит здоровье и дальнейшее развитие ребенка.

Таким образом, можно сделать вывод, что педагог-хореограф выполняет ответственную работу, для которой необходима определенная подготовка и специальные знания. Он должен правильно и грамотно выстраивать учебно-воспитательный процесс, учитывая физические способности и психологические особенности каждого участника. Правильный подход к работе обеспечивает высокую результативность и востребованность коллектива среди существующих подобных организаций.

Использованные источники

1. Бальсевич, В. К. Физическая подготовка в системе воспитания культуры здорового образа жизни человека: методологический и организационный аспекты / В. К. Бальсевич // Теория и практика физической культуры. – 1990. – №1. – С. 22–26.
2. Бекина, С. И. Музыка и движение: методическое пособие / С. И. Бекина, Т. П. Ломова, Е. Н. Соковнина. – М. : Просвещение, 1984. – 288 с.
3. Бернштейн, Н. А. Очерки по физиологии движения и физиологии активности: методические рекомендации / Н. А. Бернштейн. – М. : Просвещение, 2010. – 187 с.
4. Буренина, А. И. Ритмическая мозаика : программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста / А. И. Буренина. – 2-е изд. – СПб. : ЛОИРО, 2000. – 220 с.
5. Гориневский, В. В. Физическое образование : сборник рекомендаций / В. В. Гориневский ; под общ. ред. Л. А. Смирновой. – М. : Книга по требованию, 2015. – 753 с.
6. Ерохина, О. В. Школа танцев для детей : учебно-методическое пособие для преподавателей ритмики / О. В. Ерохина. – Ростов н/Д : Феникс, 2003. – 224 с.
7. Луговская, А. Ритмические упражнения, игры и пляски : сборник занятий для педагогов и родителей / А. Луговская. – М. : Советский композитор, 1991. – 112 с.
8. Морель, Ф. Р. Хореография в спорте : рекомендации по организации уроков хореографии в спортивных секциях / Ф. Р. Морель. – М. : Физкультура и спорт, 1971. – 111 с.
9. Ощепков, А. С. Определение координации движений в хореографии : методическое пособие / А. С. Ощепков, О. П. Панфилов. – М. : 2000. – 20 с.
10. Пуртова, Т. В. Учите детей танцевать: учебное пособие / Т. В. Пуртова, А. Н. Беликова, О. В. Кветная. – М. : ВЛАДОС, 2001. – 256 с.
11. Сеница, В. Б. Ритмика с предметами: методические рекомендации / В. Б. Сеница. – Донецк : РДНТК, 2019. – 16 с.
12. Сеница, В. Б. Ритмопластика как современный метод работы с детьми : методические рекомендации для руководителей любительских хореографических коллективов учреждений культуры и школ искусств / В. Б. Сеница, М. С. Бобровская. – Донецк : РДНТК, 2019. – 17 с.
13. Ушинский, К. Д. Человек как предмет воспитания: педагогический опыт / К. Д. Ушинский. – М. : Педагогика, 1996. – 248 с.

14. Френкин, А. А. Гармоническое развитие личности и единство эстетического воспитания с физическим: автореф. дис. канд. пед. наук : 10.71.49 / Френкин Анатолий Анатольевич. – М. : Б.и., 1961. – 21 с.

15. Черемнова, Е. Ю. Танцетерапия : танцевально-оздоровительные методики для детей / Е. Ю. Черемнова. – Ростов н/Д : Феникс, 2008. – 121 с.

16. Шишкина, В. А. Движение+движение : программа проведения занятий в группах детского сада / В. А. Шишкина. – М. : Просвещение, 1992. – 96 с.