

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Пролетарская ДШИ»

Методическая работка
«Ритмика»

Выполнила: преподаватель
хореографических дисциплин
Мальцева Е.А.

рп. Пролетарий
Новгородский округ
2026

«Цель ритмики- подвести ее последователей к тому, чтобы они смогли сказать к концу своих занятий не столько « я знаю», сколько « я ощущаю», и прежде всего создавать у них непреодолимое желание выражать себя, что можно делать после развития их эмоциональных способностей и их творческого воображения».

Эмиль Жак-Далькроз.
(основоположник ритмики)

Цель ритмики: активизировать музыкальное восприятие детей через движение, привить им навык осознанного отношения к музыке, помочь им выявить их музыкальные и творческие способности. Занимаясь ритмикой, дети активно участвуют в передаче характера музыки, её темпа, динамики, ритма, формы. Они подвижны, эмоциональны, восприимчивы к музыке.

Задачи ритмики:

- учить детей воспринимать развитие музыкальных образов и выражать их в движениях, согласовывать движения с характером музыки, наиболее яркими средствами выразительности;
- развивать основы музыкальной культуры;
- развивать музыкальные способности (эмоциональная отзывчивость на музыку, слуховые представления, чувство ритма);
- учить определять музыкальные жанры (марш, песня, танец), виды ритмики (игра, пляска, упражнение), различать простейшие музыкальные понятия (высокие и низкие звуки, быстрый, средний и медленный темп, громкая, умеренно громкая и тихая музыка и т.д.);
- формировать красивую осанку, учить выразительным, пластичным движениям в игре, танце, хороводе и упражнении;
- развивать творческие способности: учить оценивать собственное движение и товарища, придумывать «свой» игровой образ, персонаж и «свою» пляску, комбинируя различные элементы физкультурных упражнений, танцевальных и сюжетно-образных движений.

В работу по ритмике входят следующие темы: воспитание восприятия характера музыки, темп, динамика, метроритм, строение музыкального произведения.

Материал изучается концентрическим методом в течение всего учебного года, уроки строятся комплексно.

Часто разные темы прорабатываются на одном и том же музыкальном примере.

На первых этапах работы дети интуитивно воспринимают и передают в движении характер, темп, динамику, метроритмические особенности произведения в различных игровых и творческих упражнениях.

Например, ощущая сильную долю, дети отмечают её хлопками, наклоном корпуса, броском мяча и т.д. (что в дальнейшем поможет им в определении

размера), выполняя простейшие ритмические рисунки, они не имеют еще понятия о длительности.

После ряда занятий, выполняемых интуитивно, педагог постепенно знакомит детей с элементами музыкальной речи, подводя их к сознательному освоению музыкальной грамоты.

Педагогу следует с большой ответственностью подходить к подбору музыкальных произведений и их исполнению. Произведения должны быть высокохудожественны, разнообразны, ясны по форме и содержанию, доступны для эмоционального восприятия ребенком и удобны для выполнения движений.

Определение характера музыки.

Методические рекомендации. Прослушав музыку, педагог предлагает детям самостоятельно отобразить её характер в движениях. Это даёт ему возможность выявить у детей отношение к данному произведению, а также определить их творческие возможности. Педагог обращает внимание детей на более удачное исполнение. Иногда лучшие варианты повторяются всеми детьми. Так создаются сочиненные детьми и совместно с педагогом игровые упражнения, танцы.

Творческий процесс способствует развитию познавательного интереса. Важно уметь подбирать такие упражнения, игры, пляски, которые формировали бы у детей отношение к окружающему миру, углубляли их представления о жизни, труде, природе. После прослушивания музыки и определения её характера (спокойный, бодрый, веселый и т.д.) педагог показывает детям зафиксированные движения (гимнастические, танцевальные), стараясь добиться правильной реакции на музыку и выразительности исполнения движений.

Выразительное исполнение музыки должно способствовать созданию ярких художественных образов, близких и понятных детям и легко поддающимся передаче средствами движения.

Программные требования.

Стимулировать проявления активности и самостоятельности детей в передаче характера музыки с своего отношения к музыкальному произведению через движение.

ТЕМП.

Методические рекомендации.

При исполнении музыкального произведения точно соблюдать предложенный темп. Воспитывать у детей умение удерживать нужный темп, что положительно скажется и на занятиях по специальности.

Программные требования.

1. Уметь двигаться в темпе исполняемого произведения.

2. Узнавать темпы: медленный, быстрый, умеренный.
3. Уметь ускорять и замедлять темп (игры: «Поезд», муз. Е. Тиличеевой.)
4. Выполнять по памяти ходьбу, бег, ритмические рисунки в заданном темпе после временного прекращения музыки (в знакомых музыкальных произведениях и упражнениях «эхо»).

ДИНАМИКА.

Методические рекомендации.

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

Программные требования.

1. Ознакомиться с динамическими контрастами в связи со смысловым содержанием прослушиваемого произведения (упражнение «Легкие и тяжелые руки», сб. «С песенкой по лесенке» Т. Бырченко).
2. Обращать внимание на связь между динамикой и изменением силы мышечного напряжения. Упражнение для рук: «покачаемся с лентами», «маленькие и большие», «крылья бабочки» (сб. «Подарок нашим малышам», изд. «Музыка», Ленинградское отделение, 1975г.).

МЕТРОРИТМ.

Методические рекомендации.

Ритм является одним из важных выразительных средств музыки, поэтому при выполнении любых музыкально-ритмических заданий, преследующих дидактические цели, следует так же учить детей выполнять их в характере музыки.

В процессе занятий, дети, двигательно реагируя на музыку, подчеркивают метрические доли. Отмечать их можно хлопками, шагами. Например, на сильную долю сделать хлопок, на слабую – развести руки в стороны; топать одной ногой на сильную долю, или при ходьбе делать акцент одной ногой; бросать мяч на сильную долю. Эти упражнения даются в размере 2/4 и 3/4. Предлагая исполнить упражнение «эхо», педагог придумывает ритмы, а дети повторяют ритмические рисунки, выполняя их хлопками или шагами. Иногда для этой цели можно использовать удары в бубен, барабан или ударные инструменты. Можно предложить детям самим придумывать ритмические рисунки (один ребенок прохлопывает придуманный им ритмический рисунок, другой его повторяет).

Программные требования.

1. Интуитивное восприятие на слух метрической пульсации, ощущение сильных и слабых долей .
2. Интуитивное освоение соотношений длительностей (долгие, короткие звуки).
3. Прохлопывание, простукивание простейших ритмических рисунков, а также ходьба под музыку: сочетание четвертей, восьмых и половинных длительностей в размерах 2/4, 3/4.
4. Знакомство с понятием «сильная доля» .
5. Осознанное усвоение длительностей: четверть, восьмая, половинная. Выполнение данных длительностей условными обозначениями .
6. Развитие ритмической памяти (упражнение «эхо»); выполнение шагами ритмического рисунка знакомого музыкального произведения (частично без музыкального сопровождения).
7. Знакомство с размерами 2/4 и 3/4. Определение их на слух на основе ощущения сильных долей).

Примерный объём навыков по движению.

1. Уметь координировать движения, расслабить мышцы (особенно рук, верхнего плечевого пояса) после напряжения.
2. Согласовывать движения со строением музыкального произведения (четко начинать и менять движения по частям, фразам, ощущая их окончание).
3. При ходьбе держать корпус прямо, не опускать головы, не шаркать ногами, соблюдать координацию движений (рук, ног). Освоить виды ходьбы: обычный шаг с «подушечки», с носка, на носках, пружинный шаг, шаг с высоким подъемом ног.
4. При беге корпус несколько наклонять вперед, движение рук свободно, без напряжения. Освоить виды бега: легкий, пружинный, широкий, с высоким подъемом ног.
5. Освоить подготовительные упражнения к прыжкам: «пружинки» (после подъема на носки мягкие полуприседания с расслаблением мышц коленного сустава), ходьбу и бег пружинным шагом. Выполнять прыжки на месте, на двух ногах с продвижением вперед, подскоки на месте с ноги на ногу, с продвижением вперед, на кружении.

6. При любых видах движений и остановках соблюдать правильное положение тела.
7. Уметь владеть мячом при ударе им об пол, при броске вверх и перебросе друг другу. При броске и ловле мяча не нарушать непрерывности хода игры под музыку (не ронять мяч). Точно выполнять бросок на сильную долю и ловить на последнюю (в зависимости от размера – $2/4$, $3/4$) или на сильную долю следующего такта. Уметь придать мячу определенное направление и скорость полета, которая зависит от темпа и размера произведения.
8. Освоить гимнастические упражнения и упражнения с предметами.

Добиваться полной связи движений с музыкой: ощущение характера музыки, темпа, динамики, строения музыкального произведения.

1. Освоить построения и перепостроения. Уметь строиться в шеренгу и в колонну по росту, соблюдая интервалы, строить круг из положения стоя в шеренге, держась за руки, из рассыпного положения, строиться в звеньевые колонны для выполнения гимнастических упражнений. При рассыпном построении уметь использовать все имеющееся пространство, соблюдая определенные интервалы, чтобы не мешать друг другу при выполнении движений.
2. Освоить несколько танцевальных движений: хороводный шаг, приставной шаг с полуприседанием, полуприседание с поочередным выставлением ноги на пятку, топающий шаг на месте, шаг с продвижением вперед и в кружении, притопы, различного рода подскоки. В хороводах идти по кругу, правильно держа голову и корпус, четко делать повороты, сужать и расширять круг, выполнять движения, согласуя их с музыкой, свободно держать друг друга за руки, не напрягая их.
3. Уметь легко, пластично двигаться, согласуя движения с построением музыкального произведения, т.е. менять движения по фразам, частям, четко и вовремя переходить от одного движения к другому, ощущая конец части, фразы. Уметь в движениях передавать характер музыки (плавная, быстрая, задорная и т.д.), самостоятельно использовать запас плясовых движений в ритмических упражнениях, играх и свободных плясках, разнообразия их.

1. ПЛАНИРОВАНИЕ РАБОТЫ ПО РИТМИКЕ.

В основу планирования берутся программные требования.

В перспективном плане определяются учебные задачи и намечается практический материал (музыкальный и двигательный).

Перед составлением перспективного плана на следующую учебную четверть следует проанализировать пройденное, продумать, что необходимо доработать, что закрепить на более сложном музыкальном и двигательном материале. На базе перспективного плана составляется поурочный план.

Примерное построение урока. Маршировка, чаще всего с определенными музыкально-ритмическими заданиями. Марш может перемежаться бегом, прыжками на обеих ногах, подскоками с ноги на ногу, спокойным шагом, ходьбой на носках, перепостроением на гимнастические упражнения. Затем начинается работа над музыкально-ритмическими упражнениями, требующими от детей особенного внимания, сообразительности. Почти на каждом уроке должны даваться музыкально-ритмические игры, с сюжетом и без. Упражнения с предметами, работа над элементами танцевальных движений, разучивание танцев производится обычно к концу урока.

ПРИМЕРНЫЕ УРОКИ ПО РИТМИКЕ.

I четверть

Первый урок.

Музыкальные задачи. Выявление детских возможностей данной группы: умение реагировать словом и движением на характер музыки, динамические оттенки, длительности.

Двигательные задачи. Выявление двигательных возможностей детей.

Урок. Дети входят в зал и свободно группируются около педагога. Педагог здоровается с детьми, называет свое имя, коротко говорит о том, чем они будут заниматься на уроке ритмики, предлагает встать по росту в одну линию (шеренгу). Помогает детям найти свои места. Дети знакомятся со своими соседями в строю (называют своё имя). Игровое упражнение «Найти своё место». Под спокойную музыку русской народной песни «Пойду ль я, выйду ль я» дети «гуляют» в любом направлении, а с окончанием музыки идут на построение.

Слушают марш С. Прокофьева), идут под марш. С помощью педагога строят круг. Прослушивается музыка «Дед и внучки» Е. Бекман-Щербины (Хрестоматия, №38). Предлагается на громкую музыку хлопать в ладоши, на менее громкую – ударять пальцем о палец. Далее педагог говорит, что звуки бывают короткие и длинные. Дети слушают вальс Ф. Шуберта (Хрестоматия, №36). Дети, вместе с педагогом, а потом самостоятельно отмечают (интуитивно) восьмые вращением кистей рук перед грудью, а четверти – хлопками в ладоши. Дети садятся, слушают «Песенку без слов» П. Чайковского (Хрестоматия, №101). Предлагается подвигаться под эту «спокойную, красивую» музыку. Дети самостоятельно отображают характер музыки в движении. Затем проигрывается плясовая мелодия «Игра» Т. Ломовой (Хрестоматия, №18, первая часть). Решают, что под эту веселую музыку можно поплясать.

После этого педагог предлагает сесть, отдохнуть и послушать тихую, ласковую музыку: «Маша спит» Г. Фрид (Сб. «Первые шаги в музыке», стр. 139). Урок окончен. Дети встают в шеренгу, прощаются с педагогом.

II четверть

Музыкальные задачи.

Определить количество частей, фраз, характер музыки, динамические оттенки, уметь ощущать сильную долю (интуитивно) в размерах 2/4 и 3/4. Менять движения в соответствии с характером и строением музыкального произведения.

Двигательные задачи.

Ходьба разного вида в зависимости от характера и динамических оттенков пьесы, развитие навыков плавных движения рук, подскоки, работа над плясовыми движениями. Музыкально-ритмическая игра.

Урок. Построение в шеренгу. Прослушивание марша Марченко (сб. «С песенкой по лесенке»). Определение частей в марше. Показ педагогом пружинного шага с носка и прыжков на обеих ногах с продвижением вперед. Выполнение этого задания детьми. Перестроение в круг на последнюю часть марша.

Упражнения для рук. Например, упражнение «потянулись» (сб. «С песенкой по лесенке» Т. Бырченко)

Слушание музыки М. Глинки «Галлопада» (сб. «Ритмика» С. Руднева). Хлопками, а затем ударом правой ноги о пол отмечать акцент во второй части пьесы. Упражнение проводится по описанию, но первые два урока подскоки выполняются не врассыпную, а по кругу (следить за соблюдением интервала). Прослушиваются (по очереди) две – три пьесы с размером 2/4 и 3/4. Хлопками дети отмечают сильные доли и считают: «раз-два» или «раз-два-три» (в зависимости от размера).

Определить размер и прохлопать ритмический рисунок в пьесе. Определить в ней количество фраз. Каждый ребенок по очереди прохлопывает ритмический рисунок одной фразы. Поставив четырех детей в шеренгу, предложить каждому выполнить шагами ритмический рисунок одной фразы. Например: латышская народная мелодия «Петушок» (сб. «Первые шаги в музыке» М. Андреевой, Е. Коноровой).

Работа над плясовыми движениями. Учить детей разнообразить их, четко меняя движения по фразам или частям. Урок заканчивается игрой «Улица» (Г.Гендель «Пасскалия», сб. «С песенкой по лесенке» Т. Бырченко).

III четверть

Музыкальные задачи.

Научить детей определять вступление в пьесах и песнях, четко переходя от одного движения к другому в начале каждой части. Определять размеры 2/4

и 3/4.. Слышать смену характера музыки в одном произведении и реагировать на это движением. В работе с мячом четко начинать броски на сильные доли.

Двигательные задачи.

Развитие навыков ориентировки в пространстве, координации в пространстве. Четко под музыку бросать и ловить мяч.

Урок. Прослушать марш (муз. Е. Тиличевской, сб. «Роль ритмики в эстетическом воспитании детей» Г. Франио). Проанализировать характер каждой части. Дети парами идут по периметру зала, затем проходят через центр: пара направо, пара налево, образуя четыре колонны из пар. Далее – на усмотрение педагога: дети либо расходятся в свободных направлениях, либо выполняют любое танцевальное движение, проявляя творчество. Хлопком отмечается первая сильная доля после вступления

«Игра в мяч» (муз. Н. Александровой, сб. «С песенкой по лесенке» Т. Бырченко). Игра «Командиры»: определение динамики, умение четко соизмерять свои движения с определенным расстоянием (сб. «Роль ритмики в эстетическом воспитании детей» Г. Франио).

Танец: «Сигнальщики» (музыка В. Косма).

IV четверть

Контрольный урок.

Построение в шеренгу. Приветствие. Вальс И. Козловского (Методическое пособие по ритмике, вып. I. Е. Конорова, №97).

Маршировка с заданием на ощущение динамических оттенков и строения произведения. «Праздничный марш» Л. Каякс (Хрестоматия, №5).

Гимнастические упражнения с флажками под музыку М. Жербина (Сб. «Первые шаги в музыке», стр. 147-149).

Индивидуальный опрос по два-четыре человека. Определять размеры 2/4 и 3/4.

Выполнять ритмические рисунки хлопками, шагами или условными движениями руки.

Проходить по памяти шагами (частичное исключение музыки) знакомые мелодии или упражнение «Эхо».

Со всей группой.

«Танец муравьев и гусениц» (музыка В. Косма)

Упражнение с мячом (на выбор из пройденных упражнений). Исполнение танца и музыкально-ритмическая игра (из хорошо усвоенных детьми).

Используемая литература

Г.С. Франио Ритмика в детской музыкальной школе МОСКВА «ПРЕСС-СОЛО» 1997

Т.Суворова Танцевальная ритмика для детей вып.№5

Андреева М., Конорова Е. Первые шаги в музыке. – М.: Музыка, 1979.

Бекина С., Ломова Т., Соковинина Е. Музыка и движение. – М.: Просвещение, 1984.

Бекина С., Ломова Т. Хоровод веселый наш. – М.: Музыка, 1980.

Бекина С., Соболева Э., Комальков Ю. Играем и танцуем. – М.: Советский композитор, 1984.

Бондаренко Л. Ритмика и танец. – Киев: Музична Украина, 1976.

Бычаренко Т. С песенкой по лесенке: Методическое пособие для подготовительных классов ДМШ. – М.: Советский композитор, 1984.

Волкова Л. Музыкальная шкатулка. Вып. I-III. – М.: Музыка, 1980.

Медведева М. А мы просо сеяли: Русские народные игры и хороводы для детей младшего возраста. Вып. 3, 4. – М.: Музыка, 1981.

Соковина Е., Орлова Ф. Наша армия родная. – М.: Музыка, 1978.

Франио Г. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей. – М.: Советский композитор, 1989.

Бырченко Т., Франио Г. Хрестоматия по сольфеджио и ритмике. – М.: Советский композитор, 1991.

Луговская А. Ритмические упражнения, игры и пляски. – М.: Советский композитор, 1991.