

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный профессионально-педагогический
университет»

**РИТМИКА КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ОБРАЗНОГО МЫШЛЕНИЯ
МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ В СИСТЕМЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ**

Выпускная квалификационная работа бакалавра
направления 44.03.01 Педагогическое образование
профиля «Художественное образование»
специализации «Хореографическое образование»

Идентификационный код ВКР:

Екатеринбург, 2016

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный профессионально-педагогический университет»
Институт гуманитарного и социально-экономического образования
Кафедра музыкально-компьютерных технологий, кино и телевидения
К ЗАЩИТЕ ДОПУСКАЮ:
Заведующая кафедрой МКТ
_____ Л.В. Кордюкова
« ___ » _____ 2016 г.

**РИТМИКА КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ОБРАЗНОГО МЫШЛЕНИЯ
МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ В СИСТЕМЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ**

Выпускная квалификационная работа бакалавра
направления 44.03.01 Педагогическое образование
профиля «Художественное образование»
профилизации «Хореографическое образование»

Идентификационный код ВКР:

Исполнитель:

студентка группы ХГО-412

А.Р. Нурисламова

Руководитель:

доктор пед. наук, профессор,

зав. кафедрой русского и иностранных языков

А.А. Евтюгина

Нормоконтроль:

доцент кафедры МКТ, канд. искусствоведения

Л.В. Кордюкова

Екатеринбург, 2016

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	5
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРИМЕНЕНИЯ РИТМИКИ КАК СРЕДСТВА РАЗВИТИЯ ОБРАЗНОГО МЫШЛЕНИЯ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ В СИСТЕМЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ	10
1.1. Возрастные особенности младших школьников	10
1.2. Характеристика понятия «образного мышления» детей младшего школьного возраста.....	20
1.3. Содержание занятий учебного предмета «Ритмика» в учреждении дополнительного образования и его возможности в развитии образного мышления младших школьников в системе дополнительного образования детей.....	25
ГЛАВА 2. ПРАКТИКА ПРИМЕНЕНИЯ РИТМИКИ КАК СРЕДСТВА РАЗВИТИЯ ОБРАЗНОГО МЫШЛЕНИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ В СИСТЕМЕ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ	48
2.1. Характеристика программы по ритмике для развития образного мышления младших школьников	48
2.2. Содержание упражнений по ритмике для развития образного мышления младших школьников	56
2.3. Анализ апробации как средства для развития образного мышления младших школьников в условиях в МБУК «Бобровский ДК» п. Бобровский	66
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	72
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	75
Приложение 1. Упражнение по ритмике на развитие наглядно-образного мышления.....	80
Приложение 2.Видеоурок по ритмике	83

ВВЕДЕНИЕ

Младший школьный возраст является коротким отрезком в жизни человека, он имеет важное значение в формировании личности. В этот период проходит активное развитие, складывается потенциал для интенсивного познавательного, волевого и эмоционального развития ребенка, развиваются сенсорные и интеллектуальные способности детей [1, с. 53].

В школьные годы под влиянием усвоения общих знаний, кружковой работы по интересам идет интенсивное формирование образного мышления учащихся. Однако особенности развития детей, показатели, условия формирования задаются исходя из содержания каждого учебного предмета (вида деятельности). На сегодняшний день школа не имеет научно обоснованных рекомендаций по построению общей логики развития образного мышления учащихся с I по XI класс, описания возрастных нормативов и индивидуальных особенностей его функционирования, что, естественно, затрудняет гармоничное развитие личности школьника.

Образное мышление свойство, оно приобретаемое в процессе воспитания и образования. Как всякий процесс, связанный с мышлением нуждается в развитии и корректировке. Согласно психологическим исследованиям, структура образного мышления представляет собой пересечение пяти основных подструктур: топологической, проективной, порядковой, метрической, композиционной. Указанные подструктуры мышления существуют взаимосвязанно, они пересекаются. Поэтому предлагается развивать образное мышление детей, максимально используя идею в процессе обучения, сделав последнее гуманизированным.

Мы предлагаем исследовать ритмику в качестве инструмента для развития образного мышления.

Танец рассматривается сегодня как важный и необходимый компонент для образования и развития детей. Так как нигде кроме, как в танце не развиваются всеобъемлюще и универсально тело, душа, воля и образное

мышление человека. Ритмика играет важную роль в воспитании подрастающего поколения, так же как музыка, изобразительное искусство и мировая художественная культура, развивая и совершенствуя человека не только физически, но и эмоционально. Это вид деятельности, в основе которого лежит музыка, а движения выражают музыкальный образ.

На занятиях по ритмике у дошкольников развивается музыкальность, двигательные качества и умения, чувство ритма, творческие способности, нравственно-эстетические качества. Одно из основных направлений ритмики является психологическое раскрепощение ребенка. Также на занятиях совершенствуются коммуникативные навыки, и обогащается эмоциональная сфера детей [2, с. 94].

Опыт проведения занятий по ритмике показывает, что её привлекательность заключается не только в доступности, поскольку основу для ритмических композиций составляют простые движения, но и приобретая опыт пластической интерпретации музыки, ребята овладевают не только разнообразными двигательными навыками, опытом творческого осмысления музыки с помощью движений своего тела, и конечно, образного мышления.

Именно этот опыт и умения помогают воспитанникам в дальнейшем успешно осваивать и другие виды художественно-творческих видов деятельности. Это может быть последующее обучение хореографии, гимнастике, а так же занятия в музыкальных школах, театральных студиях.

Ритмика может быть определена как система физических упражнений, построенная на основе связи движений с музыкой, развивающая физические и творческие способности ребенка.

Проблеме развития образного мышления посвящены работы многих психологов и педагогов (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, Р.И. Жуковская, Д.В. Менджерицкая, А.П. Усова, Л.В. Артемова, А.В. Запорожец, Л.А. Венгер, Ф.И. Фрадкина, Д.Б. Эльконин, Ж. Пиаже, А. Валлон, Дж. Брунер, Е. Петрова, Г. Пирев, И. Ивич и др.).

Анализ педагогической литературы и практической деятельности позволяет сделать вывод о необходимости исследования проблемы развития образного мышления у детей младшего школьного возраста на занятиях по ритмике и сформулировать тему выпускной квалификационной работы «Ритмика как средство развития образного мышления младших школьников в системе дополнительного образования детей»

Объект: развития образного мышления детей младшего школьного возраста в ритмике.

Предмет: содержание занятий по ритмике как средство развития образного мышления.

Цель: теоретическое обоснование принципов и методов занятий ритмикой, как средство развития образного мышления.

Гипотеза: учебный предмет «Ритмика» может изучаться в учреждении дополнительного образования, расширяя возможности образного мышления детей при условии, если:

- в программе будут определены минимальный и оптимальный объём содержания учебного материала в соответствии с возрастными психологическими и физическими особенностями детей, доступный для освоения любому ребёнку независимо от его хореографических способностей;

- специальные упражнения, создающие основу для физического, эмоционального, творческого развития и развития образного мышления детей младшего школьного возраста.

- принципы и методы развития образного мышления будут включать игровые элементы, эмоционально-образное восприятие учебного материала;

Цель и гипотеза исследования обусловили постановку следующих задач:

- изучить и проанализировать методический материал и литературу по вопросам ритмики и хореографии;

- рассмотреть возрастные особенности развития младших школьников;

- охарактеризовать образное мышление детей младшего школьного возраста;
- выявить влияние занятий ритмикой на образное мышление детей младшего школьного возраста;
- определить содержание, структуру и методику проведения занятий ритмикой в учреждении дошкольного образования;
- разработать комплекс упражнений по ритмике на развитие образного мышления младших школьников;
- провести анализ апробации применения комплекса упражнений по ритмике на занятиях в учреждении дополнительного образования.
- научить детей воспринимать музыку, передавать в движении ее содержание через образы, согласовывать движения с характером музыки наиболее яркими средствами выразительности, формировать, закреплять и совершенствовать двигательные навыки, способствовать развитию чувства ритма, координации, ориентировки и двигательной подготовленности занимающихся.

Методы исследования:

- *теоретические:* изучение ритмики психолого-педагогической, программной методической проблемы использования на занятиях по ритмике для развития образного мышления; анализ специальной литературы по ритмике и хореографии;
- *практические:* анализ данных, полученных методом педагогического наблюдения; передать художественный образ; тестирование на умение и навыки танцевальными движениями; игра на сближение с детьми; опытно-экспериментальная работа.

Методологической основой исследования являются: теории развития личности (Л.С. Выгодский, А.Н. Леонтьев, А. Маслоу и др.); теории по эстетическому воспитанию (Э. Жак-Далькроз, Д.Б. Кабалевский, Б.М. Неменский, К Орф, и др.); методика и технологии обучения и воспитания профессионального танцовщика (А.Я.Ваганова , Н.И.Тарасов, Р.В. Захаров

и др.); методика преподавания предмета «ритмика» (Е.В. Конорова, А. Луговская, Т. Суворорова); психолого-педагогические труды (Ж. Годфруа, С.Л. Рубинштейн, А.Н. Лук); возрастная психология (В.И. Кирпичев, В.С. Мухина, В.М. Смирнов, И.П. Павлов); теории развития творческих способностей (Л.А. Ашевская, Н.К. Винокурова, Р.Я. Имамединова).

Теоретическая значимость работы состоит в выявлении и описании методологических средств развития образного мышления младших школьников на предмете «Ритмика».

Практическая значимость работы изучить потенциальные возможности развития образного мышления посредством ритмики младших школьников и внедрить комплекс упражнений в специальных учебных заведениях дополнительного образования.

Апробация и внедрение результатов исследования осуществлялась на базе муниципального бюджетного учреждения культуры «Бобровский ДК» пос. Бобровский.

Работа состоит из: введения, двух глав, заключения, списка используемых источников, приложения

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРИМЕНЕНИЯ РИТМИКИ КАК СРЕДСТВА РАЗВИТИЯ ОБРАЗНОГО МЫШЛЕНИЯ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ В СИСТЕМЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ

1.1. Возрастные особенности младших школьников

Федеральные Государственные Образовательные Стандарты (ФГОС) второго поколения ориентируют современное образование на формирование личности способной самостоятельно и свободно мыслить, находить креативные пути решения различного рода проблемы. Именно эти качества личности ценятся сегодня значительно выше, чем владение ею большим объёмом информации.

Младший школьный возраст охватывает период жизни ребенка семи до десяти-одиннадцати лет. Наиболее характерная черта периода с семи до десяти лет состоит в том, что в этом возрасте дошкольник становится школьником. Это переходный период, когда ребенок соединяет в себе черты дошкольного детства с особенностями школьника, является одним из важнейших моментов в психическом развитии человека.

Развитие особенностей психики младших школьников идет в неразрывной связи с овладением ими различными видами познавательной деятельности. В процессе учения дети научаются целенаправленному восприятию предметов, у них формируются новый тип запоминания, когда вначале происходит анализ запоминаемого, выделение главного, группировка материала и т.д., и приемы произвольного, осмысленного запоминания. Постепенное формирование внутреннего плана действий приводит к существенным изменениям во всех интеллектуальных процессах.

Вначале учащиеся способны делать обобщения по внешним, как правило, несущественным признакам. Но в процессе обучения, учащиеся переходят на более высокий уровень обобщений, оказываются способными усваивать

научные понятия, не опираясь на наглядный материал, что является условием формирования теоретического мышления.

В начальной школе происходит развитие всех познавательных процессов, но Д.Б. Эльконин, вслед за Л.С. Выготским, считает, что изменения в восприятии, в памяти являются производными от мышления. «Благодаря переходу мышления на новую, более высокую ступень происходит перестройка всех остальных психических процессов, память становится мыслящей, а восприятие думающим. Переход процессов мышления на новую ступень и связанная с этим перестройка всех остальных процессов и составляют основное содержание умственного развития в младшем школьном возрасте» [15, с. 110].

Игра, продолжая занимать важное место в жизни младшего школьника, постепенно теряет главенствующую роль. Учебная деятельность, которая становится ведущей в этом возрасте, требует от ребенка новых достижений в развитии речи, внимании, памяти, воображения и мышления; создает новые условия для личностного развития ребенка (Л.И. Божович, Венгер, Д.Б. Эльконин, В.С. Мухина и др.). У него появляются постоянные обязанности, связанные с учебной деятельностью. Близкие взрослые, учитель, даже посторонние люди общаются с ребенком не только как с уникальным человеком, но и как с человеком, взявшим на себя обязательство учиться, как все дети в его возрасте. Как отмечают Д.Б. Эльконин, В.В. Давыдов, ребенок в начальной школе усваивает специальные психофизические и психические действия, которые должны обслуживать письмо, арифметические действия, чтение, физкультуру, рисование, ручной труд и другие виды учебной деятельности. На основе учебной деятельности при благоприятных условиях обучения и достаточном уровне умственного развития ребенка возникают предпосылки к теоретическому сознанию и мышлению [5, с.15].

Учебная деятельность предполагает выполнение действия контроля. Ребенок должен соотнести свои учебные действия и их результаты с заданными

образцами, связать качество этих результатов с уровнем и полнотой выполненных учебных действий. Благодаря контролю младший школьник может сознательно установить зависимость между слабым или совсем плохим воспроизведением образца и недостатками собственных учебных действий.

Способность осуществлять контроль и оценку себя и своей деятельности лежит в основе формирования уровня адекватности самооценки. Так, в исследованиях А.И. Липкиной отмечается, что мерой адекватности или неадекватности самооценки служит само и взаимооценивание в процессе обучения. Самооценка детей начинает тяготеть к адекватности или становится таковой к возрасту семи лет (И.И. Чеснокова, Е.И. Савонько). Однако существуют принципиальные различия между способностью более или менее адекватно оценивать себя в конкретной деятельности при внешнем провоцировании самооценки и склонностью осмысливать себя самостоятельно, причем не в сфере конкретных занятий, а в целом. Исследования Т.Ю. Андрущенко показали, что если ученикам второго класса еще недоступна оценка собственной личности в целом, а то учащиеся третьего класса уже проявляют эту способность. При этом они весьма критично относятся к оценке собственной личности, способны определиться – в какой-то мере

оценить – наличие или отсутствие у себя того или иного качества [1, с. 26]. Эти исследования перекликаются с исследованиями А.В. Захаровой, которая отмечает снижение высоты общей самооценки детей от первого

к третьему классу: первоклассники более высоко оценили себя

по большинству оцениваемых качеств. С возрастом изменяется характер взаимосвязи между общей и частными самооценками: для обеспечения высокого уровня общей самооценки у детей на нижней границе возраста требуется, чтобы большинство частных самооценок было также высоко, а у более старших детей общая самооценка приобретает относительную независимость от частных. У первоклассников высокая общая самооценка оказывает влияние на все частные самооценки,

а у третьеклассников за счет уточнения и дифференциации представлений о себе осуществляется расслоение этих видов самооценки, что приводит к снижению общей самооценки, т.е. к изменению отношения к себе [7, с. 101]. Это приводит к тому, что от третьего к четвертому классу резко возрастает количество негативных самооценок.

Недовольство собой у детей этого возраста распространяется не только на общение с одноклассниками, но и на учебную деятельность. Обострение критического отношения к себе актуализирует у младших школьников потребность в общей положительной оценке своей личности другими людьми, прежде всего взрослыми.

Учебная деятельность младших школьников опирается на новообразования этого возраста. Требования учебной деятельности обеспечивают формирование произвольности и осознанности познавательных процессов и поведения (Л.А. Венгер, Н.Г. Салмина, О.Г. Филимонова и др.). Развитие произвольности у учащихся идет в направлении от выполнения целей, которые ставят произвольности тесно связано с развитием ответственности у взрослые, к целям, которые ставит сам ученик, контролирующей сам их выполнение. Развитие младших школьников за усвоение знаний. Учащиеся с ответственным отношением к учению умеют заставить себя внимательно выполнять любое задание, как интересное, так и неинтересное [4, с. 25].

В.В. Давыдов, А.З. Зак, В.И.Слободчиков, Г.А.Цукерман, А.В.Захарова, М.Э. Боцманова и др. в качестве важного новообразования младшего школьного возраста определяют рефлексивность. Учитель требует от ребенка не только решения задачи, но и обоснования его правильности. Это постепенно формирует способность у ребенка осознавать, отдавать себе отчет в том, что он делает, что сделал, оценить правильно ли он сделал и почему он считает, что правильно. Таким образом, ученик постепенно учится смотреть на себя как бы глазами другого человека и оценивать свою деятельность. Рефлексивность определяется как умение человека осознавать то, что он делает, и аргументировать, обосновывать свою деятельность.

Рефлексия является важнейшим условием становления дифференцированной, адекватной и устойчивой самооценки. Под

ее влиянием происходит формирование произвольности психических процессов, действия контроля, умения анализировать свои действия и рассуждения. Умение анализировать свои действия и рассуждения лежит в основе рефлексии, как качества личности, которое позволяет контролировать и оценивать способы выполнения учебных действий

и их результаты. Рефлексивно-критический характер самооценки усиливает ее регулятивные функции [3, с. 27].

Развитие способности к рефлексии обеспечивает в младшем школьном возрасте переход от конкретно-ситуативной самооценки (оценки своих действий, поступков) к более обобщенной. Обобщенная самооценка предполагает наличие способности оценивать себя, свои качества и действия и сверять их с эталоном поведения. Исследования Т.Ю. Андрущенко показали, что если ученикам второго класса еще недоступна оценка собственной личности в целом, а то учащиеся третьего класса уже проявляют эту способность. При этом они весьма критично относятся к оценке собственной личности, способны определиться – в какой-то мере оценить – наличие или отсутствие у себя того или иного качества [1, с. 65].

Возрастает и самостоятельность самооценки. Если самооценка первоклассника почти полностью зависит от оценок и поведения взрослых, то ученики второго и третьего классов оценивают свои достижения более самостоятельно, подвергая критической оценке и оценочную деятельность самого учителя. Становясь устойчивой, самооценка начинает выполнять функцию мотива деятельности младшего школьника [12, с. 48].

В качестве новообразования этого возраста выступает внутренний план действия. Если в начальный период обучения учащимся первого класса требуется опора на внешние предметы, модели, рисунки, то постепенно они научаются заменять предметы словами (устный счет, например), удерживать

в голове образы предметов, и к окончанию начальной школы могут выполнять действия про себя – в умственном плане.

Произвольность, рефлексия и внутренний план как новообразования, возникают к концу младшего школьного возраста, т.е. являются результатом, итогом развития ребенка в этом возрасте [6, с. 24].

В ряде работ, посвященных началу школьного обучения (Л.И. Божович, Д.Б. Эльконин, Г.Г. Кравцов, Е.Е. Кравцова, Е.Л. Бережковская и др.), выделены новообразования, которые свидетельствуют о состоявшемся переходе ребенка из дошкольного в младший школьный возраст, т.е. рассматриваются новообразования, возникающие сразу после проживания кризиса семи лет. Л.И. Божович связывает начало школьного обучения с появлением нового, стержневого для личности ребенка системного новообразования – внутренней позиции, которая выражает новый уровень самосознания и рефлексии ребенка и приводит к осознанию своего социального «Я». Под внутренней позицией Божович Л.И. подразумевает единую систему реально действующих мотивов по отношению к окружению, осознание ребенком себя, а также отношение к себе в контексте окружающей действительности. Понятие внутренней позиции подразумевает также осознание своей неудовлетворенности,

т.е. является результатом рефлексии ребенка [2, с. 12].

Фундаментом, на котором формируется внутренняя позиция ребенка, является самооценка. Исследования Л.И. Божович показали, что именно на «внутренней позиции» ребёнка, на его самооценке строится мотивация к обучению будущего школьника, его успешность, ответственность. Если до 6-7 лет ребенок почти не думает о своем месте в жизни, предназначении и не стремится изменить его, то в старшем дошкольном возрасте в связи появляется явно выраженное стремление к тому, чтобы занять новое, «более взрослое» положение в жизни и выполнять новую, важную не только для него самого, но и для окружающих людей деятельность. Л.И. Божович связывает это с

возникновением потребности в новой жизненной позиции и в деятельности, обеспечивающей эту позицию [11, с. 45].

Внутренняя позиция школьника, которая возникает у ребенка к концу дошкольного возраста, представляет собой систему потребностей, связанных с учением как новой, серьезной, общественно значимой деятельностью.

Начало обучения способствует реализации этого стремления к социальному положению школьника и к учению как социально значимой и социально оцениваемой деятельности.

Понятие внутренней позиции личности имеет и еще один важный смысловой аспект. Это не навязанный внешним окружением, а принятый человеком выбор своего места в жизни, мотивированный внутренними побуждениями. На наш взгляд, такое понимание внутренней позиции позволяет найти оптимальные подходы к формированию адекватной самооценки.

Поступление в школу расширяет социальные контакты, способствует увеличению самостоятельности ребенка, его эмансипации от родителей, меняется «место» и роль ребенка в системе отношений. Вхождение в новую общность предполагает изменение характера его общения с окружающими. В сфере контактов со взрослыми складывается внеситуативное, «внеконтекстное общение», главной чертой которого является произвольность, подчиненность правилу.

В.С. Мухина отмечает, что в сфере «ребенок – взрослый» и «ребенок – родители» возникают новые отношения «ребенок – учитель», поднимающие ребенка на уровень общественных требований к его поведению. Учитель с большей определенностью, чем в семье, предъявляет ребенку нормативные требования. В семье ребенку трудно выделить себя и достаточно точно оценить характер своего поведения, тогда как учитель, предъявляя требования к ребенку и оценивая его поведение, создает условия для социализации поведения ребенка, приведения его к стандартизации в системе обязанностей и прав.

Учитель становится для ребенка фигурой, определяющей его психологическое состояние не только в классе, на уроке и в общении с одноклассниками, его влияние простирается и на отношения в семье [11, с. 66].

На начальном этапе школьного обучения отношение родителей к своим детям, как к ученикам, будет определять отношение ребенка к себе, как к ученику, и его отношение к учению. Следовательно, основной задачей родителей должно явиться создание и укрепление у ребенка ощущения самоценности и самопринятия. Учитель, являясь значимым взрослым для ребенка, способен не только организовать личностно-развивающую среду, обеспечивающую личностное развитие и благополучие каждого ученика, но и выступить в качестве союзника и помощника родителям в процессе формирования самооценки личности ребенка.

Для того, чтобы родители принимали рекомендации учителя, прислушивались к его советам, они должны выступать как партнеры в воспитании детей, дополняя друг друга. При этом контакт должен строиться таким образом, чтобы у родителей возник интерес к процессу воспитания, потребность добиться успеха, уверенность в своих силах.

Такое взаимодействие с родителями, как субъектами педагогического процесса, позволяет решать ряд задач. Во-первых, в ходе взаимодействия происходит формирование активной педагогической позиции родителей.

Во-вторых, родители вооружаются педагогическими знаниями и умениями и вовлекаются в специально организованную педагогом деятельность.

Следствием такой организации педагогического взаимодействия может стать активное участие родителей не только в жизни своего ребенка, но и класса в целом. В свою очередь участие родителей

в учебно-воспитательном процессе повышает у учащегося чувство защищенности, эффективность его деятельности, что способствует развитию способностей ребенка и его активности в целом.

В рамках общения со взрослыми и сверстниками у детей проявляется чувствительность к обсуждению собственных мыслей, чувств, переживаний.

На мой взгляд, на этом фоне инициация нового содержания общения, «поворачивающего ребенка на себя» формирует основу для развития у них рефлексивного отношения к себе.

В школе приобретают более важное значение собственные действия, поступки и проявления ребенка, он вынужден отвечать за себя сам, одновременно становясь объектом оценки свои интеллектуальных, социальных и физических возможностей. Одобрение и признание, идущие от членов этой новой общности, выступают для ребенка показателями того, насколько успешно происходит процесс вхождения в нее. Чтобы заслужить признание, ребенок должен вести себя согласно правилам, формирующим обращенные к нему ожидания. Однако обычно эти правила не оформлены в четкие сознательные инструкции, а существуют в форме конкретной социальной роли. Ребенок стремится стать исполнителем той роли, которая предлагается ему новой общностью и которую он сам берет на себя.

Таким образом, самооценка младшего школьника – это личностное образование, выполняющее функцию регуляции поведения и деятельности ребенка в соответствии с социальными нормами.

К концу младшего школьного возраста у детей складывается относительно устойчивая структура знаний о своих возможностях, умениях и способностях, проявляющихся в учебной деятельности. Учащиеся могут разносторонне и аргументированно оценить себя как субъекта учебной деятельности со своей собственной точки зрения и с точки зрения другого человека (сверстника, взрослого), т.е. занять при самооценке условную позицию и «увидеть» себя глазами другого человека. При этом

их самооценка обосновывается набором аргументов, непосредственно связанных с основными сторонами их жизни – с учением и общением.

Источниками формирования самооценки являются опыт деятельности ребенка, степень его успешности и опыт общения и взаимодействия с другими людьми.

Развитию мышления в младшем школьном возрасте принадлежит особая роль. В мировой психологии на сегодняшний день известны два противоположных подхода к решению проблемы обучения и развития: согласно Ж. Пиаже, успехи в обучении определяются уровнем умственного развития ребенка, который ассимилирует содержание обучения в соответствии со сложившейся у него в данное время интеллектуальной структурой. По Выготскому Л.С., наоборот, процессы развития идут вслед за процессами обучения, создающими зону ближайшего развития [3, с.10].

По Пиаже созревание, развитие «идет» впереди обучения. Успех обучения зависит от уровня развития, уже достигнутого ребенком.

Выготский же утверждает, что обучение «ведет» за собой развитие, т.е. дети развиваются благодаря участию в деятельности, чуть превышающей их возможности, используя помощь взрослых. Он ввел понятие «зона ближайшего развития» – это то, что дети еще самостоятельно выполнить не могут, но могут сделать с помощью взрослых.

Точка зрения Выготского Л.С. в современной науке является ведущей.

К моменту поступления в школу у ребенка 6-7 лет уже должно быть сформировано наглядно-действенное мышление, которое является необходимым базисным образованием для развития мышления

наглядно-образного, составляющего основу успешного обучения

в начальной школе. Кроме того, у детей этого возраста должны быть элементы логического мышления. Таким образом, на этом возрастном этапе у ребенка развиваются разные виды мышления, способствующие успешному овладению учебной программой [25, с. 39].

1.2. Характеристика понятия «образного мышления» детей младшего школьного возраста

Мышление – это опосредованное и обобщенное отражение действительности, вид умственной деятельности, заключающийся в познании сущности вещей и явлений, закономерных связей и отношений между ними.

Первая особенность мышления – его опосредованный характер. То, что человек не может познать прямо, непосредственно, он познает косвенно, опосредованно: одни свойства через другие, неизвестное – через известное.

Вторая особенность мышления – его обобщенность. Обобщение как познание общего и существенного в объектах действительности возможно потому, что все свойства этих объектов связаны друг с другом. Общее существует и проявляется лишь в отдельном, конкретном.

Мышление – высшая ступень познания человеком действительности. Чувственной основой мышления являются ощущения, восприятия и представления. Через органы чувств – эти единственные каналы связи организма с окружающим миром – поступает в мозг информация. Содержание информации перерабатывается мозгом. Наиболее сложной (логической) формой переработки информации является деятельность мышления. Решая мыслительные задачи, которые перед человеком ставит жизнь, он размышляет, делает выводы и тем самым познает сущность вещей и явлений, открывает законы их связи, а затем на этой основе преобразует мир.

Функция мышления – расширение границ познания путем выхода за пределы чувственного восприятия. Мышление позволяет с помощью умозаключения раскрыть то, что не дано непосредственно в восприятии.

Задача мышления – раскрытие отношений между предметами, выявление связей и отделение их от случайных совпадений. Мышление оперирует понятиями и принимает на себя функции обобщения и планирования.

В зависимости от того, какое место в мыслительном процессе занимает слово, образ и действие, как они соотносятся между собой, выделяют три вида мышления: конкретно-действенное или практическое, конкретно-образное и абстрактное. Эти виды мышления выделяются еще и на основании особенностей задач – практических и теоретических.

Наглядно-действенное мышление – вид мышления, опирающегося на непосредственное восприятие предметов, реальное преобразование в процессе действий с предметами. Вид этого мышления направлено на решение задач в условиях производственной, конструктивной, организаторской и иной практической деятельности людей.

Наглядно-образное мышление – вид мышления, характеризующийся опорой на представления и образы; функции образного мышления связаны с представлением ситуаций и изменений в них, которые человек хочет получить в результате своей деятельности, преобразующей ситуацию. Очень важная особенность образного мышления – установление непривычных, невероятных сочетаний предметов и их свойств. В отличие от

наглядно – действенного мышления наглядно-образном мышлении ситуация преобразуется лишь в плане образа.

Словесно-логическое мышление направлено в основном на нахождение общих закономерностей в природе и человеческом обществе, отражает общие связи и отношения, оперирует главным образом понятиями, широкими категориями, а образы, представления в нем играют вспомогательную роль.

Все три вида мышления тесно связаны друг с другом. У многих людей в одинаковой мере развиты наглядно-действенное, наглядно-образное, словесно-логическое мышление, но в зависимости от характера задач, которые человек решает, на первый план выступает то один, то другой, то третий вид мышления.

Интенсивное развитие интеллекта происходит в младшем школьном возрасте.

Младшим школьным возрастом принято считать возраст детей примерно от 7 до 10-11 лет, что соответствует годам его обучения в начальных классах. Это возраст относительно спокойного и равномерного физического развития.

Поступление в школу вносит важнейшие изменения в жизнь ребёнка. Резко изменяется весь уклад его жизни, его социальное положение в коллективе, семье. Основной, ведущей деятельностью становится отныне учение, важнейшей обязанностью – обязанность учиться, приобретать знания. А учение – это серьёзный труд, требующий организованности, дисциплины, волевые усилия ребёнка. Школьник включается в новый для него коллектив, в котором он будет жить, учиться, развиваться целых 11 лет.

Основной деятельностью, его первой и важнейшей обязанностью становится учение – приобретение новых знаний, умений и навыков, накопление систематических сведений об окружающем мире, природе и обществе.

Младшие школьники склонны понимать буквально переносное значение слов, наполняя их конкретными образами. Ту или иную мыслительную задачу учащиеся решают легче, если опираются на конкретные предметы, представления или действия. Учитывая образность мышления, учитель принимает большое количество наглядных пособий, раскрывает содержание абстрактных понятий и переносное значение слов на ряде конкретных примеров. И запоминают младшие школьники первоначально не то, что является наиболее существенным с точки зрения учебных задач, а то, что произвело на них наибольшее впечатление: то, что интересно, эмоционально окрашено, неожиданно и ново [2, с. 24].

В наглядно-образном мышлении участвует и речь, которая помогает назвать признак, сопоставить признаки. Только на основе развития наглядно-действенного и наглядно-образного мышления начинает формироваться в этом возрасте формально-логическое мышление.

Мышление детей этого возраста значительно отличается от мышления дошкольников: так если для мышления дошкольника характерно такое

качество, как произвольность, малая управляемость и в постановке мыслительной задачи, и в ее решении, они чаще и легче задумываются и над тем, что им интересней, что их увлекает, то младшие школьники в результате, обучения в школе, когда необходимо регулярно выполнять задания в обязательном порядке, научиться управлять своим мышлением.

Учителя знают, что мышление у детей одного и того же возраста достаточно разное встречаются такие дети, которым трудно и мыслить практически, и оперировать образами, и рассуждать, и такие, которым все это делать легко [19, с. 45]. О хорошем развитии наглядно-образного мышления у ребенка можно судить по тому, как он решает соответствующие этому виду мышления задачи [7, с. 58].

Если ребенок успешно решает легкие задачи, предназначенные для применения этого вида мышления, но затрудняется в решении более сложных задач, в частности из-за того, что ему не удается представить все это решение целиком, поскольку недостаточно развито умение планировать, то в этом случае считается, что у него второй уровень развития в соответствующем виде мышления. Бывает, что, ребенок успешно решает и легкие и сложные задачи в рамках соответствующего вида мышления и даже может помочь другим детям в решении легких задач, объясняя причины допускаемых ими ошибок, а также может придумывать сам легкие задачи, то этом случае считается, что у него третий уровень развития соответствующего вида мышления.

Итак, развитие наглядно-образного мышления у детей одного и того же возраста достаточно разные. Поэтому задача педагогов, психологов состоит в дифференцированном подходе к развитию мышления у младших школьников.

Усваивая знания по различным учебным дисциплинам, ребенок овладевает одновременно и способами, которыми эти знания вырабатывались, т.е. овладевает приемами мышления, направленными на решение познавательных задач. Поэтому уровень развития

наглядно-образного мышления младших школьников целесообразно характеризовать с точки зрения того, какие способы решения познавательных задач и в какой степени ими освоены.

Способность к наглядному пространственному моделированию – одна из фундаментальных специфических человеческих способностей, и суть ее в том, что при решении различного рода умственных задач человек строит и использует модельные представления, т.е. наглядные модели, отображающие взаимосвязь условий задачи, выделяющие в них основные значимые моменты, которые служат ориентирами в ходе решения. Такие модельные представления могут отображать не только наглядные видимые связи между вещами, но и существенные, смысловые связи, которые непосредственно не воспринимаются, но могут быть символически представлены в наглядной форме.

В формировании мышления школьников решающее значение принадлежит учебной деятельности, постепенное усложнение которой ведет за собой развитие способностей учащихся.

Однако для активизации и развития наглядно-образного мышления детей бывает целесообразно использовать не учебные задания, которые в целом ряде случаев оказываются для школьников более привлекательными.

Развитию мышления способствует любая деятельность, в которой усилия и интерес ребенка направлены на решение какой-либо умственной задачи.

Например, одним из самых эффективных способов развития наглядно-действенного мышления является включение ребенка в предметно-орудийную деятельность, которая наиболее полно воплощается в конструировании (кубики, «Лего», оригами, различные конструкторы и пр.).

Развитию наглядно-образного мышления способствует работа с конструкторами, но уже не по наглядному образцу, а по словесной инструкции или по собственному замыслу ребенка, когда он прежде должен

придумать объект конструирования, а затем самостоятельно реализовать идею [26, с. 59].

Развитие этого же вида мышления достигается с помощью включения детей в разнообразные сюжетно-ролевые и режиссерские игры, в которых ребенок сам придумывает сюжет и самостоятельно воплощает его. Неоценимую помощь в развитии логического мышления окажут задания и упражнения на поиск закономерностей, логические задачи, головоломки. Предлагаем ряд заданий, которые могут быть использованы учителем в проведении развивающих занятий со школьниками.

Задачи со спичками такие как «Пять квадратов», «Шесть квадратов», «Еще шесть квадратов», «Дом», «Спираль», «Треугольники», направлены на развитие наглядно-образного мышления.

Игры и задачи со спичками – хорошая гимнастика для ума. Они тренируют логическое мышление, комбинаторные способности, умение увидеть условия задачи с неожиданной стороны, требуют проявить смекалку.

Овладевая действиями наглядного моделирования ребенок учится оперировать знаниями на уровне обобщенных представлений, овладевает опосредованными способами решения познавательных задач (применение мерок, схем, графиков), усваивает схематизирующее определение понятий по внешним признакам.

1.3. Содержание занятий учебного предмета «Ритмика» в учреждении дополнительного образования и его возможности в развитии образного мышления младших школьников в системе дополнительного образования детей.

Ритмическая гимнастика относится к оздоровительным видам гимнастики, главное назначение которых состоит в том, чтобы укреплять здоровье человека, поддерживать на высоком уровне его физическую и умственную работоспособность. Упражнения ритмической гимнастики можно с успехом использовать в различных формах организации физической культуры в качестве разминки, общей или специальной физической подготовки в учебно-тренировочных занятиях различных видов спорта, а также во всех формах организации физической культуры в школе. В методической литературе дается большое количество определений ритмической гимнастики, отражающих специфику этого вида физкультурной деятельности. О.А.Иванова и Л.А.Ланцберг (1984) определяют ритмическую гимнастику как разновидность гимнастики, система упражнений которой дает занимающимся бодрость, мышечную радость, повышает тонус нервной системы. Е.Г.Попова (1986) определяет ритмическую гимнастику как одну из разновидностей основной (педагогической) гимнастики, содержанием которой являются разнообразные, простые по технике исполнения, физические упражнения (общеразвивающие, танцевальные и др.), выполненные преимущественно поточным способом под эмоционально-ритмическую музыку различного характера. В.Б.Матов, О.А.Иванова, И.Н.Шаробарова (1989) считают, что основа ритмической гимнастики - экспериментально созданные комплексы целенаправленных физических упражнений, сочетающиеся с элементами игры, праздничным характером обстановки, нарядной одеждой, музыкальным сопровождением.

Ритмическая гимнастика – это общедоступный, высокоэффективный, эмоциональный вид среди оздоровительных направлений гимнастики. Доступность ритмической гимнастики в том, что ее содержание базируется на простых общеразвивающих упражнениях и для занятий ею не требуется специального оборудования. Эффективность ритмической гимнастики заключается в ее разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную системы организма человека.

Эмоциональность занятий объясняется не только музыкальным сопровождением и элементами танца, входящими в комплексы упражнений ритмической гимнастики, но и образными, сюжетными композициями, которые отвечают возрастным особенностям дошкольников и младших школьников, а также стремлением согласовывать свои движения в коллективе и возможностью демонстрировать хорошо отработанные упражнения. Ритмическая гимнастика многолика, у нее много названий и направлений, а корни уходят в далекое прошлое. Ритмическая гимнастика впитала в себя современные направления различных танцевальных стилей (фанк, хип-хоп, салса, поп, рок, брейк и др.), элементы восточной физической культуры (йога, цигун, тайцзицюань и пр.), хотя фундамент ее основан на европейских школах гимнастики.

Так, во Франции – это тонизирующая гимнастика, в Чехии – джаз-гимнастика, в Германии она является составной частью оздоровительной программы «Тримминг-13 0», в США – аэробика. Термин «аэробика» (как и более широкое, принятое в настоящее время название «фитнес») – это международное обобщенное название двигательной активности оздоровительной направленности, под которым в настоящее время объединено более 200 различных направлений и течений.

Современная оздоровительная аэробика и фитнес-гимнастика – это очень динамичные структуры, которые постоянно пополняют арсенал используемых средств. Стремительно растет популярность этих разновидностей гимнастики как за рубежом, так и у нас в стране. Однако все эти разновидности гимнастики имеют одну отличительную особенность – темп движений задается ритмом музыкального сопровождения, поэтому в отечественной практике было принято название – ритмическая гимнастика, хотя в современной литературе чаще встречается термин «аэробика». При всем разнообразии форм, ритмическая гимнастика имеет ряд специфических черт, делающих ее особенно привлекательной и популярной. Этими особенностями являются:

- 1) сочетание общеразвивающих упражнений с элементами народно-бытовых и характерных танцев, диско-танцев и танцев в стиле «ретро», рок, брейк, фанк и др;
- 2) модернизация гимнастических элементов за счет введения асимметричных движений;
- 3) тесная связь движений с музыкой и музыкальными направлениями;
- 4) большая эмоциональная насыщенность за счет высокой экспрессии движений и активной роли преподавателя на занятиях;
- 5) высокая динамичность и разнообразие движений;
- 6) возможность эмоционального самовыражения и нервно-психической разрядки;
- 7) расширение двигательных возможностей и повышение культуры движений;
- 8) коллективный характер занятий;
- 9) поточный способ выполнения упражнений.

Ритмическая гимнастика – это не создание нашего времени, а лишь забытое старое, обновленное в духе времени. Она была популярна еще в Древней Греции. Уже тогда ценились оба ее компонента – собственно гимнастика и ритмический танец. В близком к современному пониманию ритмическая гимнастика появилась в 18-19 веках. Основателем направления считается француз Франсуа Дельсарт – музыкант, оперный певец, который в 1883 году создал в Париже курсы сценической выразительности.

Его система состояла из главных компонентов современной ритмической гимнастики: соединения элементов гимнастики с музыкальным ритмом и воздействия на соматическую и психическую сферы человека. В дальнейшем французский физиолог Жорж Демени создает своеобразную школу женской гимнастики, который на первое место ставил физические упражнения динамического характера, построенные на движениях свободной пластики.

Профессор Жак Далькроз, композитор и музыкант, в 1880-х годах организовал курсы ритмической гимнастики при Женевской консерватории.

Сущность его системы состояла в стремлении передавать движениями воспринимаемый слухом ритм и воспитании музыкальности. Тогда же ритмическая гимнастика впервые получила оценку со стороны педагогов. Все эти гимнастические системы, будучи различны по своей целенаправленности, имеют ряд основных положений, объединяющих их: 1) единство интеллекта и физического развития; 2) естественность и выразительность движений; 3) использование и правильное согласование движений и музыки, как средства художественно-двигательного воспитания человека. В дальнейшем Ж. Далькроз открыл в Хеллерау в Германии Институт ритма и одновременно С. Волконский – курсы ритмической гимнастики в Петербурге. В 1912-1913 годах ритмическая гимнастика преподавалась уже в государственных и частных заведениях России: в Петербурге - в Смольном институте, Музыкальной драме, реформатском женском училище, школе для отстающих детей и др. (всего в 13 учреждениях); в Москве – в Александровском институте, консерватории, музыкальной школе Гнесиной и т.д. (всего в 8 учреждениях).

В это же время курсы ритмической гимнастики открываются еще в 5 городах России. Среди последователей данных систем особую известность приобрела американская танцовщица Айседора Дункан (1878-1928), которая внесла в танец новые идеи и формы. Особенность искусства этой танцовщицы заключалась в свободной пластике, введении пантомимического элемента в танец, а также движений и принципов джазового танца. В 20-х гг. в Москве появляются спортивно-танцевальные студии З.Д. Вербовой, Л.Н. Алексеевой, организуются также студии в Тифлисе, Баку, Воронеже.

В студии Л.Н. Алексеевой и студиях ее учеников занимались не только взрослые, но и малыши, а также дети, страдающие заболеваниями опорно-двигательного аппарата, в том числе и костным туберкулезом. В 1923 году наркомом просвещения А.В. Луначарским была учреждена специальная студия, где готовили преподавателей физического воспитания для школ и техникумов.

В программу обучения входили разные дисциплины, в том числе ритмическая гимнастика, пластика, композиция и составление произвольных упражнений.

В период, предшествующий Великой Отечественной войне, популярность ритмической гимнастики снизилась, но работа в этой области не прекращалась. В 40-х гг. в Государственном центральном институте физической культуры организовался курс ритмики, на котором проводились занятия экспериментальных групп по программам, весьма близким к современной ритмической гимнастике. В конце 60-х – начале 70-х гг. возродилось увлечение танцами как средством физического воспитания. Новый подъем ритмической гимнастики, начался в начале 80-х гг.

Это связано с особым интересом к массовой физической культуре, широким развитием поп-музыки, доступностью аудио- и видеотехники. Интерес к оздоровительной аэробике в нашей стране возник благодаря голливудской кинозвезде Джейн Фонда. Ее аэробика отличалась доступностью, простотой, эмоциональностью и включала в себя элементы популярных танцев. В 70-е годы основной целью занятий аэробикой было снижение веса. В начале 80-х годов широко распространилась система Шогкош (тренировка). Затем возникли и другие направления. Современная ритмическая гимнастика обогатилась знаниями в области развития двигательных способностей, структуры построения занятий, объема и интенсивности предлагаемых упражнений.

Упражнения ритмической гимнастики, выполненные в условиях длительной физической нагрузки средней интенсивности, при которой организм в достаточной мере потребляет кислород, будут считаться аэробными. Если потребление кислорода, необходимое работающим мышцам, соответствует кислородному запросу организма на данную работу, то можно говорить об аэробной работе.

К ней относятся бег, спортивная ходьба, плавание, лыжи, гребля, т.е. циклические виды спорта, а также ритмическая гимнастика или аэробные танцы. Известный специалист в области оздоровительной физической культуры

Кеннет Купер поставил аэробные танцы в число самых эффективных видов упражнений, наряду с циклическими.

Только в отличие от однообразных циклических нагрузок, занятия ритмической гимнастикой вызывают большой эмоциональный подъем, сопровождающийся определенными нейроэндокринными сдвигами, которые обычно свойственны повышению функциональных возможностей организма и являются активным стимулятором деятельности сердечно-сосудистой системы человека. Аэробная гимнастика выгодно отличается от бега тем, что физическая нагрузка равномерно распределяется на все мышечные группы.

А чтобы получить тренировочный эффект от занятий, необходимо, чтобы физическая нагрузка была продолжительной, в меру утомительной и по возможности увлекательной. Из всего сказанного следует, что аэробика – это длительная физическая нагрузка средней интенсивности, где есть упражнения, при которых организм получает необходимый запас кислорода, при этом укрепляется сердечно-сосудистая система, благотворное воздействие оказывается на нервную, эндокринную и дыхательную системы организма человека. Кислород, проникая во все клетки, словно «промывает» их, отчего человек чувствует себя свежим, легким и бодрым. Многие исследователи (Т.А. Юримяз, В.В. Матов, В.В. Михайлов и др) считают, что наибольшие оздоровительный и тренирующий эффект при занятиях ритмической гимнастикой достигаются при работе, производимой в зоне 70-85% от максимальной нагрузки по пульсу для данного возраста. Рекомендуется на каждом занятии включать 2-3 коротких пика нагрузок на уровне 90-100% от максимальной ЧСС.

Ритмическая гимнастика решает прежде всего задачи оздоровления населения, а не задачи большого спорта. Она способствует нормальному функционированию как отдельных органов, так и организма в целом. Используя богатый арсенал общеразвивающих упражнений, ритмическую гимнастику можно применять в лечебной физкультуре при неврозах, вегетативно-сосудистой дистонии, при начальных стадиях гипертонической

и ишемической болезнью. Упражнения на гибкость в сочетании с силовыми, включенными в комплекс ритмической гимнастики, являются эффективным средством профилактики остеохондроза.

Регулярные занятия ритмической гимнастикой замедляют процесс старения мышечной ткани, стабилизируют кровяное давление, пульс, предупреждают отложение солей в суставах, улучшая их кровоснабжение и питание. Ритмическая гимнастика – хорошее средство от переутомления, а также одно из направлений восстановления сил человека, израсходованных в процессе труда. В некоторых исследованиях приводятся результаты влияния занятий ритмической гимнастикой на состояние

нервно-психических процессов. Полученные данные свидетельствуют о достоверном улучшении психических состояний: нормализации

нервно-психического напряжения, снижения тревожности, улучшения сна, повышения эмоционального тонуса и желания вести активный образ жизни.

Улучшение психического состояния проявляется в подъеме настроения, появляется уверенность в своих физических возможностях. Положительные изменения психического состояния тесно связаны с проявлением творческой активности занимающихся, а также с уровнем физической работоспособности; наблюдается достоверное улучшение цветовой памяти, остроты зрения. Отличительной особенностью ритмической гимнастики является то, что все упражнения в занятии выполняются под музыку. Исследования по этому вопросу свидетельствуют об очевидном преимуществе использования музыки в процессе спортивной деятельности. Воздействуя прежде всего на психику, центральную нервную систему, она опосредованно влияет и на физическую работоспособность.

Психологи объясняют это явление ритмическим течением психофизиологических процессов – ходьбы, бега, дыхания, сердечных сокращений и т.п. Ритмическая музыка может способствовать настройке организма на определенный темп работы, повышает его работоспособность,

отдаляет наступление утомления, помогает бороться с влиянием однообразия, ускоряет протекание восстановительных процессов. Т.Т. Ротерс, В.Н. Кряж, Э.В. Ветошкина, Н.А. Боровская, Т.С. Лисицкая

и др. подчеркивают, что ритмическая гимнастика это прекрасное средство эстетического воспитания. Танцевальная направленность упражнений и музыкальное сопровождение способствуют развитию культуры движений, выразительности, пластичности, грациозности, ритмичности, музыкальности и танцевальности.

По функциональному назначению упражнения ритмической гимнастики подразделяются на оздоровительные, лечебные, прикладные, спортивные. В свою очередь оздоровительная ритмическая гимнастика по возрастному признаку делится на гимнастику для детей, молодежи, людей среднего (зрелого) и пожилого возраста

Все средства ритмической гимнастики можно разделить на четыре группы по целевому признаку. Первая группа средств направлена на развитие основных физических способностей занимающихся. Вторая группа упражнений воспитывает танцевальность, пластичность, грациозность. Третья группа упражнений воспитывает музыкальность. Четвертая группа средств направлена на регуляцию психического состояния занимающихся. В зависимости от подбора этих средств ритмическая гимнастика может носить преимущественно атлетический, танцевальный, психорегулирующий или смешанный характер. Оказывая существенное воздействие на функционирование систем организма, комплексы ритмической гимнастики могут быть преимущественно направлены на совершенствование сердечно-сосудистой и дыхательной систем; на развитие мышечно-связочного аппарата, а также на поддержание нервной системы, используя методы релаксации, аутотренинга и расслабления.

Ритмическая гимнастика нашла свое место в школьных программах с 1985 года. Комплексы упражнений ритмической гимнастики могут быть использованы в физкультурно-оздоровительных мероприятиях в режиме

учебного и продленного дня, в уроках по физической культуре, во внеклассных формах организации занятий и общешкольных физкультурно-массовых и спортивных мероприятиях. С 1996 года общеобразовательные школы страны работают по новым учебным программам по физической культуре для учащихся 1-11 классов.

В соответствии с социально-экономическими потребностями современного общества, его дальнейшего развития и, исходя из сущности общего среднего образования, целью физического воспитания в школе является содействие всестороннему развитию личности. Это предполагает овладение школьниками основами физической культуры, слагаемыми которых являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, приобретение знаний, умений и навыков в области физической культуры, положительной мотивации для осуществления физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности. Задачи, стоящие перед учителем, определяют содержание и направленность занятий ритмической гимнастикой с учащимися.

К основным задачам следует отнести: развитие двигательных способностей, таких как гибкость, координация движений, сила, выносливость, быстрота; повышение работоспособности, как общей, так и специальной; медицинский подход, который выражается в формировании правильной осанки и улучшении психического состояния учащихся; развитие чувства ритма, музыкальности, пластичности. Здесь решается одна из главных задач, которую ставит перед собой учитель физической культуры: повысить интерес к урокам физической культуры и привить потребность в систематических занятиях, вести активный образ жизни. В программе по физической культуре для начальных классов отмечено, что одним из важнейших средств развития координационных способностей и стимулирования умственной активности младших школьников являются общеразвивающие упражнения с предметами. Большое значение отводится танцевальным упражнениям – это связано

с их разнообразием, высокой эмоциональностью, возможностью разносторонне влиять на организм, минимальной потребностью в оборудовании [12, с. 103].

В программе указывается, что, начиная с 5 класса, усиливается дифференцированный подход к мальчикам и девочкам при выборе снарядов, дозировке и подборе гимнастических упражнений. Для повышения интереса, содействия эстетическому воспитанию большое значение приобретает музыкальное сопровождение занятий. В старших классах, из физических упражнений на развитие координационных способностей, предлагаются упражнения ритмической гимнастики. Кроме этого ритмическая гимнастика указана как одно из основных средств во внеклассной работе по физической культуре. Специалисты отмечают большое влияние упражнений ритмической гимнастики на физическое развитие и воспитание детей разного школьного возраста. Ритмическая гимнастика развивает внимание, жизнерадостность, находчивость, самостоятельность, она придает движениям естественную непринужденность и уверенность. Занятия ритмической гимнастикой не только физически развивают детей и повышают

их физическую подготовленность, но и играют огромную роль в их воспитании.

Одним из главных результатов занятий ритмической гимнастикой – это воспитание нравственных качеств, сознательной дисциплины, трудолюбия, опрятности, доброжелательного отношения к окружающим. Групповые занятия ритмической гимнастикой у старшеклассников способствуют развитию эстетических чувств. Ритмическая гимнастика является прекрасным средством гармонического развития личности школьников, развития их двигательных способностей, повышения уровня физической подготовленности. Творчески применяя упражнения ритмической гимнастики на уроках физической культуры, активизируется двигательная деятельность учащихся и повышается интерес к занятиям. В то же время выполняется одно из существенных требований к современному уроку – это сочетание образовательной

направленности с достижением его высокой моторной плотности, динамичности и эмоциональности.

Содержание упражнений.

Занятия ритмической гимнастикой привлекают широкий круг занимающихся не только доступностью и эмоциональностью, но и возможностью изменять содержание уроков в зависимости от возраста, интересов, подготовленности, благодаря большому арсеналу средств и методов ритмической гимнастики. Выбор упражнений ритмической гимнастики к уроку зависит прежде всего от задач самого урока, возрастных особенностей занимающихся, состояния здоровья и уровня двигательной подготовленности.

В ритмической гимнастике применяются несколько групп упражнений: строевые, специальные упражнения для согласования движений с музыкой, общеразвивающие, танцевальные, упражнения художественной гимнастики и нетрадиционных оздоровительных видов гимнастики.

Строевые упражнения служат средством организации занимающихся и удачного размещения их в зале, на площадке. Они выполняются в строгом соответствии с требованиями гимнастического стиля и могут сочетаться с движениями рук, головы, ног и другими несложными движениями, а также выполняться под музыку.

Например: перестроение можно выполнить переменными шагами или подскоками, а размыкание приставными шагами с наклонами туловища вправо-влево и др. Упражнения для согласования движений с музыкой являются специальным разделом в ритмической гимнастике и подбираются для формирования знаний и умений различать средства музыкальной выразительности (темп, музыкальный размер, ритм, динамические оттенки, характер музыкального произведения и др.). Они помогают занимающимся лучше согласовывать движения с музыкой, регулировать скорость и силу мышечного напряжения. В связи с этим на каждом занятии по ритмической гимнастике, особенно у дошкольников и младших школьников, необходимо работать над согласованием движений со средствами музыкальной

выразительности, систематически развивать у детей музыкальный слух [16, с. 45].

Общеразвивающие упражнения (ОРУ) включают следующие упражнения, которые способствуют развитию образного мышления:

1. ОРУ в положении стоя (для развития силы и подвижности в суставах, а также развития образного мышления):

- упражнения для рук и плечевого пояса в различных направлениях (поднимание – опускание, сгибание – разгибание, супинация – пронация, дуги, круги). Данные упражнения позволяют сформировать «образ» фигур у младших школьников;

- упражнения для мышц туловища, шеи (наклоны, повороты, движения по дуге вперед и др.). Позволяет младшим школьникам представлять фигуры в движении;

- упражнения для ног (поднимание – опускание, сгибание – разгибание в различных суставах, полуприседы, выпады и др.) Способствует развитию образа траекторий движения у младших школьников.

2. ОРУ в положении сидя и лежа (для развития силы и подвижности в суставах и развития образного мышления):

- упражнения для стоп (поочередные и одновременные сгибания и разгибания, круговые движения), в результате у младших школьников формируются образы одновременного движения фигур;

- упражнения для ног в положении лежа и упоре стоя на коленях (сгибание – разгибание, поднимание – опускание, махи и др.), позволяет сформировать образ «прямой траектории движения»;

- упражнения для мышц брюшного пресса в положении лежа на спине (поднимание плеч и лопаток, то же с поворотами туловища, поднимание согнутых ног или с разгибанием, разведением и др.) формирование образов синхронного движения фигур в пространстве;

- упражнения для мышц спины в положении лежа на животе и в упоре стоя на коленях (поднимание рук, ног или одновременные движения руками

и ногами и др.), позволяет сформировать образ противопоставления синхронных движений с асинхронными.

3. Упражнения на растягивание в различных исходных положениях (стоя, сидя, лежа), что позволяет сформировать образы эластичных объектов:

- в положении стоя для грудных мышц, плечевого пояса, рук, туловища и ног;
- в полуприседе, выпаде для передней, задней, внутренней поверхности бедра, мышц спины;
- в положении лежа для передней, задней и внутренней поверхности бедра, мышц живота и спины;
- в упоре стоя на коленях для мышц спины, боковой поверхности туловища. Все упражнения на растягивание можно выполнять в статическом и динамическом режимах;
- упражнения на растягивание статического характера (удержание в течение 5-10 сек. любой статической позы – выпада, наклона, приседа и другие по максимальной амплитуде движения);
- упражнения баллистического характера (пружинные наклоны, выпады, махи, рывки и т.д.).

4. Упражнения в расслаблении и на восстановление дыхания в разных и.п.: стоя, сидя, лёжа, в висах на гимнастической стенке, способствуют формированию у младших школьников образов движущихся объектов, фигур, развивают процесс воображения:

- потряхивание различных звеньев тела;
- посегментное расслабление различных звеньев тела;
- мышечное напряжение с последующим расслаблением;
- пассивное расслабление в парах;
- плавные движения;
- упражнения массирующего характера (с похлопыванием, разминанием определённых мышечных групп);

- упражнения с задержкой дыхания;
- упражнения аутотренинга;
- дыхательные упражнения (по методу А.Н. Стрельниковой, К.П. Бутейко и др)

5. Упражнения в ходьбе на месте и в движении, способствуют формированию у младших школьников образов статического и постоянного движения тех или иных объектов:

- ходьба на месте (в полуприседе, на носках, на пятках и др.);
- с небольшим продвижением в различных направлениях (вперед, назад, вправо, влево, по диагонали, по кругу);
- ходьба в сочетании с поворотами и простыми прыжками;
- различные виды ходьбы (шаг: перекатный, переменный, приставной, скрестный, с притопом, с подскоком и др.);
- ходьба с различными движениями рук (хлопками, щелчками, махами, рывками и др.).

6. Бег, прыжки (общеразвивающего и танцевального характера, способствуют развитию воображения, творческого и образного мышления):

- бег на месте, с продвижением вперёд, назад, вправо, влево, с поворотами;
- бег в сочетании с прыжками, подскоками и танцевальными элементами;
- бег со сменой ног, с высоким подниманием бедра, с захлестыванием голени и др.;
- бег и беговые упражнения с различными движениями рук, хлопками и др.;
- прыжки на месте и с продвижением в различных направлениях, с поворотами;
- прыжки на двух, одной ноге, с ноги на ногу, сгибая и разгибая ноги вперед, назад, в сторону, с междускоками, ноги врозь-вместе и др.;

- прыжки с различными движениями рук [19, с. 44].

7. Упражнения на гимнастических снарядах (скамейка, стенка), позволяют сформировать у младших школьников образы взаимодействия различных объектов.

Гимнастическая скамейка:

- упражнения с восхождением - на скамейку: ходьба на скамейку с подниманием бедра, с захлестыванием голени, в сочетании с различными движениями рук, с поворотами, переступанием, прыжками и танцевальными упражнениями;

- упражнения на развитие и укрепление различных мышечных групп, в различных исходных положениях - стоя, сидя, в упорах: (поднимание, разведение и сведение ног, махи в положении сидя; сгибание и разгибание рук в упоре лежа на скамейке; наклоны, повороты туловища с различными движениями рук и др.);

- упражнения на растягивание различных мышечных групп в положении стоя и сидя на скамейке (наклоны к ногам: нога на скамейке, сидя верхом; выпады нога на скамейке и др.);

- упражнения в расслаблении (в положении сидя и лежа на скамейке, позы отдыха, расслабление отдельных звеньев тела и др.).

Гимнастическая стенка:

- хореографические упражнения с элементами характерных танцев (подъемы на полупальцы, полуприседы, приседы, наклоны, махи и др.);

- упражнения на растягивание (нога на опоре – наклоны, приседания и др.);

- упражнение на укрепление различных мышечных групп в положении стоя у опоры (сгибание-разгибание, отведение-приведение, круговые вращения ног, приседания, наклоны и др.);

- упражнение на расслабление, в висе, взмахи ногами, раскачивания и др.

Танцевальные упражнения в ритмической гимнастике очень многообразны, к ним относятся танцевальные шаги, связки, элементы танцев народов мира, современных спортивных танцев, историко-бытовых, эстрадных, ритмических танцев и хореографические упражнения. Танцевальные упражнения разучивают предварительно по отдельным движениям, элементам и только затем выполняют в комбинациях, танцевальных комплексах, танцах.

В ритмической гимнастике используются и простые упражнения хореографии. Это основные позиции рук и ног, наклоны и повороты туловища, способствующие формированию правильной осанки, культуры движений. Упражнения художественной гимнастики также применяются в комплексах ритмической гимнастики.

Плавные, волнообразные движения различными звеньями тела применяются в процессе ходьбы, бега, танцевальных шагов, в седах и упорах. Пружинные движения выполняются руками, ногами и туловищем как на месте, так и в движении. Наиболее простые взмахи и «волны» используются как отдельно, так и в сочетании с другими упражнениями с целью развития у занимающихся способности соразмерять движения по мышечному усилию, сочетать напряжение и расслабление отдельных групп мышц. Упражнения с предметами, помимо общего воздействия на занимающихся, могут быть использованы для развития тонкой координации движений, ловкости пальцев рук и повышения проприоцептивной чувствительности, которые необходимы дошкольникам и младшим школьникам для овладения навыками письма и несложными бытовыми и трудовыми двигательными действиями. Упражнения нетрадиционных видов гимнастики ритмопластических, спортивно-атлетических, оздоровительных и др., значительно расширит выбор средств, обновит методические подходы в проведении занятий по ритмической гимнастике. В последнее время появился ряд новых в массовом оздоровительном движении видов двигательной активности.

Стретчинг (гимнастика поз) включает в себя комплекс поз, обеспечивающих наилучшие условия для растягивания мышц и увеличения подвижности суставов.

Калланетика – это гимнастика статических упражнений. В систему данного вида оздоровительной гимнастики входят различные упражнения, подобранные в соответствии с избирательным воздействием и определенным режимом работы на отдельные группы мышц, нагрузку которых повышают за счет увеличения времени удержания определенной позы. Шейпинг-система – это гармоничное соединение влияния физических упражнений, определенного режима питания на организм занимающихся и результатов компьютерного тестирования.

Шейпинг – одна из самых популярных систем, получивших распространение в нашей стране. Существует несколько видов шейпинг-систем: шейпинг-классик, шейпинг-терапия, шейпинг-юни, шейпинг для беременных, шейпинг-про, шейпинг тонких тел. Восточные оздоровительные системы гимнастики позволяют использовать резервы организма человека, которые обладают уникальными возможностями

Для самосохранения и восстановления. Специфичной чертой комплексов восточных видов гимнастики является единство внутренней и внешней деятельности организма, достигнутое при ведущей роли сознания. Основные шаги аэробики и их разновидности, используемые в ритмической гимнастике: Шаг напоминает естественную ходьбу, но отличается наибольшей четкостью. Стоя на прямой ноге, другую сгибая поднять точно вперед, без сопутствующего движению поворота таза. Стопа поднимаемой ноги находится на уровне верхней трети голени, носок оттянут. Выпад может быть выполнен любым способом (шагом, скачком), а также в разных направлениях (вперед, в сторону, назад). Основным вариантом является положение выпада вперед. При этом тяжесть тела смещается на согнутую ногу. Угол в коленном суставе должен быть больше 90, голень опорной ноги располагается близко к вертикальному положению, а проекция колена не выходит за пределы опоры стопой, нога

сзади должна быть прямой, касаться носком пола. Мах выполняется в положении стоя на одной ноге. Маховая прямая нога поднимается точно вперед, возможно небольшое «выворотное» положение стопы, но без сопутствующего маху поворота таза.

Амплитуда маха определяется уровнем подготовленности занимающегося, не допускается «хлестообразное» движение и неконтролируемое опускание ноги после маха (падение). Прыжок ноги врозь – ноги вместе выполняется из исходного положения ноги вместе. Движение состоит из двух частей. Первая – отталкиваясь двумя ногами, выпрыгнуть невысоко вверх, при приземлении принять положение полуприседа ноги врозь с опусканием на всю стопу.

Стопы на ширине плеч, тяжесть тела равномерно распределена на обе ноги, направление коленей и стоп должны совпадать. Вторая часть движения – небольшим подскоком соединить ноги и вернуться в исходное положение. Туловище при этом неподвижно.

Данное упражнение способствует формированию у младших школьников образа правильных фигур и объектов, с прямыми (острыми) гранями.

Приставной шаг. 1 – шаг в сторону (вперед или назад), тяжесть тела распределяется на обе ноги. 2 – приставить другую ногу на носок.

Базовый шаг. Выполняется на 4 счета. 1 – шаг правой вперед (можно с другой ноги). 2 – приставить левую ногу. 3 – шаг правой назад.

4 – приставить левую.

Шаги в стойку ноги врозь, затем вместе. Выполняется с передвижением вперед и назад на 4 счета. 1 – шаг с пятки вперед-в сторону. 2 – продолжить аналогичное движение с другой ноги в положение стойки ноги врозь.

3 – 4 – выполнить поочередно два шага назад и вернуться в исходное положение.

Перемещение с ноги на ногу в стойке ноги врозь.

1 – передать тяжесть тела на одну ногу, колено полусогнуто, пятка на полу. 2 – носок свободной ноги «давит» на пол, притопывает. Перемещение с ноги на ногу в стойке ноги врозь, сгибая голень назад

(1 – передать тяжесть тела на одну ногу, колено полусогнуто, пятка на полу. 2 – свободную ногу согнуть назад (в направлении к ягодичной мышце).

Выставление ноги на пятку. В исходном положении обе ноги полусогнуты. 1 – одна нога выставляется вперед или по диагонали вперед на пятку (разгибая колено). 2 – вернуться в исходное положение. Сочетание шагов с подскоком на одной ноге. 1 – 3 – три шага вперед (правой, левой, правой). 4 – подскок на правой ноге, другую согнуть вперед.

Движение можно выполнять и на шагах назад. «Скрестный» шаг в сторону. 1 – шаг правой в сторону. 2 – шаг левой вправо сзади (скрестно). 3 – шаг правой в сторону. 4 – приставить левую к правой. «Крест» – вариант скрестного шага с перемещением вперед. 1 – шаг правой вперед. 2 – скрестный шаг левой перед правой. 3 – шаг правой назад. 4 – шагом левой назад исходное положение.

Ритмичные шаги способствуют формированию у младших школьников образного мышления. В данном случае приставные шаги позволяют сформировать образы повторяющегося монотонного движения тех или иных объектов, а также образы постоянности некоторых явлений.

Ассиметричные движения (особенно в контрасте с симметричными) позволяют сформировать образы более естественных, натуральных процессов и объектов. Также данные упражнения способствуют развитию воображения и формирования собственного представления о тех или иных действиях, что в дальнейшем позволяет младшим школьникам самим предлагать новые и уникальные упражнения по занятию ритмикой.

Методика «Изучение уровня развития воображения»

Данная методика взята из рекомендаций по выявлению умственно одаренных детей [4, с. 25]. Цель этой методики – изучение уровня развития воображения и наглядно-образного мышления у детей.

Ребенка 6-7 лет просят придумать свою сказку. Напоминают, что в каждой книге со сказками есть картинки. Ребенок берет карандаши и лист бумаги и рисует к сказке одну картинку. Далее он рассказывает свою сказку. При анализе результатов обращают внимание на богатство воображения, проработанность и оригинальность образов, скорость порождения образов, а качество самого рисунка не оценивается.

В зависимости от результатов уровень развития воображения относят к одному из трёх уровней:

- если дети рисуют и сочиняют одновременно, а не пытаются после рисования что-нибудь придумать по деталям рисунка, а также рисунок и сказка структурно оформлены, то развитие ребенка относят к высокому уровню;
- если ребенок рассказывает модифицированный вариант знакомой сказки или сочиняет элементарную свою сказку, то уровень развития – средний;
- а если ребенок рисует и рассказывает знакомую сказку, то уровень развития считается низким.

Тестирование по данной методике участников детского хореографического коллектива проводилось в два этапа. Первый раз – в начале учебного года, до занятий ритмикой. Второй раз – в конце полугодия. Так мы могли зафиксировать изменения в развитии уровня воображения у обучающихся. Результаты тестирования приведены в таблице 1.

В области показателей до начала занятий ритмикой мы видим первичный уровень развития воображения. 40% детей показывают низкий уровень. Троицким детям вообще так и не удалось придумать свою, не похожую на уже известные, сказку. У 60% – средний уровень развития. Обучающиеся № 3, 7 смогли только со второго раза придумать свою, простую сказку. А в сказках у обучающихся № 2, 6 прослеживались сюжеты и персонажи известных сказок. Высокого уровня мы не наблюдаем ни у одного из воспитанников. Результаты обучающихся, которые две четверти занимались ритмикой и упражнениями на развитие воображения, отличаются.

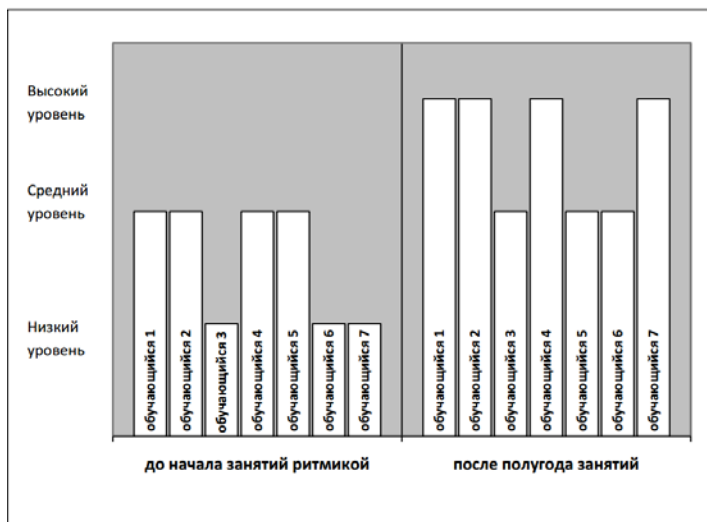
Занятия проводились два раза в неделю по 2 академических часа. У 40% обучающихся мы уже наблюдаем средний уровень развития воображения. Прекрасно видно, что некоторые испытуемые повысили свой результат. А есть и такие, которые справились с заданием отлично. У 60% воспитанников – высокий уровень развития.

Сравнивая показатели (рис. 1) «до» и «после», мы видим несомненный прогресс у детей. Низкого уровня в конце второй четверти не наблюдается ни у одного из обучающихся. С помощью ритмических игр и упражнений по созданию образов в танце их уровень развития воображения повысился. Подытоживая, можно сказать, что развитие творческого мышления, умения представлять образы, придумывать новых персонажей имеет важное значение для успешного умственного развития и последующего школьного обучения. Ритмика помогает развивать наглядно-образное мышление посредством упражнений на воображение, описанных выше. Обучая детей в режиме игры, педагог следит за тем, чтобы радость от игровой деятельности постепенно перешла в радость учения. Углубленная работа по развитию творческого мышления у младших школьников способствует проявлению у них инициативы, развитию воображения, повышению мотивации и способности к учебной деятельности.

Таблица 1 – Динамика развития образного мышления вследствие занятий ритмикой.

	До начала занятий ритмикой			В конце полугода занятий		
	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Обучающийся 1						
Обучающийся 2						
Обучающийся 3						
Обучающийся 4						
Обучающийся 5						
Обучающийся 6						
Обучающийся 7						

Рис.1 – Динамика развития образного мышления вследствие занятий ритмикой.



ГЛАВА 2. ПРАКТИКА ПРИМЕНЕНИЯ РИТМИКИ КАК СРЕДСТВА РАЗВИТИЯ ОБРАЗНОГО МЫШЛЕНИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ В СИСТЕМЕ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

2.1. Характеристика программы по ритмике для развития образного мышления младших школьников

Как отмечает кандидат искусствоведения, музыкальный руководитель и учитель музыки А.И. Буренина: «ритмика – это синтетический вид деятельности, в основе которого лежит музыка, а движения выражают музыкальный образ и конкретизируют важные средства музыкальной выразительности» [2, с. 9].

Исходя из данного определения, вытекает ряд задач, на которые ориентированы занятия по ритмике в начальных классах и ведущее место среди них занимает формирование творческих умений, потребности самовыражения в движении под музыку:

- становление творческого воображения и фантазии;
- формирование умения к импровизации: в движении, в изобразительной деятельности, в слове.

Исходя из данной задачи, формируется потребность развития наглядно-образного мышления у детей начальных классов на занятиях по ритмике.

Как отмечает педагог музыкального ритмического воспитания Е.В. Конова: «Приступая к занятиям с детьми в первом классе, особенно важно дать им правильные первоначальные навыки, которые они будут совершенствовать и расширять в дальнейшем» [10, с. 6].

Этот педагог отмечает важность начала занятий с первоклассниками с понятными и доступными детям музыкальными композициями, но при этом работать с интересным материалом, чтобы не угасал интерес.

При этом стоит учитывать, что детям 7-8 лет присущи элементарные танцевальные движения: ходьба, бег, легкие прыжки, которые и являются средствами выражения в танце.

Отличительной особенностью структуры работы по музыкально-ритмическому воспитанию учеников младших классов является добавление этого вида деятельности в процесс обучения, определение межпредметных связей в различных предметах – как эстетического цикла: музыки, выразительного чтения, изобразительной деятельности, – так и прочих (природоведение, математика), в стимулировании развития базовых психических процессов – памяти, внимания, образного мышления, воли – элементами музыки и творческого движения.

Для работы с первоклассниками по ритмике у педагога имеется ряд важных задач:

- становление психического и физического здоровья с помощью ритмики в условиях школьного обучения (правильная осанка, походка; уменьшение психологического давления средствами расслабления под музыку в ходе движения и т.д.);
- стимулировать увлеченность музыкальными занятиями и занятиями пластикой;
- становление художественно-творческих умений.

Как отмечает кандидат педагогических наук С.И. Карпова: «Занятия различными видами искусства и художественная практика помогают школьникам гармонично выразить себя, свое отношение к окружающему миру, то есть творчество по природе необходимо человеку» [7, с. 57].

Музыкально-ритмическая деятельность в силу ряда особенностей особенно влияет на развитие наглядно-образного мышления и творческого начала:

- музыка имеет значительное эмоциональное влияние, особенно на организм детей и подростков, когда эмоции часто являются ключевым регулятором поведения. Занятия музыкой могут стать не только способом

становления музыкальных умений (восприятия, памяти, слуха, чувства ритма), но и способом воспитания эмоций и художественной культуры;

- ритмика является объединяющим по своей сущности видом деятельности, соединяющим несколько видов искусств (музыку, драматизацию, пантомиму, пластику, танец) в общее художественное целое.

Также стоит отметить, что занятия ритмикой базируются на привычной и увлекательной для детей игровой деятельности, поэтому добавление

их в школьный процесс помогает снять психическое напряжение, утомление от умственной работы на уроках, улучшить настрой.

Основоположником музыкально-ритмического воспитания является швейцарский музыкант композитор и педагог Эмиль Жак-Далькроз, который выдвинул идею применения движения под музыку как способа развития общей музыкальности детей.

Создав комплекс ритмических упражнений, который он назвал «Сольфеджио для тела», Далькроз желал сформировать у учащихся хорошую слухо-двигательную реакцию, умение свободно и целесообразно отвечать танцевальным движением на музыку.

«Развивая постепенно находчивость, ясность представлений и точность физических действий мы приближаемся совершенно незаметно для ребенка, к достижению общей цели всех педагогов: создать поколение людей, полных физических и душевных сил», – отмечал великий музыкант [5, с. 61].

Рассматривая музыкальную ритмику в аспекте художественного воспитания и становления, специалисты думают, что в старшем дошкольном и младшем школьном возрасте музыкально-ритмическая деятельность является одним из результативных форм детской художественной деятельности для формирования творческих качеств личности и создания художественно-творческих умений.

В первую очередь, это связано с двигательной сущностью детского воображения. По словам известного психолога Л.С. Выготского

«действенностью воссоздания его образов детьми при посредстве собственного тела» [4, с. 9].

А также уникальным эмоциональным влиянием музыкального движения, стимулирующих детей к активной деятельности, что формирует условия для становления творчества.

Процесс творчества, который также определяется уровнем развития наглядно-образного мышления, усвоением многообразных танцевальных движений, выполняемых под музыку на обучающих занятиях, становлением независимой импровизации движений по фантазии детей, предусматривающей сочинение и выполнение детьми упражнений, этюдов, игр, плясок, танцевальных сценок, мини-спектаклей, вместе с педагогом и другими детьми.

В ходе такой деятельности у детей улучшается память (а именно зрительная и моторно-пластическая), развивается интеллектуальное умение видеть в конкретном общее, а в общем конкретное, улучшаются умственные операции: оценка, синтез, сравнение, выделение сходства и различия двигательного образа, применяемого детьми в качестве средства передачи творческого замысла. Благодаря своей комплексности и наличию многих элементов, этот процесс растянут во времени. Ему характерны ключевые периоды протекания художественно-творческого процесса: подготовительная, поисковая и исполнительная.

Подготовительный этап содержит в себе предварительное обдумывание, размышление. Активное восприятие музыки, разнообразие ее выразительных средств, подстегивает воображение детей, помогает придумать конкретный сюжет, определить взаимосвязи между персонажами, раздать роли. Музыка, поэтический текст песен, название музыкальных произведений являются программой будущих действий ребенка по определению своего замысла. Они служат отправной точкой, из которого учащиеся выносят представления о допустимых и желательных действиях, формируют образные качества персонажей, намечают очередность хода своих композиций.

Поисковый этап определяет поиск выразительно-изобразительных средств для персонажей. Этими средствами служат многообразные музыкально-пластические, танцевальные и пантомимические движения. Дети пытаются найти те из движений, которые отображает уникальные черты музыкального образа. При этом они показывают не только движения персонажей и очередность их действий, но и отношение к ним, созданное эмоционально-образным восприятием музыки. Дети проникаются ощущениями, переданными в музыкальном произведении, и стремятся показать их.

Требуемые способы выражения находятся как бы сами собой, интуитивно, подсказанные образным значением музыки. Но, как показывает практика, зарождение этих интуитивных действий основано на обобщении многих повторных исполнений, на основе усвоения предыдущего музыкального опыта, владения умениями корректной двигательной реакции на музыку, приобретенными в ходе обучения на занятиях.

Исполнительный этап отличается окончанием воплощения художественного образа, то есть употреблением в практике готового продукта. Это находит выражение в исполнении детьми собственных сочинений. Созданная детьми композиция ощущается уже как художественный творческий продукт. Оценка может быть сделана как самим ребенком, так и теми, кто ее воспринимает. Осуществляется характерное взаимодействие зрителя с «автором», интересы которого ориентированы не только на ход, но и на итог, полученный им.

Педагоги (С. Букатина, А. Ветлугина, Е. Горшкова, Т. Комарова) выделяют отличительную черту ритмического творчества, объединяющего его с игровой деятельностью, как присутствие коллективного начала.

В музыкально-ритмической работе реализуется общий выбор темы, планирование сюжета, дискуссия о содержании, выбор ролей. Предполагаемое сюжетом взаимодействие участников диктует понимание своего компаньона, способности подстроится на его лад, строго регламентировать общие действия,

учащиеся обучаются умениям ролевого согласования с сотоварищами и приобретают навыки групповой творческой активности.

Взаимосвязь с игровой активностью гарантирует накал удержания интереса детей, как к предмету, так и к процессу работы, являющегося главным условием для формирования детского творчества.

В ходе ритмического творчества, оговаривающее сочинение и выполнение учащимися связок движений, упражнений, этюдов, игр, танцевальных сценок и мини-спектаклей. Вместе с педагогом осуществляется активное формирование как уникальных элементов умений к этому виду деятельности (ощущение ритма, двигательной координации, воображения), так и синтетичных элементов в схеме художественно-творческих умений, таких как: сочувствие, умственная инициатива, творческая активность, напористость и выдержка для достижения эффективного результата, умение к трансформации зазубренных образов и поиску уникальных методов передачи замысла, степень формирования которых отличает творческую индивидуальность.

Главным условием становления художественно-творческого развития содействует особое обучение детей на уроках музыкальной ритмики для того, чтобы накопить у них требуемого пластического и музыкального опыта, постижения исполнительских и творческих навыков.

Практика работы исследователей подтверждает то, что уроки музыкальной ритмики в начальной школе владеют большими потенциальными возможностями для художественно-творческого развития детей 6–10 лет, благодаря их психофизиологическим особенностям: существование сенсомоторного ума в качестве главного компонента художественно-творческих умений, который характеризуется взаимодействием когнитивных процессов и моторики.

В младшем школьном возрасте действие и движение – это важное условие развития восприятия, мышления, памяти и эмоционально-волевой сферы. По этой причине музыкально-ритмическая деятельность, которая

основана на моторно-пластическом олицетворении музыкальных образов, является прекрасным средством развития сенсомоторной сферы у детей и положительно влияет на формирование общих компонентов художественно-творческих умений: эмоциональной отзывчивости, творческой активности, интеллектуальной инициативы.

Для достижения творческого развития учащихся необходимо правильно сформировать уроки по ритмике. Базовое содержание уроков ритмики, которые влияют на развитие наглядно-образного мышления, заключаются в развитии следующих критериев [2, стр. 16].

1. Становление музыкальности:

- побуждение заинтересованности и любви к музыке, нужде слушать известные и новые музыкальные произведения, иметь суждения о музыке, танцевать под музыку, узнавать, что это за произведения и кто их написал;

- обогащение слушательского опыта различными по жанру и стилю музыкальными произведениями, охватывая современные и классические произведения крупной формы;

- становление способности показывать в движении характер музыки и ее настроение, показывая как контрасты, так и тонкие нюансы: изящество, грусть, тревожность, восторг и безмятежность и т.п. Умение в слове проявить характер движений, подбирая правильные эпитеты;

- формирование способности отличать и показывать в движении главные средства музыкальной выразительности: регистр; темп, динамику; ритм; отличать 2-3-частную форму произведения, а также иные структуры сочинений – рондо, вариации. Способность правильно пользоваться примитивными музыкальными терминами: ритм, динамика, темп и т.п.;

- формирование умения отличать жанры произведения – плясовая (полька, вальс, современный и старинный танец), песня (песня-марш, песня-танец и пр.), марш (различный по характеру) – и показывать это в надлежащих движениях, в словесных описаниях, применять элементарные музыкальные понятия и термины (к примеру, «мелодия», «регистр», «аккомпанемент» и пр.).

2. Становление творческих умений:

- умения описывать словами (в письменной и устной речи) музыкальный образ и содержание музыкального произведения;
- способностей сочинять простые плясовые движения
- и их комбинации, обосновав логику построения композиции;
- развитие способностей исполнять знакомые движения в игровых ситуациях, под другую музыку, импровизировать в драматизации, самостоятельно образовывая пластический образ; учить сочинять физкультминутки на уроках;
- формирование фантазии, воображения, способности находить собственные, своеобразные движения для того, чтобы выразить характер музыки, способности оценивать собственные творческие проявления и давать аргументированную оценку другим детям.

3. Развитие и тренировка процессов психики:

- развитие произвольного внимания, воли, умения увязывать слуховое представление и двигательную реакцию согласно тонким нюансам звучания музыки;
- развитие экспансивной сферы и способности выражать собственные эмоции в пантомимике и мимике - радость, страх, грусть, тревогу, сочувствие, насмешку, и т.п., другими словами различные по характеру настроения, к примеру: «Неуверенный ученик выходит к доске», «Хвастун рассказывает о своих отметках» и пр.;
- тренировка подвижности нервных процессов: способности быстро менять направленность и характер движения, мгновенно прореагировав на разнообразный динамику, темп, ритм и форму музыкального произведения;
- формирование двигательной и музыкальной памяти, мышления (способности сопоставлять, анализировать характер движения, мелодии, выражая это в соображениях и т.п.).

4. Критерии уровня формирования детей:

- выразительность, точность и легкость исполнения движений под музыку;

- способность самостоятельно отражать в движении главные средства музыкальной выразительности, верно называть их;
- усвоение большого объема различных композиций и некоторых видов движений, различных по характеру и стилю;
- умение импровизировать с использованием различных и оригинальных движений, сочинение танцев для праздников, физкультминуток для уроков;
- усвоение сложных видов движений: шаг на припадании, шаг польки, переменный шаг, вальсовый шаг, разнообразные виды галопа, элементы движений из современных детских бальных танцев.

Все вышеперечисленные задачи педагог осуществляет в ходе творческого общения с детьми в разных формах работы: в свободных играх, на занятиях, при подготовке и проведении развлечений и праздников, в ходе персонального общения с ребенком и т.п. Бесспорно, надо конкретизировать данное содержание на установленный период времени, имея в виду ряд усложнения заданий, выделение приоритетных задач в соответствии с возможностями детей и условий работы.

2.2. Содержание упражнений по ритмике для развития образного мышления младших школьников

Учащиеся, проживая путь освоения музыкально-хореографического наследия, соприкасаясь с заложенными в них духовно-нравственными идеями, учатся чувствовать и образно мыслить.

Принцип образности диктует необходимость построения хореографического урока на уровне обобщения образов.

Содержания каждого урока должно актуализировать творческую активность и ценностную ориентацию ученика и приводить к решению стоящей проблемы, разрешив произвести самостоятельное открытие. В результате чего появляется надобность использования метода, соответствующего перечисленным выше требованиям, а именно метода художественного открытия. [3, с. 24].

Метод художественного открытия выступает, в качестве оригинальной игры, значение которой не только в достижении цели, но и в свободном выражении своих творческих способностей, в возможности постигать и разрешать художественные задачи.

Метод художественного открытия может заключать в своей основе:

- независимую постановку цели и моральный выбор;
- осуществление роли соавтора художественного процесса;
- проявления воли и переживания в радости своего открытия;
- чувство своей значимости;
- самоанализ и самооценку;
- принятие новых ценностей и отказ от своего прежнего мировоззрения.

Отсюда вытекают педагогические условия для успешного овладения методом художественного открытия:

- выстраивать урок по ритмике в обязательном обсуждении различных мнений, противоречий, которые способны развивать процесс образного мышления учащихся;
- организовать в процессе обучения как поиск индивидуального, оригинального решения, используя при этом весь творческий потенциал и набор имеющихся знаний;
- включить в содержание урока по ритмике фактор ценностного компонента, который раскрывает значимость развития образного мышления для обучения;

- выстроить на основе законов познания драматургию урока: от художественного целого, к анализу его частей, а далее к обобщению качественно нового целого;

- задействовать все виды творческой активности: познавательной (любопытность), мотивационной (внутренний стимул), преобразовывающей (возможная тяга к творчеству и созиданию) при помощи творческой ситуации, организуемой на уроке ритмики, развивающей образное мышление;

- организовать урок с использованием комплекса упражнений для развития образа;

- организовать творческий процесс погружения в пластическое содержание урока по ритмике разбирая содержание и формы, чтобы прийти к осмыслению художественной идеи урока.

На основании вышесказанного нами предложен комплекс упражнений для развития образного мышления на уроках ритмики.

Нами предложен комплекс упражнений, развивающих образное мышление. Ритмика включает в себя ритмичные упражнения, музыкальные игры, музыкальные задания по слушанию и разбору танцевальной музыки, поскольку недостаточное музыкальное развитие детей на первом этапе обычно является главным тормозом в развитии их танцевальных возможностей [6, с. 9]. Предложенные упражнения выполняются от 2 до 10 минут.

Упражнения данного раздела способствуют формированию музыкальности и образности: развивают музыкальное восприятие, представления о выразительных средствах музыки, запас музыкальных впечатлений, применяя их в различных видах деятельности; формируют чувство ритма, способность ориентироваться в маршевой и танцевальной музыке, устанавливать ее характер, метроритм, структуру и особенно, способность связывать музыку с движением [12, с. 56].

К примеру, упражнение «Елочка». Дети, взявшись за руки, идут вокруг ёлочки. Затем останавливается музыка. и дети по очереди изображают

игрушки, которыми украшена елка, которые находятся под елкой, различных новогодние подарки.

При этом важно дать самовыразиться каждому ребенку, иногда по подсказке учителя, если возникают трудности, либо самостоятельно.

При этом пока один ребенок показывает «фигуру» остальные дети могут отгадывать предмет изображения, что еще больше стимулирует творческое начало у ребенка.

Таким образом, данное упражнение направлено на развитие точности пластического изображения у детей под руководством преподавателя, который добивается максимального подобия.

При этом преподаватель может подсказывать словом и жестом, поощрять процесс образного мышления.

Также радостную атмосферу и настроение можно создать с помощью новогодних песен и мелодий.

Упражнение 2

«Танец розы» (вальс из балета П.И. Чайковского «Щелкунчик») [16, с. 120].

Смысл данного упражнения заключается в развитии пластики рук, творческого начала детей. При проигрывании музыки дети плавно руками показывают танец цветов, на свое усмотрение придумывают элементы танца. Преподаватель поощряет творческую активность каждого ребенка.

Потом по задумке данной игры музыка останавливается. и дети застывают в придуманных позах. При этом. чем разнообразнее «застывшая фигура», тем богаче фантазия детей.

Упражнение 3 [12, с. 89].

«Водоворот». Данное упражнение призвано укрепить навыки и умения непрерывного движения, развить творческое начало ребенка, поощрить его активность.

При выполнении упражнения дети имитируют водоворот воды кистями, поднимая их снизу вверх, впереди, постепенно переходя на волны руками от плеча.

Преподаватель направляет и корректирует плавность движения, поощряет разнообразие движений, хвалит за достигнутые результаты.

Упражнение 4 [16, с. 67].

«Дудочка»

Данное упражнение ставит задачу развивать внимание, память, фантазию, воображение, координацию.

В процессе игры дети под музыку движутся по кругу, в оговоренных местах все дети делают 2 хлопка в ладоши, затем 2 притопа (выполняют два раза). Затем звучит дудочка и под этот звук требуется придумать любое движение и выдержать его пока играет дудочка.

После повторно играет мелодия, дети продолжают двигаться по кругу, а под звучание дудочки вновь повторяют придуманное движение.

Следующий участник, стоящий по кругу придумывает новое движение и так же выдерживает его на звучание дудочки.

Особенность данного упражнения заключается в умении держать исполнение движения, правильность его выполнения и повтора в последующем.

При этом преподаватель следит, чтобы движения были оригинальные и интересные, поощряет детскую активность.

Упражнение 5 [12, с. 146].

«Сделай так»

Цель игры заключается в том, чтобы мимикой, жестами, пластикой и звуком изобразить то, что написано на карточке. Игра направлена на развитие воображения, творчества и владение выразительными средствами – мимикой, пластикой и жестами.

Суть игры заключается в следующем, что дети встают в круг и педагог раздает им карточки с заданиями, которое необходимо показать

без предварительной подготовки. Все остальные должны отгадать, что показал ученик, если угадали, то показывающий верно справился с заданием. Задания должны подбираться по возрасту детей и соответствовать общей теме урока.

Приблизительные перечень возможных заданий: встревоженный кот; грустный пингвин; восторженный кролик; хмурый орел; человек, который хорошо пообедал; жмут ботинки; человек, который неудачно пнул кирпич; человек, у которого острый приступ радикулита; горячий утюг; будильник; и другие варианты, в зависимости от возраста детей.

В ходе игры преподаватель следит за правильностью выполнения фигур, при возникновении трудностей помогает, поощряет детей к самовыражению.

Упражнение 6 [16, с. 39].

«Автомобили»

Цель данной игры заключается в закреплении умения исполнять движения и соединять их с темпом музыки, возможность фантазировать.

В процессе игры дети стоят в шахматном порядке или в шеренгу. По команде «сели в машину» дети выполняют команду – изображая руками, что держатся за руль. По команде «завели моторы» дети издают звуки, имитирующий звук мотора. По команде «поехали» дети свободно передвигаются по залу, не сбивая друг друга под темп музыки.

Учитель поднимает карточки светофора, где написано задание исполнения движений: красный – галоп; желтый – подскок; зеленый – бег с поджатыми ногами.

По команде «машины в гараж» дети должны на 3 счета встать на свои первоначальные места, и кто не успеет поставить машину, тот выбывает из игры. Кто во время игры сталкивается и попадает в «аварию», тот тоже выбывает из игры.

В ходе игры преподаватель поощряет инициативу детей выполнять замысловатые фигуры в процессе движения.

Упражнение 7 [3, с. 42].

«Дети и медведь»

Данная игра ориентирована на развитие воображения при свободном исполнении танцевальных элементов под разную музыку.

Правила игры: звучит веселая музыка, все дети свободно двигаются по залу, музыка прекращается, и дети замирают в различных позах. Из берлоги (отведенное в зале место) выходит «медведь» – водящий.

Ребята могут шевелиться, но если водящий увидит, то уводит провинившегося ребенка к себе в берлогу. Звучит музыка – «медведь» убегает, а дети исполняют танцевальные движения под музыку (полька, вальс, русская мелодия и пр.).

При подведении итогов учитель хвалит тех детей, которые ни разу не попали в «лапы медведя», и те, которые хорошо и красиво исполняли танцевальные движения.

Упражнение 8 [16, с. 15].

«Узнай по голосу»

В ходе выполнения данного упражнения развивается у детей тембровый слух, умение начинать и заканчивать движение в музыку, реагировать на смену музыкальных частей и фраз, умение образно представлять заданный голоса.

В ходе игры дети стоят тесным кругом, в центре с закрытыми глазами. Ведущий отчитывает такт на 1 – 4 дети энергичным шагом расходятся, образуя широкий круг; на счет 5 – 8 такты – держась за руки, дети двигаются галопом вокруг водящего; 9 – 12 такты дети медленно приседают, а водящий, вытянув руки вперед, приближается к детям, берет за руку любого ребенка; 13 – 16 такты – все медленно поднимаются, водящий выводит ребенка на середину круга.

Ребенок называет имя водящего, который должен узнать, кто его позвал. Водящий открывает глаза, и они вместе танцуют в паре. Одновременно все дети двигаются по кругу галопом или хлопают в ладоши. Звучит музыка, ребята вновь сходятся тесным кругом, в центре новый водящий, игра продолжается.

Упражнения 9. [16, с. 173].

«Чей кружок быстрее»

Цель данного упражнения развитие ловкости, умение свободно двигаться, развивает творческое начало и воображение.

Дети образуют 4 кружочка, в середине которого стоит водящий, в руках он держит платочек (или игрушку). Играет хороводная музыка, дети водят хоровод, водящий исполняет движения русского характера. Изменяется характер музыки на плясовую, быструю, дети свободно танцуют, исполняя быстрые движения (бег). Музыка останавливается, дети приседают и закрывают глаза. Водящий меняет свое место и поднимает платочек. С началом музыки дети открывают глаза и бегут к своему водящему, и становятся вокруг него в кружок. Побеждает тот кружок, который всех быстрее собрался и взялся за руки.

В ходе игры педагог поощряет активных детей.

Упражнение 10 [5, с. 98].

«Запомни мелодию»

Цель данной игры заключается в умении определять мелодию, активировать воображение и закрепить танцевальные движения в характере исполняемой музыки.

Играющие стоят в 2 – 3 колонны по 5 -6 человек. Перед каждой колонной стоит стул. Звучит мелодия (полька, вальс, хороводная, галоп) и участник должен дойти до стула танцевальными движениями, той мелодии, которая звучит. Участники, выполнившие правильно движение приносят команде очко.

При отборе музыки учитель учитывает уровень знаний музыкального и танцевального материала детей.

Упражнение 11 [3, с. 42].

«Найди свою пару»

Цель игры заключается в развитии внимания, воображения при выполнении произвольных движений.

Играющие встают в два круга, (внутренний и внешний) и берутся за руки. При этом во внешнем круге на одного человека больше, чем во внутреннем.

Звучит музыка, играющие начинают движение (подскоком, бег с поджатыми ногами и т.д.). Один круг двигается по ходу часовой стрелки, другой – в обратном направлении. По сигналу учителя музыка останавливается, участники игры произвольно разбиваются по парам, причем стараются сделать это как можно быстрее. Тому участнику, кто остался без пары, учитель предлагает станцевать или рассказать скороговорку, отгадать загадку и т.д. После этого, все становятся в два круга, и игра повторяется.

Упражнение 12 [16, с. 64].

«Заводные игрушки»

Цель игры заключается в умении отобразить характер музыки через движение. Начинать движение после вступления, заканчивать точно с окончанием звучания музыки.

Движения передавать в характере музыки. Зайчики – прыгают на 2 –х ножках с небольшим продвижением вперед, на последний аккорд присаживаются (И. Штраус – «полка») Медвежата – кружатся, тяжело переступая, в конце музыки останавливаются (П.И. Чайковский «Выход и песня медведя») Лошадки скачут прямым подскоком по кругу (Д. Россини «Увертюра») «Ловишка» стоит лицом к стене, спиной к ребятам, которые стоят у другой стены. Когда начинается музыка, дети танцевальными движениями подходят к «ловишке» и танцуют около него. Как только музыка останавливается, «ловишка» поворачивается и ловит детей и кого он поймает, тот становится «ловишкой».

Педагог контролирует правильность хода игры, поощряет детей к активной деятельности.

Упражнение 13 [16, с. 208].

«Деревянные и тряпичные куклы»

Цель игры заключается в умении показать различия между деревянной куклой и тряпичной. Развитие творческого воображения и мышечного изображения, ощущений.

Деревянная кукла – дети напрягают мышцы ног и корпуса и опущенные вдоль тела рук. Под музыку выполняются повороты тела вправо и влево на маленьких, не высоких полупальцах. Изображение тряпичной куклы – дети стоят без лишнего напряжения в плечах и корпусе, руки висят пассивно, ноги чуть в свободном и расслабленном положении. Под музыку дети исполняют повороты вправо и влево, при этом руки свободно обвивают тело, как у тряпичной куклы, ноги плотно стоят на полу. Движение кукол повторяется поочередно, чтобы дети могли почувствовать разницу напряженных и расслабленных мышц.

Таким образом, можно отметить, что занятие ритмикой связано с многообразием предлагаемых упражнений, высоким уровнем эмоциональности при минимальной потребности в специальных средствах для проведения занятий.

Ритм музыки связан с моторикой, мышечной активностью человека, поэтому человек, владеющий чувством ритма, будет лучше играть, танцевать, петь, так как ритм выступает в роли фундамента для искусства.

Ритмичность, возвращенная с помощью музыки и движения, положительно влияют на самочувствие и, настрой учащихся, исправляют недостатки физического и психического характера.

Ритмика формирует способности, которые управляют взаимодействием духа и тела, помогающие проявлять свою индивидуальность.

2.3. Анализ апробации как средства для развития образного мышления младших школьников в условиях в МБУК «Бобровский ДК» п. Бобровский

Разработанная образовательная программа по ритмике для детей младшего школьного возраста была внедрена и апробирована на занятиях хореографией в ансамбле современной хореографии «Очаровашки», на базе МБУК «Бобровский ДК», п. Бобровский с 24.11.2015 по 03.06.2016.

Направление ансамбля современной хореографии – дополнительное хореографическое образование детей по программе «Ритмика».

Занятия ритмикой раскрывают в ребенке самые разнообразные способности и формируют жизненно необходимые навыки, такие как: чувство партнера, музыкальность, выразительность, пластичность, креативность. Развивают чувство слуха, выворотность, выразительность движений, и творческие способности. Ритмика включает в себя:

- культуру движения и пластику;
- умение владеть своим телом;
- умение двигаться грациозно и красиво.

Дети, занимающиеся танцами, в том числе ритмикой, развиваются гораздо быстрее и достигают больших успехов, чем их ровесники, которые не танцуют. Ритмика помогает ребенку стать более открытым и веселым.

Программа по учебному предмету «Ритмика» содержит тренировочные упражнения и танцевальные комбинации классического, современного и бального танца, что способствует гармоническому развитию танцевальных способностей обучающихся. Теоретические сведения о танце даются непосредственно в процессе занятий и в ходе работы над постановками, где задействовано творческое мышление ребенка.

Программный материал даёт возможность создавать для детей несложные сюжетно-тематические номера, танцевальные этюды.

В процессе постановочной работы, репетиций обучающиеся приучаются к сопереживанию, к сотворчеству, у них развивается художественное воображение, ассоциативная память, творческие способности. Программа направлена на развитие творческих способностей учащихся, их музыкальности. Важнейшей задачей всего курса обучения является:

- развитие образного мышления;
- воспитание эмоциональной выразительности исполнения;
- точная передача танцевального стиля и манеры исполнения;
- развитие творческого потенциала и воображения.

Программа дополнительного образования «Ритмика» предназначена для детей в возрасте 7-11 лет, без специальной хореографической подготовки и физических данных.

Программа составлена с учетом всех основных международных и государственных принципов воспитания и развития детей. Основная её цель – создание основы и условий для развития творческих способностей ребенка, формирования его личности. На первый план выступает не образование как цель, а образование как средство разностороннего развития подрастающего человека. Главным принципом программы является взаимодействие взрослого

и ребенка на основе постоянного творчества. На практике реализация программы выглядит примерно так:

- в игровом процессе широко применяются различные развивающие игры, а процессе обучения – специальные, подобранные по возрасту обучающие и дидактические материалы;
- сведение к минимуму критики всех творческих и иных результатов деятельности ребенка, вежливое и доброжелательное отношение ко всем членам коллектива;
- создание единого подхода к воспитанию и развитию детей, как на уроках ритмики, так и дома. С этой целью родители вовлекаются в процесс жизнедеятельности группы.

Апробация проходила в младшей группе ансамбля современной хореографии «Очаровашки» с детьми 7-8 лет. Группа состоит из 15 – 20 человек.

В МБУК «Бобровский ДК», танцевальный коллектив «Очаровашки» посещают дети разных возрастов, с разным уровнем хореографической подготовки и разными природными физическими данными. Поэтому для внедрения программы необходимо создание оптимальных условий для занятий хореографии.

1 этап. Подготовительный.

В процессе наблюдения за детьми на занятиях выяснилось, что детям необходимы упражнения на развитие творческих способностей ребенка, а так же упражнения на развитие всех групп мышц и исправления физических недостатков ребенка с допустимой степенью технической сложности и нагрузкой на мышечный аппарат. Педагог может уменьшить или увеличить объём и степень технической сложности материала в зависимости от состава класса и условий конкретной работы.

Предполагается большое количество времени для индивидуальной работы с детьми, поскольку одни склонны к исполнению *adagio* (медленных упражнений с плавными переходами), другие – *allegro* (четких, ритмичных

упражнений). Необходимо научить детей раскрывать сценический образ посредством пластики движений. Для этого важными упражнениями являются – упражнения на развития творческих способностей. Танец не может быть самоцелью, его нужно наполнить глубоким содержанием, горячими чувствами, он должен нести в себе мысль, заставлять радоваться и сострадать.

Дети не умеют и не любят трудиться, значит, их нужно заинтересовать какой-то идеей, перспективой на ближайшее будущее. Концерт – праздник для них, иначе пропадет интерес к учению. Нужно постоянно держать

их в напряжении и ожидании праздника.

2 этап. Основной – внедрение и апробация программы для детей.

Усвоение программы, главным образом зависит от возрастных, социальных, индивидуально-психологических особенностей. Каждый человек индивидуален, у каждого свой объем приема и усвоения новой информации. Чем больше этот объем приема информации за одно занятие, тем более успешен учащийся к обучению хореографией или любого другого направления творчества.

С каждым занятием, развиваются зрительная и мышечная память, благодаря повторам подобранных упражнений, и танцевальных этюдов. Создается ситуация успеха: любые маленькие успехи в запоминании нового упражнения и информации поощряются педагогом, и радуют учащегося, его знания с каждым занятием увеличиваются. И при звуках знакомой мелодии, он сам вспоминает какое упражнение или танцевальный этюд будет следующим.

Чтобы добиться результатов творческих достижений у своих учеников, нужно танец оживить, вложить в него эмоции и чувства. И как только в танце раскрываются сильные чувства, впечатление от него в значительной степени меняется, он завораживает своей пластической выразительностью, оставляя полное эстетическое наслаждение. Занятие – это серьезный труд преодоления себя, ведь ритмика в процессе изучения, достаточно однообразна, но лишь

преодолев это, можно постигнуть совершенства во всех танцевальных стилях, что будет настоящим достижением в развитии ребенка.

В процессе освоения материала программы педагог должен строго соблюдать принцип «от простого к более сложному». На базе навыков и умений, которые формируются на начальном этапе, в последующие годы обучения учащиеся начинают проходить основные элементы у станка, освоив которые, приступают к их совершенствованию с применением несложных комбинаций.

Дальнейшее увеличение мышечной нагрузки в течение всего периода обучения производится постепенно и планомерно – усложняется лексика; вводятся новые технические приёмы; усложняются композиции заданий и танцевальных этюдов – и должно быть подготовлено всем предыдущим ходом обучения.

Освоение программы должно опираться на дифференцированный подход к детям, к состоянию класса. Многое зависит от физических данных учащихся, от степени их восприятия предлагаемого материала.

3 этап. Предполагаемый результат.

В процессе освоения программы у обучающихся должен появиться интерес к занятиям ритмикой и желание принимать участие в выступлениях различного характера. Станут более точно выполнять упражнения на координацию, разовьется воображение и творческие способности, при работе у станка научатся принимать правильное положение корпуса, рук и ног. У детей повысится выносливость и общая физическая подготовка, научатся работать как самостоятельно, так и в коллективе.

Таким образом, программа даёт возможность выбрать наиболее усваиваемый танцевальный текст, его варьирование. В данной программе не говорится специально о музыкальном сопровождении каждого элемента (на середине или у перекладки-станка). При подборе музыкального сопровождения педагогу необходимо учитывать возрастное восприятие музыки у детей, что значительно облегчит усвоение технически сложных элементов

и поможет развитию навыков творчества, пластичности, грациозности и выразительности в танцевальных движениях.

Если деятельность ребенка носит творческий не рутинный характер, то она постоянно заставляет его думать, творить, желать, создавать и добиваться успеха. Ребенок открывает для себя новый мир – в мир искусства, обнаруживает в себе новые возможности, повышается положительная самооценка, он чувствует радость и удовлетворение от своих успехов, что в свою очередь, вызывает заинтересованность в усвоении все более нового материала.

Поддержание интереса деятельности через стимулирующую мотивацию, означает превращение цели в соответствующей деятельности актуальную потребность человека.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В условиях реформирования системы образования и воспитания школьников большое значение приобретают вопросы создания предпосылок для разностороннего развития и саморазвития личности, индивидуализации и дифференциации обучения, перехода на личностно-ориентированные педагогические технологии, гуманизации и гуманитаризации образования. В свете этих вопросов большое значение приобретает вариативность образовательной системы, ее направленность на определение различных путей реализации единых целей и задач школьного и дополнительного обучения, применение различных педагогических систем педагогических технологий. Всем этим направлениям и задачам отвечает ритмика.

Ритмика как система физических упражнений под музыкальное сопровождение сочетает в себе физическое и духовное на основании гармоничного развития души и тела, воспитывает чувство ритма, выразительность и красоту движений. На уроках ритмики особую роль имеют соотношение физических и интеллектуальных возможностей ребенка, взаимосвязь между пространственным окружением, в котором проходит деятельность младшего школьника. С помощью ритмических занятий личность младшего школьника формируется целостно и гармонично. Перевоплощение школьников в различные музыкально двигательные образы позволяет раскрыть их индивидуальность, творческие возможности, а также целенаправленно влиять на эмоционально-чувственную сферу. Уроки ритмики, как вариативный компонент формирования у младших школьников культуры физической и духовной, строятся на основе межпредметных связей с уроками физической культуры, музыки, литературы, изобразительным искусством, выступая интегральной звеном личностного гармоничного развития. Благодаря этому, уроки ритмики составляют целостную систему музыкально-ритмично-двигательного воспитания развивающих образное мышление, учащихся начальных классов.

Во второй главе дипломной работы было рассмотрено практическое применения ритмики как средства развития образного мышления младших школьников в системе дошкольного образования.

Основными задачами предмета «Ритмика» являются воспитательные, музыкально-ритмические, физические, эстетические. Воспитательные задачи направлены на воспитание потребностей, интересов, мотивов своего творческого развития, развитие художественно-творческой активности, формирования образного мышления упражнениями, выполняемыми на занятиях музыкально-ритмические задания способствуют воспитанию чувства ритма, формированию умений согласовывать свои движения с музыкой, ритмично отображать чувства, эмоции при создании художественного образа.

Благодаря эстетическому воспитанию в курсе «Ритмика» формируется выразительность движений, умение управлять сознательно движениями своего тела и делать их красивыми, легкими, вдохновенными и передавать художественные образы через движения тела.

Анализ апробации уроков ритмики как средства для развития образного мышления младших школьников проводилось в условиях в МБУК «Бобровский ДК» п. Бобровский.

Анализируя полученные в процессе исследования данные, можно сказать, что после занятий по ритмике, ориентированных на развитие наглядно-образного мышления у детей наметился прогресс и значительный рост уровня образного мышления, что свидетельствует об успешной разработке упражнений для развития образного мышления.

Также стоит отметить, что занятия по ритмике после введения дополнительных игровых упражнений добавили динамизм и креативность занятиям.

Так, можно заключить, что в процессе занятий ритмикой у детей развивается становление музыкальных образов, согласованность движений с ритмом музыки, развивается наглядно-образное движение. Развивается умение учащегося анализировать собственные движения, придумывать свою

«ролевою игрою», развивать собственный персонаж с уникальными танцевальными сюжетно-образными движениями.

Таким образом, уроки ритмики должны стимулировать стремление школьников к своему личностному совершенствованию, эстетическому и образному восприятию действительности, повышать творческую активность, радость от занятий. Главными компонентами этих уроков должны быть качество выполнения упражнений, красота и выразительность, чувство ритма. Особого внимания должны заслуживать эстетичность и регулярность занятий интерес школьников к таким занятиям, потребность заниматься самостоятельно.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. *Андрущенко Т.Ю.* Психологические условия формирования самооценки в младшем школьном возрасте [Текст] / Т.Ю. Андрущенко// Вопросы психологии. – 2010. – № 4 (38) – С. 54
2. *Бермудес Д.В.* Современные направления ритмической гимнастики как средство повышения уровня физического развития и физической подготовленности студенток [Текст] // Ермакова С.С. Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта /проф. – Хабаровск: ХГАДИ (ХХПИ), 2012. – №12. – С. 7–10
3. *Блонский П.П.* Педология [Текст] / П.П. Блонский – М.: ВЛАДОС, 2011. – 288 с.
4. *Богоявленская Д. Б.* Интеллектуальная активность как проблема творчества [Текст] / Д.Б. Богоявленская – Москва – Просвещение – 63 с.
5. *Божович Л.И.* Личность и ее формирование в детском возрасте [Текст] / Л.И. Божович. – М.: Просвещение, 2011. – 464 с.
6. *Бондаренко Л.* Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях [Текст] / Л. Бондаренко – Москва, 2012.– с.26
7. *Борозинец Н.М.* Развитие самосознания детей старшего дошкольного возраста в условиях предшкольной подготовки: Монография [Текст] / Н.М. Борозинец. – Ставрополь: Изд-во СГПИ, 2011. – 125 с.
8. 500 замечательных детских игр. [Текст] / Сост. А.Б. Бочарова Т.М. Горева – М.: ООО «Фирма» изд – во АСТ, 2012. – 384 с.
9. *Ярошевский М.Г. Петровский А.В.* Теоретическая психология [Текст] М.Г. Ярошевский. – М. 2016 г.
10. *Вакуленко М.М.* Милованова М.А., Рыкова Е.Б. Школьная мозаика фестивали, праздники [Текст] / Вакуленко М.М., Милованова М.А. Рыкова Е.Б – СПб Гос. университет пед. мастерства, 2012 – 100с.
11. *Выготский Л.С.* Педагогическая психология [Текст] / Под ред. В.В. Давыдова. – М.: Педагогика – Пресс, 2010.– с.68

12. *Галанжина Е.С.* Некоторые аспекты развития образного мышления младших школьников [Текст] / Искусство в начальной школе: опыт, проблемы, перспективы. – Курск, 2011.– с.89

13. *Горлова Е.Л.* Центральное психологическое новообразование младшего школьного возраста как основа развивающего обучения: [Текст] Дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07: Москва, 2012 178 с. РГБ ОД, 61:02–19/180-0 (37)– с.254

14. *Гребцова Н.И.* Развитие мышления учащихся [Текст] / Начальная школа – 2014, №11–с.143

15. *Давыдов В.В.* Проблемы развивающего обучения [Текст] / В.В. Давыдов.– М.: Педагогика, 2015. – 240 с.

16. *Давыдов В.В.* Психическое развитие в младшем школьном возрасте [Текст] / Возрастная и педагогическая психология / Под ред. А.В. Петровского. – М., 2013. – С.69-10

17. *Дубровина И.В.* Андреева А.Д. и др. Младший школьник: развитие познавательных способностей: Пособие для учителя [Текст] / Дубровина И.В., Андреева А.Д. – М.: Владос, 2012 – с.89

18. *Эстетическая культура и эстетическое воспитание* [Текст] / Сост. Г. С. Лабковская. – М.: Просвещение, 1983.– с.154

19. *Зими́на А.Н.* Образные упражнения и игры в музыкально – ритмическом развитии детей. Практикум для педагогов [Текст] – М.:ООО «Издательство ГНОМ и Д», 2011. – 32с.

20. *Конек Л.В.* Исаева Н.В. Спужак В.Б. Особенности использования ритмической гимнастики и оздоровительной аэробики на занятиях по физической культуре в высших педагогических учебных заведениях [Текст] / Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта /зб.наук.праць под редакцией проф. Ермакова С.С. – Хабаровск: ХГАДИ (ХХПИ), 2012. – №1. – С. 49-52.

21. *Концепция* художественно-эстетического воспитания учащихся в общеобразовательных учебных заведениях. – Директор школы. – Январь, 2015. – №4. – С.15 – 17.

22. *Лихачев Б.Т.* Педагогика. Курс лекций: Учебное пособие для студентов педагогических учебных заведений и слушателей ИПК и ФПК [Текст] / Б. Т. Лихачев. – М.: Юрайт, 2012. – 464с.

23. *Люблинская А.А.* Учителю о психологии младшего школьника. [Текст] / М.: Просвещение, 2016. – с.253

24. *Мухина В. С.* Возрастная психология. [Текст] / В.С. Мухина. – М.: Академия, 2012. – 358 с.

25. *Немов Р.С.* Психология [Текст]: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений: В 3 кн. – 4-е изд. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2011. – Кн. 3: Психодиагностика. Введение в научное психологическое исследование с элементами математической статистики. – 640 с.

26. *Никитин Б. П.,* Развивающие игры [Текст] / Б.П.Никитин. – М.: Владос, 2014. – 176 с.

27. *Обухова Л.Ф.* Детская психология: теория, факты, проблемы. [Текст] / Обухова Л.Ф. – М.: Тривола, 2010 – с.74

28. *Эльконин Д.Б.* Избранные психологические труды. [Текст] / Д.Б. Эльконин. – М., 2014. – 255 с.

29. *Педагогический* энциклопедический словарь [Текст] / под ред. Б.М. Бим-Бад.– М.: Большая российская энциклопедия, 2012. – С. 327.

30. *Поиграем, потанцуем:* Игровые упражнения и пляски для детей младшего и среднего дошкольного возраста [Текст] / Сост. Г. П. Федорова. – СПб. «Детство - пресс», 2012. –48с. – (Серия «Из опыта педагога»)

31. *Радугин А.А.* Эстетика: Учебное пособие для вузов [Текст] / Р.И. Бикмуллина. – М. Центр, 2012. – 240с.

32. *Ротерс Т.* Состояние духовного развития школьников в процессе взаимодействия физического и эстетического воспитания [Текст] / Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания

и спорта // зб.наук.праць под редакцией проф. Ермакова С.С. – Хабаровск: ХГАДИ (ХХПИ), 2012. – №4. – С. 158–161.

33. *Ротерс Т.Т.* Духовное развитие личности школьника во взаимодействии физического и эстетического воспитания / Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта // зб.наук.праць под редакцией проф. Ермакова С.С. – Хабаровск: ХГАДИ (ХХПИ), 2011. – №3. – С. 93–96.

34. *Руднева С.* Ритмика. Музыкальное движение [Текст] / С. Руднева, Э. Фиш. – М., 2012. – с.315

35. *Рукавицын М. М.* Народность и партийность искусства [Текст] / М.М. Рукавицын – М.: Знание, 2013. – 112 с.

36. *Савонько Е. И.* Возрастные особенности соотношения ориентация на самооценку и на оценку другими людьми [Текст] / Изучение и мотивация поведения детей и подростков / Под ред. Л И. Божович, Л В Благоннадежиной. М, 2015 – с.68

37. *Сапогова Е.Е.* Психология развития человека [Текст] / Е.Е. Сапогова – Учебное пособие. – М.: Аспект Пресс, 2011. – 354 с.

38. *Сергеева В.П.* Психолого-педагогические теории и технологии начального образования. [Текст] / В.П. Сергеева - Москва, 2012. – с.118

39. *Смольц Т.В., Разум И.А., Штангеева А.А., Щербак Л.Н.* Ритмическая гимнастика как средство адаптации к жизни в не самом учебное время [Текст] / Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта // зб.наук.праць под редакцией проф. Ермакова С.С. – Хабаровск: ХГАДИ (ХХПИ), 2006. – №5. – С. 91–94.

40. *Субботина Л.Ю.* Развитие воображения у детей [Текст] / Л. Ю. Субботина – Ярославль: Академия развития, 2012. – с.37

41. *Теплов Б.М.* Практическое мышление [Текст] / Хрестоматия по общей психологии: Психология мышления. – М.: МГУ, 2011 – с.201

42. *Физическая культура.* 5 – 12 классы. Программа для общеобразовательных учебных заведений. – Новосибирск, 2015. – 272с.

43. *Фирилёва Ж.К.* Сайкина Е.Г. «СА – ФИ - ДАНС». Танцевально – игровая гимнастика для детей [Текст] / Ж.К.Фирилева: Учебно – методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений.– СПб.: «Детство – пресс», 352 с.

44. *Чибрикова-Луговская А.Е.* Ритмика. Методическое пособие для воспитателей, музыкальных руководителей детского сада и учителей начальной школы [Текст] / А. Е. Чебрикова-Луговская. – М.: Дрофа, 2012. – с.66

45. От дошкольника к младшему школьнику: всё о кризисе семи лет. [Электронный ресурс] Режим доступа: <http://mdou19.ru/index.php/psiholog/103>

46. *Захарова А. В.* Генезис самооценки. [Электронный ресурс] Режим доступа: <http://www.childpsy.ru/dissertations/id/18506>.

47. *Булычева А.В.* Методика нелепицы.[Электронный ресурс] Режим доступа: <http://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/2013/02/13/metodika-nelepitsy>

Упражнения по ритмике на развитие наглядно-образного мышления

Упражнение 1. «Елочка».

Выполнение: Дети, взявшись за руки, идут вокруг ёлочки. Затем останавливается музыка, дети по очереди изображают игрушки, которыми украшена елка.

Упражнение 2.

«Танец розы».

Смысл данного упражнения заключается в развитии пластики рук, творческого начала детей. При проигрывании музыки дети плавно руками показывают танец цветов, на свое усмотрение придумывают элементы танца.

Упражнение 3. «Водоворот».

Дети имитируют водоворот воды кистями, поднимая их снизу вверх, впереди, постепенно переходя на волны руками от плеча.

Упражнение 4. «Дудочка».

В процессе игры дети под музыку движутся по кругу, в оговоренных местах все дети делают 2 хлопка в ладоши, затем 2 притопа (выполняют два раза). Затем звучит дудочка и под этот звук требуется придумать любое движение и выдержать его пока играет дудочка.

Упражнение 5. «Сделай так».

Дети встают в круг, и педагог раздает им карточки с заданиями, которое, необходимо показать без предварительной подготовки. Все остальные должны отгадать, что показал ученик, если угадали, то показывающий верно справился с заданием,

Упражнение 6. «Автомобили».

В процессе игры дети стоят в шахматном порядке или в шеренгу. По команде «сели в машину» дети выполняют команду – изображая руками, что держатся за руль. По команде «завели моторы» дети издают звуки,

имитирующий звук мотора. По команде «поехали» дети свободно передвигаются по залу, не сбивая друг друга под темп музыки.

Упражнение 7. «Дети и медведь».

Звучит веселая музыка, все дети свободно двигаются по залу, музыка прекращается, и дети замирают в различных позах. Из берлоги выходит «медведь» водящий.

Ребята могут шевелиться, но если водящий увидит, то уводит провинившегося ребенка к себе в берлогу. Звучит музыка – «медведь» убегает, а дети исполняют танцевальные движения под музыку (полька, вальс, русская мелодия и пр.).

Упражнение 8. «Узнай по голосу».

В ходе игры дети стоят тесным кругом, в центре с закрытыми глазами. Ведущий отчитывает такт на 1–4 дети энергичным шагом расходятся, образуя широкий круг; на счет 5 – 8 такты – держась за руки, дети двигаются галопом вокруг водящего; 9 -12 такты дети медленно приседают, а водящий, вытянув руки вперед, приближается к детям, берет за руку любого ребенка; 13 – 16 такты - все медленно поднимаются, водящий выводит ребенка на середину круга.

Упражнения 9. «Чей кружок быстрее»

Дети образуют 4 круга, в середине которого стоит водящий, в руках он держит платочек. Играет хороводная музыка, дети водят хоровод, водящий исполняет движения русского характера. Изменяется характер музыки на плясовую, быструю, дети свободно танцуют, исполняя быстрые движения (бег). Музыка останавливается, дети приседают и закрывают глаза. Водящий меняет свое место и поднимает платочек. С началом музыки дети открывают глаза и бегут к своему водящему, и становятся вокруг него в кружок. Побеждает тот кружок, который всех быстрее собрался и взялся за руки.

Упражнение 10. «Запомни мелодию».

Играющие стоят в 2 – 3 колонны по 5 – 6 человек. Перед каждой колонной стоит стул. Звучит мелодия и участник должен прийти до стула танцевальными движениями, той мелодии, которая звучит. Участники, выполнившие правильно движение приносят команде очко.

Упражнение 11. «Найди свою пару».

Играющие встают в два круга, (внутренний и внешний) и берутся за руки. При этом во внешнем круге на одного человека больше, чем во внутреннем.

Звучит музыка, играющие начинают движение (подскоком, бег с поджатыми ногами и т.д.). Один круг двигается по ходу часовой стрелки, другой – в обратном направлении. По сигналу учителя музыка останавливается, участники игры произвольно разбиваются по парам, причем стараются сделать это как можно быстрее. Тому участнику, кто остался без пары, учитель предлагает станцевать или рассказать скороговорку, отгадать загадку и т.д. После этого, все становятся в два круга, и игра повторяется.

Упражнение 12. «Заводные игрушки».

Движения передавать в характере музыки. Зайчики - прыгают на 2 –х ножках с небольшим продвижением вперед, на последний аккорд присаживаются Медвежата - кружатся, тяжело переступая, в конце музыки останавливаются. Лошадки скачут прямым подскоком по кругу. «Ловишка» стоит лицом к стене, спиной к ребятам, которые стоят у другой стены. Когда начинается музыка, дети танцевальными движениями подходят к «ловишке» и танцуют около него. Как только музыка останавливается, «ловишка» поворачивается и ловит детей и кого он поймает, тот становится «ловишкой».

Упражнение 13.«Деревянные и тряпичные куклы»

Деревянная кукла – дети напрягают мышцы ног и корпуса и опущенные вдоль тела рук. Под музыку выполняются повороты тела вправо и влево на маленьких, не высоких полупальцах. Изображение тряпичной куклы - дети стоят без лишнего напряжения в плечах и корпусе, руки висят пассивно, ноги чуть в свободном и расслабленном положении. Под музыку дети исполняют

повороты вправо и влево, при этом руки свободно обвивают тело, как у тряпичной куклы, ноги плотно стоят на полу.

Приложение 2

Видеоурок по ритмике