

Совете Министров СССР. – М. : Советская наука, 1948. – 95 с.

3. Программа по физическому воспитанию студентов высших учебных заведений (кроме педагогических) / М-во высш. образования СССР. – М. : Советская наука, 1951. – 38 с.

4. Физическое воспитание : программа / М-во высш. и сред. спец. образования СССР. – М. : Высш. школа, 1963. – 71 с.

5. Физическая культура : Всерос. базисная учебная программа для высш. учеб. заведений / Гос. ком. РСФСР по делам науки и высш. школы. – М. : Изд-во Московского энергетич. ин-та, 1991. – 48 с.

6. Примерная программа дисциплины "Физическая культура" федерального компонента цикла общегуманитарных и социально-экономических дисциплин в государственном образовательном стандарте высшего профессионального образования второго поколения / составители В.И. Ильинич, Ю.И. Евсеев. – М. : Изд-во Московского психолого-социального института, 2000. – 34 с.

7. Евсеев, С.П. Направления модернизации физкультурного образования в свете требований нового закона об образовании в Российской Федерации // Программа Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Физическая культура и спорт в системе образования России: инновации и перспективы развития». 6-7 декабря 2013 года, Санкт-Петербург. – СПб., 2013. – С. 1.

REFERENCES

1. The program on physical education for teaching institutions (1948), Ministry of the high. education of the USSR, Moscow.

2. Position and programs of physical education of the students in higher educational institutions (1948), Ministry of the high. education of the USSR, Vsesoyuz. com. on Affairs of physical culture and sport at the Council of Ministers of the USSR, Soviet science, Moscow.

3. The program on physical education of students of higher educational institutions (except for pedagogical) (1951), Ministry of the high. education of the USSR, Soviet science, Moscow.

4. Physical education: the program Is in the high. and environments. spec. education of the USSR (1963), The High school, Moscow.

5. Physical education: vseros. basic training program for the high. textbook. institutions (1991), State. com. The RSFSR for science and higher. School, publishing house of the Moscow energy. in-TA, Moscow.

6. Il'inich V.I., Evseev Y.I., Ed. (2000) Approximate program of the discipline "Physical education" of the Federal component of the cycle of General humanitarian and socioeconomic disciplines in the state educational standard of higher professional education of the second generation, Moscow psychology-social Institute, Moscow.

7. Evseev S.P. (2013), Directions of modernization of physical education in light of the requirements of the new law on education in the Russian Federation, the program of the all-Russian scientific-practical conference with international participation «Physical culture and sport in the education system of Russia: innovations and development prospects». 6-7 December 2013, St. Petersburg.

Контактная информация: jkuramshin@mail.ru

Статья поступила в редакцию 08.04.2014.

УДК 78.05

РИТМ В МУЗЫКЕ И РИТМИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКЕ

Владимир Николаевич Курьсь, доктор биологических наук, профессор,

Рубен Вячеславович Гзирьян, аспирант,

Северо-Кавказский федеральный университет (СКФУ), г. Ставрополь

Аннотация

В статье рассматривается сущность, всеохватность и уникальность ритма как художественной категории и биомеханики, сравниваются особенности его проявления в музыке, а также в других видах искусств. Уделяется внимание психофизиологической природе ритма как условия гармонизации музыкального ритма и ритма телесно-двигательного. Излагается ряд позиций, опреде-

ляющих влияние музыкального ритма на состояние функциональных систем организма. Рассматриваются особенности формирования в сознании чувства гармоничного сочетания телесно-двигательных действий с заданным музыкальным ритмом, а также способности целесообразной корректировки двигательных действий согласно изменениям музыки в условиях выполнения упражнений ритмической гимнастики.

Ключевые слова: ритм, ритм музыки, ритм движений, ритмическая гимнастика, гармония, темпо-ритмическая структура, музыкально-ритмическое движение, музыкально-ритмическое чувство.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2014.05.111.p82-87

RHYTHM IN MUSIC AND RHYTHMIC GYMNASTICS

Vladimir Nikolaevich Kurys, the doctor of biological sciences, professor,

Ruben Vyacheslavovich Gziryan, the post-graduate student,

North-Caucasian federal university, Stavropol

Annotation

This article discusses the nature, comprehensiveness and uniqueness of rhythm as an artistic category, characterized by patterns of its manifestations in the music, as well as in other arts, focused on defining the nature of psycho-physiological rhythm that allows correlating the concepts of rhythm and rhythm of body-movement. Authors outline a number of positions, determine the impact of rhythm on the state of the functional systems of the body, the result of which appear similar to the rhythmic structure of the body-motor actions. Formed in the mind, the feeling of harmonious combination of these actions to the original music tempo, as well as the ability to appropriate adjustment of motor actions according to the changes of music are of obvious value for rhythmic gymnastics.

Keywords: rhythm, rhythmic gymnastics, music, sound, dance, components, melody, harmony, tempo-rhythmical structure, musical-rhythmic movement, musical and rhythmic sense.

Объединяющей характеристикой ритмичных гимнастических упражнений и музыки является их структурное ритмо-темповое проявление. В природе телесных движений и музыки изначально заложена их темпо-ритмическая основа, которая является синтезирующим фактором для таких видов искусств как танец, музыка. Особенности музыкально-двигательного содержания ритмической гимнастики, креативный характер подготовки и выполнения её упражнений, объединенных в композиции дают основания отнести этот вид двигательной активности в качестве родственного музыке и танцами как видами искусства.

Телесные движения, выполняемые в гармонии с ритмом и темпом сопровождающей музыки, являются основным средством развития характерных движений, музыкально-ритмического слухового и мышечного чувства. Отметим, что расширенному представлению об особенностях развития музыкально-ритмического чувства может дать изучение его психофизиологической природы.

Психофизиологическая сущность музыкально-ритмического чувства определяется дефиницией «ритма», которая имеет ряд взаимодополняющих трактовок. Так, в качестве базовой принимают ту, в которой ритм представляется как чередование каких-либо элементов, происходящее с определенной последовательностью, частотой. (Словарь современных иностранных слов).

Достаточно простой и в тоже время емкой дефиницией ритма для сферы телесно-двигательной деятельности можно принять его биомеханическую трактовку как временную меру соотношения частей движений, определяемую по соотношению их длительности, то есть по соотношению промежутков времени между ними. [6]

Ритм как закономерное чередование музыкальных звуков, как одно из формирующих средств в музыке, представляет собой основу и первоисточник музыкального искусства. Его роль в структуре музыки народов стран мира и континентов различна. Так, в музыкальном искусстве стран Африки и Латинской Америки ритм играет ярко вы-

раженную роль, в то время как в ряде северных стран Европы, юго-восточной Азии выразительность ритма поглощается мелодичностью, песенным началом музыки. Но при этом музыка, развивающаяся во времени независимо от ее этнической принадлежности, имеет определенную форму ритмической организации [7].

Представление о ритме в теории музыки отличается многообразием. Локальная трактовка понятия музыкального ритма в теории музыки состоит в организованной последовательности длительностей музыкальных звуков [8]. Музыкальный ритм, его составляющие организующие звуки во времени, такие, как темп, метр, ритмический рисунок, пульсация, форма, выполняют своего рода функцию объединения всех средств музыкально-ритмической выразительности в единое целое [9]. Отмеченные представления о музыкальном ритме уже дают возможность считать идентичными природу ритма музыкального и телесно-двигательного. Одной из иллюстраций тому может быть описанная выше сущность ритмического музыкального рисунка как упорядоченное распределение во времени ритмических единиц музыкального произведения и ритмической структуры физического упражнения так же распределенных во времени составляющих его двигательных действий.

Достаточно устойчивое представление о ритме составлено в области телесно-двигательного искусства, основанного на сопряжении телесных движений с музыкой (танцы, балет, виды спорта и др.). Характерно, что как при раскрытии сущности и особенностей музыкально-ритмического воспитания, посредством формирования музыкально-ритмического чувства специалисты, педагоги руководствуются, как правило, знаниями физиологии, психологии, биомеханики.

Исходя из отмеченного, музыкально-ритмическое чувство представляется нами как способность человека активно переживать (а нашем случае активно отражать в телесном движении) музыку и вследствие этого тонко чувствовать эмоциональную выразительность временного развития музыкального произведения. Прикладная трактовка музыкально-ритмического чувства для сферы ритмической гимнастики нам представляется, как развитая способность активно отражать в телесных движениях характер сопровождающего музыкального произведения и тонко чувствовать его эмоциональную выразительность.

Существующие сведения о сущности ритма в различных областях знаний отражают особенности восприятия человеком ритма музыки слуховыми рецепторами и ритма двигательных действий через мышечное чувство, и, безусловно, посредством их взаимопроникновения [5].

Феноменальность ритма, при этом, состоит в том, что он является основным средством выразительности музыки, а также средством выразительности в других видах искусств, в частности в искусстве телесных движений.

Обязательным условием проявления музыкального ритма является наличие акцентов в виде усиливающихся или выделяющихся определенным образом звуковых раздражений [3]. Особенностью ритма является проявление специфических (звуковых, двигательных) акцентов, тех акцентов, которые вызывают ритм. В этой связи уместно отметить, что именно ритмовая акцентуация является моторной основой ритмической гимнастики.

Понятие «ритм», как отмечалось, имеет достаточно обширные толкования. Однако, полагаем, следует исходить из такого представления о сущности этого понятия, которое напрямую связано с практикой музыкально-ритмического искусства и в частности с его ветвью – ритмической гимнастикой.

Рассматривая психофизиологическую природу музыкально-ритмического чувства, следует подчеркнуть, прежде всего, его моторную природу. Активное восприятие музыки настраивает системы и функции организма человека на взаимопроницающее взаимодействие. При этом организм ощущает периодичность частот музыкальной метроритми-

ки, соответствующей биоритмам организма [1]. Здесь же Жак Далькроз характеризует природу метроритмики такими определениями как: «Всякий ритм есть движение», «в образовании и развитии чувства ритма участвует все наше тело» [5]. Именно на этих основополагающих позициях строится ценностная сущность ритмической гимнастики.

Известно, что без телесных ощущений ритма очень сложно воспринимать ритм музыкальный [2]. Сформированное музыкально-ритмическое чувство можно соотносить с развитой способностью в движении активно переживать музыку, чувствовать эмоциональную выразительность музыкального ритма и точно его воспроизводить в движениях. Специфичность музыкально-ритмического чувства отмечается особенностью непосредственно сопровождать восприятие музыки теми или иными двигательными реакциями, более или менее точно передающими ритм музыки. Такое чувство лежит в основе всех тех проявлений музыкальности и моторики, которые связаны с восприятием и воспроизведением временного хода как мелодии, так и комбинаций телесных движений.

Психологический аспект восприятия ритма представляет особый интерес в связи с тем, что в нем очень четко обнаруживается то обстоятельство, что восприятие не «чисто духовный процесс», Он есть процесс активно-действенный. Безусловно, полноценное восприятие музыки есть активный процесс, предполагающий не просто слушание, но и творческое осмысление. Однако, в ряде случаев, как, например, в ритмической гимнастике, восприятие музыки является не чисто психологическим актом, поскольку включает в себя и весьма разнообразные сопровождающие движения. Поэтому, восприятие музыки не является только слуховым процессом. Оно, чаще всего, представляет собой слухомоторный процесс.

Музыкальный ритм оказывает существенное влияние на процесс коллективных действий и деятельности. В связи с этим М. Чейз отмечает, что ритм – есть основная предпосылка для координации, а совместные ритмические переживания в группе дают чувство сопричастности, солидарности, сопринадлежности [4]. Это в полной мере проявляется в ритмической гимнастике, где занятия осуществляются преимущественно в группах людей. И это, видимо, связано не только с вопросами организационного характера, но и с отмеченными выше особенностями воздействия ритма музыки и движений в условиях коллективных действий.

Чувство ритма соотносится не только с телодвижениями. Двигательные действия, сами по себе, еще не создают ритмическое переживание. Двигательные упражнения и их композиции являются органической составляющей восприятия ритма, а не внешним по отношению к нему проявлением, только сопровождающим ритм в отдельных случаях.

В основе темпо-ритмической способности человека лежит психофизиологический (телесно-пластический, мышечный) опыт двигательной реакции. Являясь одним из нормативных признаков телесности, сенсомоторная пластичность рассматривается в музыкальном искусстве как способность к плавным, мягким, округлым изменениям направлений движения, выражающая позитивно-уравновешенное состояние индивида, необходимое для конструктивного мышлеобразования и, как следствие, адекватного исполнения представленной модели действий [10]. На этой основе оптимальным движением можно считать гармонично скоординированное взаимодействие: опорной и двигательной систем, мышечного тонуса, нервно-психического состояния и выполняемых двигательных действий.

Чувство музыкального ритма в своей основе, как уже отмечалось, имеет моторную и эмоциональную природу. Двигательные действия являются не только результатом, но и условием ритмического переживания. В то же время активный действенный характер любого музыкально-ритмического переживания, как правило, продуцируется в ритмичной моторике.

Восприятие музыкального ритма неизменно является процессом и результатом слухо-двигательных проявлений, что находит безусловное и концентрированное отраже-

ние в специфике ритмической гимнастики. Музыкально ритмический акцент как проявление своеобразной звуко-музыкальной активности, естественно, реализуется в акцентированных телесно-двигательных реакциях, что является одним из оснований для проявления музыкально-ритмической активности в ритмической гимнастике.

Музыкально-ритмическое чувство, проявляемое в сфере двигательной активности человека, характеризуется, как его способность активно отражать в движениях свои переживания, содержание музыки и таким образом чувствовать эмоциональную выразительность развития во времени музыкально ритмического движения.

Отмеченные суждения и положения имеют безусловное отношение к ритмической гимнастике, поскольку ритмическое телесное движение, выполняемое на фоне и в связи с музыкой, должно являться не просто результатом, а условием ритмического и эмоционального переживания музыкального и моторного ритма как носителя эмоционально-содержательного компонента музыки. На этом основывается психофизиологическое взаимодействие ритмического телесного движения и музыкального ритма. Изложенными выше принципами и положениями определяется ценностная сущность гармонического синтеза ритмических телесных движений и содержания музыки как равноценных компонентов музыкально-ритмических телесно-двигательных упражнений, объединенных композицией, характерных для ритмической гимнастики.

ЛИТЕРАТУРА

1. Анисимов, В.П. Диагностика музыкальных способностей детей : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / В.П. Анисимов. – М. : Гуманитарный центр ВЛАДОС, 2004. – 127 с.
2. Белобородова, В.К. Музыкальное восприятие. К теории вопроса / В.К. Белобородова. – М. : Сов. композитор, 1978. – 506 с.
3. Ветлугина, Н.А. Структура музыкальности и пути её исследования. Музыкальное развитие ребёнка / Н.А. Ветлугина. – М. : Просвещение, 1986. – 325 с.
4. Гренлюд, Э. Танцевальная терапия: теория, методика, практика / Э. Гренлюд, Н. Оганесян. – М. : Издательский центр «Речь», 2011. – 296 с.
5. Далькроз, Э.Ж. Ритм / Э.Ж. Далькроз. – М. : Изд-во Классика – XXI, 2012. – 248 с.
6. Донской, Д.Д. Биомеханика : учебник для студентов института физической культуры / Д.Д. Донской, В.М. Заиорский. – М. : Физкультура и спорт, 1979. – 264 с.
7. Крицкая, Е.Д. Восприятие музыки как педагогическая проблема. Теория и методика музыкального образования детей / Е.Д. Крицкая. – М. : Флинта : Наука, 1999. – 326 с.
8. Лукьяненко, В.П. Физическая культура: основы знаний : учебное пособие / В.П. Лукьяненко. – Ставрополь : Изд-во Ставропол. гос. ун-та, 2001. – 224 с.
9. Стрельченко, В.Ф. Формирование знаний в области физической культуры и активной телесно-двигательной деятельности учащихся 8-9 классов : дис. ... канд. пед. наук / Стрельченко В.Ф. – Ставрополь, 2007. – 186 с.
10. Ципин, Г.М. Обучение игре на фортепиано / Г.М. Ципин. – М. : Просвещение, 1984. – 176 с.

REFERENCES

1. Anisimov, V.P. (2004), *Diagnosis of musical abilities of children: manual for students in higher education*, Humanitaria Center VLADOS, Moscow.
2. Beloborodova, V.K. (1978), *Musical perception. The theory of matter*, publishing house "Soviet composer", Moscow.
3. Vetlugina, N.A. (1986), *Structure of musicality and the way her research, Musical development of the child*, Education, Moscow.
4. Grenlyud, E. and Hovhannisyann, H. (2011), *Dance therapy, theory, methodology, practice*, Publishing center "Speech", Moscow/
5. Dalcroze, E.J. (2012), *Rhythm*, publishing house "Classics – XXI", Moscow.
6. Dondkoy, D.D. and Zathiorsky, V.M. (1979), *Biomechanics: textbook for students of the Institute of Physical Culture*, Physical culture and Sport, Moscow.
7. Kritskaya, E.D. (1999), *Perception of music as a pedagogical problem, Theory and methods*

of music education for children, publishing house “Flint – Science”, Moscow.

8. Lukyanenko, V.P. (2001), *Physical education: basic knowledge: Textbook*, publishing house Stavropol State University, Stavropol.

9. Strelchenko, V.F. (2007), *Formation of knowledge in the field of physical culture and active body-motor activity of pupils 8-9 class*, dissertation, Stavropol.

10. Tsipin, G.M. (1984), *Learning to play the piano*, Education, Moscow.

Контактная информация: rubengziryan@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 17.05.2014.

УДК 793.38

МУЗЫКАЛЬНО-РИТМИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ЮНЫХ ТАНЦОРОВ В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ НА ЭТАПЕ ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

Елена Валентиновна Ленская, аспирант,

Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК), Москва

Аннотация

В статье представлены материалы раздела методики начальной технической подготовки начинающих спортсменов-одиночников в спортивных танцах, посвященного решению одной из приоритетных задач работы с детьми – воспитанию музыкально-ритмического слуха у юных танцоров. Музыкальность исполняемого танца и точность воспроизведения его основного ритма являются критериями судейской оценки на соревнованиях. В работе освещен характер взаимосвязи музыки и танца, авторами определены задачи музыкально-ритмической подготовки на начальном этапе. Приведены методические рекомендации для тренеров, позволяющие формировать умения и навыки, необходимые в данном виде спорта, и обеспечить качество процесса обучения в спортивных танцах. Данные, представленные в работе, могут быть использованы тренерами в спортивных секциях, в общеобразовательных школах, в учреждениях дополнительного образования при работе с начинающими спортсменами в ходе подготовки танцоров-одиночников и танцевальных дуэтов.

Ключевые слова: музыка, танец, обучение, техническая подготовка, начальный этап.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2014.05.111.p87-90

DEVELOPMENT OF RHYTHMIC QUALITY IN DANCE SPORT AT THE INITIAL TRAINING STAGE FOR YOUNG DANCERS

Elena Valentinovna Lenskaya, the post-graduate student,

Russian State University of Physical Education, Sport, Youth and Tourism, Moscow

Annotation

The article presents the materials of the section from the methodology of single (solo) dancer's initial technical training in dance sport concerning one of the priority tasks when working with children – rhythmic quality development of the young dancers. Musical quality of the dance and the accuracy of its basic rhythm are the assessment criteria at competitions. Music and dance correlation is highlighted in the article. Musical-rhythmic training tasks at the initial stage have been identified. Methodical recommendations for coaches allowing them to create important skills for this sport and to ensure the quality of the learning process in dance sports have been presented. The data presented in this article can be used by the trainers in sports clubs, in schools, institutions of supplementary education while working with beginner athletes during the preparation of single dancers and dance couples.

Keywords: music, dance, development, technical training, initial stage.

ВВЕДЕНИЕ

Проблема подготовки начинающих спортсменов является одной из важнейших в методике преподавания спортивных танцев [2, 3, 4]. Этапом предварительной (или