

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ  
КУЛЬТУРИ  
ІМЕНІ ІВАНА БОБЕРСЬКОГО**

**КАФЕДРА ХОРЕОГРАФІЇ ТА МИСТЕЦТВОЗНАВСТВА**

**Ритміка і ритм**

лекція для студентів II курсу ФПЗО

**Рівень вищої освіти – перший бакалаврський  
Ступінь вищої освіти - бакалавр  
Спеціальність 024 „Хореографія”**

Склала: ст. викладач Зайдель Т.В.

ЛЬВІВ 2021

## ПЛАН

### 1. Ритміка, її коротка характеристика та визначення основних понять.

Ритм.

Зміст і завдання музично-ритмічного та хореографічного виховання.

Засоби музично-ритмічної підготовки, їх коротка характеристика.

**Рітміка** ( грец. rhythmikos — мірний, рівномірний) — вчення про ритм .

Ритміка – це система рухових вправ, побудованих на зв'язку рухів і музики. Дослідження ритміки розпочалися ще задовго до н.е., породивши чимало наукових напрямів, відмінних філософськими та методологічними позиціями. Її внутрішню природу пов'язують з музикою або зі стопою (теорія стоп), або з інтонацією чи фіксуванням масового повторення однорідних елементів (статистичний метод) і т.п., однак поки ще не існує інтегрованої системи ритміки (ритмології).

**Завдання ритміки** це - вивчення змістовності ритму, тобто визначення його значення як одного із суттєвих засобів виразності історично конкретної художньо-літературної мови в зв'язку з усіма іншими її елементами.

Ритміка – складова фізичного і музично - ритмічного виховання дітей, яка заснована на чергуванні частин або систематики рухів, визначених за тривалістю виконання та характером докладених зусиль, і направлена на формування почуття ритму, тобто система фізичних вправ, яка побудована на зв'язку рухів з музикою.

**Основу ритміки складають два компоненти:**

**ритм** як біоритмічна основа функціонування організму, і

*музично - ритмічні рухи*, як засіб розвитку психомоторної, емоційної та фізичної сфер організму.

Розвиток відчуття ритму є одним із джерел підвищення життєвого тону людини, запорукою її мобільності, орієнтування у просторі. Ритмічні здібності є однією з універсальних базових здібностей людини. Міжсенсорні зв'язки, що перебувають в основі почуття ритму, сприяють розвитку рухової сфери, перцептивних та когнітивних процесів, емоційних реакцій, мовної активності. Саме сприйняття ритму викликає багато кінестетичних почуттів.

Ритм сприяє координації рухів, покращенню просторово-часової організації рухових актів. Різноманітність танцювальних рухів, що використовуються в процесі навчання на заняттях з ритміки, різнобічно впливають на формування організму (як прямо, так і опосередковано). *Прямий вплив ритміки* проявляється у здатності виконувати різні рухові завдання, *Опосередкований вплив* полягає в тому, що м'язова діяльність викликає підвищення тону організму.

### ***Основними складовими занять з ритміки є***

виконання музично-ритмічних вправ,  
прослуховування і сприймання музики,  
інсценування музичних образів, творів.

Таким чином, на заняттях з ритміки та хореографії (музично-ритмічного виховання) необхідно спиратися на:

- розвиток навичок сприймання метро-ритму;
- підвищення інтересу до музики,
- розвиток уміння емоційно сприймати її;
- розширення музичного світогляду.

Отже, *музично-ритмічне виховання це* – процес, направлений на організацію рухової активності , виховання певних ритмічних навичок, усвідомлення учнями естетичної виразності ритму як елемента музичної мови.

*Головними засобами музично-ритмічного та хореографічного виховання є*

- спеціальні музично-ритмічні вправи та ігри,
- вправи класичної хореографії,
- ритмічної та аеробічної гімнастики,
- елементи бальних, народних та сучасних танців.

**Ритм** - / від грецького *reuthmos* - спів розмірність, злагодженість; основне значення: такт / - закономірне чергування спів розмірних та чуттєво відчутних елементів / звукових, мовних, образотворчих, рухових і т.п. /.

Одним з найважливіших проявів ритму є повторність елементів; мірність їх чергування. На основі цієї мірності складається вся різноманітність ритмічних співвідношень, наприклад, звуків - у музиці, колон, аркад і т.п. - в архітектурі. Ритм притаманний різним явищам природи, він відчувається у диханні і рухах живої істоти, будові кристалів, приборі і т.п.; він притаманний і різним трудовим процесам.

Відображаючи об'єктивно існуючий у природі ритм, формується і ритмічний стрій художніх творів.

*Як естетична категорія ритм* має свої особливі закономірності,

специфічні для кожного виду мистецтва. Ці закономірності обумовлені художніми засобами різних мистецтв: слова - в літературі; звуки - у музиці; рух - у танці і т.п..

*Виходячи з цього розрізняють:*

ритм віршовий,  
природній ритм;  
фізіологічний ритм;  
смысловий ритм;  
музичний ритм;  
мовний ритм;  
руховий ритм / ритм руху /

Музично-ритмічне та хореографічне виховання має велике значення, особливо у роботі з дітьми дошкільного та молодшого шкільного віку. (Див. Тема 1)

***Конкретні завдання музично-ритмічного виховання*** полягають у

- точно і правильно відтворювати характер музики за допомогою рухів;
- починати і закінчувати рухи у повній відповідності з музикою;
- вміти розпізнавати музичний і руховий такт, розмір такту;
- відтворювати за допомогою рухів зміну ритму, темпу і динаміки музичного твору;
- виділяти і передавати в рухах музичні контрасти;
- тонко реагувати на музичні відтінки;
- знати основи музичної грамоти.

***До засобів музично-ритмічної підготовки відносять:***

- музичні завдання, вправи, ігри;
- музично - просторові композиції;

- танцювальні комбінації, композиції;
- завдання на імпровізацію;
- ритмічні етюди

## **Рекомендована література**

### **Основна:**

1. Алексеев Б., Мясоедов А. Элементарная теория музыки. – М., 19861.
2. Вахромеев А. Элементарная теория музыки. – М., 1983.
3. Виноградов Г. Елементарна теорія музики та сольфеджіо. – К., 1973.
4. Дрімцов С. Музична теорія. Практичний курс для учнів музичних шкіл. – К., 1925.
5. Кривохижа А. М. Гармонія танцю: навч.-метод. посібн. для студентів пед. навч. закладів / А. М. Кривохижа. – Кіровоград: РВЦ КДПУ ім. В. Винниченка, 2005 – 324 с. 10.2.
6. Смаглій Г.А., Маловик Л.В. Основи теорії музики: Підручник для навчальних закладів освіти, культури і мистецтва. – 2-ге вид., доп. і перероб. – Х.: Факт, 2001. – 384.
7. Сосина В. Ю., Фабкан Э. М. Ритмическая гимнастика. – К.: «Радянська школа», 1990. -279 с
8. Юцевич Ю. Словник музичних термінів. – К., 1977.
9. Юрій Юцевич. Музыка: словник-довідник. — Тернопіль, 2003. — 404 с. — ISBN 966-7924-10-6. (html-пошук по словнику, djvu)

Допоміжна

10. Виноградов Г., Красовская Е. Занимательная теория музыки. – М., 1991.
11. Годовський В. М. Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом: методичні рекомендації, лекції,

навчальна програма / В. М. Годовський, В. І. Арабська – Рівне: РДГУ, 2000 – 76 с.

12. Голдрич О.С. Методика викладання хореографії: навч. посіб. / О. С. Голдрич – Львів: «Сполом», 2006 – 84 с.
13. Голдрич О.С. Методика роботи з хореографічним колективом: посібник для студентів хореографів мистецьких навчальних закладів України I-II рівня акредитації. Вид. 2-е. / О. С. Голдрич – Львів: «Сполом», 2007 – 72 с.
14. Деменко Б. Полиритмика. – К., 1998.
15. Зайдель Т. Особливості балетної музики / Тетяна Зайдель, Яна Захожа, Олена Тинянова // Сучасні проблеми розвитку теорії та методики гімнастики і хореографії : зб. наук. матеріалів. – Л., 2014. – Вип. 13. – С. 30 – 32.
16. Зайдель Т. Особливості музичного супроводу занять хореографії та гімнастики / Тетяна Зайдель // Кінезіологія танцю та складно-координаційних видів спорту : навч.-метод. посіб. / упор. О. А. Плахотнюк. – Львів, 2017. – С. 191–198.
17. Хореографія : анот. бібліогр. покажч. друкованих вид./ уклад. Ірина Свістельник. – Львів : ЛДУФК, 2013. - 54 с.