

Музыкальное сопровождение на тренировочных занятиях по художественной гимнастике как средство развития эмоционально-двигательной сферы обучающихся.

Дополнительная предпрофессиональная программа по виду спорта «Художественная гимнастика» МАОУ ДО г.Иркутска Дворец спорта «Юность», разработана с учетом требований федерального стандарта спортивной подготовки по художественной гимнастике, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся и специфики работы учреждения.

Планируемые результаты программы предусматривают:

- развитие не только основных физических способностей (ловкость, гибкость, сила, быстрота, равновесие), но и развитие таких специфических качеств как пластичность, танцевальность, музыкальность, выразительность;
- выполнение соревновательных упражнений без и с предметами (скакалка, обруч, мяч, булавы, лента) под музыкальное сопровождение.

В решении образовательных задач музыка занимает значительное место, т.к. она обладает свойством активизировать движение, задавать темп, ритм. Поэтому учебным планом с первых лет обучения предусмотрено проведение учебно-тренировочных занятий под музыку с постепенным введением элементов хореографии.

При подборе музыкального сопровождения необходимо учитывать многие стороны: возраст, физическую и музыкальную подготовку обучающихся, тематику, образность, характер и выразительность каждого упражнения. Технология подбора музыкального сопровождения базируется на постоянно обновляющемся репертуаре

концертмейстера, состоящем из произведений разных эпох, стилей, жанров и направлений и знании возрастных и психофизиологических особенностей обучающихся.

Предлагаю вашему вниманию один из вариантов музыкального оформления учебно-тренировочных занятий по художественной гимнастике с элементами хореографии в группе НП-2года обучения. На этапе начальной подготовки необходимо знакомить детей с музыкой, передающей разнохарактерные образы: весёлые, лирические, нежные, энергичные, волевые, подбирая предельно ясные по содержанию и восприятию мелодии.

Поклон.	Ф.Шуберт. Вальс.
<p>Различные виды ходьбы, бега:</p> <ul style="list-style-type: none"> • марш • шаг на полупальцах • марш на полупальцах • бег ногами вперед • бег ногами назад • «обезьянки» по I позиции • бег захлест • бег согнутым коленом наверх 	<p>В.Шаинский. Вместе весело шагать. С. Прокофьев. Марш. Ш.Гуно. Марш из оперы «Фауст». А.Розенберг. Песенка М.Красев. Галоп. П.Чайковский. Марш из б. «Щелкунчик» В. Беллини.Фрагмент из оперы «Соннамбула» А.Адан. Галоп из балета «Жизель»</p>
<p>Разогрев у станка</p> <ul style="list-style-type: none"> • комбинация наклонов • комбинация relevé • комбинация grand plie • комбинация для работы над выворотностью ног в V позиции 	<p>Л.Делиб. Вальс. Р.Глиэр. Танец из балета «Медный всадник». А.Глазунов. Вальс. Л.Бетховен. Менует.</p>

Упражнения классического экзерсиса у станка <ul style="list-style-type: none"> • plie+ relevé (I, II позиции) +sur le cou-de-pied сзади • battement tendu • battement tendu jete • удержание по различным направлениям 	П.И.Чайковский. Вальс цветов из б. «Щелкунчик». Й.Штраус. Полька. Г.Гертель. Танец. Итальянская народная песня «Санта Лючия»
Упражнения по диагонали <ul style="list-style-type: none"> • комбинация grand battement jete + галоп • припадание • «русский бег» в повороте 	И.Дунаевский. Марш из к/ф «Весёлые ребята» Русская народная песня. М.Глинка. Танец.
Вращения: <ul style="list-style-type: none"> • tour chaines • нога в «цапельке» • нога вперед • нога назад • нога в attitude Saute: по I, II, V позиции 	Й.Байер. Галоп. Л.Минкус. Кода из балета «Дон Кихот». Р.Глиэр. Танец. А. Грибоедов. Вальс. П.И.Чайковский. Вальс из балета «Спящая красавица»
Прыжки: <ul style="list-style-type: none"> • трамплинные • cote по I, II, V позиции 	М.Глинка. Танец. А.Морозов. Полька из балета «Доктор Айболит»
Поклон	Ф.Шуберт. Вальс.

Тщательный отбор упражнений и музыкального сопровождения, их соответствие возрастным особенностям и музыкальной подготовленности детей, постепенное нарастание сложности упражнений и музыкального сопровождения приводит к успешному решению задач обучения. Такой подход позволяет ускорить процесс закрепления двигательных навыков, стимулировать мышечную активность, научить детей вслушиваться, сравнивать и оценивать доступные их пониманию музыкальные образы, сопереживать чувствам и мыслям, выраженным в музыкальных произведениях, повысить мотивацию к занятиям.

Музыкальное оформление учебно-тренировочных занятий должно прививать обучающимся осознанное отношение к музыкальному произведению: умение слышать музыкальную фразу, ориентироваться в характере музыки, ритмическом рисунке, динамике. Стилизовое и жанровое разнообразие музыкального сопровождения приобщают детей к лучшим образцам народной, классической и современной музыки, в результате повышается их музыкальная культура, расширяется музыкальный кругозор, развивается образное мышление, формируется понимание неотделимости движения от музыки. Исполнение становится выразительным, ритмичным, чётким, координированным.

Музыка обладает исключительной силой воздействия и способствует не только развитию эмоционально-двигательной сферы, но и вызывает потребность у обучающихся выразить эмоции и чувства в движении и пластике.

Литература:

1. Программа развития МАОУ ДО г.Иркутска Дворец спорта «Юность» на 2016-2020 годы «Совершенствование системы физического развития, направленной на повышение качества дополнительного образования. Иркутск, 2015.
2. Дополнительная предпрофессиональная программа по виду спорта «Художественная гимнастика». Разработчики программы: Цепелевич И.В., Николаева А.Л., Литвина О.Г., Акреева М.В., Иркутск, 2015.
3. Официальный сайт: dvorecunost.ru
4. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике. Выпуск I. Издательство «Музыка», Москва, 1972.
5. Фиш Э., Руднева С.. «Музыкальное движение» Методическое пособие для педагогов музыкально-двигательного воспитания. Издательский центр «Гуманитарная академия» Санкт-Петербург, 2000.