

---

---

УДК 37.011.33

**Т.Н. Лукьянцева**  
старший методист центра физического воспитания и спорта  
**Л.В. Стребкова**  
методист центра информационно-методической работы  
Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования  
"Белгородский Дворец детского творчества" г. Белгорода  
г. Белгород, Россия

## **ЗНАЧЕНИЕ МУЗЫКИ В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ**

Художественная гимнастика тесно связана с музыкой. Но, если музыка может восприниматься самостоятельно, то художественная гимнастика не может существовать без музыки. Эти два понятия неразделимы! Музыкальное сопровождение в художественной гимнастике обязательно и имеет большое значение, т.к. способствует повышению эмоционального тонуса и делает этот вид спорта особенно привлекательным. [1, с.2]

Музыкально - ритмическое воспитание прочно вошло в систему физического воспитания детей. Музыка в художественной гимнастике выполняет ряд специальных функций: благодаря музыке художественная гимнастика является эффективным средством эстетического воспитания. В процессе занятий гимнастики знакомятся с музыкальной грамотой, с понятиями ритма и метроритма, структуры метра и такта, формы и жанра музыки. Это помогает им глубоко воспринимать музыку, развивает у них художественный вкус. Музыка помогает решить другие задачи эстетического воспитания, как, например, воспитания чувства красоты движения, культуры поведения; музыка имеет важное значение при обучении движениям, в особенности при воспитании выразительности и артистичности; музыкальное искусство обладает большой силой непосредственного эмоционального воздействия. Под музыку легче переносятся большие физические и психические нагрузки, повышается работоспособность, ускоряются процессы восстановления. Она создаёт благоприятное влияние упражнений на организм занимающихся, создавая условия для оптимальной возбудимости центральной нервной системы. Музыка содействует формированию у учащихся способности выполнять сложные упражнения, связанные с разнообразными степенями мышечных напряжений, различными темпами и ритмами движений, что необходимо для овладения техникой художественной гимнастики, а также воспитанию понимания музыки и любви к ней, развитию музыкального слуха и умению передавать свои музыкальные восприятия в движениях. При создании композиций индивидуальных и групповых упражне-

ний первостепенное значение приобретает выбор музыкального произведения. Идея всего упражнения, образное решение композиции, способствующее раскрытию индивидуальности спортсменки, определяются характером музыкального сопровождения, формой произведения.

Музыкально - ритмические занятия имеют также педагогическое значение. Выполнение гимнастками групповых упражнений под музыку требует единых усилий, сознательности и активности, творческого отношения к делу, способствует формированию коллективистских качеств личности. Твёрдый регламентированный порядок занятий дисциплинирует занимающихся, приучает их внимательно относиться к процессу музыкально - ритмического воспитания.

Музыка на занятиях является не только фоном, создающим эмоциональный настрой занятия, но и средством формирования умения выполнять движения в согласовании с ритмом, динамикой, характером произведения. Музыкальный ритм, помимо временных соотношений звуков, т.е. разнообразных сочетаний звуков разной длины, включает в себе некое своеобразное внутреннее состояние, выраженное в характере музыки, в её динамических оттенках, в построении музыкальной мысли. Отражая эти особенности музыкального ритма, движение получает внутреннюю содержательность и эмоциональную окраску, оставаясь в то же время свободным. Среди работ, посвященных вопросам воздействия музыки на обучающихся гимнастикой и особенностям применения её с целью обучения, особого внимания заслуживают исследования Э. А. Куду, в которых доказано, что правильная методика применения музыки способствует общей успеваемости учащихся и усвоению двигательных навыков. Отмечается целесообразность применения музыки, особенно в первой фазе усвоения двигательного навыка - при показе новых упражнений. Последующее самостоятельное выполнение упражнения более успешно достигается без музыки, а когда структура движения в основном усвоена, можно сразу приступить к занятиям с музыкальным сопровождением. [2, с.2]

Особое значение для музыкально - ритмического воспитания имеют темп, метроритм, динамика.

Темп - это скорость движения музыкального произведения; метроритм - организация сильных и слабых долей, соотношение различных длительностей; динамика - сила (громкость) звучания.

Традиционно музыкально - ритмические движения нацелены на то, чтобы активизировать восприятие музыки, ее образов через выразительные движения, привить детям навыки осознанного отношения к музыке, помочь выявить их музыкальные, двигательные и творческие способности.

При обучении движениям, согласованным со средствами музыкальной выразительности, трудно рекомендовать определенную последовательность. Однако следует помнить, что все они - темп, метр, ритм, тембр - объединяются мелодией.[3, с.5].

#### Список литературы

1. <http://docplayer.ru> ;
2. <http://studbooks.net>;
3. <http://diplomba.ru>