**Упражнения на развитие чувства ритма**

Ритм очень важен для танцоров. **Ритм** - организация музыки во времени. Ритмическую структуру музыкального произведения образует последовательность длительности — звуков и пауз.

**Слушаем ритм, шагаем в ногу**

Часто говорят: «у меня музыкального слуха нет, я ритм не слышу». Это заблуждение: чувство ритма не относится к музыкальному слуху. Более того: ритм чувствуют даже абсолютно глухие люди. Они могут жестикулировать в ритм, шагать в ритм. Это потому, что ритм имеет двигательную, а не слуховую природу. Ритм может быть не только у звуков, это — любое развертывание событий во времени. Не составит труда почувствовать, например, ритм равномерных световых вспышек и даже «прохлопать» его — т.е. придать звуковое выражение незвуковому явлению.

Мы «держим ритм» движениями. Многие видели, как гитаристы притопывают в такт или «кивают» головой. А как же академические музыканты, которые играют неподвижно? Они так же держат ритм телом. Просто их движения крайне малы, почти незаметны. Это могут быть еле ощутимые сокращения каких-то групп мышц. Дирижеры на репетициях говорят музыкантам во время длинных пауз — «пульсируйте!», т.е. даже не играя, все равно держите в теле течение ритма.

В некотором смысле у танцора даже есть преимущество перед музыкантом: его «ритм» полностью выражается в движении. Иными словами, не развитие чувства ритма помогает шагать в музыку, но само шагание в музыку помогает слышать ритм.

**Как устроен ритм**

Ритм можно образно определить, как нарезку времени, в нашем случае — времени звучания музыки, на равные отрезки.

Отрезки отмечаются какими-то звуковыми событиями. Чаще всего это звуки ударных инструментов, но может быть и бас-гитара, инструментальная мелодия, голос. Сейчас мы будем говорить только об ударах (=хлопках). В нашей схеме каждая черточка-отсечка — это удар.

Эти отрезки — достаточно короткие. Если они длятся примерно более 2х секунд, их становится сложно ощущать — мы не можем точно определить, когда начнется следующий «отрезок», начинаем «плыть» в ритме. Но тогда мы можем легко выкрутиться, разделив каждый отрезок на 2 равных, более коротких.

Однако и такое разделение не очень удобно. Когда все наши отсечки одинаковые, их также неудобно считать: они как бы «сливаются», «рябят в глазах». Поэтому мы начинаем разнообразить их: чередовать сильные и слабые удары:

Сильные удары (в музыке их называют сильными долями) — это аналог ударений, которыми мы «членим» нашу речь.

На каком «расстоянии» друг от друга могут располагаться сильные доли? Практически не так уж много вариантов: на каждый второй или третий удар (музыкальную долю). Все более длинные структуры стремятся «распасться» на две более мелкие. Четырехдольные делятся как 2+2, пятидольные — как 3+2 или 2+3, шести дольные — как 3+3 (но не 2+2+2). Мы не будем продолжать, так как эти варианты относятся к области чистой теории.

В танцевальной практике, то разнообразие вариантов в популярной музыке невелико. 90% ее имеет размер 4/4. Более редкие случаи — 2/4, 3/4, 6/8. Все остальное, как правило — удел академической музыки, где может быть все.

В этой дроби для нас важна только верхняя часть — числитель. Он показывает, до скольки считать. В 4/4 считаем до четырех. Каждая первая доля будет сильной. Если мы хлопаем, ее нужно отметить более сильным хлопком.

А как же отмеченное нами стремление распасться на более мелкие части? Оно также проявляется: на самом деле в четырехдольном размере есть еще одна выделенная доля, третья. Но она полу сильная, сильнее, чем 2 и 4, но слабее, чем 1. (Именно этим отличается размер 2/4 от 4/4: в первом каждая сильная доля равна остальным, а во втором они чередуются посильней-послабей).

**Упражнения для развития ритма**

Устройство для отсчитывания ритма – метроном.

С ним можно ознакомиться для визуализации ритма или чтобы услышать ритм, без иных звуков.

1. Включите музыку и хлопайте в такт на все основные удары ритм-секции: тум-тум-тум…

2. Определите первую долю по более сильному удару, акценту. С первой доли также, как правило, начинается куплет и припев, вступает вокалист. Она повторяется каждые 4 удара. Считайте вслух от 1 до 4 и снова.

 **Если есть возможность поработать с кем-то в паре (родители, брат, сестра), то эти упражнения для вас:**

3. Один хлопает только 1 долю, а второй — все 4. Затем поменяйтесь.

4. То же самое, только теперь один хлопает только 1 и 3 долю, второй — 2 и 4.

5. Начните хлопать музыку. Теперь пусть напарник выключит звук (но не остановит проигрывание) на 5-6 секунд и включит обратно. Стремитесь к тому, чтобы сохранить ритм и «сойтись» с ним, когда музыка зазвучит.

6. Учитывайте, что, как правило, быстрый ритм держать легче, чем медленный! Начинающие, как правило, на медленном ритме начинают ошибаться в сторону ускорения. Поэтому начинайте с быстрых песен, и переключайтесь на все более медленные.

7. Все, что вы делали хлопками, делайте шагами. Вслух продолжать считать можно и нужно. Шагать сначала на месте, затем — с перемещением в танцевальной фигуре.

**Игра «Радуга-дуга»**

Радуга-дуга,

Не давай дождя,

Давай солнышко,

Колоколнышко!

1.Исходное положение, встать в 6 позицию ног руки на поясе.

Разбиваем текст на слоги: «Ра-ду-га-ду-га» На весь текст

выполняйте легкие частые прыжки на двух ногах с небольшим покачиванием

корпуса вправо и влево.

**Рекомендация:** в процессе игры происходит развитие ритмического

чувства и совершенствование прыжкового движения. Окончание текста

произносится вместе с точно зафиксированным прыжком.

2. Далее выполняем тоже, то на одной, то на другой ноге.

3. Выполняем 1 упражнения, добавляя хлопки в ладоши.

4. Выполняем 2 упражнение добавляя хлопки в ладоши.