

Ритмика, ритмометрия и спорт

Фазила Болтаевна Зокирова
Бухарский медицинский университета

Аннотация: Ритм - организация звуков и пауз по их длительностям во времени (в определённом метре). Метром называется закономерное чередование сильных и слабых долей. Относительно этого "пульса" и происходит организация записи и игры соответствующих нот во времени. Аналогичную организацию метра можно обнаружить в поэзии, в стихосложении, в искусстве, которое, также как и музыка, основано на временных закономерностях. У женщин на поздних сроках гестации основные показатели жизнедеятельности носят ритмический характер, что нужно в комплексной подготовке беременных к родам и выборе акушерской тактики. Удары пульса всегда равномерны, но не однородны.

Ключевые слова: ритм, метр, диагностика, метод диагностики, удары пульса, музыка, преподаватель, ритмика, ритмометрия

Rhythmics, rhythmometry and sports

Fazila Boltaevna Zokirova
Bukhara Medical University

Abstract: Rhythm is the organization of sounds and pauses according to their duration in time (in a certain meter). Meter is the natural alternation of strong and weak beats. With respect to this "pulse" the organization of recording and playing of the corresponding notes in time takes place. A similar organization of meter can be found in poetry, versification, and art, which, like music, is based on temporal patterns. In women in late stages of gestation, the main vital signs are rhythmic in nature, which is necessary in the comprehensive preparation of pregnant women for childbirth and the choice of obstetric tactics. The pulse beats are always uniform, but not uniform.

Keywords: rhythm, meter, diagnostics, diagnostic method, pulse beats, music, teacher, rhythmics, rhythmometry

Музыка - это такое искусство, языком которого является звук. Звуки различаются между собой не только своей высотой, но еще и длительностью, то есть временной протяженностью. Редко встречаются мелодии, составляют которые звуки строго одинаковые по протяженности. Гораздо чаще мы

сталкиваемся с сочетанием различных нот: долгих и коротких. Вот это сочетание как раз и называют ритмом.

Определение понятия ритм - очень простое. Ритм - это чередование звуков и пауз разной продолжительности. Такое объяснение этого термина можно встретить во многих учебниках по теории музыки. Музыка - это искусство временное, а ритм, то есть длинные и короткие ноты, паузы - это как бы события, которые происходят в этом времени.

Но время в музыке - не такое, как в физике. Его не отмерить точными, эталонными секундами. Время в музыке относительное, оно похоже на биение сердца человека, и единицы музыкального времени даже называются таким словом - пульс. Пульс в музыке - это равномерные одинаковые удары. Эти удары могут быть быстрыми, могут быть и медленными, главное - чтобы они были равномерными.

В ритме чередуются долгие и короткие звуки, но основой всего является пульс. Конечно, в музыкальных произведениях удары пульса вслух не отбиваются, чтобы не портить музыку, но музыканты их всегда чувствуют и слышат внутри себя. Чувство равномерной пульсации - это главное чувство, которое должен выработать у себя музыкант, если он хочет научиться играть ритмично.

В настоящее время несмотря на большое количество клинико-лабораторных и инструментальных методов диагностики истинного перенашивания беременности, до кардинального решения данная проблема еще далека. В связи с этим любое исследование, посвященное изучению временной организации функциональной системы "мать-плацента-плод" на поздних сроках беременности может оказаться полезным для расшифровки механизмов нормального течения беременности и ее перенашивания. Целью нашего исследования явилась разработка системы диагностических и лечебных мероприятий у женщин с перенашиванием беременности с учетом хронофизиологических особенностей основных показателей жизнедеятельности.

В соответствии с этим было обследовано 120 беременных женщин, их плоды и новорожденные в раннем неонатальном периоде. Из них 83 женщины с переношенной беременностью (45 с истинным перенашиванием и 38 с физиологическим пролонгированием) в сроке более 42 недель и 37 женщин с доношенной беременностью в сроке 38 - 40 недель, закончившейся срочными самопроизвольными родами. Произведено определение хронотипа; мониторинг показателей гемодинамики; уровня эстриола, прогестерона, кортизола и электролитвыделительной функции; кардиотокография, УЗИ с определением коэффициента синхронизации. Диагностические мероприятия проводились в

течение 36 часов с 4-х часовыми интервалами времени, начиная с 8-ми часов. Для определения типа синхронизации в функциональной системе "мать-плацента-плод" был рассчитан коэффициент синхронизации.

Анализ полученных результатов показал, что при истинном перенашивании в структуре хронотипа преобладают жаворонки - 60%. Результаты ритмометрии уровня эстриола, прогестерона и кортизола в сыворотке крови показал, что во всех обследованных группах преобладала циркадианная ритмичность. Более достоверной оказалась ритмометрия коэффициента эстриол/прогестерон с максимальной разницей в 8 и 24 часа. Электролитвыделительная функция отличается снижением ритмичности при физиологически протекающей беременности и повышенной ритмичностью при истинном перенашивании. По среднесуточным значениям показатели гемодинамики при физиологическом пролонгировании приближаются к значениям при неосложненном течении беременности. Преобладающий характер ритма основных показателей КТГ и УЗИ циркадианный. У женщин с физиологически протекающей беременностью перед родами наблюдался гиперсинхронный тип межфункциональных взаимоотношений; с истинным перенашиванием асинхронный; с физиологическим пролонгированием синхронный тип. С учетом этого для дифференциальной диагностики истинного перенашивания и физиологического пролонгирования в качестве дополнительного критерия можно использовать тип синхронизации.

Таким образом, у женщин на поздних сроках гестации основные показатели жизнедеятельности носят ритмический характер, что нужно в комплексной подготовке беременных к родам и выборе акушерской тактики.

Ритм - организация звуков и пауз по их длительностям во времени (в определённом метре). Метром называется закономерное чередование сильных и слабых долей. Относительно этого "пульса" и происходит организация записи и игры соответствующих нот во времени. Аналогичную организацию метра можно обнаружить в поэзии, в стихосложении, в искусстве, которое, также как и музыка, основано на временных закономерностях. Удары пульса всегда равномерны, но не однородны. Есть удары сильные, а есть слабые. Это явление можно сравнить с ударением в словах: есть слоги ударные и есть безударные. И если ударные и безударные слоги чередуются в определенном порядке, то получается поэзия. В стихосложении есть даже свои ритмические фигуры - стопы ямба и хорей, дактиля, амфибрахия и анапеста и т.д. Но это тема отдельной статьи, а мы вернемся снова к ритму музыкальному. Итак, в пульсации чередуются сильные и слабые удары пульса. Их чередование всегда имеет какой-то порядок, закономерность. Например, может быть так: один удар сильный, а за ним - два слабых. Или бывает по-другому: сильный удар, затем слабый, снова

сильный, за ним вновь слабый и т.д. Кстати, расстояние, то есть время от одной сильной доли до следующей сильной доли в музыке называется тактом. В нотной записи такты отделяются друг от друга вертикальными тактовыми чертами. Таким образом, получается, что каждый такт содержит в себе одну сильную долю и одну или несколько слабых.

Ритмика (от греч. *rhythmos* - порядок движения) - это практические занятия, в ходе которых музыкальные образы передаются при помощи движений. В процессе выполнения специальных упражнений дети учатся воспринимать музыку и выражать полученные эмоции телом. Музыкальное сопровождение (аккомпанемент и фонограмма) - это важнейший компонент занятий ритмикой.

Система музыкально-ритмического воспитания, созданная Эмилем Жак-Далькрозом. Метод заключается в развитии чувства ритма - чувства времени, иными словами, развитии координации между нервной и мускульной деятельностью человека, что помогает достичь автоматизма в самых сложных движениях. Система Далькроза способствует развитию и упражнению внимания и памяти. Работа над созданием и оформлением метода ритмического воспитания относится к 1900-1912 годам; первоначальное название "делать шаги", затем "ритмическая гимнастика", но, поскольку из-за слова "гимнастика" метод начали путать с обыкновенной спортивной гимнастикой, Далькроз остановился на слове "ритмика". В настоящее время употребляются оба слова.

Использованная литература

1. Saidi Said Bolta-Zoda. Semantics of methods in the teaching of music theory of Abu Nasr al-Farabi and Abu Ali Ibn Sina. A Journal for New Zealand Herpetology Bio Gecko. Vol 12 Issue 03. 2023. / ISSN NO: 2230-5807. 1602-1612.
2. Саид Болта-Зода Саидий. Подробная информация к навыкам музыкального и экспериментального моделирования при решении задач дирижирования. "Science and Education" Scientific Journal / ISSN 2181-0842 December 2021 / Volume 2 Issue 12. 803-811.
3. Said Boltazoda Saidiy. Conception of military musical instruments in the Temurid Era. European Journal of Molecular & Clinical Medicine. 2020/7/7. 7002-7010.
4. Саидий Саид Болта-Зода (2023). Влияние внутри тяготеющих звуков аккорда. Science and Education, 4 (1), 583-589.
5. Саидий Саид Болта-Зода (2023). Оценка качества педагогического мастерства, в проведения занятий сольфеджио в ВУЗах. Science and Education, 4 (1), 604-610.
6. Саидий Саид Болта-Зода (2023). Взаимное влияние тоники, субдоминанты и доминанты. Science and Education, 4 (1), 570-576.

7. Саидий Саид Болта-Зода (2023). Анализ распределение аккордов Фридерика Шопена. *Science and Education*, 4 (1), 543-549.
8. Саидий Саид Болта-Зода (2023). Теория магнитных эффектов других голосов многоголосной музыки. *Science and Education*, 4 (1), 577-582.
9. Саидий Саид Болта-Зода (2023). Модуляционные эффекты музыкального произведения. *Science and Education*, 4 (1), 563-569.
10. Саидий Саид Болта-Зода (2023). Эффекты модуляции и отклонении музыки. *Science and Education*, 4 (1), 550-555.
11. Саидий Саид Болта-Зода (2023). Элементы абстрактной и абсолютной звучании музыкального звука. *Science and Education*, 4 (1), 597-603.
12. Саидий Саид Болта-Зода (2022). Взаимодействие теории и гармонии музыки. *Science and Education*, 3 (12), 851-856.
13. Саидий Саид Болта-Зода (2022). Определения понятий диктанта в теории музыки. *Science and Education*, 3 (12), 823-828.
14. Саидий Саид Болта-Зода (2022). Особенность мгновенного появления вторичного аккорда, органнй пункт. *Science and Education*, 3 (12), 885-891.
15. Саидий Саид Болта-Зода (2022). Теоретические основы построения музыки. *Science and Education*, 3 (12), 844-850.
17. Саидий Саид Болта-Зода (2022). Обратный сдвиг гармоничный линии в многоголосных произведениях. *Science and Education*, 3 (12), 871-877.
18. Саидий Саид Болта-Зода (2022). Полифонический кондукт к строфической форме в музыке. *Science and Education*, 3 (12), 837-843.
19. Саидий Саид Болта-Зода (2022). Повышение или понижение основных ступеней, знаки альтерации. *Science and Education*, 3 (12), 878-884.
20. Саидий Саид Болта-Зода (2022). Обратный сдвиг гармоничный линии в многоголосных произведениях. *Science and Education*, 3 (12), 871-877.
21. Саидий Саид Болта-Зода (2022). Об эффектно влияние теории, в создании музыкального произведения. *Science and Education*, 3 (12), 864-870.
22. Саидий Саид Болта-Зода (2022). Использования метода кластер в теории музыки. *Science and Education*, 3 (12), 829-836.
23. Саидий Саид Болта-Зода (2022). Влияние лиги и легато на характер музыки. *Science and Education*, 3 (12), 857-863.
24. Саидий Саид Болта-Зода (2022). Теоретические основы построения музыки. *Science and Education*, 3 (12), 844-850.
25. Саидий Саид Болта-Зода (2022). Определения понятий диктанта в теории музыки. *Science and Education*, 3 (12), 823-828.
26. Саидий Саид Болта-Зода (2022). Основные направления возбуждения мелкой моторики по направление музыки. *Science and Education*, 3 (10), 582-590.

27. Саид Болтазода Саидий (2022). Сложный принцип формообразования в изо ритмическом сложений музыки. *Science and Education*, 3 (11), 962-969.

28. Саид Болтазода Саидий (2022). О некоторых простейших обобщениях приёмов и методов по музыке общеобразовательной школе. *Science and Education*, 3 (8), 196-203.

29. Saidi S.B. Muzykalno-istoricheskoe nasledie Tsentralnoy Azii [Na primere uzbekov i tadjikov] // *J. Pedagogical skills*- 2002.- №4.- 80-84 p.

30. Saidi S.B. Percussion instruments in the culture of Central Asia (as an example of Uzbek and Tajiktraditions). s.f.n. diss Uzb.B.A.S.I.T.I. (archive). Tosh., - 2, 2008.

31. Саидий Саид Болта-Зода (2023). Особенности эффекта системы тяготения аккордов в музыке. *Science and Education*, 4 (1), 590-596.

32. Саидий Саид Болта-Зода (2023). Теоретическое рассмотрение вероятности совпадения неаккордовых звуков в произведениях. *Science and Education*, 4 (1), 556-562.