**Конспект открытого занятия для родителей**

**На тему: «Встречаем весну»**

ІІ младшая группа

**Программные задачи:** Закрепить знание признаков весны.

**Образовательные задачи:** Учить замечать изменения в природе; Закрепить знания о животных, птицах, насекомых, цветах.

**Развивающие задачи:**Развивать творческое воображение, речь детей. Воспитывать любовь к природе.

**Материал к занятию:**Атрибуты: цветы, бабочки, птицы, игрушечный ёжик. Запись песенки «В траве сидел кузнечик».

**Ход занятия:**

-Ребята, у нас сегодня необычное занятие. К нам пришли гости. Давайте пожелаем себе и всем нашим гостям добрые слова.

«Тёплый круг» - «Солнышко встало».

-Ребята, садитесь на стульчики и послушайте меня.

- Скажите, какое сейчас время года?

-Правильно, сейчас весна. (Көктем). А как мы узнаем? Что сейчас весна? Какие мы знаем признаки весны?

- Вот я знаю, что весной день длинный, солнышко светит дольше.

- А ты Юля, что знаешь о весне?

Юля: -Весной солнце светит ярче, весной к нам прилетают птицы.

- Айдос, а ты, что знаешь о весне?

Айдос: - Весной на деревьях появляются листья.

Антон: - Весной появляется травка, летают бабочки, жучки, кузнечики, пчёлки.

Темирлан: -Весной цветут много цветов.

-Да, ребята, вы назвали много признаков весны: весной появляется травка, цветы, прилетают птицы, появляются насекомые, деревья одеваются листвой, цветут фруктовые деревья.

- А сейчас я предлагаю вам вместе со мной рассказать новую сказку о весне, сказка называется «Весенняя полянка».

- Что сейчас вы видите на полянке?

(вывешиваю на доску изображение деревьев, грибы, солнышко)

Надеваю на головы детей шапочки – атрибуты.

- Я превращаю вас в сказочных героев. Ну, что вы готовы рассказать сказку.

(Беру игрушку ёжика).

- Однажды на одной лесной полянке ранним утром родился маленький ёжик. Он был очень маленький и ничего не знал. Мама решила показать ему полянку, на которой он родился. Они подошли к цветам и мама сказала:

- Посмотри, какие красивые цветы!

- А для чего нужны цветы? Спросил ёжик.

- Дети, для чего нужны цветы? (Цветы нужны для красоты)

Дарина:

- Пчёлки, шмели летают по цветам и собирают вкусный нектар.

- Правильно, из нектара пчёлы делают вкусный мёд.

Ёжик: - Мне очень нравятся цветы. А как они называются?

Дети называют цветы.

Ёжик подходит к бабочке.

- Ой, какой красивый цветок!

- Ребята, это разве цветок?

- Нет, Я – бабочка.

- Бабочка расскажи ежику, что ты умеешь делать? Где ты была зимой?

Бабочка (Алина)

- Я – Бабочка. Я умею летать. Зимой спала в сухом листике. А весной проснулась и летаю.

Ёжик: - Мне нравится Бабочки. Они так красиво летают. Ой, я вижу больших бабочек. Какие большие бабочки! (показывает на птиц).

Воспитатель: - Подожди, ёжик, давай спросим кто это?

Вова: - Я Птица. Я летаю по деревьям, я ем вредных насекомых. Я даже бабочку могу скушать.

Ёжик: - Птичка, пожалуйста, не ешь бабочку, она такая красивая! (Хорошо).

Воспитатель:

- Птицы, это друзья деревьев. Они поедают вредных жуков, гусениц, которые вредят деревьям. Осенью, когда исчезают насекомые многие птицы, улетают в тёплые края.

- Ребята, назовите, каких вы знаете птиц.

(Ласточки, голуби, скворцы, воробьи).

Ёжик: - Смотрите, какая пушистая птичка. (на белочку)

- Ёжик, ты опять, всё перепутал. (обращаясь к белочке)

- Ты кто такая?

Белочка (Карина):

- Я – Белочка. Я живу в лесу, мой домик высоко на дереве. Называется мой домик Дупло. Я люблю грибы и орешки.

- Ребята, Белочка – это не птица. А кто?

Дети: - Белочка – это животное.

Воспитатель: Ребята, а какие животные ещё живут в лесу?

(дети перечисляют)

Ёжик подходит к кузнечику. – А ты кто?

Кузнечик (Алим):

Я – Кузнечик молодой

Появился я весной

Ловко прыгаю, скачу

Друга я найти хочу.

Ёжик: - Как много всего интересного на моей полянке. Мне будет весело. Я буду со всеми вами дружить.

- Ребята, давайте все встанем в круг и потанцуем вместе с кузнечиком и ёжиком. (Играет песня «В траве сидел кузнечик»).

- А сейчас, ребята, сядьте за столы. У вас на столе лежат заготовки цветов, бабочек, грибов. Вам нужно украсить аппликацией эти заготовки. У вас на тарелочках лежат кружки. Их нужно наклеить на ваши заготовки.

Дети за 1-ым столом будут делать аппликацию цветов. – Нужно наклеить цветку серединку. Вот так (показываю).

Дети за 2-ым столом будут делать аппликацию грибов. Нужно на шляпку гриба наклеить кружки вот так. Положить на клеёнку, открыть клей, взять кружок намазать кружок и наклеить его на шляпку. Промокнуть салфеткой.

Третий стол – будет делать аппликацию бабочек. Нужно на крылышко наклеить кружки.

Когда закончите работу, то свою аппликацию принесёте по одному мне, и мы наклеим её на нашу земную полянку.

(Самостоятельная работа детей).

Помогаю детям расположить изображения на большом листе.

**Анализ:** Вот какую красивую полянку вы, сделали для ёжика и его друзей.

Вам понравилось занятие?

Мне тоже очень понравилось, как вы рассказывали сказку, и как делали аппликацию. В знак благодарности ёжик для вас тоже сделал сюрприз. Он приготовил для вас ребята угощение. (Яблоки в корзинке).

- Молодцы ребята! Наше занятие окончено.

***«Использование здоровьесберегающих технологий***

***в работе с детьми дошкольного возраста».***

***Цели:***

Повышение  профессиональной  компетентности  педагога.

* Оптимизировать развитие основных структурных компонентов музыкальности детей, посредством внедрения здоровьесберегающих технологий:

1. развитие специальных музыкальных способностей: координации слуха и голоса, координация движений (посредством применения метода кинезиологии)

2. развитие познавательных процессов и личностных новообразований

3. обеспечение комфорта детей в различных формах организации НОД

и совместной деятельности

* Сохранять и укреплять психофизическое здоровье детей:

1. развитие сенсорных и моторных функций.

2. профилактика заболеваний опорно – двигательного аппарата, органов дыхания, простудных заболеваний

**Задачи:**

1. Изучить учебную, справочную, научно-методическую литературу по вопросу здоровьесбережения;
2. Учиться моделировать работу на основе изученных видов, приемов и методов здоровьесбережения (различные виды массажа, самомассажа, комплексы общеразвивающих упражнений , физкультминутки, ритмические танцы, подвижные игры ит.д.);
3. Направить жизнедеятельность детей в дошкольном учреждении на сохранение и укрепление здоровья;
4. Организовать работу по профилактике нарушений опорно-двигательного аппарата, зрения, простудных заболеваний;
5. Систематизировать изученную литературу.

**Литература:**

1. «Дошкольное воспитание», научно-методический журнал; ООО Издательский дом «Воспитание дошкольника», Москва.
2. *Картушина М. Ю.* «Быть здоровыми хотим». – М.: ТЦ Сфера, 2004 (программа развития).
3. *Иова Е. П.* «Утренняя гимнастика». – М.: Просвещение.
4. *Шорыгина Т. А.* «Беседы о здоровье» (методическое пособие). – М.: ТЦ Сфера, 2009.

***Перспективный план работы***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Раздел плана | Форма работы | Практические выходы | Отчет о выполнении |
| **Сентябрь** |
| Работа с детьми | Проведение праздника «День Знаний» Анализ диагностики муз.развития с целью выявления одаренных детей и детей, нуждающихся в коррекционной помощи.Организация подвижных игр с элементами З/Т на каждом занятии | Развивать эмоциональную сферу, Формировать гармоничную личность.Учить детей сохранять и укреплять здоровье.Формировать потребность в двигательной активности, навыки здоровьесбережения. |  |
| Работа с родителями | Ознакомление родителей с работой дошкольного учреждения. | Изучение индивидуальных особенностей ребенка.Знакомство родителей с условиями, содержанием, методами воспитания детей в дошкольном учреждении. |  |
| Самореализация | Работа с книгой Иова Е.П. «Утренняя гимнастика под музыку». | Изучить комплексы утренней гимнастики для всех возрастных групп, систематизировать музыкально-ритмические упражнения. |  |
| **Октябрь** |
| Работа с детьми | Проведение динамических пауз во время занятий (в течение года).Проведение релаксации (в течение года).ПроведениеПроведение пальчиковой гимнастики (ежедневно). | В качестве профилактики утомления.В качестве профилактики непропорциональной нагрузки на мышцы.В целях укрепления организма.Рекомендуетсявсем детям для развития моторики. |  |
| Работа с родителями | Консультация для родителей «Музыка, как средство здоровьесбережения детей» | Практическое занятие с родителями. (ознакомление их с практическим материалом) для выполнения с детьми дома. |  |
| Самореализация | Работа с методической литературой (ж/л «Дошкольное воспитание») | Повышение знаний, сбор материала. |  |
| **Ноябрь** |
| Работа с детьми | Включать в муз.занятия пальчиковые игры, валеологическиераспевки.Использование на осенних праздниках ритмопластику. | Развитие моторных и сенсорных функций. Создавать положительное отношение к оздоровительным мероприятиям |  |
| Работа с родителями | Индивидуальные беседы с родителями | По желанию родителей знакомить их с различными видами здоровь-их технологий. |  |
| Самореализация | Изучение практического материала из опыта Гумировой О.В.  | Использование ее опыта в своей работе |  |
| **Декабрь** |
| Работа с детьми | Проведение новогодних утренников во всех группах. | Развивать эмоционально-волевую сферу и игровую деятельность. Умение правильно и комфортно выполнять игровые действия. |  |
| Работа с родителями |  | Посещение новогодних праздников |  |
| Самореализация |  | Сбор аналитической информации. |  |
| **Январь** |
| Работа с детьми | Проведение заняти в старших и средней группах«Старик - Ледовик» | Формировать потребность в двигательной активности, развивать умение сознательно вырабатывать полезные привычки – правильно дышать и извлекать звуки своего тела. |  |
| Работа с родителями | Выставка педагогической литературы. | Предоставление педагогической информации родителям по данной теме. |  |
| Самореализация | Работа с книгой М.Ю. Картушиной «Быть здоровыми хотим» |  |  |
| **Февраль** |
| Работа с детьми | Разучивание игроритмических упражнений на музыкальных занятиях. | Развивать воображение, музыкально-творческих способностей ребенка, формировать процесс восприятия и включение в работу обоих полушарий мозга, улучшить физ-ое самочувствие и повысить общительность детей. |  |
| Работа с родителями |  |  |  |
| Самореализация | Работа с книгой Т. А. Шорыгиной «Беседы о здоровье» |  |  |
| **Март** |
| Работа с детьми | Познакомить детей с музыкотерапией, включать ее в занятия. | Слушание правильно подобранной музыки повышает иммунитет детей, снимает напряжение, головную боль |  |
| Работа с родителями | Оформление буклетов « Влияние музыки на психологическое здоровье детей» | Оказание педагогической помощи в решении возникших трудностей воспитания. |  |
| Самореализация |  |  |  |
| **Апрель** |
| Работа с детьми | Мониторинг. | Подведение итогов эффективности использования современных здоровьесберегающих технологий. |  |
| Работа с родителями | Индивидуальная работа с родителями | Оказание педагогической помощи в решении возникших трудностей воспитания. |  |
| Самореализация |  | Сбор аналитической информации. |  |
| **Май** |
| Работа с детьми |  |  |  |
| Работа с родителями | Собрание. | Подведение итогов работы. Анализ результатов совместной деятельности. |  |
| Самореализация | Сбор информации.  | Пополнение методической копилки. |  |
|  |  |  |  |

 **Отчёт  по  самообразованию**

**музыкального руководителя**

**Абужаевой Татьяны Николаевны**

**Тема: «Здоровьесберегающие технологии**

**в музыкальном развитии детей ».**

**2016 - 2017  учебный  год.**

    Воспитание здорового подрастающего поколения граждан России - первоочередная задача государства, от решения которой во многом зависит его будущее процветание. Во всех существующих программах воспитания и обучения в дошкольных образовательных учрежденияхведущим декларируется тезис о приоритетности мероприятий, связанных с охраной здоровья ребенка, повышением его функциональных возможностей, уровнем физического, психического развития.

Музыкально-оздоровительная работа в ДОУ – достаточно новое направление в музыкальном воспитании дошкольников, хотя музыкальное развитие ребенка в аспекте физического имеет свою давнюю историю. Музыка, воспринимаемая слуховым рецептором, воздействует не только на эмоциональное, но и на общее физическое состояние человека, вызывает реакции, связанные с изменением кровообращения, дыхания. Пение развивает голосовой аппарат, речь, укрепляет голосовые связки, регулирует дыхание. Ритмика улучшает осанку ребенка, координацию, уверенность движений. Развитие эмоциональной отзывчивости и музыкального слуха помогают активизировать умственную деятельность.

Таким образом, музыка – это одно из средств физического развития детей.

***Актуальность темы.***

Проблема  раннего формирования культуры здоровья актуальна, своевременна и достаточно сложна. Известно, что дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Ведь именно до 7 лет человек проходит огромный путь развития, не повторяемый на протяжении последующей жизни. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, отношение к себе и окружающим. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

  Под здоровым образом жизни мы понимаем активную деятельность людей, направленную на сохранение и улучшение здоровья. Формирование здорового образа жизни должно начинаться уже в детском саду. Вся жизнедеятельность ребенка в дошкольном учреждении должна быть направлена на сохранение и укрепление здоровья.

  Любую педагогическую деятельность следует начинать только после того, как будет получена и проанализирована информация о состоянии здоровья и уровне физического развития дошкольников.

Актуальность применения здоровьесберегающей технологии в музыкально-образовательной деятельности в ДОУ. Снижение уровня заболеваемости детей ОРВИ,  ОРЗ. Эффективность музыкального воздействия на физиологию ребёнка. Повышения уровня профессиональной компетенции музыкального руководителя в условиях педагогики оздоровления.

***Целью моей работы является:***

Повышение  профессиональной  компетентности  педагога.

Исходя  из  этого, я определила и поставила следующие  ***цели и задачи:***

* Оптимизировать развитие основных структурных компонентов музыкальности детей, посредством внедрения здоровьесберегающих технологий:

1. развитие специальных музыкальных способностей: координации слуха и голоса, координация движений (посредством применения метода кинезиологии)

2. развитие познавательных процессов и личностных новообразований

3. обеспечение комфорта детей в различных формах организации НОД

и совместной деятельности

* Сохранять и укреплять психофизическое здоровье детей:

1. развитие сенсорных и моторных функций.

2. профилактика заболеваний опорно – двигательного аппарата, органов дыхания, простудных заболеваний

**На  первом  этапе**работы  по  теме самообразования я сделала

  1.Анализ диагностики музыкального развития с целью выявления одарённых детей и детей, нуждающихся в коррекционной помощи

2.Изучала передовой педагогический опыт и литературу по данной теме.

3. Провела  корректировку перспективного  плана работы с учётом данной проблемы.

4. Изучила влияние здоровьесберегающих технологий на  развитие музыкальности детей и укрепление их психофизического здоровья, организации деятельности с детьми.

**Поэтому на втором  этапе**  своей  работы  по  теме  самообразования я  стала  изучать,  собирать, а затем  самостоятельно  создавать  необходимый  материал для  дальнейшей  работы,  для  применения полученных  знаний  на  практике.

На этом  этапе был  наработан  следующий  материал.

* Подбирала и изучала с детьми различные пальчиковые игры;
* Включала в НОД валеологическиераспевки и   дыхательную артикуляционную гимнастику.

При помощи правильного дыхания можно избежать гайморита, астмы, неврозов, избавиться от головной боли, насморка, простуды, расстройства пищеварения и сна и быстро восстановить работоспособность после умственного и физического утомления. Для полноценного дыхания необходимо соблюдать следующие правила: дышать надо только через нос равномерно и ритмично; стараться максимально наполнять легкие воздухом при вдохе и делать максимально глубокий выдох; при появлении малейшего дискомфорта занятия дыхательной гимнастикой прекратить.

* Подвижные музыкальные игры.
* Проводилась утренняя гимнастика и физкультура под музыку.
* Самомассаж.
* Музыкотерапия. (Музыкальное сопровождение ритмичных моментов, музыкальное оформление фона занятий).

   В своей работе я использую современные здоровье сберегающие технологии, чтобы поддержать интерес к организованной образовательной деятельности, снять усталость, поднять эмоциональный настрой и повысить работоспособность.

Релаксацию  проводила  в  конце  НОД.  Старалась использовать  спокойную классическую музыку (Чайковский, Рахманинов, звуки природы).

                      Оформила  информационную папку-передвижку для родителей :

«Музыка,  как средство здоровьесбережения»,

«Роль дыхательной гимнастики, как метод оздоровления дошкольников», «Музыкальная терапия»

Организовала  консультацию  для педагогов  МДОУ по проблеме «Здоровьесберегающие технологии  в музыкально-творческой деятельности детей ДОУ».

Использовала  собранный  материал  на  практике,  с  целью  развития  музыкальных  способностей  дошкольников  посредством внедрения здоровьесберегающих технологий.

***Вывод:  П***оложительные результаты в здоровьесбережении дошкольников возможны только при взаимодействии с родителями: родительские собрания, беседы, анкетирование. При беседе родители учатся ближе видеть сложный многогранный процесс воспитания ребёнка, осваивают практические навыки. В своей работе использую наглядную информацию в родительских уголках, где периодически меняются консультации для родителей, отражающие правила личной гигиены, закаливания, советы, брошурки, методические рекомендации по применению фитотерапии, ароматерапия, витаминотерапии в образовательном учреждении и семье;

     Для обеспечения полноценного физического развития, удовлетворения потребностей в двигательной активности детей, в группе, вместе с напарницей, организовали соответствующую предметную среду, создали необходимые условия, изготавливали нетрадиционное физкультурное оборудование, которое применяем при работе: вязанные мячики, ленты на палочках, кольца для метания, «сухой дождь», косички для выполнения упражнений, платочки, «лужи», колечки из киндеров и многое другое;

***Вывод:*** За период  2014-2015 учебного года я увидела положительную динамику моей целенаправленной работы по теме самообразования.

Работая над темой **«Здоровьесберегающие технологии в музыкальном развитии детей ».**

* считаю,  что  постепенно добиваюсь главной цели работы,  которая  заключается в  том,  чтобы помочь  детям   сохранять и укреплять психофизическое здоровье детей:

1. развитие сенсорных и моторных функций.

2. профилактика заболеваний опорно – двигательного аппарата, органов дыхания, простудных заболеваний.

***За  период  2016-2017 уч. г.:***

* Изучила  методическую  литературу;
* Применила  полученные  знания на  практике;
* Активно  сотрудничала с педагогами  и  родителями;
* Значительно повысила свой профессиональный уровень.

***Перспектива  дальнейшей  работы:***

* Продолжать  активное  сотрудничество с  педагогами  и  родителями;
* Создать  картотеку  подвижных музыкальных игр; словесных игр с движением; коммуникативных игр; пальчиковой гимнастики, дыхательной и артикуляционной.
* Использовать  в  своей  работе  инновационные  технологии (проектная  деятельность);
* Пополнять  методическую  библиотеку  вновь  изданными  пособиями по музыкальному воспитанию дошкольников.

***План самообразования музыкального руководителя Абужаевой Татьяны Николаевны***

***на 2017-2018 уч.год***

***Работа музыкального руководителя с родителями на 2018-2019 уч.год.***

*Абужаева Татьяна Николаевна.*

**Сентябрь:**

* Оформление стенда в старших группах «Развитие пластичности и ритмопластики у детей старшего дошкольного возраста»
* Консультация – беседа к собранию «Музыкальное воспитание дошкольников в семье»
* Индивидуальные беседы.

**Октябрь:**

* Организовать родителей к активному участию в изготовлении поделок из природного материала совместно с детьми на тему «Осенние дары».
* Приглашение родителей на просмотр детских утренников «Осенняя прекрасная пора».
* Индивидуальные беседы.

**Ноябрь:**

* Приобщение родителей к оказанию посильной помощи в пошиве костюмов для детей.
* Проведение праздника совместно с родителями, посвященного Дню Матери.

**Декабрь:**

* Организовать родителей к активному участию в детских новогодних утренниках, привлекать к помощи украшения зала.
* Устроить конкурс на лучший эскиз новогоднего зала.
* Консультация – беседа к собранию «Пластика и ритмопластика, что это такое?»

**Январь:**

* Консультация для родителей «Воспитание эмоционально – оценочного отношения к музыке»

**Февраль:**

* Проведение музыкально – физкультурного праздника «Наши папы самые-самые».
* Индивидуальные беседы.

**Март:**

* Разработать памятки «Правила поведения на детском празднике».
* Приглашение родителей на просмотр праздников «Нет родней дружка, чем родная матушка», привлечь родителей всех групп к участию в праздниках.

**Апрель:**

* Папка – передвижка «Музыкально – ритмические движения»
* Организация родителей к активному участию в подготовке выпускного бала и празднику, посвященному Дню Победы.

**Май:**

* Разработать памятку для детей каждой возрастной группы «Великий праздник «День Победы»

**Развитие пластичности и чувства ритма**

**у детей дошкольного возраста.**

*Здоровье – это не подарок, который человек получает один раз и на всю жизнь, а результат сознательного поведения каждого человека и всех в обществе».*

*(Патрик Фосс)*

**Актуальность.**

Состояние здоровья детей и подростков на сегодняшний день волнует многих специалистов, в том числе, и меня, как педагога дошкольного образования. Дети в современном мире подвержены не меньшим нагрузкам, чем взрослые: тяжёлые экологические условия жизни в мегаполисе, плотный учебный режим, длительное пребывание за компьютером и телевизором, неполноценное, несбалансированное питание. Малоподвижный образ жизни ведёт к нарушению опорно-двигательного аппарата, к психическим расстройствам, пагубно влияет на функциональное состояние и здоровье детей. Все эти факторы, как правило, приводят не только к ослаблению детского организма, но и к серьёзным функциональным заболеваниям.

Здоровье – понятие многогранное, оно не ограничивается физическим состоянием. Немаловажную роль играет психическое, социальное и духовное благополучие, развитие интеллектуальных способностей. Одно из направлений здоровьесберегающих технологий - ритмопластика.

**Концептуальность.**

Концепция модернизации российского образования предусматривает создание условий для повышения качества общего образования и в этих целях, наряду с другими мероприятиями, предполагает создание в образовательных учреждениях условий для сохранения и укрепления здоровья воспитанников. Необходимость постановки этой проблемы определяется уровнем задач, поставленных сегодня перед нашим образованием. Согласно современным представлениям целью образования является всестороннее развитие ребенка с учётом его возрастных возможностей и индивидуальных особенностей при сохранении и укреплении здоровья.

 В дошкольных образовательных учреждениях используются разнообразные формы и виды деятельности, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников. Комплекс этих мер получил в настоящее время общее название – «здоровьесберегающие технологии» - это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребёнка на всех этапах его обучения и развития. В концепции дошкольного образования предусмотрено не только сохранение, но и активное формирование здорового образа жизни и здоровья воспитанников.

**Теоретическая база.**

«Ритмопластика» - система физических упражнений, имеющих целью всестороннее гармоничное развитие тела, что является крайне важным аспектом развития ребенка.

Создатель системы - швейцарский педагог и музыкант Э.Жак-Далькроз. При помощи сочетания ритма, музыки и движений, Жак-Далькроз, используя специально подобранные упражнения, развивал у детей музыкальных слух, память, внимание, ритмичность, пластическую выразительность движений.

«Ритмопластика» является музыкально-ритмическим психотренингом, развивающим у ребенка волю, память, подвижность и гибкость мыслительных процессов, воображение, фантазию, способность к импровизации, ощущение свободного и сознательного владения телом.

Методику музыкально-ритмического воспитания Э. Жака-Далькроза стали применять как у нас, так и за рубежом с лечебно-профилактическими целями. Развитие движений у детей – естественный процесс аналогичный развитию речи. В связи с этим формируется особое направление – логопедическая ритмика, разработанная специально для занятий с детьми для улучшения речи. Природа одарила детей в младшем дошкольном возрасте замечательной способностью, облегчающей процесс освоения как движения, так и речи – способности к подражанию. Именно это свойство стало приоритетным в работе с детьми. Занятия разработаны для детей младшего и среднего дошкольного возраста.

Для реализации работы составлено перспективное планирование, в основе которого лежит программа А.Бурениной «Ритмической мозаика», также активно используется технология Жака-Далькроза по логоритмике, методические разработки Е.Железновой по раннему музыкальному развитию детей, программа Т Суворовой «Ритмика».

**Ведущая педагогическая идея.**

Проблема состояния здоровья детей и подростков на сегодняшний день волнует многих специалистов, в том числе, и меня, как педагога дошкольного образования. Дети в современном мире подвержены не меньшим нагрузкам, чем взрослые: тяжёлые экологические условия жизни в мегаполисе, плотный учебный режим, длительное пребывание за компьютером и телевизором, неполноценное, несбалансированное питание. Малоподвижный образ жизни ведёт к нарушению опорно-двигательного аппарата, к психическим расстройствам, пагубно влияет на функциональное состояние и здоровье детей. Все эти факторы, как правило, приводят не только к ослаблению детского организма, но и к серьёзным функциональным заболеваниям.

Противоречие состоит в том, что условия жизни современного общества изменяются, меняется и человек, его ценностные ориентации. Требуются новые подходы к решению проблемы воспитания дошкольников.

*Цель.*

Целью совместной деятельности с детьми является формирование пластики, музыкального ритма, развитие их творческих способностей, умения воплощать музыкально - двигательный образ. Дошкольный возраст – один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребенка, формируется личность человека. Очень важно в этот период создать для ребенка такие условия, которые бы способствовали развитию его индивидуальности, внутреннего мира, обогащению творческого потенциала и приобщению к социокультурным ценностям.

*Задачи.*

*• обеспечить эмоционально-психологическое благополучие и здоровье детей;*

*• формировать музыкально-эстетическое сознание у детей старшего дошкольного возраста;*

*• способствовать накоплению ребёнком опыта восприятия искусства;*

*• обогащать словарь детей;*

*• развивать творческое воображение и ассоциативное мышление;*

*• активизировать проявления творчества;*

*• развивать коммуникативность*

Своей задачей на протяжении всего периода обучения считаю максимальное развитие музыкальности: умения активно слушать музыку, быть предельно ритмичным и выражать свои музыкальные впечатления в осмысленных пластических движениях и действиях. Дети знакомятся с элементами музыкальной грамоты, изучают в движении средства музыкальной выразительности (темп, ритм, способы исполнения). Ритмичные упражнения развивают координацию движений, быстроту реакции, ориентировку в пространстве - исправляет природные недостатки (сутулость, развернутость стоп, постоянно уделяется внимание технике: прямая спина, ходьба с правильным положением корпуса, легкость в беге, гибкость корпуса - общие требования на всех занятиях.

Ритмопластика является дополнительным резервом двигательной активности детей, источником их здоровья, радости, повышения работоспособности, разрядки умственного напряжения, следовательно, одним из условий подготовки к учебной деятельности в школе.

Важнейшее значение для музыкально - ритмического воспитания имеет правильный подбор музыкальных произведений. Весь материал курса построен на высокохудожественных образцах русской, советской и зарубежной классической, народной музыки, детского музыкального материала (песни, считалки, заклички)

**Оптимальность и эффективность средств.**

***Средства обучения:***

* Музыкальный центр.
* СD - R диски с музыкальными произведениями.
* Детские музыкальные инструменты.
* Дидактический материал.

***Средства реализации:***

1. Импровизации музыкальных движений и образов под музыку.

2. Разговоры и беседы.

3. Вовлечение ребенка в сюжетно-ролевые игры.

4. Элементы театрализованной деятельности.

5. Игры-упражнения, игры-инсценировки.

6 Участие в праздниках и развлечениях.

В работе используются следующие

***здоровьесберегающие технологии****:*

*Сказкотерапия.*

В нахождении способов решения детьми своих психологических проблем большое место занимает сказка. Сказка – любимый детьми жанр. Она несёт в себе важное психологическое содержание, переходящее от одного поколения к другому и не утрачивающее со временем своего значения. Сказка открывает ребёнку перспективы собственного роста, дарит надежду и мечты – предощущение будущего, становится неким духовным оберегом детства.На занятии ритмики можно осуществить постановку музыкальной сказки («Теремок», «Репка», «Колобок» и т. д.) .

*Улыбкотерапия.*

Медики считают, что здоровье дошкольников станет крепче от улыбок педагогов. Как полагают врачи, в улыбающемся педагоге дети видят друга, и заниматься им нравится больше.

Очень важна на уроке и улыбка самого ребёнка.

Вскоре улыбка внешняя становится улыбкой внутренней, и ребёнок уже с ней смотрит на мир и на людей.

*Дыхательная гимнастика.*

Повышаются показатели диагностики дыхательной системы, развития певческих способностей детей.

*Игровой массаж.*

Приемы массажа полезны не только больному, но и здоровому человеку. Ребенок может легко этому научиться в игре. Частота заболеваний верхних дыхательных путей снижается.

*Пальчиковые игры.*

Нужное место на занятиях занимают пальчиковые игры и сказки, которые исполняются как песенки или произносятся под музыку. Игры развивают речь ребенка, двигательные качества, повышают координационные способности пальцев рук.

*Музыкотерапия.*

Важная составляющая оздоровительной работы. Это создание такого музыкального сопровождения, которое способствует коррекции психофизического статуса детей в процессе их двигательно-игровой деятельности. Слушание правильно подобранной музыки повышает иммунитет детей, снимает напряжение и раздражительность, головную и мышечную боль, восстанавливает спокойное дыхание.

При проведении занятий с использованием технологий *здоровьесбережения* учтены индивидуальные и возрастные особенности каждого ребенка, его интересов.

*Психогимнастика.*

Элементы *психогимнастики* восстанавливают и сохраняют эмоциональное благополучие, и предупреждают психические расстройства, способствуют раскрепощению детей, проявлению своего «я», развитию воображения, преодолению двигательной неловкости.

*Психогимнастика* на ритмических занятиях немаловажное значение имеет и для создания облика человека, то есть его осанки и позы. Все отрицательные эмоции “съеживают” фигуру человека, в данном случае ребенка, и никакие специальные занятия корригирующей направленности не смогут исправить осанку. Только положительные чувства ее развертывают. Положительные чувства ребенок получает, прежде всего, в игре, поэтому мы используем разнообразные игры для предотвращения и исправления отклонений в формировании осанки: «Встань прямо», «Держи голову прямо», «Хорошая и плохая осанка», «Карандаши» и другие.

С удовольствием дети играют в музыкально-подвижные игры, которые проводятся с ними на занятиях по ритмопластике и подбираются в соответствии с возрастом детей.

Очень любят наши дошкольники активный отдых (праздники, досуги). Праздники и досуги обязательно сопровождаются музыкой: это благотворно влияет на развитие у детей чувства прекрасного, закрепляет умение двигаться под музыку, понимать характер музыкального произведения, развивает музыкальный слух, память.

В нашем детском саду охрана здоровья и физического развития детей всегда была приоритетной задачей. Очень важно, чтобы за период пребывания в ДОУ ребенок окреп, вырос, успешно овладел разнообразными навыками, умениями, знаниями и способностью к восприятию и обучению.

Забота о здоровье детей – это важнейший труд воспитателей и узких специалистов. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы.

В нашем ДОУ педагоги используют различные «здоровьесберегающие технологии», направленные на сохранение и укрепление здоровья дошкольников. Такие технологии объединяют педагогов, психологов, медиков, родителей**.**

**Результативность опыта.**

• Сформированность эмоционально-оценочного отношения к музыке.

• Развитое образное мышление и творческое воображение.

• Повышенный уровень интереса к различным формам музыкальной деятельности.

• Получение первого опыта самооценки.

• Творческое самовыражение воспитанников.

• Повышение уровня художественно-эстетического воспитания детей.

Занятия ритмопластикой помогают развивать кругозор детей, эстетическую восприимчивость. Подборка материала на развитие художественно-эстетических способностей, даёт возможность развивать у детей фантазию и воображение. Дети получают возможность почувствовать себя свободными, раскрепощёнными, обретают уверенность в себе, в своих силах, в умении мыслить, фантазировать.

*Диагностический инструментарий:* диагностика по программе «Детство» научный редактор А. Г. Гогоберидзе, В. А. Деркунская. Педагогический анализ знаний и умений детей проводится 2 раза в год:

вводный – в сентябре

итоговый – в мае

*Мониторинг* развития детей осуществляется с помощью наблюдения и анализа деятельности детей, отзывов родителей, бесед.

Проведя педагогическую диагностику по музыкально- ритмическому развитию детей, пришла к выводу: что наиболее приемлема для нашего учреждения инновационная технология - танцевально-игровая гимнастика. Такая гимнастика очень эффективно воздействует на опорно-двигательный аппарат, сердечнососудистую систему, дыхательную, нервную систему ребенка. Танцевально-игровая гимнастика успешно интегрируется во все виды детской деятельности. Значимость танцевально-игровой гимнастики неоспорима, так как не только укрепляет здоровье детей, но и закладывает прочную основу для дальнейших занятий музыкой, гимнастикой, хореографией.

Также, воспитанники принимают активное участие в различных конкурсах и фестивалях, занимают призовые места (дипломы в фотопрезентации).

 **Приложения.**

***Фотопрезентация из опыта работы.***

***Фотопрезентация «Арт-терапия».***

***Видеозапись занятия.***

***Программа по ритмопластике.***

 ***Рецензия на программу.***

***Учебно-тематический план по ритмопластике.***

***Консультации для родителей:***

«Музыка, как средство здоровьесбережения»,

«Музыка - одно из средств физического развития детей».

***Консультации для воспитателей:***

«Формирование здоровья через активную музыкальную деятельность»,

«Музыкально-ритмическая деятельность».

***Методические рекомендации:***

«Танцевально-двигательные и телесно-ориентированные техники»,

«Система работы по развитию движений у детей на основе методики А.Бурениной «Ритмическая мозаика»».

**Ритмопластика как средство развития  эмоциональной сферы  у  детей  старшего дошкольного  возраста.**

**Ритмопластика – синтетический вид деятельности, основанный на движениях под музыку, основной целью которой является психологическое раскрепощение ребенка через освоение своего тела. (А.И.Буренина)**

Комплексный подход к воспитанию творческой личности охватывает широкий круг вопросов, относящихся к проблемам обще-эстетического и нравственного воспитания. Неразрывное единство идейно-мировоззренческого, духовного и художественного является неотъемлемым условием личности подрастающего человека, разносторонности и гармоничности ее развития.

 Креативность – развитие  творческих  способностей,    деятельность  высшего  уровня  познания  и  преобразования  окружающего  мира (природного  и  социального).

  Изучение  проблемы  развития эмоциональной сферы  актуально  в  связи  с  тем,  что главное  условие  прогрессивного  развития  общества - человек,  способный  к творческому  созиданию. По мнению Выготского Л.С., именно творческая деятельность человека делает его существом, обращенным к будущему, созидающим его и видоизменяющим свое настоящее. Он писал: «…в каждодневной окружающей нас жизни творчество есть необходимое условие существования, и все, что выходит за пределы рутины и в чем заключена хоть йота нового, обязано своим происхождением творческому процессу человека. Легко заметить, что творческие процессы обнаруживаются во всей своей силе уже в самом раннем детстве**».**

Поэтому вопрос о развитии творчества у детей, о значении творческой работы для их общего развития и созревания является одним из важных вопросов детской психологии и педагогики на современном этапе.      Для  развития  творчества  наиболее  благоприятным  видом  искусства  является  музыка.  Благодаря  своим  особенностям  музыка  активно  воздействует  на  развитие  воображения,  которое  лежит  в  основе  любого  вида  творчества.

     Создавшаяся  сегодня  социально- экономическая  ситуация  не  позволяет поднять  на  должную  высоту  культурный  уровень  развития  общества, развития  творческой  личности  человека.  В  настоящее  время  культурное наследие  утратило  свою  ценность,  обнищал   духовный  мир  людей.

       Наблюдения  показывают,  что  у  современного  ребёнка,  который живёт  в  непростых  условиях  музыкального  социума,  исчез  интерес  к классической  музыке,  к  фольклору,  ослабло  стремление  к  творческому проявлению.  Поэтому  возникает  целый  ряд  **противоречий:**

 -     возросшее   внимание  общества  к  музыкальной  культуре,  к  проблеме детского  творчества  не  всегда  воспринимается  современными  семьями, воспитывающих  детей  дошкольного  возраста.  Музыкальная  среда, которая  окружает  детей  дома,  ограничивается   в  основном  только развлекательной  музыкой.  Только  некоторые   родители  создают  дома  все условия  для  развития  музыкально – творческих  способностей   детей, большинство  же   родителей  полагают,  что  никакое  творчество  их  детям не  нужно,  в  жизни  оно  не  пригодится;

-   возрастает  количество  публикаций  по  музыкальной  культуре, журналов  и  книг  по  развитию  музыкально –  творческих   способностей детей,  но  в  то  же  время   наблюдаются   поверхностные  знания,  слабый уровень  развития  творческого  воображения  у  детей  дошкольного  возраста;

-     повышено  внимание  общественности  к  воспитанию  творческой  личности  современного  человека,  но  отсутствуют  телепередачи  творчески развивающего  характера,  дети  знакомятся  с  « засоренным»    эфиром.

 Н.А.Ветлугина, проанализировав возможности детей в выполнении музыкальных творческих заданий, пришла к выводу, что необходимыми условиями в развитии детского творчества, эмоциональной сферы  являются:

- накопление впечатлений от восприятия искусства, которые являются образцом для творчества, его источником;

- накопление опыта исполнительства.

Творческий  потенциал  детей  зависит  от  той  базы  знаний,  которые  они приобретают  в  образовательных  дошкольных  учреждениях. Одним из разделов образовательной программы является музыкальное воспитание, где под развитием креативности мы понимаем формирование творческих умений в восприятии (слушательской деятельности), сочинении, исполнении, импровизации, размышлении о музыке.

Творчество может проявляться в разных видах детской музыкальной деятельности:

- песенное творчество, когда ребенок импровизирует простейшие мелодии;

- музыкально-игровое и танцевальное творчество, когда ребенок импровизирует из знакомых элементов танца новые композиции и самостоятельно находит способы воплощения музыкально-игрового образа;

- творчество в игре на музыкальных инструментах, которое проявляется в сочинении во время игры на инструменте, непосредственном, сиюминутном выражении впечатлений

 Мы рассматриваем развитие творческих способностей детей в процессе музыкально-ритмических движений, т.е. ритмопластики.

С древности движения, выполняемые под музыку, применялись в воспитании детей и почитались как занятия, приносящие здоровье как физическое, так и духовное. Ритмопластика — это игра, это танец, это музыка. Ее основное назначение-развитие у детей художественного
восприятия мира. Это восприятие передается через движения, мимику, жесты, позы, пластику, показывающие ощущения и чувства. И в то же время это урок. Это урок работы над осанкой, крупной моторикой, над чувством ритма. Занятия ритмикой являются профилактикой косолапости и плоскостопия, сколиоза, развивают изящество и грациозность движении, вестибулярный аппарат. Занятия помогают научиться слушать и понимать музыку, любить ее и запоминать. Путем многократного повторения определенных движений, через мышечную память развивается музыкальная память . В плане профилактики психоэмоционального напряжения ребенка ритмопластика решает задачи раскрепощения его личности и поведения, ориентирует на позитивное восприятие окружающего мира.
.     По развитию творчества дошкольников ритмопластика решает такие задачи, как:

* Развитие творческого воображения и фантазии;
* Развитие способности к импровизации в движении, развитие гибкости и пластичности.
* Развитие   природной  музыкальности  детей  и  первоначальных  танцевальных навыков,  способность  к  спонтанному  творческому  поведению.
* создание  предпосылок к  формированию  творческого  мышления.

Ритмопластика- это один из способов, одна из возможностей “*проживания*” образов, когда любой жест, движение становятся формой *эмоционального выражения содержания*. Жест, движение, пластика обладает особенным свойством *обобщать эмоциональное состояние*.

Ритмопластика - это любое движение человеческого тела, вызванное музыкой и выражающее ее образ. Музыка регулирует движение и дает четкие представления о соотношении между временем, пространством и движением.

Занятия с элементами ритмопластики можно проводить в любом возрасте, варьируя приоритетные задачи в соответствии с предложенными исследователями(Н.А.Ветлугиной и А.И.Ходьковой) этапами развития творчества детей.

Так **в младшей группе** приоритетными задачами являются:

* воспитание потребности к самовыражению в движении под музыку
* формирование умений исполнять знакомые движения в игровых ситуациях, под другую музыку;
* развитие умения находить свои движения для выражения характера музыки

В **средней группе** к этим задачам прибавляется

* развитие гибкости, пластичности, мягкости движений,
* воспитание самостоятельности в исполнении, побуждение детей к творчеству

    В **старших группах** приоритетными задачами являются:

* Развитие умений сочинять несложные плясовые движения и их комбинировать
* Формирование умений исполнять знакомые движения в игровых ситуациях под другую музыку, самостоятельно создавать пластический образ
* Развитие умения находить свои, оригинальные движения для выражения характера музыки, умение оценивать свои творческие проявления и давать оценку другим детям.

Развивая творческие способности, мы не ставим перед собой задачу сделать из детей артистов, поэтов и музыкантов. В последствии перед каждым из них откроется возможность творческого труда. Важно не то, что человек будет делать в своей жизни, а то,  как он  будет это делать. Творцом нужно и можно быть в любом деле, поэтому так необходимо развивать творческие способности детей. Этому способствует музыкальная деятельность, проводимая нами в детском саду.

***Консультация для педагогов
«Ритмопластика как одно из средств создания образа».***

 *Совсем маленькие дети, не умеющие говорить, с необыкновенной легкостью заменяют слова мимикой и жестами. Развитие ребенка идет от движений и эмоций к слову. Поэтому вполне естественно, что детям дошкольного возраста легче выразить свои чувства и эмоции через пластику своего тела. Особенно интересные пластические образы возникают под влиянием музыки. Различные по характеру и настроениям музыкальные произведения стимулируют фантазию ребенка, помогают творчески использовать пластическую выразительность. Помочь ребенку раскрепоститься и ощутить возможности своего тела можно с помощью разнообразных ритмопластических упражнений и игр. Занятия ритмопластикой предполагают решение следующих задач:*

 *1) развитие двигательных способностей детей (ловкости, подвижности, гибкости, выносливости);*

 *2) развитие пластической выразительности (ритмичности, музыкальности, быстроты реакции, координации движений);*

 *З) развитие воображения (способность к пластической импровизации).*

 *Необходимым условием решения этих задач является умение владеть своим телом, так называемая мышечная свобода. У дошкольников отсутствие этих умений проявляется в двух видах: как перенапряжение «зажим» всех или отдельных групп мышц или как излишняя разболтанность, развязность. Поэтому наряду с упражнениями и играми, направленными на развитие двигательных навыков, необходимы специальные упражнения в попеременном напряжении и расслаблении различных групп мышц, вплоть до полного расслабления всего тела, лежа на полу. Только добившись определенных результатов в этом направлении, можно переходить к созданию пластических образов.*

*Ритмопластические упражнения и игры не дублируют раздел, посвященный музыкально-ритмическому воспитанию в системе музыкальных занятий с дошкольниками. Они развивают, прежде всего, гибкость и умение владеть своим телом и представляют собой задания, несущие «художественно-смысловой образ», затрагивающий эмоциональный мир ребенка.*

 *Режиссер Ф.Ф. Комиссаржевский отмечал, что «не только органы речи, звуки и мышцы лица актера, но и все его тело должно быть технически приспособленным для выражения переживаний; тем более — тело, потому что его положения и движения выражают после музыки наиболее обобщенно и более сжато и четко, чем слово, внутреннее состояние человека; кроме того, тело отражает внутренние эмоции прежде, чем они находят выражение в слове или звуке».*

***ИГРЫ НА РАЗВИТИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ***

***«МУРАВЬИ»***

***Цель.****Уметь ориентироваться в пространстве, равномерно размещаться по площадке, не сталкиваясь друг с другом. Двигаться в разных темпах. Тренировка внимания.*

***Ход игры.****По хлопку педагога дети начинают хаотически двигаться по залу, не сталкиваясь с другими детьми и стараясь все время заполнять свободное пространство.*

***«КАКТУС И ИВА»***

***Цель.****Развивать умение владеть мышечным напряжением и расслаблением ориентироваться в пространстве, координировать движения, останавливаться точно по сигналу педагога.*

***Ход игры.****По любому сигналу, например хлопку, дети начинают хаотично двигаться по залу, как в упражнении «Муравьи». По команде педагога «Кактус» дети останавливаются и принимают «позу кактуса» — ноги на ширине плеч, руки слегка согнуты в локтях, подняты над головой, ладони тыльной стороной повернуты друг к другу, пальцы растопырены, как колючки, все мышцы напряжены. По хлопку педагога хаотическое движение возобновляется, затем следует команда: «Ива» - дети останавливаются и принимают позу «ивы» - слегка разведенные в стороны руки расслаблены в локтях и висят, как ветви ивы; голова висит, мышцы шеи расслаблены. Движение возобновляется, команды чередуются.*

***«ПАЛЬМА»***

***Цель.****Напрягать и расслаблять попеременно мышцы рук в кистях, локтях и плечах.*

***Ход игры.****«Выросла пальма большая-пребольшая»: правую руку вытянуть вверх, потянуться за рукой, посмотреть на руку.
«Завяли листочки»: уронить кисть.
«Ветви»: уронить руку от локтя.
«И вся пальма»: уронить руку вниз.
Упражнение повторить левой рукой.*

***«САМОЛЕТЫ И БАБОЧКИ»***

***Цель.****Учить детей владеть мышцами шеи и рук; ориентироваться в пространстве, равномерно размещаться по площадке.*

***Ход игры.****Дети двигаются врассыпную, как в упражнении
«Муравьи», по команде «самолеты» бегают стремительно, вытянув руки в стороны (мышцы рук, шеи и корпуса напряжены); по команде «бабочки» переходят на легкий бег, делая руками плавные взмахи, голова мягко поворачивается из стороны в сторону («бабочка ищет красивый цветок»), кисти, локти, плечи и шея не зажаты.*

***МУЗЫКАЛЬНО-ПЛАСТИЧЕСКИЕ ИМПРОВИЗАЦИИ***

***Цель.****Передавать в пластических свободных образах характер и настроение музыкальных произведений.*

***«ПЕРВАЯ ПОТЕРЯ»***

 *Каждый ребенок импровизирует предлагаемую ситуацию, как бы отвечая на вопросы: где, когда, почему, что потерял? Дети с помощью мимики, жестов, пластики тела создают мини-спектакль (этюд) на заданную тему.*

 *Музыкальное сопровождение: «Первая потеря», муз. Р.Шумана.*

***«ПОДАРОК»***

*Дети свободно и эмоционально передают радостное настроение в связи с полученным подарком. Фантазируют, когда (Новый год или день рождения), от кого (мама, папа, друг и т.п.), что именно получили в подарок.*

 *Музыкальное сопровождение: «Новая кукла», муз. П. Чайковского или «Вальс-шутка, муз. Д.Шостаковича.*

***«ОСЕННИЕ ЛИСТЬЯ»***

*Ветер играет осенними листьями, они кружатся в причудливом танце, постепенно опускаясь на землю.*

 *Музыкальное сопровождение: «Вальс-фантазия», муз. М.Глинки.*

***«БАБОЧКИ»***

 *На летнем лугу летают бабочки. Одни собирают нектар с цветов, другие любуются своими пестрыми крылышками. Легкие и воздушные,
они порхают и кружатся в своем радостном танце.*

*Музыкальное сопровождение: «Мотылёк», муз. Д.Кабалевского.*

***«В СТРАНЕ ЦВЕТОВ»***

 *В стране цветов праздничный бал. Каждый цветок импровизирует свои движения, выражая общее радостное настроение.*

*Музыкальное сопровождение: «Подснежник», «Вальс цветов», муз. П.Чайковского.*

***«СНЕЖИНКИ»***

 *То медленно, то быстрее опускаются на землю снежинки, кружась и искрясь в своем волшебном танце.*

*Музыкальное сопровождение: «Вальс» из оперы «Ёлка», муз. В.Ребикова; «Вальс снежных хлопьев» из балета «Щелкунчик», муз. П.Чайковского.*

**Ритмопластика как средство развития индивидуальных способностей и творческого потенциала дошкольников в условиях введения ФГОС.**

ФГОС ставит задачу сохранения и поддержание индивидуальности и творческого потенциала каждого ребенка; формирование общей культуры.

Одним из средств, позволяющих это сделать, является РИТМОПЛАСТИКА. Ритмопластика  –  это выполнение движений под музыку в заданном ритме, развивая гибкость и пластичность движений.

Целью направления является содействие всестороннему развитию личности дошкольника средствами танцевально-игровой гимнастики, формирование пластики, музыкального ритма, развитие их творческих способностей, умения воплощать музыкально - двигательный образ.

Ритмопластический танец является по определению А.И. Бурениной, создательницы современной программы ритмопластики для дошкольников, результатом взаимодействия ритмического и пластического танца, т.е. ритмопластика – это свободное движение, не подчиненное законам классического танца, с использованием и совмещением танцевальных и жизненных позиций танцующего. Кроме этого, ритмопластика включает в себя музыкально-ритмический психотренинг, развивающий волю, память подвижность и гибкость мыслительных процессов, музыкальность, эмоциональность, творческое воображение, способность к импровизации через осознание и свободное владение телом.

Техника ритмодвигательной терапии позволяет:

1.   понять личность через тело;

2. улучшить все функции личности, мобилизуя энергию в мышечных напряжениях;

3. повысит качество и объем переживания удовольствия через влияние на ритмическую активность и отдельные движения.

Ритмическое движение дарит человеку здоровье – полноту и естественность жизни, самореализацию, а так же тренирует равновесие и дыхание, улучшает подвижность и осанку – учит владеть своим телом, помогает скорректировать фигуру.

Включая ритмопластику в содержание музыкальных занятий, можно решить сразу множество задач:

1. Укрепление здоровья:

2.Совершенствование психомоторных способностей дошкольников;

3. Развитие музыкальных способностей у дошкольников;

4. Развитие творческих и созидательных способностей;

5. Развитие личностных качеств дошкольника;

На занятиях ритмопластики, можно выделить четыре основных направления работы с детьми: оздоровительное, образовательное, воспитательное и развивающее. Занятия ритмопластикой способствуют укреплению у детей мышечного корсета, формированию правильного дыхания, развитию моторных функций, выработки правильной осанки, походки, грации движений, что способствует оздоровлению всего детского организма в целом.

Занятия проводятся в виде игр.  Используются в основном пластические игры-фантазии, пластические игры-драматизации: пластические игры-моделирования с предварительным анализом музыкального   произведения  или  без  него,  инструментальные игры импровизации.

В  ритмопластике и ритмической гимнастике движения должны соответствовать музыке, а также быть: доступными,  понятными, разнообразными, нестереотипными.

Поставленные задачи будут успешно решаться только при использовании открытых  принципах, а именно:  принцип  доступности и индивидуальности. Одним из основных условий доступности является преемственность и постепенность усложнения заданий  – это достигается правильным распределением материала на занятии. Индивидуальность  –  это учет индивидуальных особенностей.

Ритмопластика является дополнительным резервом двигательной активности детей, источником их здоровья, радости, повышения работоспособности, разрядки умственного

напряжения, следовательно, одним из условий подготовки к учебной деятельности в школе.

Наряду с этим ритмичная музыка, яркая одежда, танцевальные движения создают положительные эмоции, снижают психологическое утомление, повышая работоспособность организма, стимулируя у ребёнка желание, заниматься физическими упражнениям.

**"РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТИ ДОШКОЛЬНИКОВ СРЕДСТВАМИ РИТМОПЛАСТИКИ**"

Разработала: Абрамова Марина Васильевна Главная задача педагога – это формирование гармонически развитой личности старшего дошкольника. Для того чтобы осуществить эту задачу необходимо всесторонне развивать ребёнка, то есть осуществлять его умственное, нравственное, физическое и эстетическое воспитание и развитие. Огромные возможности для воспитания души и тела заложены в синтезе музыки и пластики. Об этом знали ещё во времена древней Греции, где сформировалось представление о том, что основой прекрасного является Гармония. По мнению Платона, «трудно представить себе лучший метод воспитания, чем тот, который открыт и проверен опытом веков; он может быть выражен в двух положениях: гимнастика для тела и музыка для души. Ритм и Гармония глубоко внедряются в душу, овладевают её, наполняют её красотой и делают человека прекрасно мыслящим». У философов древней Греции было немало последователей. Так, идея синтеза музыки и движения была подхвачена швейцарским музыкантом и педагогом Эмилем Жак – Далькрозом, который разработал на её основе уже в начале 20 века систему музыкально - ритмического воспитания детей. Эта система стала известна во многих странах Европы и в России под названием «Метода ритмической гимнастики». Современность и актуальность этой методики, столь широко используемой многими специалистами по ритмике и хореографии и по сей день, не только в её названии. Заслуга Э. Далькроза, прежде всего в том, что он видел в музыкально – ритмических упражнениях универсальное средство развития у детей музыкального слуха, памяти, внимания, развитие двигательных качеств и умений, выразительности движений, творческого воображения. По его мнению, «с первых лет жизни ребенка следовало бы начинать воспитание в нём «мышечного чувства», что, в свою очередь, способствует «более живой и успешной работе мозга». Российский педагог – ритмист Александрова Н. Г., характеризовала ритмику как одно из средств биосоциального воспитания и ставила её в центр соприкосновения педагогики, психофизиологии, физкультуры, а также отмечала лечебно – оздоровительное значение занятий ритмикой. В настоящее время современная педагогическая теория и практика в области ритмики и хореографии предлагает множественные вариативные направления обучения и развития детей. В связи с этим возникает проблема выбора направления работы с детьми в области ритмики и хореографии, содержания работы и подбора наиболее эффективных форм и методов обучения, способствующих развитию старших дошкольников. Одним из интересных направлений работы с детьми является развитие старших дошкольников средствами ритмопластики. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ СРЕДСТВАМИ РИТМОПЛАСТИКИ Проблемы развития личности детей старшего дошкольного возраста Развитие - процесс и результат количественных и качественных изменений человека. Результат развития - становление человека как биологического вида и как социального существа. Биологическое в человеке характеризуется физическим развитием, включающим в себя морфологические, биохимические, физиологические изменения. А социальное развитие находит выражение в психическом, духовном, интеллектуальном росте. Если человек достигает уровня развития, который позволяет считать его носителем сознания и самосознания, способным на творчество, его называют личностью. Человек не рождается личностью, а становится ею в процессе развития. Личность определяется мерой присвоения общественного опыта, с одной стороны, и меры отдачи обществу, посильным вкладом в сокровищницу материальных и духовных ценностей с другой. Чтобы стать личностью, человек должен в деятельности, на практике проявить, раскрыть свои внутренние свойства, заложенные природой и сформированные в нём. Характерная особенность воспитания диалектический переход количественных изменений в качественные преобразования физических, психических и духовных свойств личности. Личность развивается в активной деятельности. Такие возможности представляет, прежде всего, учебная и трудовая деятельность, но только в том случае, если ребёнок является её субъектом. В педагогической практике всё больше ощущается потребность в оперативном изучении достигнутого дошкольниками уровня развития. Это связано с тем, что эффективно управлять принципами формирования личности без знания глубины, темпов и особенностей происходящих изменений нельзя. Формирование личности происходит в процессе нравственного, умственного, эстетического, трудового и физического воспитания. Термин нравственность берёт своё начало от слова нрав. «Нравы - это те нормы, которыми руководствуются люди в своём поведении, в своих повседневных поступках. Нравы не вечные и не неизменные категории, они воспроизводятся силой привычки масс, поддерживаются авторитетом общественного мнения, а не правовых положений». Вместе с тем моральные требования, нормы, нравы получили определённое обоснование в виде представлений о том, как надо человеку жить, вести себя в обществе и т.д. По мере смены общественно - экономических формаций менялись представления о нравственности, приличествующих нормах и нравах поведения в общественной среде. Понятие нравственное воспитание всеобъемлюще. Оно пронизывает все стороны жизнедеятельности человека. Именно поэтому выдающийся педагог современности В.А.Сухомлинский, разработав воспитательную систему о всестороннем развитии личности, вполне обоснованно считал, что её системно-образующий признак - нравственное воспитание. «Сердцевина нравственного воспитания - развитие нравственных чувств личности». Нравственное воспитание, основанное на диалоге, общении, сотрудничестве, становится для старшего дошкольника значимым и привлекательным, а потому и эффективным, если педагог заботится о выполнении следующих условий: - Опирается на положительные возрастные потребности и интересы, создающие эффект актуальности. - Обеспечивает эмоциональную насыщенность общей деятельности, организует совместные коллективные усилия и переживания, объединяющие ее участников. - Создает атмосферу эмоционально-волевого напряжения, ведущего к успеху. -Утверждает радостный, мажорный стиль жизни детского коллектива и каждой личности. - Учитывает положительное воздействие общественного мнения (интересно, важно), выполняющего функцию эмоционального заражения. - Заботиться о создании атмосферы доброжелательного взаимопонимания. Нравственное воспитание эффективно осуществляется только как целостный процесс педагогической, соответствующей нормам общечеловеческой морали, организации всей жизни старших дошкольников: деятельности, отношений, общения с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей. Результатом целостного процесса является формирование нравственно цельной личности, в единстве ее сознания, нравственных чувств, совести, нравственной воли, навыков, привычек, общественно ценного поведения. Нравственное воспитание включает: формирование у старших дошкольников сознания связи с обществом, зависимости от него, необходимости согласовывать свое поведение с интересами общества; ознакомление с нравственными идеалами, требованиями общества, доказательство их правомерности и разумности; превращение нравственных знаний в нравственные убеждения, создание системы этих убеждений; формирование устойчивых нравственных чувств, высокой культуры поведения как одной из главных проявлений уважения человека к людям; формирование нравственных привычек. Нравственное воспитание личности – сложный и многогранный процесс, включающий педагогические и социальные явления. Однако процесс нравственного воспитания, в известной мере, автономен. На эту его специфику в свое время указывал А.С. Макаренко. Основные задачи нравственного воспитания: 1. формирование нравственного сознания; 2. воспитание и развитие нравственных чувств; 3. выработка умений и привычек нравственного поведения. «Нравственное сознание – активный процесс отражения ребенком своих нравственных отношений, состояний. Субъективной движущей силой развития нравственного сознания является нравственное мышление – процесс постоянного накопления и осмысления нравственных фактов, отношений, ситуаций, их анализ, оценка, принятие нравственных решений, осуществление ответственных выборов. Нравственные переживания, мучения совести поражаются единством чувственных состояний, отраженных в сознании, и их осмыслением, оценкой, нравственным мышлением. Нравственность личности складывается из субъективно освоенных моральных принципов, которыми она руководствуется в системе отношений и постоянно пульсирующего нравственного мышления». Нравственные чувства, сознание и мышление являются основой и стимулом проявления нравственной воли. Вне нравственной воли и действенно практического отношения к миру не существует реальной нравственности личности. Она реализуется в единстве нравственного чувства и сознательной непреклонной решимости осуществить свои нравственные убеждения в жизни. Умственное воспитание – процесс, направленный на развитие интеллектуальной культуры личности, познавательных мотивов, мышления, формированием мировоззрения. Умственное воспитание решает следующие задачи: 1) развитие качеств ума (быстроты, ясности, критичности, глубины, гибкости, широты, креативности), 2)развитие мыслительных операций (анализа, синтеза, сравнения, обобщения), 3)планирование деятельности, 4)постановка цели работы с источниками. В процессе умственного воспитания сформировываются умения читать, писать, считать, излагать мысли; самостоятельно работать. Две точки зрения на природу умственного развития: 1) интеллект, умственные способности даны от рождения; 2)умственные силы развиваются под влиянием внешней среды. Для их развития требуется специальная деятельность — обучение. Умственное воспитание должно быть направлено на «зону ближайшего развития». Его результат определяется по наличию знаний по о с н о в а м н ау к , п о в л а д е н и ю ум с т в е н н ы м и о п е р а ц и я м и и интеллектуальными умениями, по наличию научного мировоззрения. Сухомлинский неоднократно отмечал плодотворное взаимовлияние физического и умственного труда: умный, образованный, культурный человек любой труд делает более творческим, более радостным. Поэтому очень важным условием, обеспечивающим здоровую основу развития личности в коллективе и самого коллектива, Сухомлинский считал физический труд обязательным для всех. Физическое воспитание - это процесс организации оздоровительной деятельности, выработка гигиенических навыков и здорового образа жизни. Физическое воспитание в детском саду реализуется в соответствии со следующими задачами и содержанием: 1.развитие основных двигательных умений и навыков; 2.обеспечение правильного физического развития; 3.укрепление здоровья, закаливание; 4. пропаганда здорового образа жизни; 5.формирование знаний в области здоровья, гигиены, спорта. К методам физического воспитания относят: физические упражнения, тренировки, метод убеждения, инструкции. С помощью последних у дошкольников формируются знания, потребности, личные качества, способствующие их правильному физическому и общему развитию. Стимулирующее значение имеют осуждение, одобрение, соревнование и контроль за выполнением режима и норм развития старшего дошкольника. Физическое воспитание в детском саду проходит по следующей системе: физические упражнения, игры, соревнования на занятиях физкультуры, гимнастика. Показателями физического воспитания являются систематическая зарядка, личная гигиена, четкая организация труда и отдыха, полезное проведение для тела и духа свободного времени. Взрослые и дети постоянно сталкиваются с эстетическими явлениями. В сфере духовной жизни, повседневного труда, общения с искусством и природой, в быту, в межличностном общении - везде прекрасное и безобразное, трагическое и комическое играют существенную роль. Красота доставляет наслаждение и удовольствие, стимулирует трудовую активность, делает приятными встречи с людьми. Безобразное отталкивает. «Трагическое» учит сочувствию. «Комическое» помогает бороться с недостатками. Идеи эстетического воспитания зародились в глубокой древности. Представления о сущности эстетического воспитания, его задачах, цели изменялись со времен Платона и Аристотеля вплоть до наших дней. Эти изменения во взглядах были обусловлены развитием эстетики как науки и пониманием сущности её предмета. Философы-материалисты (Д.Дидро и Н.Г.Чернышевский) считали, что объектом эстетики как науки является прекрасное. Эта категория и легла в основу системы эстетического воспитания. В наше время проблема эстетического воспитания, развития личности, формирования ее эстетической культуры одна из важнейших задач, стоящих перед детским садом. Указанная проблема разработана достаточно полно в трудах отечественных и зарубежных педагогов и психологов. Среди них Д.Н. Джола, Д.Б. Кабалевский, Н.И. Киященко, Б.Т.Лихачев, А.С.Макаренко, Б.М. Неменский, В.А.Сухомлинский, М.Д. Таборидзе, В.Н. Шацкая, А.Б.Щербо и другие. Эстетическое воспитание — процесс формирования у детей эстетической культуры, способностей восприятия и понимания прекрасного в искусстве и жизни. Цель эстетического воспитания заключается в формировании эстетической культуры личности, которая включает в себя такие компоненты: 1)эстетическое восприятие (способность увидеть в искусстве и жизни прекрасное); 2)эстетические чувства (эмоциональные состояния); 3)эстетические потребности (нужда в общении с прекрасным); 4)эстетические вкусы (способность оценивать произведения искусства и т.д.). 5)эстетические идеалы (представления о совершенной красоте). Показателями эстетической воспитанности является наличие этих 5 компонентов. Эстетическое воспитание должно формировать эстетические вкусы, чувства, потребности, знания, идеалы, выработку художественно- эстетических умений, творческие способности. Эстетическое воспитание реализуется, прежде всего, на занятиях по музыке, по художественно – эстетическому развитию, в работе кружков, группах художественной самодеятельности, театрах. Развитие личности детей старшего дошкольного возраста в процессе освоения разнообразных видов движений на основе восприятия музыки Возможность выразить свои чувства в движении, внимательно слушая музыку, в огромной степени влияет на способность ребёнка контролировать свои движения и делать их более гармоничными. Взаимосвязь музыки и движения как бы перекидывает мост от эмоционально – духовного к конкретно – физическому. Это сочетание духовного и физического необходимо человеку. Движения под музыку помогают развить у детей эмоциональность и образность восприятия музыки, чувства ритма, мелодический и гармонический слух, ощущение музыкальной формы, музыкальную память. Сюжеты, образы музыкальных подвижных игр, музыкально – ритмических и танцевальных этюдов конкретизируют для детей содержание музыкального произведения, помогают более глубоко его переживать. Движения, органически связанные с музыкой, её характером, содержанием, способствуют целостному её восприятию. Отвечая своими движениями на особенности мелодии, ритма, динамики, структуры музыкального произведения, дети начинают чувствовать выразительное значение элементов музыкальной речи. Под руководством педагога старшие дошкольники приобретают умения и навыки выполнения движений в соответствии со средствами музыкальной выразительности. В процессе освоения движений под музыку происходит воспитание моральных, волевых, эстетических качеств личности ребёнка, его памяти, внимания, умственного кругозора, общей культуры поведения. Выполнение дошкольниками групповых упражнений под музыку требует единых усилий, сознательности и активности, творческого отношения к делу, способствует формированию коллективных качеств личности. Твёрдый, регламентированный порядок занятий движением под музыку дисциплинирует занимающихся, приучает их внимательно относиться к процессу музыкально – ритмического воспитания и развития. В процессе освоения тренинговых музыкально – ритмических композиций, которые включают в себя танцевальные элементы, исполняемые в парах, детям прививаются элементарные правила культуры поведения – вежливость, приветливость, галантность. Педагог показывает и объясняет, как мальчик должен пригласить девочку и, соответственно, как девочка должна принять приглашение, как мальчик отводит девочку на место и благодарит за совместный танец. Освоение образно – игровых музыкально – двигательных упражнений развивает не только пластичность, выразительность движений, но и, что очень важно, развивает воображение детей, умение «оживлять» игровой персонаж, животное или игрушку, развивает эмоции и творческие способности ребёнка. В процессе освоения разнообразных видов движений на основе восприятия музыки осуществляется гармоничное развитие форм тела и функций организма ребёнка, совершенствуются физические способности, укрепляется здоровье старшего дошкольника, формируются важные музыкально – двигательные умения и навыки – пластичность, ловкость и точность, координация движений. Осваивая музыкально – ритмические, двигательные, ритмопластические упражнения дети постепенно начинают хорошо ориентироваться в пространстве, в коллективе и во времени. Различные построения и передвижения лучше усваиваются детьми, когда они являются составной частью занимательной музыкально – двигательной игры, в которой эти построения логичны и естественны, а внимание детей сконцентрировано и регулируется музыкой. Занятия музыкально - ритмическими движениями имеют большое оздоровительно - гигиеническое значение. Музыкальный ритм организует движение, повышает настроение занимающихся. Положительные эмоции вызывают стремление выполнять движения энергичнее, что усиливает их воздействие на организм, способствует повышению работоспособности, а также оздоровлению и активному отдыху. Возможность использования бесконечных вариаций движений по форме, структуре, последовательности выполнения в зависимости от создаваемого музыкального образа позволяет занимающимся расширить представления о двигательных возможностях организма. Активные движения повышают устойчивость ребенка к заболеваниям, вызывают мобилизацию защитных сил организма. И напротив, недостаток движений (гиподинамия) вызывает изменения в центральной нервной и эндокринной системах, может привести к эмоциональной напряженности, к нарушению обмена веществ, а также к уменьшению функциональных возможностей сердечно - сосудистой, дыхательной систем и, следовательно, к снижению работоспособности. Двигательная активность - биологическая потребность организма, от степени удовлетворения которой зависит здоровье детей, не только их физическое, но и общее развитие. Здоровье в значительной мере определяется уровнем привычной двигательной активности. Привычной считается такая активность, которая устойчиво проявляется в процессе жизнедеятельности. На формирование привычной двигательной активности оказывает влияние как биологические, так и социальные факторы. Ведущими биологическими факторами, формирующими потребность организма в движении, является возраст и пол. Важным социальным фактором, формирующую привычную двигательную активность, является пропаганда физической культуры и ритмического воспитания, образ жизни семьи, ее двигательный режим, формирование у детей мотива, осознанной потребности в активной двигательной деятельности. Уровень привычной двигательной активности может быть ниже биологической потребности организма в движениях и не соответствовать существующим возрастным нормам. Такое не соответствие часто встречается у детей дошкольного возраста и приводит к дисгармоничному развитию, нарушениям в состоянии здоровья в целом. Это связано, прежде всего, с тем, что двигательная активность резко уменьшается к концу детского сада. Критериями оценки двигательной активности детей являются ее продолжительность и объем в условных шагах (локомоциях) за 24 часа. Низкие показатели объема и продолжительности двигательной активности должны рассматриваться как фактор риска для здоровья и развития ребенка. Проведенные массовые исследования здоровых детей с нормальным морфофункциональным развитиям, находящихся в благоприятных условиях окружающей среды и имеющих рациональное физическое воспитание и режим дня, позволили А. Г. Сухареву обосновать гигиенический норматив суточных локомоций для детей и подростков разного возраста и пола. Допустимые границы колебаний возрастной нормы суммарных локомоций Возраст, Лет Число шагов, тысячи в сутки Девочки Мальчики 3-4 9-13 9-13 5 11-15 11-15 6 11-15 11-15 7 14-18 14-18 В оздоровительных целях общеобразовательные учреждения должны создавать условия для удовлетворения биологической потребности детей в движениях. Для реализации этой потребности дети должны активно двигаться в течение дня не менее 2 часов. Такой объем двигательной активности складывается из участия в комплексе мероприятий для каждого учреждения в проведении: утренней гимнастики, динамических минутах на занятиях, подвижных игр. С этой же целью в компонент учебных планов для дошкольников рекомендуется включать предметы двигательно -активного характера, такие как хореография, ритмика, современные бальные танцы, национальные и традиционные подвижные игры. МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ОБУЧЕНИЯ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ РИТМОПЛАСТИКЕ Понятие ритмопластики в современной педагогической литературе По определению Зинкевич-Евстигнеевой Т. «ритмопластика» подразумевает нахождение внутреннего ритма, сообразного природе человека. У каждого человека есть свой ритм: ритм дыхания, сердцебиения, циркуляции крови, бодрствования и сна. Внутренний ритм предопределяет темп жизни, стремления, мотивацию, влияет на характер. Человек, который живет в соответствии со своим внутренним ритмом, счастлив и продуктивен. Метод ритмодвигательной терапии, сравниваемый с занятиями в группах ритмической гимнастики, являются по исследованию И.Г. Малкиной-Пых синтезом как минимум двух направлений теле сной психотерапии - собственно теле сно- ориентированной и танцевальной (основательница М.Чейз), включая в себя подходы к физическому совершенствованию человека, существующие в ритмической гимнастике. Все виды телесной терапии берут свое начало от В. Райха и используются и как оригинальные методы, и как методы, дополняющие вербально ориентированные групповые подходы. В. Райх, называя защитное поведение «броней характера», утверждал, что оно выражается в напряжении мышц - «мышечном панцире» - и стесненном дыхании. Оценивая разнообразие современных психотерапевтических методик, К.Э. Рудестам отметил, что ранние работы В.Райха, входившего в окружение З.Фрейда, по анализу характера не потеряли своей актуальности и в наши дни, несмотря на то, что до недавнего времени его вклад в психотерапию не признавался. В. Райх создал методики для уменьшения хронического напряжения каждой группе мышц, которая в ответ на физическое воздействие высвобождали камуфлированные ими чувства. Основные понятия телесной терапии ввел ученик В. Райха - В. Лоуэн, основатель биоэнергетики: 1. энергия, свободное течение которой - основа функционирования здоровой личности; поэтому оптимальное отношение к нему означает развитие спонтанного течения энергии (снятие мышечного панциря на ее пути); 2. мышечная броня (панцирь); 3. «почва под ногами» (заземление) - ощущение опоры, которая обеспечивает устойчивость и возможность двигаться. Телесно-ориентированная терапия по В.Райху, биоэнергетическому анализу А.Лоуэна, концепция телесного осознавания М.Фельденкрайза, методу интеграции движений Ф.М. Александера, методу чувственного осознавания Ш.Селвер, соматическому обучению Т.Ханны , биосинтезу Д. Боаделлы, кинезиологии, структурной интеграции И.Рольф , первичной терапии А.Янова работает в основном со статическими зажимами, представляющими собой группы активных возбужденных мышц, которых в обычном состоянии сознания никогда не расслабляются. Такие зажимы можно снять специальными видами массажа, или упражнениями позволяющими осознать эти зажатые группы мышц. По мнению И.Г.Малкиной-Пых иногда осознание зажатости достаточно для устранения напряжения. Кроме статических зажимов есть также динамические зажимы, которые невозможно обнаружить при обычной пальпации, либо снять при помощи массажа или пассивного расслабления. По определению И.Г. Малкиной- Пых динамические зажимы, проявляются в действии при необходимости реагировать движениями на какой-то физический или психический стимул. Такие зажимы также неосознанны и проявляются в ограничении степеней свободы, используемых человеком в повседневности. Динамические зажимы, как правило, более глубоки и включают в себя статические, поэтому, когда динамические снижаются, статические зажимы уходят автоматически. Именно для работы с динамическими зажимами предназначен метод ритмодвигательной терапии, являющейся по исследованию И.Г.Малкиной-Пых синтезом как минимум двух направлений теле сной психотерапии - собственно теле сно- ориентированной и танцевальной (основательница М.Чейз), включая в себя подходы к физическому совершенствованию человека, существующие в ритмической гимнастике. Р и т м о д в и г а т е л ь н а я т е р а п и я р а б о т а е т с д и н а м и ч е с к и м и психосоматическими зажимами разного уровня: от элементарной моторной скованности до трансценденции сознания в сложных ситуациях и проработки трансперсональных уровней переживаний. По мнению И.Г.Малкиной-Пых ритмодвигательная терапия сравнима с занятиями в группах ритмической гимнастики, т.к. преимущественно работает с жестко структурированными ритмическими паттернами движений, которые руководитель группы задает директивно по принципу «делай как я». Ритмическая гимнастика как самостоятельный вид физических тренировок возникла в 70-е годы прошлого столетия. Большое влияние на развитие ритмической гимнастики оказала система Ф.Дельсарта, который пытался установить определенную взаимосвязь между эмоциональными переживаниями человека - мимикой - и его жестами. Работу Ф.Дельсарта и его последователей легли в основу теории выразительного движения, послужив фундаментом для создания одного из направлений гимнастики - ритмопластического. А.Дункан, заложив новые принципы пластической выразительности, оказала значительное влияние на формирование ритмопластического направления, из которого по словам И.Г.Малкиной-Пых, затем и оформилась современная художественная гимнастика со спортивной направленностью и ритмическая гимнастика как массовая форма физической культуры, а современное ритмическое направление гимнастики - уникальный сплав ранее существующих европейских гимнастических школ. При этом, помимо европейских гимнастических систем ритмопластическая гимнастика впитала в себя элементы восточных психофизических гимнастик, а также пластические, ритмические организованные движения африканских танцев. По словам И.Г.Малкиной-Пых для ритмической гимнастики необходимо 4 компонента: непрерывность, слитность упражнений, музыка и заданный ритм. Одной из попыток осуществить синтез различных искусств - музыки, танца, пластики и слова является создание Э.Ж.Далькрозом в 1910 году школы ритмической гимнастики. Именно он впервые ввел термин «ритмическая гимнастика», в основу которого положена связь музыки с движениями. Таким образом, современный ритмопластический танец является, по определению А.И.Бурениной, создательницы современной программы ритмопластики для дошкольников, результатом взаимодействия ритмического танца, порожденного системой Э.К.Далькроза и пластического танца А.Дункан . Если раньше в работе с детьми у Э.Ж.Далькроза применялся термин «ритмическая гимнастика», если у Д.Фонды это «аэробика», у С.Д.Рудневой, Н.А.Ветлугиной «музыкальное движение», то сейчас ритмическая пластика как система включающая всевозможные телодвижения (из области гимнастики хореографии, гимнастики, пантомимы, ритмики), доступные детям дошкольного возраста. По определению, используемому А.И.Бурениной ритмопластика - это свободное движение, не подчиненное законам классического танца, с использованием и совмещением танцевальных и жизненных положений тела танцовщика. В практике современных ДОУ программа ритмопластики применяется педагогами в качестве «донотного» периода музыкально-двигательного воспитания детей, необходимого для первоначального развития способностей ребенка. Но А.И.Буренина отмечает, что в целом это программа музыкально-ритмического психотренинга, развивающего внимание, волю, память, подвижность и гибкость мыслительных процессов, музыкальность, эмоциональность, творческое воображение, способность к импровизации движений под музыку через осознанное и свободное владение телом (главную цель всех методик телесной терапии) Исследования Н.А.Бернштейна, И.М.Сеченова, В.М.Бехтерева, методика М.Фельденкрайза доказывают, что занятия движениями и у детей с задержкой, патологией в развитии тренируют в первую очередь мозг, подвижность нервных процессов и при этом - движения под музыку для ребенка - один из самых привлекательных видов деятельности, игрой, возможностью выразить эмоции, реализовать свою энергию. Ж.Демени, опираясь на принципы свободной пластики научно обосновал в области физиологии применение динамических упражнений, танцевальных шагов, упражнений на расслабление растяжение мышц, упражнений с предметами (буквами, пальцами и др.), способствующих приобретению гибкости, ловкости, красивой осанки. Ритмопластическая гимнастика использует такие виды танцевальной аэробики, как джаз-гимнастику (джаз-аэробику), диско-аэробику, брейк- аэробику, рок-аэробику, фанк-аэробику и некоторые новые направления - тай-бо, А-бокс, бокс-аэробику, карате-аэробику. Джаз-танец, легший в основу джаз-гимнастики М.Бекман, имеет по словам Лисициной Т. негритянское происхождение в нем соединены элементы африканских плясок с движениями европейского танца. Основные черты джаз-гимнастики по Р.Смолину: использование показа и минимальная затрата времени на объяснение, использование модифицированных средств искусства, сочетание движений с музыкой, коллективный методический подход и несоревновательная направленность. По К.Шаберту, У.Дищер-Минтерманну, К.Нарску, Р.Смолину эти упражнения должны быть построены на пластике современных, джазовых движений с их пространственной и ритмической независимостью движений отдельных частей тела. В основе диско-гимнастики лежат элементы, характерные для танцев в стиле диско, рок-н-ролла, твиста, простая техника исполнения которых основана на чередовании мышечного напряжения и расслабления в единстве с ритмом музыки. В брейк-аэробике используется ритмичные стилевые направления брейк- данса - сплава танца с пантомимой, гимнастических и акробатических движений, элементов борьбы, бокса. В рок-аэробике используется элементы танца - рок-н-ролла, возникшего из 3 направлений джаза: шаффл-блюза, кантри-вестерна и ритм-блюза. В фанк-аэробике также используются движения фанка - направления джазового танца, особенность которого - пружинящие движения стопы. Техника ритмодвигательной терапии позволяет по мнениюИ.Г.Малкиной- Пых : 1. понять личность через тело; 2. улучшить все функции личности, мобилизуя энергию в мышечных напряжениях; 3. повысить качество и объем переживания удовольствия через влияние на ритмическую активность и отдельные движения. Поскольку тело - основа всех жизненных функций, любое улучшение контакта в системе «тело-сознание» приводит к значительному улучшению образа тела и образа «Я», межличностных отношений, качество мышления и чувствования, удовольствия от жизни. Ритмопластическое направление опирается на понимание того, что, то, что изменяет тело, изменяет и сознание, и наоборот. Ритмопластика направлена, соответственно, на психологическое раскрепощение ребенка через освоение своего собственного тела, как выразительного инструмента. По мнению А.И.Бурениной в ритмопластике движения должны соответствовать музыке, быть доступными двигательным возможностям детей, поэтапными по содержанию игрового образа, разнообразными, не стереотипными. В современном ритмопластическом танце полная подчиненность внутренним закономерностям музыкальной формы, диктующей ритмическую организацию движений и свобода пластической разработки, не связанной с танцевальной традицией. И.Г.Малкина-Пых приводит доводы того, что современные научные эксперименты доказали зависимость ритма существования человека и его психофизического состояния. Ритм важен не только в теле, но и для психики: переход от радости к печали и обратно, возникновение мыслей - вся работа мозга регистрируется возникающими ритмами, а состояние растерянности и безысходности объясняется отсутствием ритма. По замечанию Осипова физиологическое воздействие музыки на человека основано на том, что нервная система, а с ее помощью и мускулатура обладает способностью усвоения ритма. И.Г.Малкина-Пых утверждает, что, заставляя человека двигаться определенным образом, мы даем почувствовать, как меняется его внутренняя субъективная уверенность. По словам Гельница функция ритма в облегчении ритмической координации, стимуляции спонтанного движения, в энергизации скелетно-мышечной системы и уменьшения тревожности, сопротивления, напряжения и агрессии . Если первое основное понятие ритмодвигательной терапии - ритм, то второе, вызываемое им, - измененное со стояние сознания, характеризующееся фиксацией внимания внутри себя - кинестетический транс. По замечанию И.Г.Малкиной-Пых кинестетический транс терапевтичен и сам по себе, без вербальных вмешательств. И.Г.Малкина-Пых приводит следующий перечень направлений, по которым проводятся занятия в группах ритмопластической терапии: - работа с опорами или заземление (устойчивость); - работа с границами (установление границ с окружающим миром - какую важность это имеет для человека); - работа с межличностными отношениями (контакты и коммуникация с другими людьми); - как контролировать себя и других людей; - способность справляться с агрессией, неадекватным поведением; - работа с образом «Я»; - общая работа с блоками - «зажимами», необходимостью сдерживать себя из-за установленных правил в обществе; - структурная интеграция, преодоление беспорядочности действий и суждений. В целом же А.И.Буренина отметила, что в результате ритмопластического психотренинга, приобретая опыт пластической интерпретации музыки, ребенок овладевает не только разнообразными двигательными навыками и умениями, но музыка движения заставляет задуматься о смысле своей деятельности. Таким образом, мы пришли к выводу, что телесная терапия предлагает альтернативу чрезмерно когнитивным и рассудочным групповым методам, включая в контекст и физические параметры. Она является сильным методом высвобождения эмоций, т.к. направляет свое воздействие на снятие хронических блокировок (мышечного панциря), спонтанного течения энергии, отражающегося в телесной позе, движении и физическом строении. При этом различают собственно телесно-ориентированную терапию, работающую со статическими зажимами, двигательную терапию - синтез телесно-ориентированной терапии, танцевальной терапии и ритмической гимнастики. Возникновение этого направления связано с историей развития европейских гимнастических школ, влиянием элементов восточных психофизических гимнастик и пластических ритмически организованных движений африканских племен. Исторически возникнув под влиянием ритмической гимнастики Э.Ж. Далькроза и свободного от танцевальных традиций пластического танца А. Дункан, это направление, помимо прочих синонимичных понятий получило название ритмической пластики. В отличие от остальных видов телесной терапии ритмопластика направлена на снятие динамических зажимов, неосознанно появляющийся в действиях, разрешение которых, в свою очередь, автоматически устраняет статические зажимы. Ритмическое движение дарит человеку здоровье - полноту и естественность жизни, самореализацию. Ритмическое движение способствует уменьшение локального мышечного напряжения - зажимов, оно тренирует равновесие и дыхание, улучшает подвижность и осанку - учит владеть своим телом, помогает скорректировать фигуру. Основные понятия ритмопластического направления - ритм и вызванный им кинестетический транс с фиксацией внимания внутри себя. Ритмопластика в целом вырабатывает осознанное владение своим телом, связанное с этим психологическое раскрепощение. Влияние ритмопластики на процесс формирования самосознания детей старшего дошкольного возраста в условиях современного ДОУ А.И.Буренина отметила, что в 5-7 лет у детей резко возрастает способность к исполнению разнообразных и сложных по координации движений из области хореографии, гимнастики. Это открывает возможность для применения ритмопластики для детей старшего дошкольного возраста. Нормально развивающийся ребенок терпеливо и целенаправленно в дошкольном возрасте стремится овладеть движениями и действиями, наслаждаясь чувством освоения движений и действий. При этом это чувство также является наградой за усердие. Овладение мускульной координацией, сопряженной с впечатлениями от других органов чувств дает интегрированное рефлексивное переживание от происходящих в теле позитивных изменений. При этом Холмогорова А.Б., Гаранян H.Г. заметили, что все развитие личности в целом происходит в процессе собственной деятельности через осмысление этой деятельности и себя в ней. В.М.Бехтерев отметил, что с помощью музыкального ритма можно установить равновесие в деятельности нервной системы ребенка, умерить слишком возбужденные темпераменты и растормозить заторможенных детей, урегулировать неправильные и лишние движения. Г.П. Шипулин же отметил благотворное влияние ритмических упражнений на детей, отличающихся повышенной нервной возбудимостью. Ритмические задания по утверждению М.И.Чистяковой помогают вовлекать, активизировать и пробуждать интерес к деятельности вообще. По исследованиям (Н.С. Самойленко, В.А. Гринер, Е.В. Конорова, Е.В.Чаянова) организация движений с помощью музыкального ритма, развивает у детей внимание. Память, а главное - внутреннюю собранность. Отметим, что упражнения ритмопластики разделены на группы в соответствии с направлением работы. Работа с установленными границами проистекает из потребности в личной идентичности. Многочисленные исследования Фишера Кливленда в конце 50-х по изучению образа жизни с точки зрения его границ показали высокую корреляцию между степенью определенности границ тела и личностными характеристиками человека - чем выше уровень определенности границ, тем стабильнее адаптация, тем выраженнее стремление к эмоциональным контактам. По мнению И.Г. Малкиной-Пых если ребенок страдает от неспособности окружающих удовлетворять его потребность, это вызывает структурный дефицит границы «Я», как процесса ограничения «Я» решающей фазы развития образа-«Я», идентичности . Поэтому помощь в установлении границ физического «Я» положительно влияет на чувство уверенности в себе, на способность к установлению эмоциональных контактов с окружающими, а положительно влияя на эти симптомокомплексы психических свойств личности способствует повышению самосознания - адекватности представлений о себе, развитию образа «Я» - залога удачной социальной адаптации ребенка. Терапевтический переход от «Я» и «Я-в отношении с другими» происходит естественным образом, благодаря работе в группе. И.Г. Малкина-Пых отметила, что координация - необходимое условие для достижения удовлетворительной социальной интеракции. По мнению А.И.Бурениной занятия ритмопластикой развивают нравственно-коммуникативные качества личности [Буренина А.И. 2012; 7]. Через собственные выразительные движения человек может осмыслить свое внутреннее состояние (средство самопознания и понимания другого). Упражнения по работе с избыточным контролем направлены на гармонизацию актуализации себя и актуализации в соответствии с некоторым образом, т.е. помогают максимально проявиться человеку, ребенку такими, какие они есть. Определенная группа ритмопластических упражнений направлена на работу с агрессией. Агрессия, по определению Бэрона, Ричардсона - это любая форма поведения нацеленного на оскорбление или причинение вреда другому, не желающему подобного обращения . Отметим, что выработка адекватных форм формирования в плане уменьшения агрессии играют важную роль в его адаптации, взаимодействии с окружающими, а значит и в личностном развитии в целом. В соответствии с когнитивными теориями, как заметила И.Г. Малкина-Пых «Я-концепция» человека включает в себя шаблоны реализации агрессии. Различается определенная группа упражнений ритмопластического направления для работы образом «Я», системой из представлений о себе и отношений к этим представлениям. Помимо компонентов образа «Я» существует развертка образа «Я» во времени и физическое «Я» или образ тела. По определению Шиадера «образ тела» - это субъективное переживание человеком своего тела, психический пространственный образ, складывающийся в межличностном отношении . По мнению З.Фрейда Я - есть, прежде всего, телесное выражение «Я». В норме образ - это отражение реальности, дающее человеку возможность ориентироваться, делая действие более эффективным, т.к. поступки человека обусловлены его представлениями о себе. Группа упражнений ритмодвигательной терапии направленная на работу с блоками призвана снимать эти мышечные напряжения, защитные механизмы, мешающие свободному спонтанному течению энергии в теле человека для полного ощущения ими удовольствия от жизни, здоровья и безопасности. Именно снятие мышечного панциря является основной целью всех техник телесной терапии, основным средством воздействия на человека, развития его сознания, самосознания, позволяющим улучшить непосредственное физическое самоощущение человека и в покое и в движении, т.к. ритмопластика снимает динамические зажимы. К.Э. Рудестам отметил, что «панцирь» является структурой характера в его физической форме и для сторонников телесной терапии эффективнее представляется ослабить «панцирь», чем пытаться изменить невротические черты характера - например с помощью психоаналитически ориентированной терапии. При этом, по словам создателя такого направления телесной терапии, как биосинтез Д. Боаделлы важно после снятия панциря характера дать человеку новые источники внутренней поддержки, т.к. только в контакте с чувствами радости, надежды, благополучия, удовольствия жить человек получает энергию для реальных изменений - до личностного роста и целостного развития. Холмогорова А.Б., Гаранян Н.Г. заметили, что все развитие личности в целом происходит в процессе собственной деятельности через осмысление этой деятельности и себя в ней. Малкина-Пых И.Г. резюмировала, что поскольку тело - основа для всех жизненных функций, любое улучшение контакта приводит к значительному улучшению образа тела и образа-Я, межличностных отношений, качества мышления и чувствования, радости и удовольствия от жизни . В целом также отметим, что занятия ритмопластикой, формируя у дошкольников осознанное владение своим телом, соответственно развивает произвольную регуляцию поведения, волевую, эмоциональную, когнитивную его стороны. По мнению А.И.Бурениной тренируются следующие психические процессы: восприятие, внимание, воля, память, мышление, развивается эмоциональная сфера, умение выражать эмоции в мимике, пантомимике, тренируется подвижность нервных процессов . Это многоаспектное целостное воздействие на ребенка старшего дошкольного возраста и обуславливает влияние ритмопластики на становление «Я» не только посредством предназначенной для этого специально группы упражнений, но и всей ритмопластической гимнастики в целом. Корректирующее влияние также наблюдается и в плане совершенствования характеристик образа «Я», объединенных Беляускайте Р.Ф. в такие симптомокомплексы психических свойств, как чувства незащищенности, тревожности, недоверия к себе, неполноценности, враждебности, конфликтности, трудностей общения, депрессивности . Неблагополучие этих показателей в целом и тормозит становление образа «Я» старшего дошкольника, совершенствование уровня его самосознания. Таким образом, можно прийти к выводу, что применение в работе со старшими дошкольниками ритмопластической гимнастики положительно влияет на всю структуру личности в момент сензитивного периода ее развития. Достигаемое в результате применяемого вида телесной терапии психологического раскрепощения личности ребенка положительно влияет на осознанное установление границ физического Я на эффективное координируемое установление межличностных отношений, на максимально полную самоактуализацию, проявление своих индивидуальных личностных качеств, стремлений, желаний, возможностей на выработку адекватных способов отреагирования на уменьшение агрессии, задерживающей развитие личности, на формирование эффективного образа «Я», а главное, на снятие неэффективного мышечного напряжения, проявляющегося в движении - снятие динамических блоков. При том, что одним из самых привлекательных видов деятельности для дошкольников являются движения под музыку, тренирующие подвижность нервных процессов и позволяющие приемлемо реализовать ребенку свою энергию - максимально эффективно и для физического и для психического совершенствования, что в целом закономерно положительно влияет на формирование самосознания, образа «Я». Анализ образовательной программы по ритмической пластике для детей старшего дошкольного возраста “Ритмическая мозаика” автора Бурениной А. И. Существуют разные подходы к развитию старших дошкольников в процессе усвоения разнообразных видов движений. Среди вариативных образовательных программ по развитию детей старшего дошкольного возраста является программа по ритмической пластике автора Бурениной А. И. «Ритмическая мозаика». Программа «Ритмическая мозаика» Бурениной А. И. по ритмической пластике для детей старшего дошкольного возраста направлена на общее, гармоничное психическое, духовное и физическое развитие личности ребёнка в процессе движения под музыку. Содержание программы и практический материал направлены на приобщение к движению под музыку всех детей, не только одарённых в музыкальном и двигательном отношении, но и неловких, заторможенных. Обязательный компонент программы – обеспечение психологического комфорта, подбор яркой музыки, оригинальных двигательных упражнений. Выбор оптимальной системы занятий связан с использованием двух уровней работы с музыкально ритмическим материалом. 1 уровень - тренинговый - освоение детьми ряда музыкально -ритмических композиций в процессе игрового сотрудничество педагога и детей без специального разучивания. 2 уровень - освоение детьми специального, индивидуально- ориентированного материала для раскрытия способностей каждого ребёнка. Работу с детьми предлагается осуществлять по этапам: 1 этап обучения - подражание детьми образцу исполнения движения педагогом. 2 этап обучения - развитие самостоятельности. 3 этап обучения - этап творческого самовыражения. Особенностью содержания работы по музыкально – ритмическому воспитанию старших дошкольников является включение ритмики в учебный процесс, установление межпредметных связей в различных дисциплинах – как эстетического цикла (музыки, рисованию), так и других (ФЭМП, мир природы), стимулирование развития основных психических процессов – внимания, памяти, воли, образного мышления – средствами музыки и выразительного движения. Приоритетные задачи: o Укрепление психического и физического здоровья средствами ритмики в условиях дошкольного обучения (формирование правильной осанки, походки; снижение психологического напряжения средствами релаксации под музыку в процессе движения); o Поддерживание увлечения занятиями музыкой и пластикой; o Развитие художественно – творческих способностей детей. Основное содержание. А). Развитие музыкальности: o Воспитание интереса и любви к музыке, потребности слушать знакомые и новые музыкальные произведения и высказываться о них, двигаться под музыку, узнавать, что это за произведения и кто их написал; o Обогащение слушательского опыта разнообразными по стилю и жанру музыкальными произведениями, включая классические и современные сочинения крупной формы («Времена года» П. Чайковского, «Картинки с выставки» М. Мусоргского, произведения С. Прокофьева, Д. Кабалевского и др.); o Развитие умения выражать в движении характер музыки и её настроение, передавая, как контрасты, так и тонкие нюансы: изящество, тревожность, грусть, безмятежность, восторг и т. д.; умения в слове выразить характер движений, подбирая точные эпитеты; o Развитие умения различать и выражать в движении основные средства музыкальной выразительности: темп (разнообразный, а также ускорения и замедления), динамику (усиления и уменьшения громкости звучания), разнообразие динамических оттенков, регистр (высокий – средний – низкий), ритм (разнообразный, в том числе и синкопы); различать 2-3-х частную форму произведения (с малоконтрастными по характеру частями), а также другие структуры сочинений - вариации, рондо; o Развитие способности различать жанр произведения – плясовая (вальс, полька, старинный и современный танец), песня (песня - марш, песня – танец и др.), марш (разные по характеру) и выражать это в соответствующих движениях, в словесных описаниях, использовать элементарные музыкальные термины и понятия (например, «мелодия», «аккомпанемент», «регистр» и др.) Б). Развитие двигательных качеств и умений: Развитие способности передавать в пластике музыкальный образ, используя следующие основные виды движений: o ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, на пятках, пружинящим, топающим шагом, «с каблучка», вперёд и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг); o ходьба на «четвереньках», «гусиным шагом», с ускорением и замедлением; o бег – лёгкий, ритмичный, передающий различные образы: широкий, острый, с остановками, пружинящий бег; o прыжковые движения – разнообразные сочетания на одной и на двух ногах на месте, с продвижением вперёд, различные виды галопа, поскоков («лёгкий» и «сильный»), на скакалке и др. Общеразвивающие упражнения: o на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружинность); упражнения на развитие гибкости и пластичности, точности и ловкости движений, координации рук и ног (с предметами и без них.) Имитационные движения: o разнообразные образно – игровые движения, жесты, раскрывающие понятный детям образ, динамику его настроений или состояний (в природе, в настроениях человека и животных, в вымышленных игровых ситуациях); Плясовые движения: o элементы народных плясок и детского бального танца, танцевальные упражнения, включающие асимметрию (из современных ритмических танцев), а также разнонаправленные движения для рук и ног, сложные циклические движения – шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом, шаг с каблучка, вальсовый шаг и др. Развитие умений ориентироваться в пространстве o самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, в несколько кругов, в шеренги, колонны, самостоятельно выполнять перестроения и уметь их моделировать на бумаге, фланелеграфе, доске и т.д. В). Развитие творческих способностей: o Умение описывать словами (в устной и письменной речи) музыкальный образ и содержание музыкального произведения; o развитие умений сочинять несложные плясовые движения и их комбинации, обосновывая логику построения композиции: o формирования умения исполнять знакомые движения в игровых ситуациях, под другую музыку, импровизировать в драматизации, самостоятельно создавая пластический образ; умения сочинять физкультминутки; o развитие воображения, фантазии, умения находить свои, оригинальные движения для выражения характера музыки, умение оценивать свои творческие проявления и давать обоснованную оценку другим детям. Г). Развитие психических процессов: o Развитие воли, произвольного внимания, способности координировать слуховое представление и двигательную реакцию в соответствии с тонкими нюансами звучания музыки; o развитие эмоциональной сферы и умения выражать свои эмоции в мимике и пантомимике - радость, грусть, страх, тревога, насмешку, сочувствие и т.д., то есть разнообразные по характеру настроения; o тренировка подвижности нервных процессов – умение быстро изменять направление и характер движения, мгновенно реагируя на различный темп, динамику, ритм и форму музыкального произведения; o развитие музыкальной и двигательной памяти, мышления (умения сравнивать, анализировать характер мелодии, движения, выражая это в суждениях и т.д.). Д). Развитие нравственно – коммуникативных качеств личности: o Развитие способности к эмпатии – умение сочувствовать, сопереживать другим людям и животным – персонажам песен, музыкальных пьес и других произведений; o воспитание стремления и умения обучать музыкальным движениям детей младшего возраста, придумывать для них комплексы упражнений для зарядки, физкультминутки и игры; o воспитание умения вести себя в группе во время движения – со сверстниками и с детьми младшего возраста; формирование чувства такта; o воспитание культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми, выполнять все правила без подсказки взрослых: пропускать старших впереди себя, мальчикам уметь пригласить девочку на танец и затем проводить её на место, извиниться, если произошло столкновение и т.д. Программа «Ритмическая мозаика» направлена на целостное развитие личности детей от 3 – х до 11 - ти лет в процессе движения под музыку. Система работы предполагает вариативные игровые формы организации педагогического процесса в детских образовательных учреждениях на основе сотрудничества ребёнка и взрослого. К программе прилагаются методические рекомендации, раскрывающие путь развития детей – от подражания к самостоятельности и к творчеству, а также разработанный автором практический материал – разнообразные музыкально – ритмические композиции, апробированные в опыте работы педагогов Ленинградской области, С. Петербурга и других регионов России. Особенности методики работы со старшими дошкольниками по ритмопластике Методика разучивания музыкально – ритмических композиций на занятиях по ритмопластике. Процесс разучивания музыкально – ритмических композиций основан на сотрудничестве детей и взрослых. Поэтому, наиболее оптимальной формой обучения является игровое общение с детьми, в котором вся дидактика скрыта, незаметна для самого ребёнка. При этом и сам педагог стремится получить удовлетворение от музыки, движений, от общения с детьми. Такой самонастрой взрослого способствует эмоциональному «заражению», установлению тёплой, дружественной атмосферы на занятиях, снятию психологических комплексов, чувства неуверенности. В процессе освоения нового материала методы и приёмы работы направлены на то, чтобы: а) вызвать интерес к новой композиции; б) максимально сконцентрировать внимание детей; в) активизировать детей с учётом индивидуальных особенностей. Из многообразия существующих способов вызвать интерес у детей к новому материалу педагог выбирает наиболее оптимальные, соответствующие личности самого педагога, а также возрастным и индивидуальным особенностям своих воспитанников. Это могут быть загадки, сюрпризы, обращение к любимым персонажам и героям мультфильмов и т.д. Примеры такого разучивания. Допустим, педагог начинает работу над освоением музыкально – ритмической композиции. Детям предлагается загадка, на пример: Нужен дом для трёх друзей Чтобы было им теплей. Быстро принялись за дело Строим дружно и умело. Раз – два – три – и всё готово, Приходите в дом наш новый! Далее педагог спрашивает детей, кто их приглашает к себе на новоселье и затем предлагает вместе исполнить весёлую пляску. Активизация внимания достигается за счёт выразительного исполнения композиции по показу. В процессе показа дети внимательно следят за движениями педагога, их внимание полностью поглощено отражением действий взрослого. Темп и ритм движений, их последовательность, а также характер исполнения подчинены показу и звучанию музыки. В это момент у детей тренируется скорость переключения движений, формируются умения и навыки, развивается слуховое восприятие, все виды памяти (двигательная, зрительная, слуховая). Полисенсорная основа (вижу, слышу, чувствую) способствует более эффективному и прочному усвоению материала. Однако во многих композициях (как и в приведенном примере) сочетается исполнение фиксированных движений – по показу, и свободное, самостоятельное выполнение движений (на проигрыш песни «Ни кола и ни двора» - импровизация движений, где каждый ребёнок сам придумывает и показывает, как танцует персонаж). Переход от подражания к самостоятельности требует включения самоконтроля, в о л е в ы х у с и л и й , б ы с т р о т ы р е а к ц и и , п с и хо л о г и ч е с ко й раскрепощённости. На первых занятиях не все дети могут сразу импровизировать, некоторым нужно время, чтобы привыкнуть к музыке, обдумать движения. Педагог подбадривает детей, старается стимулировать творческую активность, подбирает сравнения, характеризующие игровой образ, внушает уверенность в собственных силах. В процессе наблюдения педагог определяет те виды упражнений, которые вызывают у детей затруднения. Их можно сразу же показать в медленном темпе под счёт, используя приёмы словесного объяснения в сочетании с музыкой. А затем снова детям предлагается исполнить всю композицию от начала до конца. Если некоторые сложности движения совсем не получаются у детей, то можно их заменить на более простые. Педагогу следует акцентировать внимание не столько на ошибках исполнения, сколько на характере движений, отражающих музыкально – игровой образ, и ориентироваться на поиск приёмов, облегчающих детям освоение упражнений, чтобы добиться успеха, необходимо вначале уделить внимание формированию у ребёнка установки на исполнение композиций. Важно «зацепить» интересы детей, их жизненный, игровой опыт, как бы перекинуть «мостик» от музыки и содержания композиции к интересу ребёнка, его индивидуальности и вызвать желание «войти в образ», показать его в пластике. Разнообразные музыкально – ритмические композиции требуют разных установок, опоры на различные образы. Так, например, композиция «Танцкласс» преподносится детям как игра в будущих артистов балета, а настрой на исполнение композиции «Голубая вода» требует игры воображения, представления образов природы, осуществления дыхания ветра, плеска голубой воды. И совсем другая установка на исполнение композиции «Песенка о ремонте» - это обыгрывание ситуации «весело, дружно и энергично делаем ремонт» Как показывает практика, освоение детьми композиции примерно происходит в течение двух, трёх недель. При этом не ставится задача абсолютно точного и синхронного исполнения движений. Дети двигаются, как могут, главное – чтобы с удовольствием. По мере повторения композиции в разных ситуациях (на зарядке, на занятиях, между занятиями и т.д.) постепенно осваиваются отдельные элементы различных видов движений, опираясь на которые педагог ставит танцы индивидуально или с подгруппой детей, но в этом случае акцентируется внимание на качестве, выразительности движений. Использование музыкально – ритмических композиций в различных формах педагогического процесса. Как уже было отмечено, данная программа ориентирует педагога на сотрудничество с ребёнком, интеграцию различных видов художественной деятельности в педагогическом процессе. Поэтому предлагаемый репертуар – ритмические композиции – используются не только на музыкальных и физкультурных занятиях, на утренней гимнастике, на занятиях по развитию речи, , самостоятельных играх. То есть репертуар «Ритмической мозаики» позволяет каждому педагогу определить место его использования и, в соответствии с этим, «конструировать» из отдельных композиций необходимую форму занятий с детьми (как бы составлять «узор ритмической мозаики»). Такой подход даёт возможность использовать данный материал не только как средство развития музыкальных и двигательных способностей детей на занятиях ритмикой, но и как игровой тренинг психических процессов – внимания, памяти, воли, творческого воображения и фантазии, а также как средство расслабления, переключения внимания, повышение психофизического тонуса и т.д. – в самых разнообразных формах организации педагогического процесса . Опытный педагог средствами ритмопластики за считанные минуты может снять умственную усталость, взбодрить, раскрепостить, повысить настроение, сконцентрировать внимание. Таким образом, музыкально – ритмические, ритмопластические упражнения являются эффективной психогимнастикой, средством коррекции состояния детей и их поведения. Например, на занятиях, требующих высокой умственной активности и малой подвижности, следует использовать в качестве ритмических минуток игровые танцевальные композиции («Кот Леопольд», «Кукляндия», «Танцуйте сидя» и др.) или творческие задания, близкие по тематике (например, при решении задач математического содержания на тему игрушек детям предлагается композиция «Кукляндия», на занятиях природоведческого содержания – творческие задания на выразительность пластического образа на тему природы и т.д.). Снять психическое напряжение, расправить плечи, выпрямить спину, успокоить дыхание, помогают такие композиции как: «Цыганские напевы», «Красный сарафан», «Мельница». Использование композиций на основе быстрой, весёлой музыки, таких, как «Кремена», «Полкинс», «Калинка», позволяет поднять настроение детей, активизировать их внимание. На музыкальных занятиях педагог предлагает детям композиции в самых разных вариантах: как вводную часть занятия, либо в качестве заключительной части, в процессе слушания музыки и определения её жанра и т.д. Главное – активизация внимания детей, пробуждение и поддержание у них интереса, например, композиция «Волшебный цветок» (муз. Ю.Чичкова) включается на занятии и через слушание песни, её пение, а также пластическую импровизацию на эту тему. Дети пытаются представить, как выглядит «волшебный цветок», как колышутся на ветру его стебелёк и листья – и показывают это в движении, а также в рисовании. Включение в занятия ритмических композиций на классическую музыку, например, «Менуэт» Л. Боккерини, «В пещере горного духа» Э. Грига, «Аквариум» К. Сен-Санса, требует особого подхода. Естественно, что необходимы прослушивание музыки и беседы о ней, рассматривание иллюстраций, рисование на эту тему, а также пластические этюды – импровизации детей и педагога под музыку. Постепенно создаётся целая картина, которую можно исполнить в соответствующих костюмах и с декорациями («аквариум – водоросли, раковины; королевский дворец – колонны, зеркала, канделябры, «злые духи» - сказочный лес, таинственная пещера и т.д. При создании фантастических образов дети активно включаются в диалог с педагогом, предлагают свои варианты оформления картины, рисуют эскизы костюмов или декораций, придумывают свой сюжет. Такие композиции могут исполняться на праздничных мероприятиях, в играх – драматизация, семейных праздниках, в повседневной работе с детьми. Естественно, что в досуговых мероприятиях дети исполняют наиболее яркие понравившиеся им композиции (уже самостоятельно без показа педагога). С целью наиболее эффективного эмоционального и выразительного исполнения детям предлагается атрибутика, элементы костюмов. Поскольку большинство композиций имеет яркий художественный образ, нетрудно вместе с детьми придумать, какие атрибуты необходимо изготовить, как они должны выглядеть. Рекомендуется также включать ритмические композиции в занятия и досуговые мероприятия, которые имеют общую игровую тему («Путешествия», «Дни рождения и др.), и тогда двигательные композиции под музыку сочетаются с аттракционами, загадками, математическими играми и другими видами занимательных заданий. Например, если проводится с детьми весёлое развлечение на экзотическом острове, то после композиции « Чунга – чанга» логично провести аттракцион «Кто больше соберёт бананов» (допрыгнуть и сорвать с «ветки»), сосчитать их (у кого больше?), отгадать загадки, пригласить «отгадки» - других весёлых обитателей этого острова (например, Львёнка и Черепаху) и исполнить вмести с ним общую весёлую песню или танец. Подготовка педагога к проведению занятий со старшими дошкольниками по ритмопластике. Задачи, стоящие перед педагогами для осуществления работы по ритмопластике. 1. Совершенствование двигательных навыков и умений: o развитие и совершенствование всех видов движений, которые предлагаются детям, умение выполнять их легко, выразительно, максимально артистично и в соответствии с музыкой; o обогащение двигательного опыта – использование разнообразных исходных положений, двигательных комбинаций; o освоение обширного и разнообразного музыкально – ритмического репертуара (не менее 50 комбинаций). 2. Совершенствование музыкальности. Работа с концертмейстером над исполнительской техникой, постоянное обогащение репертуара разнообразными произведениями (например, «Вальсами» Ф. Шопена, Ф. Шуберта, пьеса В. Гаврилина, М. Дунаевского и пр.). Следить, чтобы в процессе исполнения не менялся произвольно темп, не появлялись лишние акценты и аккорды и т.д. Добиваться выразительности исполнения музыки (чтобы само исполнение стимулировало выразительность и точность движений детей). При подборе музыки в записи, стремиться к расширению репертуара, включая шедевры мирового искусства в работу с детьми, (например, произведения П. Чайковского, Ж. Бизе, Э. Грига, М. Мусоргского, В. Моцарта, И. Баха, К. Сен-Санса и пр.), выбирая эти сочинения как приоритетные по сравнению с современными эстрадными мелодиями и шлягерами. Совершенствование умения анализировать форму и содержание музыкального произведения, слышать и видеть разнообразные варианты исполнительской интерпретации через восприятие изменения характера музыки. 3. Развитие творческих способностей. Вести постоянный творческий поиск, вносить новое в свою работу из других областей науки и искусства (например, фольклора, классического искусства, изучение наследия музыкантов и педагогов и т.д.). Постоянно работать в творческих группах, студиях и объединениях. Развитие художественного вкуса на основе постоянного пополнения впечатлений – в театрах, музеях, в общении с творческими людьми. 4. Совершенствование психолого-педагогических знаний и умений педагога: o развитие профессиональной рефлексии, т.е. умения адекватно анализировать результаты собственной деятельности, собственного творчества, а также эффективности работы других педагогов; o совершенствование умения диагностировать музыкальное, психомоторное развитие детей с использованием современных технологий; o умение «не давить» на ребёнка, предоставлять детям инициативу в творческих проявлениях, наблюдать и замечать в них оригинальность и одарённость, а также и тревожные симптомы; o умение организовывать опытно – исследовательскую работу в образовательном учреждении, анализировать и обобщать её результаты; o развитие коммуникативной культуры, умений пропагандировать педагогические и музыковедческие знания среди родителей и воспитателей. Для педагогов важно владеть музыкально – ритмическим материалом не только как средством эстетического и двигательного развития детей, но и как своеобразным психотренингом. Поскольку движения, мимика – это внешнее проявление внутреннего состояния ребёнка, необходимо научиться понимать и адекватно оценивать эти проявления, а также, если нужно, и корректировать их, подбирая специальные двигательные упражнения и музыку (об этом более подробно в методических указаниях). Поэтому педагог, работающий по данной программе, со временем становится практическим психологом, использующим специфические средства музыки и движения для диагностики развития детей, коррекции их поведения и состояния. Умение подбирать музыку и двигательные упражнения соответственно возрастным возможностям детей и поставленным целям – непростая задача. Поэтому предлагаются ориентиры, критерии в подборе музыки и движений. Требования к подбору музыки для занятий с детьми по ритмопластике. Подбирая музыку, необходимо стремиться к тому, чтобы она отвечала требованиям высокой художественности, воспитывала вкус ребёнка и обогащала его разнообразными музыкальными впечатлениями, и при этом вызывала моторную реакцию, была удобной для двигательных упражнений. С точки зрения доступности для движения музыкальные произведения должны быть: o небольшими по объёму ( 3 – 4 минуты ); o удобными по темпу (умеренно – быстрыми или умеренно – медленными, быстрыми, медленными, с ускорениями и замедлениями ); o c чёткой, ясной структурой и фразировкой, и разнообразными по форме (вариации, рондо и т.д.); o музыкальный образ, характер, настроение музыкального произведения должны быть понятны детям (например, музыка изобразительного характера – «дождик», «ветер качает листики», «заяц прыгает», и более сложная по художественному образу, настроению). Желательно, чтобы подбор различных произведений был достаточно разнообразным по жанру (плясовые, колыбельные, песни, маршевые мелодии) и по характеру (весёлые, задорные, спокойные, грустные, шутливые, торжественные, изящные и т. д.). Например: o детские песни современных российских композиторов: В. Шаинского, Б. Савельева, Г. Гладкова и др.; o народные мелодии: «Калинка», «Светит месяц» и др.; o эстрадные мелодии (например, пьесы А. Петрова из кинофильмов, музыкальные произведения оркестра Поля Мариа: «Под музыку Вивальди», «Жаворонок», Фр. Гойи «Сиртаки», «Цыганские напевы» и др.); o классические произведения: «В пещере горного духа» Э. Грига, «Аквариум» К. Сен-Санса, «Менуэт» Л. Боккерини и др. Разнообразие музыкальных жанров и стилей развивает кругозор детей, воспитывает у них интерес к музыкальному искусству, выявляет индивидуальные предпочтения к музыке формирует художественный вкус. Поэтому очень важен строгий отбор музыкальных произведений для занятий ритмикой. Иногда педагоги небрежно относятся к музыкальному сопровождению, подбирая примитивные современные шлягеры или обрывая музыку (если она звучит слишком долго). Это невозможно, поскольку в детском возрасте закладывается фундамент музыкальной культуры личности и подобные явления портят художественный вкус ребёнка. В данной программе музыка – это не фон, не просто удобный ритм, а средство приобщения детей к музыкальному искусству, и от того, какие впечатления ребёнок получит в детстве. Кроме того, специальный подбор музыки позволяет интегрировать различные задачи художественного воспитания (на занятиях по художественно- эстетическому развитию, развитию речи, обучению игре на инструменте). Требования к подбору движений для занятий с детьми ритмопластикой. Движения, включённые в музыкально – ритмические композиции, должны соответствовать музыке, а также быть: o доступными двигательным возможностям детей (с точки зрения координации, ловкости, точности, пластичности движений); o понятными по содержанию игрового образа (например, для младших – это мир игрушек, окружающей природы, персонажи популярных мультфильмов; для старших – герои волшебных сказок, динамика переживаний различных состояний и т.д.). o разнообразными, нестереотипными, включающими различные исходные позиции – стоя, сидя, лёжа, на четвереньках, на коленках . Характеризуя доступность ритмической композиции в целом необходимо проанализировать следующие параметры упражнений: o координационную сложность движения; o объём движений; o переключаемость движений; o интенсивность нагрузки. Интенсивность нагрузки зависит от темпа музыкального произведения и от подбора движений. Наиболее нагрузочным является темп 150 – 160 акцентов в минуту, которому соответствует быстрый бег, прыжки. Нагрузочными также являются поскоки, галопы, прыжки, приседания, выполняемые в умеренно быстром темпе. Т. Лисицкая предлагает следующее критерии для подбора упражнений соответственно темпу музыки: -быстрый бег – 160 акцентов минуту; -подскоки, галоп – 120 – 150 акцентов в минуту; -маховые движения - 80 –90 акцентов в минуту; -наклоны – 70 акцентов в минуту; -повороты, наклоны головы – 40 – 60 акцентов в минуту. Определение сложности и доступности для детей музыкально – ритмических композиций, безусловно, относительно. Педагог должен соотнести все характеристики с индивидуальными возможностями конкретного ребёнка. Но важно также ориентироваться и на средние показатели уровня развития детей в группе. При составлении целостной композиции важно также, чтобы двигательные упражнения отражали музыкальный образ, были нестереотипными, логичными, чтобы последовательность их исполнения была удобной и целесообразной (чередование напряжения и расслабления) и, конечно, чтобы они были выразительными, нравились детям и побуждали их к дальнейшему творчеству. Контроль за самочувствием детей в процессе проведения занятий с детьми по ритмопластике. Рекомендации по самочувствию детей во время занятий ритмикой: здесь необходимо руководствоваться общей заповедью «Не навреди!», поэтому: 1. Постоянно следите за состоянием детей на занятиях. 2. Дозировку физической нагрузки, а также характер двигательных упражнений согласуйте с предписаниями врача. 3. Поверяйте по внешнему виду и изменениями Ч С С (частоты сердечных сокращений) дозировку нагрузки на занятиях и утренней гимнастике вместе с медицинским персоналом. 4. Прислушивайтесь внимательно к жалобам детей не заставляйте их заниматься, если они не хотят двигаться (это может быть не проявлением лени, а началом заболеваний). 5. В беседах с родителями выясняйте все данные о здоровье ребёнка, его индивидуальных особенностях. 6. Следите за чистотой зала, его проветриванием, а также удобством одежды и обуви детей для занятий. Особое внимание обратите на покрытие пола (с точки зрения возможности травм – не скользкий ли пол, не торчат ли гвозди из паркета и т.д.). Методика организации педагогического процесса по обучению ритмопластике. В процессе реализации поставленных задач педагог сталкивается с проблемой выбора методов и форм развития ребёнка, обеспечивающих максимально комфортные условия для занятий с детьми и в тоже время, поиска наиболее эффективных способов достижения результатов. Как научить детей тонко воспринимать музыку, выполнять разнообразные двигательные упражнения, свободно импровизировать, выражая в пластике музыкальный образ. Для реализации этих задач необходимо следующие условия: 1. Использовать интенсивные методы обучения – выполнение большого объёма двигательных упражнений на занятиях, а также подбор материала, позволяющего решать большой круг разнообразных задач развития ребёнка. 2. Обеспечение психологического комфорта детей и педагогов в процессе выполнения системы занятий. 3. Выбор оптимальной системы занятий. 4. Объединение усилий всего педагогического коллектива на решение поставленных задач Рассмотрим каждое условие более подробно. Говоря об интенсивных методах, имеется, ввиду увеличение времени занятий движениями, то есть активацию двигательной активности детей под музыку в процессе всего пребывания на зарядке, занятиях и между ними, и т.д. и, кроме того, увеличение объёма разнообразных движений в упражнениях. Другими словами, чтобы научится двигаться, надо, прежде всего много двигаться. Но если этот процесс не сделать радостным, привлекательным для детей, то, скорее всего, он превратится в муштру. Кроме того, важно подбирать такие ритмические композиции, которые позволяли бы решать одновременно много разных задач. Например, яркая, художественная музыка, под которую двигаются дети, развивает вкус, музыкальные способности воспитывает эстетические потребности; быстрая смена разнообразных двигательных упражнений тренирует внимание, подвижность нервных процессов, координацию движений. Музыкальный образ и характер исполнения движений развивают фантазию и творческое воображение. Перестроения развивают умения ориентироваться в пространстве. Включение в композицию задания на импровизацию стимулируют творческие способности детей. Таким образом, в процессе исполнения одной композиции (например, на музыку «Светит месяц» или «Калинка») в течение двух, трёх минут у детей развиваются разнообразные умения и способности, а также формируются важнейшие качества личности. Для успешной реализации такого комплекса разнообразных задач необходимо обеспечивать психологический комфорт, чувство защищённости у каждого ребёнка, у которого должно быть отсутствие боязни сделать что - нибудь не так, проявить своё неумение и т. д. Поэтому педагог должен стараться не делать детям замечаний вслух, а наоборот, подбадривать их. Важно также подбирать такой материал, который был бы доступен для исполнения, соответствовал возрастным особенностям детей. Известно, что детям (и взрослым) нравится исполнять то, что у них получается, а если материал слишком сложный, то он, как правило, отвергается. Кроме того, педагог стремится сделать привлекательным процесс занятий путём подбора яркой музыки, оригинальных двигательных упражнений, вызывающих у детей эмоциональный отклик, варьированием игровых ситуаций, сюрпризных моментов. Следующее условие – выбор оптимальной системой занятий – связан с использованием двух уровней работы с музыкально - ритмическим материалом. Первый уровень можно условно называть тренинговым. Он предполагает освоение ряда музыкально - ритмических композиций в процессе игрового сотрудничества педагога и детей без специального разучивания. Этот материал, в основном, исполняется по заказу взрослого и включается в утреннюю зарядку, различные занятия и паузы между ними. В программы детских внеаудиторных мероприятий тренинговые композиции, как правило, не включаются, воспитанников и на этом основании подбирает специальный, индивидуально – ориентированный материал (танцы, упражнения, игры) с тем, чтобы раскрыть способности ребёнка, выявить наилучшем образом его умения и скрыть недостатки. Этот специально подобранный (или придуманный вместе с ребёнком) репертуар разучивается с подгруппами или индивидуально. При этом ставится задача подведение детей к выразительному, самостоятельному исполнению композиции (с последующим выступлением ребёнка на занятиях). И последние условие – согласованность действий всего педагогического коллектива, использование единого репертуара по ритмике в разных формах работы, а также единство в подходах разных специалистов. Каждый педагог как бы подхватывает и дополняет на своих занятиях один и тот же музыкально – ритмический материал, интегрируя его с заданиями другого содержания (например, по развитию речи, формированию математических представлений, ознакомлению с окружающей природой и т.д.). Такая система работы будет способствовать достижению следующих результатов: - дети легко и свободно используют в импровизации разнообразные движения, тонко передавая музыкальный образ; - процесс разучивания нового репертуара занимает немного времени – 2 – 3 занятия; - дети владеют определённым репертуаром и готовы в любой момент к выступлению; Как внешнее проявление использования такой системы работы педагог ощущает некоторое облегчение в профессиональной деятельности, так как значительно меньше усилий тратится на разучивание репертуара. «Педагогика должна быть экономной» - вот девиз предлагаемого подхода. Поэтому важно объединить усилия всех специалистов, а детям предоставить больше времени для самостоятельных игр, творческой деятельности. Однако такой результат достигается не сразу, так как требует постоянного усложнения заданий и варьирования форм и методов с детьми. Рассмотрим более детально эту систему работы, в которой условно выделяется три этапа. На первом этапе (начало использования в работе с детьми музыкально - ритмических композиции), где педагог опирается на способность детей к подражанию, которая ярко выражена в старшем дошкольном возрасте. Подражая взрослому, ребёнок легко осваивает разнообразные виды движений и постепенно начинает их использовать в само стоятельной деятельно сти (в играх, танцевальных импровизациях). Второй этап обучения (после того, как дети уже приобрели некоторый опыт в исполнении по показу и запомнили несколько композиций) способствует развитию у детей умения самостоятельно исполнять выученные ранее упражнения (композиции в целом и отдельные движения). Третий этап работы - подведение детей к творческой интерпретации музыкального произведения, развития способности к самовыражению в движении под музыку, формирование умения самостоятельно подбирать и комбинировать знакомые движения и придумывать собственные, оригинальные упражнения. Реализация этих задач наиболее важна, так как именно в развитии творчества, способности к импровизации концентрируется основная идея - владение собственным телом, тонкость музыкального восприятия, нестандартность мышления, психологическая свобода. Рассмотрим более подробно методику организации педагогического процесса на каждом этапе. В основе первого этапа обучения подражание детей образцу исполнения движений педагогом в процессе совместной деятельности. «Вовлекающий образ» (выражение С. Д. Рудневой) помогает детям освоить достаточно сложные двигательные упражнения. Совместное исполнение движений способствует созданию общего приподнятого настроения, ритмичное единое дыхание под музыку регулирует психофизиологические процессы, максимально концентрирует внимание. На таких групповых занятиях ритмикой на занимающихся оказывается как бы гипнотическое воздействие, сила которого зависит от музыки и от того, насколько выразителен, артистичен показ педагога. Есть ещё одна особенность в показе – он должен быть «опережающим», то есть на доли секунды движения опережают музыку. Это необходимо для того, чтобы дети успели «перевести» зрительное восприятие в двигательную реакцию. Другими словами, необходимо время для отражения зрительных сигналов и тогда мышечное ощущения точно совпадут со звучанием музыки. Если такого опережения в показе не происходит, то движения детей (отражающие показ педагога) всё время чуть – чуть запаздывают по отношению к музыке, что затрудняет формирование музыкально – ритмических навыков. Есть ещё одна особенность такого показа - он должен быть дан в «зеркальном» отражении, поскольку дети повторяют все движения автоматически. В процессе подражания у детей легче формируются разнообразные двигательные навыки и умения. Благодаря «вовлекающему показу» дети справляются с такими упражнениями, которые они не могли выполнить самостоятельно или при фрагментарном показе со словесными объяснениями. Однако степень сложности двигательных упражнений, которые дети могут выполнить в процессе подражания, не безгранична. Чтобы её определить, педагог должен определить «ближайшую зону» развития ребёнка (по Л. С. Выготскому), что позволяет предвидеть последующую ступень в его развитии. В процессе совместного исполнения важно дать детям почувствовать свои возможности и закрепить их в сознании. При последующих повторениях движения уточняются, запоминаются и автоматизируются. Конечно, у детей это происходит по-разному - у кого-то быстрее и легче, а у кого-то медленнее, с каким-то своеобразием. Важно чтобы педагог не делал ни каких замечаний (на этом этапе работы), не фиксировал внимание детей на том, что у них что-то не получается, и тогда постепенно сложные элементы упражнений, повторяющиеся в различных композициях, будут освоены. Следующий этап занятий - это развитие самостоятельности детей в исполнение композиций и других упражнений. Происходит это постепенно, как бы незаметно для занимающихся. Педагог время от времени прекращает показ в процессе совместного исполнения и предлагает детям продолжать исполнять движения самостоятельно. Это очень важный момент, так как в случае исполнения только по показу детей не тренирует произвольное внимание, память, волю. После нескольких повторений вместе с педагогом детям предлагается : o исполнить свою композицию самостоятельно от начала до конца (иногда можно подсказывать жестами). На этом этапе используются следующие приёмы: показ исполнения композиций детьми (выбор ведущих вместо педагога - по очереди или по желанию);показ упражнения условными жестами мимикой; словесные указания; «провокации», то есть специальные ошибки педагога при показе с целью активации внимания детей и побуждение их к тому, чтобы они заметили и исправили ошибку. Не все движения следует выучивать с детьми до уровня самостоятельного исполнения по памяти. Наша задача накопить двигательный опыт, а для этого нужно много двигаться (чтобы добиться автоматизма, то есть навыка), и этот этап работы мы рассматриваем как интенсивный тренинг. Однако некоторые композиции, удобные для включения во внеклассные мероприятия, игры – драматизации (эффективные, «зрелищные») можно выучить с детьми с целью последующего выступления (к ним, например, относятся: «Волшебный цветок», «Львенок и черепаха», «Упражнение с обручами» и др.). В этом случае ведётся более тщательное работа над качеством исполнения, так как у детей важно воспитывать чувство красоты, культуры движения, стремление всё делать с полной отдачей сил. Таким образом, параллельно присутствуют два уровня в работе над композицией – «тренинг», исполнение по заказу (без тщательной обработки движений) и подведение детей к самостоятельности, выразительности исполнения движений на отдельных композициях (доступных индивидуальным возможностям детей) с целью воспитания и развития личности ребенка. Самостоятельное исполнение упражнений говорит о сформированности двигательных навыков, является показателем результата обучения, а также показателем уровня развития важнейших психических процессов – произвольного внимания, воли, музыкальной и двигательной памяти. Далее, на основе развития пластических возможностей детей, расширяя их двигательного опыта, можно переходить к третьему этапу, творческому самовыражению в движении под музыку. Происходит это также постепенно. Так, в некоторых композициях сразу заложена «вопросно-ответная» форма исполнения, где предполагается импровизация на определённый музыкальный фрагмент – проигрыш, припев и т.д. Например, в композиции «Танцуйте сидя» дети на проигрыш сами придумывают общеразвивающие упражнения. Такие небольшие включения, с одной стороны, тренируют переключаемость внимания и развитие произвольности движений, а с другой – готовят к импровизации на целостные музыкальные произведения. Далее идёт переход к несложным творческим заданиям, к которым относится инсценирование песен. Например, в песне «Два барана» (муз. М. Козлова) дети по тексту исполняют движения по ролям (в образе двух баранов – Белого и Чёрного), а в инсценирование песни «Расплата» дети изображают диалог девочки и кошки. Для подобных заданий подбираются песни с ярким, динамичным сюжетом, побуждающих к движению («Кошки – Мышки», «Пластилиновая ворона», Гр. Гладкова, «Всё мы делим пополам» В. Шаинского и др.). Процесс импровизации, обыгрывание песен более длительный, чем просто разучивание. Так, сначала детям предлагается прослушивание песни, проигрывание текста, затем – игровые «пробы», в которых дети пытаются выразить в движениях содержание песни. Роль педагога – наблюдатель за проявлениями детей, поддерживать их, ни в коем случае не перехватывать их инициативу и помогать в выборе образных движений и оформлении целостной композиции. На этом этапе работы рекомендуется использовать следующие методические приёмы: o слушание музыки и беседы о ней; рисование, словесные описания музыкальных образов; o подбор стихов, сказок и других произведений, помогающих интерпретировать музыкальный образ: o пластические импровизации детей, «пробы» - без показа педагога; o показ вариантов движений педагогом – детям предлагается выбрать наиболее удачным. Взрослые только иногда включаются в движение, чтобы стимулировать активность детей. Как правило, такая необходимость возникает в связи с оформлением движений, придуманных детьми, в единую композицию, так как это ещё сложно для детей. Наиболее удобным способом развития танцевального и игрового творчества детей является инсценирование популярных сказок, таких как «Муха Цокотуха» К. Чуковского, «Кошкин дом», «12 месяцев» С. Маршака и др. Резюмируя сказанное, подчеркнём, что импровизация, как у детей, так и у взрослых возможна только на базе развития музыкального слуха, творческого воображения, а также на основе свободного владения своим телом, то есть тогда, когда движения автоматизированы и не отвлекают внимание на технику их исполнения. Также считал и Жак - Далькроз: «Когда всё, что касается ритма и техники, перейдёт в категорию автоматического, - всё внимание освободится для передачи облачённого в ритм и звуки чувства». Поэтому, если мы хотим достичь действительно художественной, а не примитивной интерпретации музыкальных произведений в пластике, необходима большая и скрупулезная работа над двигательными навыками. Но сам процесс этой технической работы также должен быть привлекательным, игровым, творческим. И тогда дети будут развиваться, обучаться движениям легко и непроизвольно, незаметно для себя осваивая разнообразные сложные двигательные комбинации. [Ильина Г.А., 2012; 16] Организация общения педагога с детьми в процессе проведения занятий по ритмопластике. Создание тёплой, дружественной и непринуждённой атмосферы игрового общения ребёнка и взрослого – одно из основных условий полноценного развития детей. В этом отношении важна позиция педагога, понимание главного смысла своей деятельности. Желательно организовать занятия с детьми таким образом, чтобы они проходили без принуждения, муштры, излишней дидактики (указаний, пояснений, замечаний). Самое главное не только результат деятельности, отточенность движений в пляске, сколько сам процесс движения, доставляющий радость. Важно чтобы действия взрослого были направлены на то, чтобы дать возможность ребёнку почувствовать уверенность в собственных силах и побудить его к творческому самовыражению под музыку. Чтобы помочь педагогу предлагаемую методику, внутренне принять позицию « старшего товарища», настроиться на совместную творческую деятельность – движение под музыку, предлагаются следующие установки и советы: 1. Во время ритмических композиций представьте, что вы – «симфонический оркестр», то есть внутренне и посредством пластическим движений «проигрывайте» музыкальное произведение как можно выразительнее. 2. Обращайте внимание на ту пользу, которую вам приносят систематические занятия ритмической пластикой. Вы постепенно становитесь ещё здоровее, стройнее, красивее. Постепенно приходит «хруст» в коленях и шее, у вас развивается гибкость и пластичность суставов. Какое счастье иметь возможность каждый день двигаться вместе с детьми под музыку! 3. Если вы чувствуете внутреннее сопротивление или в чём – то не согласны с отдельными упражнениями – можете изменить некоторые элементы музыкально – ритмических композиций так, чтобы вам было приятно их выполнять. 4. При разучивании композиций на семинаре под руководством преподавателя не старайтесь сразу запомнить всё последовательность движений. Старайтесь представить, что вы – «вы музыкальный в оркестре», а преподаватель – «дирижер» Сосредоточьте своё внимание на «проигрывании музыки своим телом и старайтесь получить от этого максимум удовольствия. Ни о чём не думайте, не напрягайте свою память, ваше тело постепенно само запомнит движения. 5. Стремите сь к по стоянному обновлению музыкально ритмического репертуара, к поиску разнообразных музыкальных произведений. Слушайте музыку, ходите на концерты. Пусть каждый из вас заведёт свою «копилку» творческих идей, куда будет «складывать» прекрасную музыку и интересные образные движения. 6. Помните, что дети – ваше «зеркало». Они очень точно копируют все ваши движения, мимику, поэтому будьте как можно выразительнее. 7. Чаще улыбайтесь! 8. Будьте с детьми и искренни и естественны. Если у вас не получается какой – нибудь вид (элемент) двигательных упражнений, то честно признайтесь в этом детям и покажите данное упражнение на способном ребёнке. Признание собственного несовершенства только поднимет ваш авторитет в глазах ваших воспитанников. 9. Старайтесь не сердиться на детей за то, что у них что-то не получается. Ведь у вас движения далеко не совершенны. Не делайте детям замечаний «вслух», вы тем самым закладываете ребёнку «программу невыполнения», старайтесь на оборот, как можно чаще хвалить детей и внушать им уверенность в собственных силах. В настоящее время – время гиподинамии в процессе занятий у старших дошкольников происходит снижение работоспособности, ухудшается внимание, память, удлиняется латентный период двигательной реакции, в результате длительного поддерживания статической позы нарушается осанка, поэтому одной из важнейших задач учебно-воспитательного процесса является организация двигательного режима старшего дошкольника, который обеспечит активный отдых и удовлетворит естественную потребность детей в движении. Решению этих задач служит ритмопластика. В процессе систематического использования ритмопластических упражнений и композиций в режиме дня старшего дошкольника на основе глубинных физиологических изменений в организме ребёнка происходит перестройка его эмоционального фона. Ребёнок приобретает жизнерадостную самоутверждающую уверенность в себе, что становится прекрасным фоном для развития его интеллектуальной сферы. Ритмопластика способствует развитию потенциала личности, раскрепощению тела и духа ребёнка. В процессе обучения ритмопластике происходит комплексное воздействие на ребёнка музыкой и движением. У ребёнка проявляется свобода самовыражения посредством движений под музыку, развитие его творческих способностей. Проведённое исследование показало, что использование ритмопластики в режиме дня старшего дошкольника оказывает благотворное влияние на развитие различных умений, способностей и качеств личности детей. Результаты диагностического обследования детей подтвердили то, что гипотеза, выдвинутая нами – «правильный выбор содержательного материала по ритмопластике, подбор наиболее эффективных форм и методов обучения будет способствовать формированию музыкально – ритмических, двигательных качеств и умений, развитию психических процессов, нравственно – коммуникативных качеств личности у старших дошкольников» – верна

«Музыкально-ритмические движения как средство развития личности детей старшего дошкольного возраста»

В условиях жизни современного общества большое значение придается личности ребёнка. Процесс развития личности начинается еще в дошкольном возрасте.

Музыкально-ритмические движения являются одним из самых популярных и любимых детьми видов деятельности на музыкальных занятиях в детском саду. В связи с этим мы решили глубже рассмотреть, как занятия данным видом деятельности влияют на процесс развития личности детей старшего дошкольного возраста.

        Музыкально-ритмические движения основаны на движениях под музыку, следовательно, на  занятиях у детей  будет развиваться и музыкальный слух, и двигательные способности, а также психические процессы, которые лежат в их основе. На музыкальных занятиях можно решать не только задачи музыкально-ритмического воспитания детей (развитие чувства ритма, двигательных навыков, артистичности и так далее), но и развивать различные  качества личности (эстетические, нравственные, умственные, физические).

        Для детей дошкольного возраста музыкально-ритмические упражнения являются основными, базовыми при овладении двигательной культурой, так как они способствуют формированию правильной осанки, красивой походки, развитию ритмичности и музыкальности, координации движений и формированию навыков в выполнении танцевальных упражнений с музыкальным сопровождением. Это воспитывает у детей творческую активность, воображение, умение слушать, воспринимать, оценивать свои движения и музыкальное сопровождение. Успех работы педагога в этом направлении будет решаться не количеством пройденных танцевальных, ритмических упражнений, музыкальных игр и танцев, а умением детей переживать, мыслить, запоминать и оценивать культуру своих движений.

        Важно подчеркнуть, что ритмические упражнения служат и задачам физического воспитания. Они совершенствуют двигательные навыки, вырабатывают умение владеть своим телом, укрепляют мышцы, благотворно воздействуют на работу органов дыхания, кровообращения. Профессор Крестовников в своей книге «Очерки о физиологии физических упражнений» писал, что движения, совершаемые под музыку, выполняются легче, дыхательный аппарат работает более энергично, увеличивается глубина дыхания, повышается поглощение кислорода.

        Таким образом, занятия ритмикой оказывают разностороннее влияние на детей, способствуя воспитанию гармонично развитой личности.

**История развития идей музыкально-ритмического воспитания.**

Движения под музыку издавна применялись в воспитании детей. Музыкально-ритмическое воспитание было направлено на формирование личности путем воздействия музыки и ритма с целью воспитания познавательной, волевой и эмоциональной сферы. Первые учебные заведения, где обучали музыке и танцам появились в Древней Индии.

В педагогике с давних  пор известно, какие огромные возможности для воспитания души и тела заложены в синтезе музыки и пластики, интеграции различных видов художественной деятельности. Об этом знали ещё в Древней Греции, где сформировалось представление о том, что основой прекрасного является Гармония.

В Средневековье (Августин, Фома Аквинский) – господствовала религиозная идеология – воспитание посредством музыки осуждалось, хотя,

подчеркивалось его божественное происхождение и не отрицалось значение

эстетического воздействия на человека.

В  эпоху Возрождения происходит формирование бытового придворного танца (как идеальной формы самопрезентации королевской власти; балет – придворное, элитарное искусство, ибо поначалу балеты танцевал сам король), эстетическими идеалами которого были красота и пропорциональность исполнителей, ясность и доступность содержания, отчётливость технического исполнения и общая гармония.

        В эпоху Просвещения происходит переосмысление в понимании характера эстетического воспитания средствами искусств. Вопросы интеллектуального развития находят все большее отражение при занятиях хореографией, обучение танцу рассматривается с позиции не только профессионального исполнительского мастерства, но и как средство массовой культуры.

Создателем системы музыкального ритмического воспитания является Эмиль Жак - Далькроз (1856-1950) – швейцарский педагог, композитор, общественный деятель. Занимаясь в Женевской консерватории со студентами, Далькроз обратил внимание на то, что далеко не все могут выполнять ритмический рисунок в пределах определенного метра и достаточно точно координировать движения при игре на музыкальном

инструменте. Понимая, что ритм связан с моторикой, он начал вводить на уроках сольфеджио различные ритмические упражнения. Так постепенно им была создана система ритмической гимнастики, которая впоследствии стала называться ритмикой.

Э. Жак-Далькроз был убежден, что обучать ритмике необходимо всех детей. Он развивал в них глубокое «чувствование», проникновение в музыку, творческое воображение, формировал умение выражать себя в движениях.

В настоящее время педагоги: А.И. Буренина, Т.Ф. Коренева, Т. Суворова,

 В.Г. Горшкова  и другие, продолжают совершенствовать ритмическое воспитание. Ими разработана методика занятий по ритмике в различных учебных заведениях с учетом их специфики.

        Идеи программы «Ритмическая мозаика», автором которой является А.И. Буренина, опубликованной ранее (1977 г.), заинтересовали многих специалистов, использующих в своей педагогической деятельности движение под музыку как универсальное средство целостного развития личности ребёнка.

        А.И. Буренина в своих работах отмечает « чем раньше мы дадим детям гамму разнообразных впечатлений, чувственного опыта, тем более гармоничным, естественным и успешным, в таком виде деятельности, как движение под музыку, будет дальнейшее развитие ребёнка, становление его личности. И, возможно, меньше будет проблем у наших детей с развитием речи, внимания, памяти, мышления, формированием красивой осанки…»

2

**Диагностика**

Чтобы понять, как развиваются качества личности у детей старшего дошкольного возраста во время  занятий музыкально-ритмической деятельностью, мы провели диагностику.

В процессе наблюдения мы оценивали проявления детей, сравнивая их между собой, и условно ориентировались на лучшие показатели, выявленные в данной группе.

За основу мы взяли карту диагностики, разработанную кандидатом педагогических наук, доцентом кафедры педагогики детства и современных образовательных технологий ЛГОУ А.И. Бурениной.

**Цель диагностики:**выявление уровня развития качеств личности ребёнка в процессе музыкально-ритмической деятельности (начального уровня и динамики развития, эффективности педагогического воздействия).

**Метод диагностики:**наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий.

В процессе оценки мы использовали 3-бальную шкалу. Приведём критерии оценки параметров, определяющих уровень музыкального и психомоторного развития в соответствии с 3-бальной системой.

***Музыкальность* –**способность воспринимать и передавать  в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом. Оценивается соответствие исполнения движений музыке (в процессе самостоятельного исполнения – без показа педагога).

3 балла – движения выражают музыкальный образ и совпадают с тонкой нюансировкой, фразами;

2 балла –передают только общий характер, темп и метроритм;

1 балл –движения не совпадают с темпом, метроритмом музыки, ориентированы только на начало и конец звучания, а также на счёт и показ взрослого.

***Эмоциональность* –**выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств исходя из музыки и содержания композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревогу и так далее), умение выразить свои чувства не только в движении, но и в слове. Эмоциональные дети часто подпевают во время движения, что-то приговаривают, после выполнения упражнения ждут от педагога оценки. У неэмоциональных детей мимика бедная, движения невыразительные. Оценивается этот показатель по внешним проявлениям (Э-1, Э-3).

***Творческие проявления* –**умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные, оригинальные «па». Оценка конкретизируется в зависимости от обученности ребёнка. Творческая одарённость проявляется в особой выразительности движений, нестандартности пластических средств и увлечённости ребёнка самим процессом движения под музыку. Творчески одарённые дети способны выразить своё восприятие и понимание музыки не только в пластике, но также и в рисунке, в слове. Степень выразительности, оригинальности также оценивается педагогом в процессе наблюдения.

***Внимание* –**способность не отвлекаться от музыки и процесса движения. Если ребёнок правильно выполняет ритмическую композицию 2-го и 3-го уровня сложности от начала до конца самостоятельно – это высокий уровень, оценка – 3 балла. Если выполняет с некоторыми подсказками, то 2 балла. В случае больших затруднений в исполнении композиции из-за рассеянности внимания – оценка 1 балл.

4

***Память* –**способность запоминать музыку и движения. В данном виде деятельности проявляются разнообразные виды памяти: музыкальная, двигательная, зрительная. Как правило, детям необходимо 6-8 повторений композиции вместе с педагогом для запоминания последовательности упражнений. Это можно оценить как норму. Если ребёнок запоминает с 3-5 исполнений по показу, то это высокий уровень развития памяти – оценка 3 балла. Неспособность запомнить последовательность движений или потребность в большом количестве повторений (более 10 раз) оценивается в 1 балл.

***Подвижность (лабильность) нервных процессов***проявляется в скорости двигательной реакции на изменение музыки. Норма, эталон – это соответствие исполнения упражнений музыке, умение подчинять движения темпу, ритму, динамике, форме и так далее.

Запаздывание, задержка и медлительность в движении отмечаются как заторможенность. Ускорение движений, переход от одного движения к последующему без чёткой законченности предыдущего (перескакивание, торопливость) отмечаются как повышенная возбудимость.

Оценки выставляются следующим образом: N – норма (3 балла); В (возбудимость), З (заторможенность) – 1-2 балла – в зависимости от степени выраженности данного качества.

***Координация, ловкость движений* –**точность, ловкость движений, координация рук и ног при выполнении упражнений (в ходьбе, общеразвивающих и танцевальных движениях); правильное сочетание движений рук и ног при ходьбе (а также и в других общеразвивающих видах движений).

У детей 7-го года жизни оценивается правильное и точное исполнение ритмических композиций 2-го и 3-го уровня сложности (в быстром и медленном темпе).

***Гибкость, пластичность* –**мягкость, плавность и музыкальность движений рук, подвижность суставов, гибкость позвоночника от 1 до 3 баллов).

В результате наблюдений и диагностики мы подсчитывали средний суммарный балл для общего сравнения динамики в развитии ребёнка на протяжении 8 месяцев.

В начале учебного года общее количество баллов по всем позициям нашей диагностической карты составило 211 баллов.

В конце учебного года общий суммарный балл значительно возрос и составил 270 баллов.

На основании этих показателей мы можем сделать вывод о том, что выбранная нами методика преподавания музыкально-ритмической деятельности положительно повлияла на развитие музыкально-ритмических способностей детей, а также на всестороннее развитие личности ребёнка в целом.

5

**ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

В результате проведённого исследования мы можем заключить, что большие резервы в деле приобщения детей к миру духовной красоты скрыты в музыкально-ритмической деятельности детей с её радостной эмоциональностью, образностью, моторной активностью, коллективностью участия, развитием творческой инициативы, разнообразными образовательными и воспитательными возможностями.

1. В исследовании теоретически обосновано понимание сущности всестороннего развития личности  детей старшего дошкольного возраста на музыкальных занятиях, а именно музыкально-ритмическая деятельность выступает как:

1) - средство эстетического развития ребёнка (эстетическое восприятие и представление в передаче движений; умение оценить музыкальный материал и передать художественный образ в танце с помощью мимики, пантомимики; раскрытие творческого потенциала ребёнка);

2) - как средство развития общей музыкальности детей (умение слушать и воспринимать музыкальное произведение; двигаться в соответствии с ритмом и темпом музыки; передавать в танце характер мелодии);

 3) - как средство формирования нравственных качеств личности (развитие коллективизма через общие танцы и игры соревновательного характера; воспитание

 патриотизма, интернационального чувства, через знакомство детей с танцами народов

мира; воспитание воли);

4) - как средство активизации умственных способностей (развитие внимания, памяти, воображения, мышления во время выполнения творческих заданий);

  5) - как средство физического развития (формирование правильной осанки; укрепление всех групп мышц; укрепление системы дыхания).

        Таким образом, мы можем заключить, что музыкально-ритмические движения на музыкальных занятиях в детском саду являются эффективным средством для всестороннего развития личности детей старшего дошкольного возраста.

Консультация для родителей

***«РАЗВИТИЕ РИТМИЧЕСКОЙ
СПОСОБНОСТИ У ДЕТЕЙ 4-5 лет.»***

Ритмическая организация является основой жизни. Все, окружающее нас, живет по законам ритма. Смена времен года, дня и ночи, биение сердца, возрастные процессы - все это и много другое подчинено определенному ритму.
Ритмическая способность занимает особое место в развитии ребенка. Уже в самых ранних проявлениях лепета обнаруживается ритмическая повторяемость однородных слогов, затем чередование разнородных. Отмечается тесная связь лепета с ритмическими движениями: ребенок ритмично взмахивает руками, прыгает, стучит игрушкой, при этом выкрикивает слоги в ритме движений, а как только движения прекращаются, он умолкает.
Формирование чувства ритма идет параллельно с развитием эмоциональной, двигательной, речевой и познавательной сфер.
Развитием чувства ритма рекомендуется заниматься с самого раннего возраста и в доступной для дошкольников форме: ритмических упражнениях и играх. В игровой форме дети овладевают движениями общей и мелкой моторики, учатся находить ритмическую организацию в музыке и речи, выкладывать орнаментальные узоры. Работа по развитию чувства ритма ведется в процессе овладения детьми различными видами деятельности на музыкальных и физкультурных занятиях, на занятиях по рисованию, аппликации, развитию речи, в ходе подвижных, хороводных, дидактических игр и игр-драматизаций.
Рекомендации по развитию чувства ритма
• Слушайте музыку
Она улучшает настроение, способствует эмоциональному развитию.
• Учите ребенка воспроизводить мелодию хлопками, постукиванием, пением
Если малыш еще не научился самостоятельно выполнять задание, хлопайте его ручками, взяв их в свои руки; отстукивайте ритм или дирижируйте его рукой.
• Поощряйте движения под музыку
Устройте парад, маршируя и стуча в барабаны. Организуйте домашний оркестр из игрушечных музыкальных инструментов или кухонной утвари. Меняйте темп движений (то быстрее, то медленнее).
• Инсценируйте детские потешки, песенки, стихи.

Ритм в музыкальном развитии детей 3-4 лет

Вместе с развитием музыкальных способностей детей мы уделяем самое серьезное внимание ритмическому воспитанию. Но прежде чем излагать некоторые соображения по этому вопросу, давайте, определим природу ритма.

Исследователи делают акцент на том, что ритмическое воспитание не может быть только слуховым, ведь ритм имеет в основе своей движение. Поэтому в развитии чувства ритма должно участвовать все наше тело. Еще одно важное наблюдение касается того, что в основе чувства ритма лежит восприятие выразительности музыки.

То есть, не менее важна эмоциональная природа ритма. В самом деле, использование обеих категорий в системе музыкального развития детей дает исключительно положительный результат.

Для того чтобы ребенок действительно проникся чувством ритма все нужно начинать с простых движений под музыку (ходьба, бег, прыжки). Основная задача на этом этапе – добиться у ребенка быстрой реакции.

Ритм присутствует во всех моментах музыкальных занятий: в пении, слушании музыки. Часто к этому добавляется звучащий жест (хлопки, шлепки по коленям, притопы и т.д.). Также много ритмической работы ведется в музицировании на музыкальных инструментах. Постепенно ритмические формулы усложняются. Они становятся более длительными, вводится прерванный ритм, синкопа.

Ритмические композиции составляются вместе с разнообразными движениями (имитационными, танцевальными, общеразвивающими). Они позволяют выразить различные эмоциональные состояния, сюжеты, образы. Интерпретируя музыку, ребенок приобретает опыт творческого переосмысления музыки. Именно этот опыт позволит ребенку в дальнейшем успешно осваивать и другие виды творческой деятельности.

Ритм присутствует в нашей жизни всюду. Биение сердца – ритм нашего организма. С его помощью можно успокоить или активизировать реакции нашего организма в разных ситуациях. Наша речь, овладение чтением и письмом так же требуют развитого чувства ритма. Поэтому занятия музыкальным ритмом – это тренировка, которая дает ребенку бесценный жизненный опыт.

**План самообразования:**

**«Развитие пластичности и ритмопластики у детей старшего дошкольного возраста».**

Работа начата сентябрь  2017 года

Предполагается закончить  май  2018

**Цель:** содействовать творческому развитию личности дошкольника средствами танцевально-игровой гимнастики.

Создать необходимый двигательный режим, положительный психологический настрой.

**Задачи:**

**1. Укрепление здоровья:**

• способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата;

• формировать правильную осанку.

**2. Совершенствование психомоторных способностей дошкольников:**

• развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности;

• содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой;

• формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений и танцев.

**3. Развитие творческих способностей:**

• развивать мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, расширять кругозор;

• формировать навыки самостоятельного выражения движений под музыку;

• воспитывать умения эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества в движениях;

• развивать лидерство, инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи.

**Предполагаемый результат:**

Переход к более развернутым и сложным танцевальным композициям, используя которые можно продолжать развитие детского творчества в танце (исполнительского и композиционного).

Проявление самостоятельности и творческой инициативы у детей старшего дошкольного возраста.

**Действия и мероприятия, проводимые в процессе работы над темой:**

- разработать перспективный план.

-изучение литературы по теме;

- пополнение  банка  методической  литературы;

 -консультации для воспитателей по теме самообразования;

-  консультации для родителей по теме самообразования;

- обогатить предметно – развивающую среду. Изготовление  костюмов  и  атрибутов.

 - помощь в проведении интегрированных и комплексных занятий по различным областям образовательной деятельности;

- усовершенствовать, обновить пособия и дидактический материал  для детей старшего дошкольного возраста.

- самоанализ и самооценка НОД;

- выступление  детей на  мероприятиях  районного уровня  и  в  ДОУ;

- обобщение результатов  о  проделанной  работе;

**Изучение методической литературы.**

1.12.2012-1.04.2015

Асафьев Б. В. О музыкально-творческих навыках у детей: Избранные статьи о музыкальном просвещении и образовании. – Л. – М., 1986.

Добровольская Г. Н. Танец. Пантомима. Балет. – Л., 1995.

Королева Э. А. Ранние формы танца. – Кишинев, 1987.

Руднева С., Фиш С. Ритмика. Музыкальное движение. – М., 1992.

Субботина Л. Развитие творчества у детей. – Ярославль, 1996.

Изучение программ и методических рекомендаций 1.09.2012-1.05.2014

Ознакомление и изучение программы «СА-ФИ-ДАНСЕ» танцевально- игровая гимнастика для детей. -СПб «Детство-Пресс.

Изучение программы Т. Суворовой «Ритмика».

Изучение программы Бурениной «Ритмическая мозаика».

Журналы:

1. Дошкольная педагогика.

2. Музыкальный руководитель.

3. ПедСовет.

**Консультация для родителей**

**Ритмопластика как средство развития эмоциональной сферы у детей старшего дошкольного возраста.**

\