

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
**«БЕЛГОРОДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ
ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**
(Н И У « Б е л Г У »)

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ

ФАКУЛЬТЕТ ДОШКОЛЬНОГО, НАЧАЛЬНОГО И СПЕЦИАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Кафедра дошкольного и специального (дефектологического) образования

**РАЗВИТИЕ РИТМОПЛАСТИКИ У ДЕТЕЙ В УСЛОВИЯХ ДОШКОЛЬНОЙ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ**

Выпускная квалификационная работа
обучающегося по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое
образование, профиль Дошкольное образование
заочной формы обучения 02021560 группы
Скирдиной Светланы Федоровны

Научный руководитель
доцент, к.псих.н.
Панасенко К.Е.

БЕЛГОРОД 2018

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ РИТМОПЛАСТИКИ У ДОШКОЛЬНИКОВ В УСЛОВИЯХ ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ	7
1.1. Сущность понятия «ритмопластика» в психолого-педагогических исследованиях	7
1.2. Особенности развития ритмопластики у старших дошкольников	13
1.3. Педагогические условия развития ритмопластики у детей старшего дошкольного возраста в условиях дошкольной образовательной организации	21
ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО РАЗВИТИЮ РИТМОПЛАСТИКИ У ДОШКОЛЬНИКОВ В УСЛОВИЯХ ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ	31
2.1. Изучение уровня развития ритмопластики у детей старшего дошкольного возраста	31
2.2. Организационно-методический аспект развития ритмопластики у детей старшего дошкольного возраста в условиях дошкольной организации	39
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	50
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ	53
ПРИЛОЖЕНИЕ	63

ВВЕДЕНИЕ

В последние годы отмечается тенденция увеличения количества физически ослабленных детей. По данным НИИ гигиены и охраны здоровья детей, Научного центра здоровья детей РАМН, за последнее время число здоровых дошкольников уменьшилось в 5 раз и составляет лишь 9% от количества детей, поступающих в школу. Лишь 5-7% дошкольников здоровы, 30-35% страдают хроническими заболеваниями, а свыше 60% имеют функциональные отклонения. Именно поэтому проблема ухудшения здоровья населения страны и особенно детей раннего и дошкольного возраста становится национальной. Подписанное президентом В.В. Путиным Постановление «О повышении роли физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни населения» показало обеспокоенность государства за будущее страны.

Актуальность данной проблемы получила свое отражение в Федеральном законе Российской Федерации «Об образовании», «Федеральной программе развития образования до 2020 года», Национальной доктрине образования, в Конвенции о правах ребенка и Всемирной декларации об обеспечении выживания, защиты и развития детей.

В дошкольном возрасте закладываются основы здоровья, полноценного физического развития, высокой работоспособности. Происходит становление двигательной активности, а также воспитание физических качеств. Поэтому усилия дошкольных образовательных организаций сегодня, как никогда, должны быть направлены на оздоровление ребенка-дошкольника, культивирование у него ценности здорового образа жизни. Одной из здоровьесберегающих технологий, применяемых в дошкольных образовательных организациях, направленной на укрепление здоровья детей, совершенствование и развитие двигательной сферы дошкольников на основе формирования у них потребности в движении, правильной организации профилактики и оздоровления, своевременной коррекции отклонений в состоянии здоровья, является ритмопластика.

В теории и практике педагогики понятие «ритмопластика» не имеет на сегодняшний день однозначного толкования. В научно-методической литературе, посвященной использованию музыкально-ритмических упражнений на занятиях с дошкольниками, существующий методический подход, характеризуется однообразием используемых средств и методов педагогических воздействий. Ученые, подчеркивая необходимость синтеза форм и средств физического воспитания, культуры и искусства, способствующей формированию двигательной сферы, психомоторики, творческой активности детей (Н.Г. Александрович, С.В. Глазырина, А.В. Запорожец, Е.А. Земсков, В.Т. Кудрявцев, Г.В. Пахомова и др.) указывают на необходимость разработки качественно новых физкультурно-оздоровительных технологий. Обобщенное понимание ритмопластики как способности, интегрирующей моторно-двигательные, эмоционально-образные, креативные, коммуникативные проявления ребенка, теоретически представлены недостаточно. Слабая изученность вопросов, раскрывающих использование здоровьесберегающих технологий для обеспечения гармоничного и разностороннего развития двигательных способностей дошкольников, обуславливает актуальность выбранной темы исследования и необходимость ее научной теоретической и практической ее разработки.

Актуальность обозначенной проблемы определяется необходимостью решения возникших **противоречий** между потребностями педагогической теории в осмыслении значимости ритмопластики, с одной стороны, и недостаточной разработанностью данного вопроса в научных исследованиях; с другой, в наличии потенциальных возможностей ритмопластики и их малой реализацией в педагогической практике. Актуальность, теоретическая значимость проблемы для педагогической науки и практики обусловили выбор темы исследования: «Развитие ритмопластики у детей в условиях дошкольной образовательной организации».

Указанные выше противоречия определяют **проблему исследования**: каковы педагогические условия развития ритмопластики дошкольников в условиях дошкольной образовательной организации.

Цель исследования: разработать и обосновать организационно-методический аспект развития ритмопластики у детей старшего дошкольного возраста в условиях дошкольной образовательной организации.

Объект исследования: процесс развития ритмопластики у детей старшего дошкольного возраста.

Предмет исследования: организационно-методический аспект развития ритмопластики у старших дошкольников в условиях дошкольной образовательной организации.

Гипотеза: развитие ритмопластики у старших дошкольников в условиях дошкольной образовательной организации будет эффективно, если реализовывать комплекс условий:

- использование музыкально-ритмических средств;
- проектирование развивающей предметно-пространственной среды;
- включение родителей (законных представителей) в образовательный процесс дошкольной организации.

Для достижения цели исследования и проверки гипотезы были сформулированы следующие **задачи:**

1. Рассмотреть сущность понятия «ритмопластика» в психолого-педагогических исследованиях.

2. Раскрыть особенности развития ритмопластики у старших дошкольников.

3. Выделить и теоретически обосновать педагогические условия развития ритмопластики у детей старшего дошкольного возраста в условиях дошкольной образовательной организации.

4. Изучить уровень развития ритмопластики у детей старшего дошкольного возраста.

5. Проанализировать полученные результаты и разработать организационно-методический аспект развития ритмопластики у старших дошкольников в условиях дошкольной образовательной организации.

Теоретико-методологическую основу составили исследования М.Н. Жиленко, Т.В. Бакшеева, Н.А. Бернштейн и др. о ритмопластике как о компоненте общей культуры личности; положения психологии о роли слухомоторных и двигательных ощущений в восприятии образно-смыслового содержания музыки (Е.В. Назайкинский, Б.М. Теплов), исследования в области педагогики о развивающем значении музыкального движения (А.И. Буренина, Е.В. Голова, Т.Б. Нечава, В.И. Петрушин, Т.Э. Тютюнникова, М.И. Чистякова); отечественная концепция (Н.Г. Александрова, Т.В. Бырченко, Т.А. Вендрова, И.Э. Кулагина, С. Руднева, Г.С. Франио) и зарубежные методики (Э. Жак Далькроз, З. Кодай, К. Орф) музыкально-ритмического воспитания детей.

Практическая значимость исследования связана с разработкой организационно-методического аспекта работы воспитателя по развитию ритмопластики у детей старшего дошкольного возраста в условиях дошкольной образовательной организации, систематизацией диагностического инструментария для изучения компонентов ритмопластики (ритмичности выполнения движений, пластичности, эмоциональной выразительности).

Методы исследования: теоретические: анализ психолого-педагогической и философской литературы, эмпирические: наблюдение, педагогический эксперимент (констатирующий этап), тестирование; метод количественного и качественного анализа полученных результатов.

База исследования: Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад комбинированного вида №8 г. Шебекино Белгородской области». В экспериментальной работе принимали участие 20 детей старшего дошкольного возраста.

Структура работы: выпускная квалификационная работа состоит из: введения, двух глав, заключения, списка использованной литературы, приложения.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ РИТМОПЛАСТИКИ У ДОШКОЛЬНИКОВ В УСЛОВИЯХ ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

1.1. Сущность понятия «ритмопластика» в психолого-педагогических исследованиях

На сегодняшний день термин «ритмопластика» не имеет однозначного толкования. «Ритмопластика» является понятием, которое тесно связано с философией культуры, искусствоведением, психологией и педагогикой искусства, основами арттерапии и художественного исполнительства (Т.А. Вендрова, А.Н. Ветлугина, Э.Ж.-Далькроз, Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, И.Г. Малкина-Пых и др.) (11; 12; 24; 29; 45).

Термины «пластика», «пластичность» имеют греческое происхождение (от греческого «plastike», что означает «лепной», «скульптурный») и характеризуют не только статические (визуальные) виды искусства (архитектура, скульптура, живопись), но также ритмы, линии, динамику и гармонию их соотношений (59: 104).

Термин «пластическая выразительность» объединяет также содержание средств художественной выразительности, относящихся и к временным, и к пространственным видам искусства, на основе появляющихся эмоционально-телесных ощущений. Рядом исследователей подчеркивалась связь музыки и пластики человеческого тела (М. Болтон, К. Коффка, Э. Мейман, К. Тарасова, Б. Теплов и др.) (72; 73). Они характеризуют роль движений как реакцию на музыку, которая возникает в процессе формирования активного музыкального восприятия. По утверждению Б. Теплова, музыкально-ритмическое чувство проявляется в том, что восприятие музыки «сопровождается теми или другими двигательными реакциями, более или менее точно передающими временной ход музыкального движения» (73:229).

Автором термина «ритмопластика» является Э.Ж.-Далькроз. Ритмопластика, по его утверждению обозначает способность выражать эмоционально-образное содержание музыки посредством двигательного моделирования музыкального ритма и формы в целом (24: 33). В педагогической системе Э.Ж.-Далькроза, было отмечено, что выражение содержания и структуры музыкального произведения происходит через пластику тела. По его мнению, ритм является движением, «без ритма пластического не может быть воспринят ритм музыкальный» (24: 41). Исследования развития у детей ритмопластики как музыкальной способности Э.Ж.-Далькроза стали основой развития нового подхода в музыкальном воспитании, базирующегося на освоении музыкальных закономерностей через движение. Эти идеи нашли свое отражение в отечественной системе музыкально-ритмического воспитания (Т.А. Вендровой, А.Н. Ветлугиной, Г.С. Ригиной, С.Д. Руднева, К.В. Тарасовой и др.) (12; 13; 67; 68; 71). По мнению С.Д. Руднева, одной из важных задач педагога является всестороннее развитие двигательного рефлекса на музыку, присущее каждому человеческому человеку (69: 102).

По мнению Т.Е. Вендровой и В. Коэн, частью детского восприятия музыки является движение (11; 35). Движения (рук, головы и корпуса) позволяют не просто запоминать музыкальные элементы, но и осуществлять анализ всего музыкального произведения. Этот способ познания музыки особенно важен на первоначальном этапе, в дошкольном детстве. В этом возрасте дошкольник еще не может понять и связать музыкальную структуру с ее смыслом, сформулировать связи (35: 23).

Развитие ритмопластики в дошкольный период детства представляет собой многомерный процесс, который объединяет ряд задач, направленных на личностное развитие ребенка: укрепление его физического здоровья, гармонизация эмоциональной сферы, развитие мыслительных процессов и творческого потенциала, эмоциональности и музыкальности ребенка (11: 45).

В педагогике сформировалось положение о роли музыкально-ритмических движений в дошкольный период детства, которое получило свое развитие в

исследованиях отечественных ученых (Л.С. Выготский, П.Я. Гальперин, А.В. Запорожец, А.Н. Леонтьев, Д.Б. Эльконин и др.) (17; 19; 27; 40; 87). Они доказали, что в дошкольном возрасте развитие восприятия, внимания, памяти, воображения, мышления опирается на детский телесный опыт (18: 79).

В дошкольный период детства ведущим методом работы является «метод опоры на внешние ориентировочные действия» (интериоризация) – когда детские действия, связанные с движениями и телесными ощущениями, при повторении, закрепляются в детском сознании, формируются в понятия (28: 47). При этом процесс охватывает дошкольный и младший школьный возраст.

В теории поэтапного формирования умственных действий П.Я. Гальперина внутренние (умственные) действия формируются у ребенка на основе внешних (материальных) действий путем их «поэтапного» изменения и преобразования. Закономерности этих изменений универсальны при развитии всех психических функций личности (18: 78).

Таким образом, исследования психологов о влиянии действенного характера музыкального восприятия и ритмопластического моделирования звуковысотных отношений на первом этапе их освоения ребенком стало основой отечественной системы музыкально-ритмического воспитания детей (Т.В. Бырченко, Н.А. Ветлугина, И.Э. Кулагина, Г.С. Ригина, Г.С. Франио и др.) (9; 13; 36; 67; 80).

О влиянии движения на развитие у детей специфических музыкальных представлений указывает система элементарного музицирования К. Орфа. Он подчеркивал что, «элементарная музыка» связана с движением, танцем, речевым интонированием (42: 22). По его мнению, ребенок должен познакомиться с музыкой, поскольку она органична детскому мышлению и является доступной в дошкольном возрасте (42: 28).

В настоящее время в дошкольной педагогике рассматривают «ритмопластическое развитие» детей как многозначное развитие личности.

Гармонизация эмоциональной сферы, формирование оптимистического отношения к жизни, эмоционально положительного самоощущения является

важнейшей задачей воспитательного процесса в период дошкольного детства. В дошкольный период происходит интенсивное формирование нервной системы ребенка, поскольку доминирующей является деятельность правого полушария, связанная со сферой эмоций, с «телесным сознанием» ребенка (40: 48).

Развитию эмоциональной сферы с помощью музыкально-ритмических движений способствует применение арт-терапии: метода ритмопластической терапии (Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, И.Г. Малкина-Пых), биоэнергетического анализа А. Лоуэна, концепции телесного осознания М. Фельденкрайза, метода интеграции движений Ф.М. Александера и др. (28; 44; 79). Указанные выше методы оказываются востребованными в дошкольного периода детства.

Ритмопластическое направление основывается на понимании того, что изменяет тело, приводит к изменению сознания и наоборот. Поскольку человеческое тело – является основой всех жизненно важных функций, поэтому любое изменение в системе «тело-сознание» приводит к изменениям образа тела и образа «Я», межличностных отношений, мышления и чувствования. По мнению А.И. Бурениной движения в ритмопластике должны соответствовать музыке, быть доступными двигательным возможностям дошкольников, разнообразными (7: 102).

Ж. Демени, в своих исследованиях, обосновал важность применения динамических упражнений, танцевальных шагов, упражнений на расслабление, растяжение мышц, упражнений с предметами (буквами, пальцами и др.). Поскольку, по его мнению, их применение направлено на развитие гибкости, ловкости, осанки (52: 45). Ритмопластическая гимнастика использует различные виды танцевальной аэробики, как джаз-гимнастику (джаз-аэробику), диско-аэробику, брейк-аэробику, бокс-аэробику, карате-аэробику и др. В основе этих упражнений, по мнению ряда исследователей (К. Шаберту, У. Дишер-Минтерманну, К. Нарску, Р. Смолину), лежит пластика современных, джазовых движений с ритмической независимостью движений (52: 34).

Зависимость ритма существования человека и его психофизического состояния подчеркивается в работах И.Г. Малкина-Пых (45: 223). По мнению

ученого работа мозга регистрируется возникающими ритмами, а состояние «неуверенности» объясняется отсутствием ритма. Работа в группе при выполнении ритмических заданий, способствует повышению самосознания – адекватности развития представлений о себе, образа «Я» – залога удачной социальной адаптации ребенка (45: 228).

Таким образом, применение ритмодвигательной терапии позволяет: лучше понять и почувствовать свое тело, повысить ритмическую активность; способствуют развитию: межличностных отношений (контактов и коммуникации с другими людьми), умения контролировать себя и других, способности справляться с агрессией, неадекватным поведением, умения справляться с «зажимами» и т.д. (45: 231).

В ряде исследований отмечается влияние применения ритмических упражнений и заданий на развитие детей дошкольного возраста. Так, Г.П. Шипулин подчеркивает влияние ритмических упражнений на детей, отличающихся повышенной нервной возбудимостью. По его мнению применение ритмических заданий позволяет активизировать у дошкольников и пробудить интерес к деятельности вообще (51: 38).

А.И. Буренина в своих исследованиях отмечает, что занятия ритмопластикой влияют на развитие нравственно-коммуникативных качеств личности (7:118). Выразительные движения помогают понять свое внутреннее состояние (как средство самопознания и понимания другого). В целом же А.И. Буренина подчеркивает, ритмопластический психотренинг, позволяет ребенку не только овладеть разнообразными двигательными навыками и умениями, но и позволяет понять смысл своей деятельности (7: 123).

Таким образом, телесная терапия является методом, направленным на эмоциональное освобождение, так как воздействует на снятие хронических зажимов, отражающихся в телесной позе, движении и физическом строении. При этом различают собственно телесно-ориентированную терапию, (направленную на снятие статических зажимов) и двигательную терапию (синтез телесно-ориентированной терапии, танцевальной терапии и ритмической гимнастики).

Исследуя проблему развития ритмопластики в дошкольный период детства, Т.Б. Нечаева вводит следующую трактовку понятия «ритмопластика» – интегративная способность, которая обеспечивает личности осознанное и свободное владение своим телом для воплощения в импровизированном движении эмоционального содержания музыкальных образов, эмоционального самовыражения, осуществления на основе эмпатии взаимодействия с участниками музыкально-ритмической деятельности (53:11). По ее мнению структура ритмопластики определяется ее функциями в музыкально-ритмической деятельности и включает следующие взаимосвязанные компоненты:

- моторно-двигательный компонент (координированность, ритмичность, свободу движений).
- эмоционально-образный (эмоциональная отзывчивость и свое внутреннего мира в движениях);
- креативный компонент (связанный с творческими проявлениями в музыкальном движении);
- коммуникативный компонент (обеспечивающий взаимодействие участников музыкально-ритмической деятельности) (53: 14).

Другое определение понятия «ритмопластика» дает Е.В. Голова. Она подчеркивает, что ритмопластика, является гармоничным по форме и ритму движением, видом проявления двигательных-координационных способностей (19: 9).

Структуру ритмопластики составляют такие компоненты, как ритмичность и пластичность. Е.В. Голова отмечает, что ритмичность отвечает за соотношение частей двигательного действия, обеспечивает их непрерывность при выполнении задания, а также характер, согласованность движений. Любое упражнение имеет определенную длительность во времени (темп) и закономерное распределение усилий (динамику). Темп и динамика тесно взаимосвязаны и влияют друг на друга (19: 12).

Пластичность это определенное по рисунку и ритму движение человеческого тела, которое отражает его духовный и внутренний мир (1, 11). Двигательные действия, близкие к совершенству, характеризуются наличием пластичности. Как

двигательная способность, пластичность невозможна без высокого уровня согласованности двигательной активности мышц, ритмичности движений, обеспечивающей чередование работы мышц – сгибателей и разгибателей, а также темпа, динамики и гармонии. Уровень развития пластичности находится в прямой зависимости от двигательного опыта, координационных способностей и технического мастерства (4:26). Одним из проявлений динамической пластичности является эмоциональная пантомимика, с помощью которой передается внутреннее состояние человека.

Таким образом, все изложенное выше позволяет сделать вывод о том, что однозначного определения понятия «ритмопластика» нет. Мы будем опираться на определение «ритмопластика», предложенное Е.В. Голова. По ее мнению ритмопластика является гармоничным по форме и ритму движением, видом проявления двигательных-координационных способностей. А структура ритмопластики включает следующие взаимосвязанные компоненты: ритмичность выполнения движений; пластичность и эмоциональную выразительность.

1.2. Особенности развития ритмопластики у старших дошкольников

Дошкольный период детства является сензитивным периодом, когда происходит «запуск» всех механизмов развития способностей ребенка. Знаменитые русские педагоги и мыслители прошлого В.Г. Белинский, Н.А. Добролюбов, Н.Г. Чернышевский, К.Д. Ушинский – утверждали идею взаимосвязи всех сторон воспитания, в том числе физического и умственного. Наиболее перспективным оказалось положение о взаимосвязи умственной и физической деятельности, роли мыслительных процессов в регуляции движений (43: 45).

Весьма актуальными для нашего исследования являются работы: П.Я. Гальперина, А.В. Запорожца, М.М. Кольцовой, А.Ц. Пуни, В.Ф. Фафель и др.

Роль умственной деятельности в физических упражнениях дошкольников раскрывается в исследованиях М.П. Голощекиной, Э.С. Вильчковского, А.В. Кенеман, Э.Я. Степаненковой, Д.В. Хухлаевой др. (25: 24).

На совершенствование основных свойств нервной системы: подвижности, уравновешенности, силы, активно влияют физические упражнения, выполняемые систематически, создавая возможность для успешного протекания психических процессов (12: 34).

Наравне с существенным влиянием двигательных действий на интеллектуальное развитие детей, темпы и формирования двигательных навыков, развитие ловкости в значительной степени зависит от характера умственной деятельности (5: 43).

Дошкольники испытывают потребность в активной двигательной деятельности (81). От уровня развития у детей физических качеств и двигательных способностей напрямую зависит успешность в освоении необходимых для их жизнедеятельности двигательных умений и навыков. Поэтому рассмотрим особенности развития двигательной деятельности в дошкольный период детства и ее связь с психической, чувственной и эмоционально-волевой сферой ребенка, способствующих развитию ритмопластики в дошкольный период детства.

Развитие физических качеств у старших дошкольников имеет свои особенности (61: 11). В течение дошкольного периода развитие физических качеств происходит неравномерно. В теории и методике физического воспитания традиционно выделяют такие физические качества, как быстрота, сила, гибкость, выносливость, координация движений (1: 12).

Быстрота – это способность выполнять двигательные действия за определенный промежуток времени. Стремление к быстрым движениям у детей старшего дошкольного возраста, связано с особенностями развития нервно-мышечной системы, сменами процессов возбуждения и торможения, повышенной чувствительностью к утомлению, неготовностью к проявлению максимальных усилий (3:22).

К 6 годам улучшается координация рук и ног, увеличивается длина бегового шага за счёт более энергичного отталкивания при сохранении высокого темпа движения.

Сила является результатом проявления функциональных свойств нервно-мышечного аппарата, выраженного в способности преодолевать внешнее сопротивление (80: 52). Увеличение силы связано с ростом мышечной массы и увеличением её активности.

Скоростно-силовые способности – характеризуются как способность человека к развитию максимальной мощности усилий за кратчайший промежуток времени при сохранении оптимальной амплитуды движений. Скоростно-силовые способности уже достаточно развиты в дошкольном возрасте. В своих работах, К. Б. Котелевская отмечает на предрасположенность мальчиков 4-5 лет и девочек 5-6 лет к развитию скоростно-силовых качеств. Тогда как младшим дошкольникам, не всегда удаётся мобилизовать свои мышечные усилия в короткое время (51: 42).

Гибкость – это способность достигать «наибольшей величины амплитуды движений отдельных частей тела в определённом направлении» (24: 11). Интенсивное развитие гибкости происходит до 5 лет. Однако, в настоящее время, в исследованиях Ю. К. Чернышенко отмечается «регресс» развития этой способности в период от 3 до 6 лет (2, 130). В дошкольном возрасте дети обладают хорошей гибкостью в отличие от других способностей. Однако, периоды активизации темпов прироста гибкости у детей в возрасте от 3 до 7 лет чередуются с периодами стабилизации.

Координация движений является одним из показателей развития двигательной функции детей дошкольного возраста. Долгое время для характеристики координационных способностей при выполнении двигательных действий применялся термин «ловкость», однако понятие «координационные способности» значительно шире (1: 44).

Как отмечает Ю.Ф. Курамшин и О.А. Двейрина, «координационные способности» проявляются во всех видах детской деятельности, связанных с

управлением, согласованностью движений, а также с удержанием позы, а «ловкость» – в тех, где есть не только регуляция движений, но и элементы неожиданности, которые требуют от ребенка проявления находчивости, быстроты движений (5: 123). По Н.А. Бернштейну, «ловкость» является способностью активно найти выход из любого положения, то есть способность справиться с любой возникшей двигательной задачей правильно, быстро, рационально (5: 131). В основе «ловкости», по его мнению, лежит согласованная работа всех уровней построения и коррекции движений.

Одним из показателей координационных способностей у детей является точность выполнения движений в пространстве, например, прыжки с возвышения в точно обозначенное место. Наибольший прирост результатов зафиксирован у детей в период с 3 до 4 лет (11: 62).

Выносливость характеризуется различными исследователями как способность человека определенное время выполнять физические упражнения без снижения эффективности. Развитие выносливости у мальчиков и девочек дошкольного возраста, как отмечает Е.Н. Вавилова, отличается. Наибольшие темпы прироста приходятся у девочек на 4-й и 6-й годы, а у мальчиков - на 4-й и 7-й годы жизни (29: 21). Развитие выносливости у детей 5-10 лет зависит от состояния центральной нервной системы (15: 32). Выделяют общую и специальную выносливость. Общая выносливость проявляется в хорошо усвоенных движениях и связана с функциональными возможностями вегетативных систем организма ребенка, особенно сердечнососудистой и дыхательной. Ее уровень мало зависит от уровня специальной выносливости. Специальная выносливость в дошкольном возрасте зависит от высокой техники владения движениями: от уровня развития быстроты, силы, ловкости, координации (27: 9).

Наряду с этим выносливость рассматривают как способность человека справляться с утомлением от выполняемых нагрузок за счет волевых усилий. Поэтому одним из показателей выносливости является время, в течение которого человек может выполнять работу, заданной интенсивности (16: 15).

К старшему дошкольному возрасту расширяется двигательный опыт ребенка

и развивается произвольность управления движениями (35: 56). в исследования Е.И. Янкелевича подчеркивается, что в этом возрасте движения ребенка становятся разнообразнее, так как расширяются возможности опорно-двигательного аппарата. На пятом году жизни движения детей становятся точнее и энергичнее. Появляется способность удерживать исходное положение, сохранять направление, амплитуду и темп движений (37: 54).

Б.М. Теплов считал, что существует взаимосвязь между характером музыки и ритмическим движением, поскольку при восприятии музыки появляются произвольные двигательные реакции (73: 80). Ритм – чередование двигательных элементов с определенной последовательностью и частотой, их согласованность в композиции. Ритмичным специалисты признают того, кто владеет быстрой реакцией, хорошей координацией движений. Чувство ритма является дополнительным качеством, его связывают с ловкостью (73: 97). Под чувством ритма подразумевается способность человека с большой точностью различать свои движения во времени и пространстве. Обладающие этим качеством дети, быстрее овладевает двигательными умениями и навыками. Именно поэтому развитие чувства ритма у детей школьного возраста составляет важную часть физического совершенства.

Анализ психолого-педагогических исследований Э. Жак-Далькроза, Г.А. Ильина показал, что существует два подхода к проблеме формирования и развития чувства музыкального ритма, музыкально-ритмических навыков у детей. По мнению Э. Жак-Далькроза благоприятным периодом для развития чувства ритма является возраст 6-10 лет. По утверждению Г.А. Ильина временные рамки этого периода от 3-х до 5 лет, в связи с тем, что к 2,5-3 годам ребенок уже обладает простейшими ритмическими представлениями о равномерных отрезках времени (24: 56). В дошкольный период детства закладываются основы для постепенного формирования у ребенка сложного чувства ритма, создается готовность к овладению ритмическими структурами, построенная на тесной взаимосвязи в развитии моторных, сенсорных функций, голосовых реакций, содержащих уже на первом году жизни ребенка проявления элементарной ритмичности. В последующем развитие ритмической и двигательной способности

обеспечивает восприятие единого пространства-времени, гармонизацию его психического развития, формирование целостного образа мира у ребенка (24: 56).

На шестом и седьмом году жизни происходит качественный скачок в развитии движений – появляется выразительность, плавность и точность. Точнее оценивается пространственное расположение частей тела, предметов окружающего мира. Почти не допускают ошибок, им меньше требуется повторений для освоения каждого движения. Дети становятся способны на элементарный анализ (5: 11). Оценка детьми движений приобретает конкретность, объективность, появляется самооценка. Они начинают понимать красоту, грациозность движений. Однако, по мнению Т.С. Грядкиной, физическое и нервное напряжение для этих детей не должно быть длительным (31: 8).

Эмоции являются «центральным звеном» психической жизни человека, и прежде всего ребенка. Собственно-эмоциональное развитие – это ряд взаимосвязанных направлений, каждое из которых имеет свои определенные способы воздействия на эмоциональную сферу и соответственно механизмы включения эмоций (89: 77).

Собственно-эмоциональное развитие включает: эмоциональное реагирование, эмоциональную экспрессию, развитие эмпатии, формирование представлений о многообразии человеческих эмоций; развитие лексического словаря.

В работах Э.Б. Абдуллина, Д.Б. Кабалевского, О.П. Радыновой, В.Г. Ражникова и др. подчеркивается влияние музыки на развитие эмоциональной сферы личности дошкольника (52: 33). Музыкальная деятельность, в силу её эмоциональности, привлекательна для ребёнка. Это обусловлено тем, что музыка представляет собой искусство выражения чувств, эмоций, настроений, мыслей и идей. Воздействуя на чувства и мышление дошкольника, музыка вызывает в его представлении образы реальной жизни, способствует переживанию и осмыслению их. При помощи своего эмоционального языка музыка воздействует на чувства, влияет на мировоззрение ребенка, направляет и изменяет его.

Для успешного осуществления музыкальной деятельности, кроме общих способностей, дети должны обладать комплексом музыкальных способностей, объединяющихся в понятие музыкальность. Основой музыкальности является эмоциональная отзывчивость на музыку. Эмоциональная отзывчивость – одна из важнейших музыкальных способностей. «Только эмоции открывают в искусстве действительный доступ к идее и образу», – отмечал Л.С. Выготский (17: 338).

Эмоциональная отзывчивость может быть развита во всех видах музыкальной деятельности – восприятии, исполнительстве, творчестве, так как необходима для прочувствования и осмысления музыкального содержания, а, следовательно, и его выражения (в исполнительской и творческой деятельности) (72: 43). Эмоциональная отзывчивость на музыку проявляется в большей степени в двух способностях: ладовом чувстве (эмоциональный компонент слуха) и чувстве ритма (эмоциональная способность). Поэтому эмоциональная отзывчивость на музыку, прежде всего, развивается в восприятии музыки (предшествующем и сопутствующем всем видам музыкальной деятельности), а также в музыкально-ритмических движениях (76: 21).

Эмоциональная отзывчивость на музыку у детей дошкольного возраста формируется и развивается в процессе слушания различных по эмоционально-образному содержанию произведений. Основным критерием доступности музыкальных произведений, отбираемых для слушания детьми дошкольного возраста является, по мнению О.П. Радыновой, соответствие эмоционального содержания музыки эмоциональному опыту дошкольников, их способности сопереживать определенным чувствам, составляющим основу музыкального образа (52: 21).

Музыка – интонационное искусство. Через интонацию она выражает огромное богатство эмоционально-смыслового содержания, центром которого является человек и его окружающий мир. Б.В. Асафьев, подчёркивая связь музыки и речи, музыкальных и речевых интонаций, указывал, что в музыке, как и в речи, всегда содержится определённый тонус звучания, который он называл «речью чувства», «состоянием тонового напряжения» (47: 45). Поэтому, развивая

у детей способность различать эмоциональную окраску, выразительность музыкальных интонаций, полезно сравнивать их с речевыми: вопросительными, утвердительными, просящими, грозными и т.д.

Для определения эмоций, которые может испытать ребёнок, слушающий музыку, В.Н. Холоповой разработана классификация типов эмоций. Она выделяет: эмоции как фактор саморегуляции личности; эмоции как чувство жизни; эмоции восхищения мастерством искусства; изображаемые в музыки эмоции; природные эмоции музыки (22: 45).

Активная природа ребёнка находит выражение в двигательных реакциях на звучащее музыкальное произведение. Придумывая движения под музыку, дошкольник конкретизирует музыкальный образ, делая его понятным в первую очередь самому себе. Движение становится для ребёнка средством восприятия музыки, понимания её характера (20: 9). Поэтому движения успешно используются для осознания детьми характера мелодии, качества звуковедения (плавного, чёткого, отрывистого), средств музыкальной выразительности (акцентов, динамики, взлётов и падений мелодии, темпа, ритмического рисунка и т.д.). Эти свойства можно моделировать (моторно-двигательное уподобление характеру звучания музыки) с помощью движений рук (что доступно уже детям младшего возраста), танцевальных и образных движений (29: 201).

Развитие эмоциональной отзывчивости на музыку происходит во всех видах музыкальной деятельности ребенка, но на первом месте стоит слушание различных по характеру музыкальных произведений (37: 49). Именно в процессе слушания музыки ребенок осознает собственное эмоциональное состояние, углубляет восприятие, воспринимает средства музыкальной выразительности.

К шестому году жизни детям могут различать не только общую эмоциональную окраску музыки, но и выразительные интонации. Дети воплощают в движении не только настроение музыки, но и особенности мелодии, ритма, тембра, процесс развития музыкального образа (44: 22). В шесть-семь лет появляются собственные, придуманные образы, что обеспечивает оригинальность и продуктивность решений.

Таким образом, все вышеизложенное позволяет сделать вывод о том, что старший дошкольный возраст, является тем периодом, когда отмечаются прогрессивные изменения во всех сферах развития личности ребенка, неразрывно связанные с развитием ритмопластики. В старшем дошкольном возрасте улучшается координация рук и ног, увеличивается длина бегового шага, расширяется двигательный опыт ребенка и развивается произвольность управления движениями, которые становятся разнообразнее, точнее так как расширяются возможности опорно-двигательного аппарата. Появляется способность удерживать исходное положение, сохранять направление, амплитуду и темп движений. Происходит качественный скачок в развитии движений – появляется выразительность, плавность и точность. При выполнении движений почти не допускают ошибок, детям меньше требуется повторений для освоения каждого движения.

Старший дошкольный возраст является благоприятным периодом для развития чувства ритма. Именно тогда закладываются основы для постепенного формирования у ребенка сложного чувства ритма, создается готовность к овладению ритмическими структурами. Дошкольники могут различать не только общую эмоциональную окраску музыки, но и выразительные интонации, появляются собственные, придуманные образы, что обеспечивает оригинальность решений.

1.3. Педагогические условия развития ритмопластики у детей старшего дошкольного возраста

Развитие ритмопластики у дошкольников в условиях дошкольной образовательной организации будет эффективно, если будет реализован комплекс условий, выделенных в результате анализа психолого-педагогических исследований по проблеме:

- использование музыкально-ритмических средств (50: 82);

- проектировать развивающую предметно-пространственную среду;
- включать родителей (законных представителей) в образовательный процесс в дошкольной организации (53: 9).

Обратимся к исследованию указанных выше педагогических условий, способствующих развитию ритмопластики у детей старшего дошкольного возраста.

Рассмотрим первое педагогическое условие. Ритмопластическое развитие представляет собой комплекс разнообразных средств, способствующих гармоничному развитию ребенка (подвижная игра, танец, музыкально-ритмические упражнения).

Отечественные и зарубежные педагоги исследовали педагогические возможности игры и ритмически организованной деятельности в развитии детей дошкольного возраста. Связь движений и музыкального сопровождения влияет на технику выполнения упражнений и формирования чувства ритма и пластичности двигательных действий. Я.А. Коменский рассматривал игру как естественную потребность ребенка двигаться, играть (33: 251). Именно движение, игра, которые пронизаны ритмами, обеспечивают здоровье ребенку. Они же являются признаком здорового ребенка. На этой идее строится методика музыкотерапии и ритмотерапии.

Проблеме игры детей дошкольного возраста посвящены многие исследования. Рассматривая игры как упражнения, П.Ф. Лесгафт считал, что они имеют особое значение в развитии физических сил ребенка (80: 34). При этом он разработал систему требований к проведению и содержанию имитационных игр, где ребенок повторяет и разнообразит занятия по степени своей впечатлительности, по степени развития физических сил и умения ими пользоваться; индивидуальные и коллективные игры; игры на выносливость и на проверку сил.

Проявления у детей возрастных психологических особенностей в игровой деятельности изучались известными психологами (Л.С. Выготский, А.В. Запорожец, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, Д.Б. Эльконин). Изучению теории и практики ролевой творческой игры посвящены исследования психологов

и педагогов (Т.Е. Конникова, Т.А. Маркова, Д.В. Менджерицкая, Н.Я. Михайленко и др.). В ряде исследований определяются особенности, место и значение дидактических и подвижных игр в педагогическом процессе (А.И. Сорокина) (71: 12).

Таким образом, исследования ученых о поэтапном развитии игровой деятельности дают возможность выработать более эффективный комплекс музыкальных игр для развития чувства ритма. Развитие у ребенка чувства ритма в процессе игры проходит, прежде всего, за счет разнообразной направленности ее содержания (62: 51). Выделены группы игр, нацеленных на развитие витальных ритмов (подвижные); учитывающих развитие ритмов умственной деятельности (дидактические); направленных на освоение художественных, в том числе музыкальных ритмов и способствующих развитию чувства полиритмии (сюжетно-ролевые, игры-драматизации, подвижные и др.).

Музыкальные игры нередко рассматриваются как ведущая форма организации ритмических движений. В музыкальной игре ребенка интересует не только сам процесс, но и его результат (12: 55). Он ищет самые характерные действия персонажей, соответствующие развитию музыки. Н.А. Ветлугина считает, что музыкально-игровой образ является характерным для этого вида творчества (12: 71). Она выделяет следующие этапы возникновения музыкально-игрового образа: звучание музыки – переживания ребенка – возникновение игрового образа – воплощение образа в игровой деятельности.

По мнению Л.В. Абдульмановой, танец неразрывно связан с музыкой, создающей его ритмическую основу, помогающей раскрытию его содержания. Появление музыкально-ритмических и танцевальных движений относится к глубокой древности. Поэтому танец отражает в себе историю человечества, в нем находят отражение исторические и социальные особенности жизни народа, его национальный характер, обычаи, фольклор и т.д. (1: 30).

Целенаправленно используемая музыка, по мнению Ж.Е. Фирилевой и Е.Г. Сайкиной, при двигательной деятельности способствует настройке организма ребенка на определенный ритм, повысить работоспособность, ускорить процесс

протекания восстановительных процессов (70: 28). В основе благотворного влияния музыки на деятельность дошкольников лежат два фактора: положительная роль оптимального эмоционального возбуждения и способность стимулировать ритмику работы двигательного аппарата.

Музыкой можно повышать ритмические процессы организма. Ритмичные звуки тонизируют и оживляют происходящие в организме ребенка-дошкольника биохимические процессы и перестраивают его психику. В танце создается пространство общения со своим «психофизическим я», со сверстниками, окружающим реальным и вымышленным миром. Танец помогает снять мышечную закрепощенность, избавляет от нервных перегрузок, решает проблему гиподинамии. Развитие сюжета танца, по мнению Л.А. Венгера, побуждает детей к творчеству и выразительному движению (10: 42). Таким образом, танец является стимулятором развития личности, повышает работоспособность, улучшает физическое самочувствие.

Танец и музыкально-ритмические упражнения, относящиеся к невербальной знаковой системе и связанные с эмоциональной, чувственной стороной жизни ребенка, способствуют развитию моторики, ритмичности и координации, обеспечивают эмоциональное благополучие ребёнка (54: 52). Они способствуют развитию воображения, формируют процесс восприятия.

В своем исследовании Л.В. Абдульманова рассматривает танец как вид культуры и педагогическое средство, организующее личностное пространство самовыражения, оздоровления и ритмизации и жизнедеятельности дошкольника (1: 9). Ребенок, двигаясь в такт ритмическим звукам, подбирает наиболее подходящие к ситуации и выразительные по форме движения. Музыкальные ритмические упражнения и танцы способствуют формированию умения действовать в рамках правил, быть внимательным к партнерам по игре, а также предоставляют детям возможность вступать в игровую коммуникацию как со сверстниками, так и с взрослыми. В танце он отражает свое отношение к миру и выражает свои эмоциональные переживания (44: 42). В зависимости от ситуации танец становится наглядным и развивающим средством изображения

литературных героев, их отношений, исторических событий и ситуаций.

Психофизическое развитие личности ребенка достигаются в танце через творческую импровизацию самого ребенка при помощи педагога, который организует пространство, оказывает всестороннюю поддержку деятельности ребенка (53: 7). Физические упражнения, выраженные в танцевальной форме под музыку, приобретают более яркую окраску и оказывают оздоровительный эффект.

Таким образом, в игре заложено ритмообразующее начало. Ребенок овладевает ритмами умственной и физической деятельности; начинает осознавать ритм психических процессов (21: 11). Играя, ребенок включается в социальные ритмы, учится понимать отношения между окружающими, между собой и элементами этого мира и строить их по законам ритма. интеграция игры, танца и музыкально-ритмических движений создают в образовательном пространстве дошкольной образовательной организации пространство, которое способствует развитию ритмопластики детей старшего дошкольного возраста.

Обратимся к рассмотрению второго педагогического условия. В связи с введением Федерального государственного образовательного стандарт дошкольного образования, вопрос организации развивающей предметно-пространственной среды в дошкольной образовательной организации сегодня стоит особо актуально, так как она позволяет педагогам дошкольной образовательной организации эффективно развивать индивидуальность каждого ребенка с учетом его склонностей, интересов, уровня активности (54:120).

Развивающая предметно-пространственная среда – является частью образовательной среды, представленной специально организованным пространством (помещениями, участком и т.п., материалами, оборудованием и инвентарем для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, учёта особенностей и коррекции недостатков их развития) (56: 21).

Среда является также и составной частью общего пространства развития основ ритмопластики ребенка, его ближайшим окружением, стимулирующим к

дошкольника активному движению, к преобразованию жизнедеятельности, приобщению к социальным и культурным ценностям (40: 48).

В исследованиях ученых отмечается, что дети дошкольного возраста познают предметы сенсорным путем, то есть зрительно, осязательно, тактильно и т.д. (Л.А. Венгер, А.В. Запорожец, Т.С. Комарова, Н.Т. Сакулина и др.) и с помощью мыслительных операций (Л.С. Выготский, С.Л. Новоселова, Н.Н. Поддьяков и др.) (10; 17; 27; 31).

В развивающей предметно-пространственной среде дошкольного образовательной организации создаются условия для самостоятельного ребенком познания себя, своего организма, тела и движений, способов сохранения своего здоровья, стимулируется проявление самостоятельной двигательной активности. Среда удовлетворяет потребности ребенка в двигательной деятельности, в получении информации о способах построения здорового образа жизни, о взаимоотношениях с окружающим миром. Она создает условия психологического комфорта ребенку-дошкольнику: внутреннюю защищенность, выбор различных форм активности и самостоятельности (1: 11).

При создании предметно-пространственной развивающей среды для развития ритмопластики, согласно требованиям Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования, нужно придерживаться следующих положений:

- полифункциональность среды, предметно-пространственная среда дошкольной образовательной организации, открывает множество возможностей, обеспечивает все составляющие образовательного процесса, а значит многофункциональна (48: 31);

- трансформируемость среды, – это возможность изменений, позволяющих, по ситуации, вынести на первый план ту или иную функцию пространства (50: 82);

- вариативность, достигается путем обеспечения предметно – пространственной развивающей среды, многообразием материалов, художественно образным или конструктивным решением, мобильностью его

компонентов (то есть наличие в группе пространств для игр, конструирования, уединения и пр.) и разнообразных материалов, игр, игрушек и оборудования, обеспечивающих свободный выбор детей; а также сменяемость игрового материала, появление новых предметов, которые стимулируют игровую, двигательную, познавательную и исследовательскую активность детей (57).

Ритмически организованная среда, гармонизирующая личность, вызывает чувство меры и способствует развитию чувства ритма как эстетического качества личности.

Рассмотрим третье педагогическое условие. В дошкольном возрасте освоение образцов и норм деятельности осмысленно соединено у ребенка со значимыми людьми: родителями, педагогами, сверстниками (58: 7). Как указывает М.И. Лисина, отношение к самому себе у ребенка складывается под влиянием отношения взрослого к нему, которое проявляется в общении. Содержание общения ребенка со значимым взрослым составляет его внутренний мир, переживания, чувства, т.е. то, что осознается субъектом как индивидуальное психическое «я». Именно отношение взрослого формирует у ребенка специфически человеческие чувства и ценности (42: 53). Дети всегда активно воспринимают ценности и нормы поведения, которые демонстрируют значимые для них взрослые.

Поведение родителей играет важную роль в процессе социализации ребенка: включает ребенка на невербальном уровне в освоение социального опыта, норм поведения, соответствующих данному обществу и данной социальной ситуации. На протяжении всего периода дошкольного детства родители остаются необходимой для ребенка эмоциональной опорой, являются образцом телесно-психического взаимодействия с окружающими людьми (62: 16). Модели общения в семье становятся для ребенка-дошкольника ориентирами во взаимодействии с другими людьми.

В игровой деятельности предусматривается совместное участие родителей и ребенка. Тактильные контакты с родителями способствуют созданию ситуации эмоциональной комфортности, что является определяющим фактором усвоения

учебного материала (71: 125). Метод тактильного взаимодействия ребенка с окружающими применяется для развития у детей взаимодействия в коллективной творческой деятельности, развитию у дошкольников ритмичности и координированности, естественности, пластичности выполнения движений, выразительности передачи эмоционально-образного содержания музыки, эмоционально-ритмической согласованностью. Через тактильное взаимодействие с родителями ребенок получает удовлетворение от своих игровых действий, поддержку. Родители понимают в процессе совместной с ребенком музыкально-ритмической деятельности важность усвоения ребенком навыков гармоничного поведения как нормы в отношениях с окружающими людьми: это фактор, определяющий его дальнейшую судьбу (47: 120). Родители приобретают опыт продуктивного творчески-ориентированного взаимодействия с детьми, что позволяет им стать активными участниками образовательного процесса не только в дошкольной образовательной организации, но и затем в начальных классах общеобразовательных школ и т.д.

Таким образом, телесно-пластические взаимоотношения старшего дошкольника с родителями являются основой формирования у него отношения к окружающему миру. При этом взрослые занимают позицию «играющих партнеров». Общение детей и взрослых обладает огромным потенциалом в плане социального развития детей, поскольку основано на уважении к личности ребенка, формировании позитивного самовосприятия, становлении его как индивидуальности, значимой личности, обладающей чувством собственного достоинства и умеющей уважать его в других. В таком общении дошкольники приобретают полезные для себя навыки взаимодействия и сотрудничества.

Семья и дошкольная образовательная организация – два важных института социализации детей. От того насколько тесно будут сотрудничать родители и педагоги зависит дальнейшее развитие ребенка. Всестороннее гармоничное развитие детской личности требует единства, согласованности всей системы образовательных воздействий взрослых на ребенка. Следовательно, педагогам необходимо продумывать способы активизации родителей, их участие в

образовательном процессе дошкольного учреждения, работу по повышению педагогической компетентности родителей, чтобы правильно организовать процесс взаимодействия детского сада и семьи.

Таким образом, анализ психолого-педагогических исследований по проблеме исследования позволил выделить следующие педагогические условия, реализация которых будет способствовать развитию ритмопластики у детей старшего дошкольного возраста: использование музыкально-ритмических средств, использование возможностей развивающей предметно-пространственной среды, включение родителей (законных представителей) в образовательный процесс в дошкольной организации.

Вывод по первой главе:

Анализ психолого-педагогических исследований по проблеме развития ритмопластики у дошкольников позволяет сделать следующие выводы:

Однозначного определения понятия «ритмопластика» не выявлено. В ходе нашего исследования будем опираться на определение «ритмопластика», данное Е.В. Голова. Она считает, что ритмопластика, является гармоничным по форме и ритму движением, видом проявления двигательных способностей (19, 9). Педагог выделила следующие компоненты ритмопластики: ритмичность выполнения движений; пластичность: сочетание силы и красоты движений; эмоциональная выразительность, артистичность исполнения в сочетании со сложностью упражнений.

Возраст от 3 до 7 лет является сензитивным периодом, когда происходит формирование физических качеств и двигательных способностей дошкольника, активно развивается психическая, чувственная и эмоционально-волевая сферы ребенка: улучшается координация рук и ног, увеличивается длина бегового шага, расширяется двигательный опыт ребенка, развивается произвольность управления.

расширяются возможности опорно-двигательного аппарата. Движениями ребенка становятся разнообразнее, выразительнее, пластичнее. Появляется способность удерживать исходное положение, сохранять направление, амплитуду и темп движений. Закладываются основы для постепенного формирования у ребенка сложного чувства ритма, создается готовность к овладению ритмическими структурами. Дети могут различать не только общую эмоциональную окраску музыки, но и выразительные интонации, появляются собственные, придуманные образы, что обеспечивает оригинальность решений.

Развитию ритмопластики у детей старшего дошкольного возраста в дошкольной образовательной организации способствует реализация следующих педагогических условий:

- использование музыкально-ритмических средств;
- проектировать развивающую предметно-пространственную среду;
- включать родителей (законных представителей) в образовательный процесс в дошкольной организации.

ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО РАЗВИТИЮ РИТМОПЛАСТИКИ У ДОШКОЛЬНИКОВ В УСЛОВИЯХ ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

2.1. Изучение уровня развития ритмопластики у детей старшего дошкольного возраста

Экспериментальная работа проходила на базе муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад комбинированного вида №8 г Шебекино Белгородской области». В эксперименте принимали участие дети старшего дошкольного возраста в количестве 20 человек.

Цель работы – изучить уровень развития ритмопластики у детей старшего дошкольного возраста.

Задачи:

1. Подобрать диагностический инструментарий для изучения уровня развития ритмопластики у детей старшего дошкольного возраста.
2. Выявить уровень развития ритмопластики у детей старшего дошкольного возраста и проанализировать полученные результаты.
3. Сформулировать организационно-методический аспект развития ритмопластики у детей старшего дошкольного возраста в дошкольном образовательном учреждении.

При определении компонентов ритмопластики ориентировались на исследование Е.В. Голова, которая определила следующие компоненты ритмопластики:

- 1) ритмичность выполнения движений;
- 2) пластичность: сочетание силы и красоты движений.
- 3) эмоциональная выразительность (20, 12).

При определении показателей развития ритмопластики детей старшего дошкольного возраста опирались на исследования И.В. Лифиц, В.Н. Ягодинского (44, 16):

- выверенность движений при выполнении заданий;
- пластичность движений;
- умение передавать эмоции с помощью мимики и жестов;
- самостоятельность при выполнении задания.

На основе совокупности выделенных компонентов и показателей развития ритмопластики были определены уровни развития ритмопластики: низкий, средний, высокий.

Низкий уровень – ребенку сложно без помощи взрослого выполнить задания. Не проявляет эмоциональную и моторную реакции на музыку, нет интереса к выполнению упражнений.

Средний уровень – не всегда может самостоятельно выполнить простейшие упражнения. Эмоционально реагирует на музыку, но не всегда использует мимику и жестов для передачи эмоций. Проявляет интерес к новым звукам, передает в движении тихие и громкие звуки, быстрый и медленный темп звучания, различает высокий и низкий регистры.

Высокий уровень – ребенок легко и самостоятельно выполняет заданные движения. Полностью выполняет простейшие упражнения. Эмоционально реагирует на музыку. Умеет передавать эмоции с помощью мимики и жестов. Передает в движении элементы музыкальной формы: смену темпа, динамики, регистра, метрическую пульсацию.

На констатирующем этапе экспериментальной работы для изучения уровня развития ритмопластики как показателя уровня развития координационных способностей, выделенных на основе исследований Е.В. Голова нами были использованы следующие методики (19: 7):

- игра-тест «Ладочки» (для оценки уровня развития ритмичности) (Приложение 1);
- тест-упражнение «Ласточка» (для изучения пластичности) (Приложение 2);
- тест «Эмоциональная отзывчивость на музыку» (определение уровня развития образного видения) (авторы К.В. Тарасова и А.И. Буренина) (Приложение 3);

- тест «Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамейке» (определение уровня развития физических качеств) (Приложение 1-4).

Дошкольникам предлагалась игра-тест на изучение чувства ритма «Ладочки» (Приложение 1). Цель: выявление уровня сформированности метроритмической способности. Педагог предлагал ребёнку спеть песню и одновременно прохлопать в ладоши её метрический рисунок. Затем ребёнку перед ребенком ставилась задача – «спрятать» голос и «спеть» одними ладошками.

Полученные результаты изучения уровня развития ритмичности старших дошкольников представлены на рис. 2.1.



Рис.2.1. Уровень развития ритмичности у старших дошкольников

Анализ полученных результатов свидетельствует о том, что 12 детей (60%) находятся на среднем уровне, 8 детей (40%) на низком уровне. С высоким уровнем детей нет.

Анализируя показатели уровня развития ритмичности можно констатировать, что наибольшее затруднение у детей вызвали задания на слушание музыкальных произведений и на подпевание знакомой мелодии. При выполнении первого задания на определение у детей ладового чувства 12 детей старшего дошкольного возраста (60%) произведения слушали не внимательно, отвлекались. 8 дошкольников (40%) никак не реагировали на музыку, она их не заинтересовала.

При определении музыкально-слуховых представлений 6 детей (30%) подпевали достаточно активно, пропевая отдельные слова, а 4 детей (20%) включались в звукоподражание в конце песни. У 10 детей (50%) абсолютно

отсутствовало интонирование, дети не проявляли никакого желания подпеть экспериментатору.

Ритмический рисунок, хоть и с небольшими неточностями, простучали 8 детей (50%), а у остальных 50% ритмический рисунок не соответствовал заданной мелодии.

С удовольствием и желанием танцевали под музыку все 20 детей (100%), но у них не было смены движений, в зависимости от характера музыкального произведения. Движения детей были эмоционально не выражены.

Для изучения пластичности, дошкольникам предлагалось выполнить тест-упражнение «Ласточка» (Приложение 2). Педагог предлагал дошкольникам зафиксировать движение заданной позы: «ласточка» и удерживать ее в течение 5-10 секунд. Оценивалось правильное расположение частей тела. Полученные результаты отражены на рис. 2.2.



Рис.2.2. Уровень развития пластичности у старших дошкольников

Анализ полученных результатов показал, что высокий уровень развития пластичности не показал никто из старших дошкольников. У большинства дошкольников, как у мальчиков, так и у девочек был выявлен низкий уровень развития пластичности – 55% дошкольников. Дети удерживали позу менее 3 секунд. Средний уровень развития пластичности был отмечен у 45% дошкольников. Они фиксировали позу с правильным расположением всех звеньев тела 3 секунды. Девочки немного превосходили по показателям, характеризующим пластичность своих сверстников мальчиков.

Для определения уровня развития образного видения у старших

дошкольников применялся тест «Эмоциональная отзывчивость на музыку» (авторы К.В. Тарасова и А.И. Буренина) (Приложение 3) (7; 71).

Цель данной методики: исследование уровня развития образного видения детей старшего дошкольного возраста в музыкальной деятельности.

Дошкольнику предлагалось прослушать 1 раз музыкальное произведение, («Утро» (композитор Э.Григ)).

Затем ребенку данное произведение предлагалось еще раз послушать с последующей установкой нарисовать то, что он представляет, чувствует, когда слушает эту музыку и рассказать, что изобразил в своём рисунке.

Результаты исследования уровня развития образного видения у старших дошкольников представлены на рис.2.3:



Рис. 2.3. Уровень развития образного видения у старших дошкольников

В результате нами было отмечено, что значительная часть детей дошкольного возраста показала средний уровень развития образного видения (50% детей). В движениях этих дошкольников выражается общий характер музыки, темп, передается настроение музыки и содержание композиции характером движений без ярких проявлений мимики и пантомимики. Дошкольники затрудняются в придумывании своих движений для передачи характера музыки, игрового образа, но у них прослеживается стремление к этому, дети исполняют знакомые движения под новую музыку, что было отражено в рисунках. В них дошкольники отразили свое эмоциональное отношение к музыкальному произведению, но их рисунки не отличались особым разнообразием элементов изображения.

Низкий уровень был выявлен у 40% детей старшего дошкольного возраста.

Движения детей не отражали характер музыки и не совпадали с темпом, ритмом, с началом и концом произведения. Они затруднялись в передаче характера музыки и содержания композиции движением, их мимика бедная, движения невыразительные. Дошкольники отказываются придумывать свои движения для передачи характера музыки, игрового образа, копируют движения других детей и взрослого, не могут исполнять знакомые движения под новую музыку самостоятельно. Дошкольникам было сложно самостоятельно без помощи взрослого в рисунках передать характер музыкальной композиции, свое видение произведения.

Высокий уровень развития образного видения был отмечен лишь у 10% детей старшего дошкольного возраста. Эти дети могут передавать характер музыки, самостоятельно начинают и заканчивают движение вместе с музыкой, меняют движения на каждую часть музыки. Умеют ярко передавать мимикой, пантомимой, жестами радость, удивление, восторг, грусть исходя из музыки и содержания композиции. Подпевают, приговаривают во время движения, помогая этим себе. Проявляют свои фантазии, придумывают свои варианты движения для передачи характера музыки, игрового образа, используя при этом выразительный жест и оригинальные движения. Рисунки этих детей отражали характер музыкального произведения и содержали оригинальное прорисовывание деталей.

С целью изучения гибкости дошкольникам предлагался тест «Наклон вперед из положения, стоя на гимнастической скамейке» (29: 11) (Приложение 4). Гибкость определяли по расстоянию наклона стоя на гимнастической скамейке. Ребенок наклонялся не сгибая колен, стараясь как можно ниже к полу коснуться установленной перпендикулярно полу линейке (отсчет сантиметров от скамейки).

Полученные результаты исследования развития двигательных способностей у детей старшего дошкольного возраста на начало эксперимента были соотнесены с минимальными показателями развития моторики детей старшего дошкольного возраста, приведенными в образовательной программе «Детство», что позволило дать оценку уровня их развития (29: 13): с высоким уровнем развития

двигательных способностей на констатирующем этапе не выявлено, средний уровень развития двигательных способностей имеют 40% дошкольников (8 детей), низкий уровень развития двигательных способностей у 60% дошкольников (12 детей). Ниже нормы оказались показатели гибкости у девочек старшего дошкольного возраста, что говорит о необходимости включения упражнений на развитие гибкости в режимные моменты. Анализ полученных результатов показывает, что на констатирующем этапе эксперимента в группе старших дошкольников преобладает низкий уровень развития двигательных способностей (рис. 2.4).



Рис. 2.4. Уровень развития двигательных способностей у старших дошкольников

Из результатов констатирующего эксперимента следует, что в большинство старших дошкольников показали средний уровень (50%, 10 детей старшего дошкольного возраста) и низкий уровень (40%, 8 детей старшего дошкольного возраста) развития ритмопластики. Дошкольники, показавшие низкий уровень развития ритмопластики (40%, 8 детей старшего дошкольного возраста) не владели техникой выполнения простейших двигательных и танцевальных движений. Их движения были не скоординированы и не разнообразны. Выполнение их было затруднено. Они испытывали трудности в подборе ритма при выполнении движений, нуждались в помощи педагога. Они реагировали на музыку не эмоционально. Их движения не отражали характер музыки и не совпадали с темпом, а также с началом и концом музыкального произведения. Они не проявляли эмоциональную и моторную реакции на музыку, интерес к выполнению упражнений.

У дошкольников со средним уровнем развития ритмопластики (50%, 10 детей старшего дошкольного возраста) танцевальные движения детей были недостаточно скоординированы, выразительны и пластичны. Дети допускали ошибки в технике выполнения двигательных и танцевальных движений, не всегда правильно подбирали движения для игровой ситуации. Допускали ошибки при подборе ритма для выполнения движения. У дошкольников не всегда наблюдалась естественная связь движений и переживаемых эмоций.

Высокий уровень развития ритмопластики был отмечен у 10% (2 детей старшего дошкольного возраста). Дети владели техникой выполнения простейших двигательных и танцевальных движений. Их движения были скоординированы и разнообразны. Выполняли они их легко и ритмично. Они эмоционально реагировали на музыку. Движения отражали особенности музыкальной формы и смену музыкальных образов. Использовали для передачи эмоций мимику и жесты. Свободно применяли имеющийся двигательный опыт в игровых ситуациях.

Полученные результаты изучения развития ритмопластики старших дошкольников представлены на рис. 2.5.



Рис.2.5. Уровень развития ритмопластики старших дошкольников

Таким образом, все вышеизложенное позволяет сделать вывод, ритмопластическое развитие детей старшего дошкольного возраста тесно связано с их физической подготовленностью. не владели техникой выполнения простейших двигательных и танцевальных движений. Результаты констатирующего эксперимента показали, преобладание среднего уровня (50%, 10 детей старшего

дошкольного возраста) и низкого уровня (40%, 8 детей старшего дошкольного возраста) развития ритмопластики. Движения этих детей не скоординированы и не разнообразны. Они испытывали трудности в выполнении движения, в подборе ритма при выполнении движений. Их реакция на музыку была не эмоциональна. Движения детей не отражали характер музыки и не совпадали с темпом. Они не проявляли эмоциональную и моторную реакции на музыку, интерес к выполнению упражнений. Дошкольники постоянно нуждались в помощи педагога. Преобладание среднего и низкого уровня развития ритмопластики у детей старшего дошкольного возраста свидетельствует о необходимости разработки организационно-методического аспекта развития ритмопластики у детей старшего дошкольного возраста в условиях дошкольной образовательной организации.

2.2. Организационно-методический аспект развития ритмопластики у детей старшего дошкольного возраста в условиях дошкольной образовательной организации

Теоретический анализ исследований, проведенный в первой главе позволил сформулировать организационно-методический аспект работы в дошкольном учреждении, ориентированной на развитие ритмопластики.

Музыкально – ритмическая деятельность детей старшего дошкольного возраста осуществляется практически во всех формах работы в дошкольной образовательной организации: в режимных моментах – при проведении комплекса утренней гимнастики, в непосредственно образовательной деятельности педагога с детьми, во время прогулки, игровой деятельности, в самостоятельной деятельности дошкольников, во время праздников, досугов и развлечений (20: 11). Движения под музыку применяются при релаксационных и динамических паузах между разными видами деятельности, во время

корректирующей гимнастики после сна. Поэтому обратимся к рассмотрению особенностей организации режимных моментов в дошкольной образовательной организации, направленных на развитие ритмопластики детей старшего дошкольного возраста.

В режиме дня детей старшего дошкольного возраста в дошкольной образовательной организации гимнастика проводится утром, перед дневным сном, после дневного сна. Применение гимнастики способствует поднятию мышечного тонуса и созданию хорошего настроения у ребёнка: сильно возбужденных детей успокаивают действия в заданном темпе, а малоподвижные дети втягиваются в определенный ритм работы. Поскольку использование элементов обучения создаёт ситуацию напряжения, чтобы создать и сохранить устойчивое положительное настроение детей, в комплекс утренней гимнастики нужно включать хорошо знакомые детям физкультурные упражнения (30: 93). Благодаря вариативности гимнастики, а также предоставлению детям возможности выбора деятельности, специфике субъектно-объектных отношений взрослых и детей, оказалось возможным комплексное терапевтическое влияние на физическое и психическое состояние детей.

В гимнастику перед дневным сном, для того чтобы расслабить и успокоить детей, снять эмоциональное и мышечное напряжение, следует включать: релаксационные упражнения, упражнения дыхательной гимнастики.

В гимнастику после дневного сна для активизации нервной системы и обменных процессов, развития ритмопластики, создания позитивного эмоционального настроения, следует включать комплексы общеразвивающих упражнений; игровой массаж (рук, ног, ушных раковин); упражнения пальчиковой гимнастики.

При проведении комплекса гимнастики для ритмичного сопровождения при проведении утренней гимнастики педагог использует: бубен, счет, хлопки, музыкальное сопровождение (пианино, баян, аккордеон); для снятия мышечного напряжения и расслабления — звукозаписи классической и релаксационной музыки «Звуки природы» и др.; при проведении ритмической гимнастики танцевальную музыку.

С целью профилактики утомления, вызванного интенсивными

интеллектуальными нагрузками проводят физкультминутки. Традиционно физкультминутки как кратковременные физические упражнения проводятся в перерыве между занятиями, в процессе занятий, требующих интеллектуального напряжения. Они могут выполнять релаксационную, коммуникативную, развлекательную, воспитательную функции (31: 10). В связи с чем возможно их ежедневное применение не только на занятиях, но и в свободной деятельности детей, на прогулках как средство развития ритмопластики.

В процессе планировании работы педагог может варьировать проведение физкультминуток в течение недели. Подбирать их комплексы в зависимости от вида режимного момента, его содержания. Физкультминутки проводятся на начальном этапе утомления. Длительность физкультурных минуток обычно составляет 3-5 мин. Движения для игр-физкультминуток (дыхательные и звуковые упражнения, упражнения для снятия общего утомления, пальчиковая гимнастика, игровые имитационные упражнения, общеразвивающие упражнения под стихотворный текст, релаксационные упражнения и др.) нужно подбирать так, чтобы по своему характеру они способствовали разгрузке позвоночника, снятию отрицательных сдвигов в физиологических системах организма, связанных с воздействием статической нагрузки, снятию утомления, помогают старшим дошкольникам выражать свои эмоции, чувства.

Два раза в день – в первой и во второй половине дня проводится прогулка. Использование в течение прогулки специально отобранных средств физической культуры обеспечивает решение важных задач – совершенствование функциональных систем, развитие ритмопластики, закаливание организма ребенка, развитие эмоциональной устойчивости. В процессе проведения прогулки могут быть использованы: дыхательная гимнастика, релаксационные упражнения, различные варианты подвижных игр (подвижные игры с остановкой движения, подвижные игры, направленные на снижение мышечного напряжения, подвижные игры высокой подвижности (с бегом, прыжками)). Двигательная деятельность игрового характера обеспечивают возможность ребенку свободно выражать свои эмоции, обретая умиротворенность, открытость, внутреннюю свободу, создает благоприятные возможности для развития созидательных способностей детей, свободного

самовыражения и раскрепощенности.

Целесообразным является введение в проведение режимных моментов игровых ситуаций. Например, высоким терапевтическим эффектом обладают упражнения на мгновенное «застывание», фиксирование тела с одновременной остановкой дыхания на выдохе в самых неудобных позах на счет «Раз, два, три!», а также подвижные игры «Совушка», «Стоп», «Сделай фигуру», «Классы», «Бездомный заяц» и др. Выполнение движения на выдохе позволяет расслабляться и избегать перенапряжения. Это также оберегает от задержки дыхания, вызывающей ненужное перенапряжение и стресс. Дыхание практически должно совпадать с ритмом обычного дыхания человека.

Развитие ритмопластики осуществляется на занятиях по физическому развитию, которые проходят 3 раза в неделю (Приложение 5). Общая продолжительность занятий для детей 5 -6 лет – 25 минут. В структуру занятия могут быть включены: общеразвивающие упражнения, подвижные игры и упражнения на импровизацию, логоритмические упражнения, «танцевальные шаги».

Структура занятий содержит 3 части – вводную, основную и заключительную.

1 часть – вводная. Она включает в себя упражнения, воздействующие на весь организм ребёнка - ходьба (на пятках, на носках, в полуприседе, с высоким подниманием колен и т.д.).

2 часть - основная. В ходе которой выполняется серия упражнений различного характера:

- игры и упражнения на импровизацию, направленные на развитие творческого воображения, добиваться легкости и плавности в движениях (например, «Осенние листья»);

- ритмическая часть проходит в быстром динамическом темпе. Эта часть требует наибольшей затраты энергии, упражнения предназначены на развитие гибкости позвоночника, укрепление мышц спины и брюшного пресса, мышц ног;

3 часть - заключительная. В этой части можно использовать дыхательные упражнения, игры на импровизацию.

Ниже приведен перечень игр игровых упражнений, направленных на развитие ритмопластики детей старшего дошкольного возраста.

Для развития двигательной организации и выразительности движений детей (развитие общей моторики, ориентировки в пространстве и схеме собственного тела, развитию чувства ритма, эмоций и др.) можно использовать систему заданий и методических приемов, повышающих интерес детей к овладению танцевальными движениями, активизирующих невербальное общение, межличностное взаимодействие, ведущее к повышению уровня произвольности поведения («Соломинка», «Снеговик» на развитие двигательной организации, по развитию общей моторики «Гусеница», «Передай мяч», «Ладушки», «Хлопушки», «Зернышки», «Гроза» и т.д.) (52: 25) (Приложение 7).

Развитию умения сохранять равновесие способствуют использование следующих заданий: удлинение времени сохранения позы «Ласточка», «Цапля» и др; выполнение заданий с исключением зрительного анализатора (присесть, повернуться, иди вперед-назад); упражнения на уменьшенной площади опоры (стоя на кубе, присесть и выпрямиться; стоя на бруске на одной ноге, вытянуть другую ногу вперед); подвижные игры: «Не теряй равновесия», «Ходьба и бег с картоном на голове», «Морская фигура», «Совушка».

Развитию чувства ритма способствуют «танцевальные шаги»; логоритмические упражнения («Осторожный снег», «Ножки», «Лягушки» и др.); перестроения в ходьбе и на месте; игровые упражнения: «Цыганочка», «Хлопушки», «Сбор грибов»; сюжетно-образные танцы: «Я рисую», «Стирка», «Полечка», «Зима», «Дикари».

Для воспитания способности быстро и целесообразно перестраивать двигательную деятельность в связи с внезапно меняющейся обстановкой, можно применять подвижные и спортивные игры, игры – эстафеты («Третий лишний», «Голова и хвост», «Все за ведущим!», «Кто быстрее?», «Колдуны», «Ловишка с

мячом», «Дружные тройки», «Эстафета с гимнастической палкой», «Эстафета с прыжками «По кочкам»», «Челночная передача мяча» и т.д.)

Для развития способности к произвольному мышечному расслаблению можно использовать элементы психогимнастики («Шалтай-болтай», «Конкурс лентяев», упражнения на расслабление «Волшебный сон», игровые упражнения «Саранча», «Дерево», «Червячок» и т.д.)

Необходимым компонентом занятий по физической культуре являются упражнения на мышечное расслабление или элементарную релаксацию. Состояние организма ребенка нужно привести к исходным показателям. Эмоциональное возбуждение, учащение пульса, двигательное напряжение в процессе занятия необходимы для тренировки, по окончании которой утомленные мышцы должны отдохнуть. Несоблюдение данного правила может привести к сильному перевозбуждению, нарушению процесса торможения. В таком состоянии ребенку трудно будет сосредоточиться, адекватно реагировать на происходящее.

При подборе координационных упражнений нужно руководствоваться тем, что ребёнок быстро теряет интерес к упражнениям, если оно не вызывает положительных эмоций. Поэтому следует предлагать детям упражнения игрового характера, ставя перед ними задачи: «Кто лучше? Кто точнее? Кто внимательнее? Кто страшнее? А можете ли вы летать?» и т.д. чтобы упражнения были доходчивыми, каждому из них дается образное название.

Основную работу по развитию координационных способностей следует организовывать в три этапа.

Цель первого этапа – обогащать двигательный опыт, формировать осознанное выполнение физических упражнений. На данном этапе эффективным является приём наглядного показа образца движений и словесного сопровождения двигательных действий. Для осмысленного и технически правильного выполнения движений можно предложить дошкольникам выполнить задание в разном темпе и ритме, из разных исходных положений, с предметами и без них под музыкальное сопровождение.

Цель второго этапа – совершенствовать двигательные навыки, активизировать мыслительные способности воспитанников. При ходьбе и беге можно изменять направления, скорость, темп и ритм движений, комбинируя двигательные действия (ходьба между предметами, противходом, «змейкой» на носках, пятках и другое). Для формирования умения целесообразно применять имеющийся опыт в разнообразных ситуациях, при объяснении правил игры необходимо давать детям возможность самим выбирать способ выполнения движения. Развитию творчества способствуют, имитационные упражнения.

На третьем этапе формируется способность творчески использовать двигательный опыт детей. С этой целью включаются разучиваемые подвижные игры и упражнения в физкультурные праздники и развлечения. Многообразие подбора и расстановки оборудования даёт возможность детям продуктивно обыгрывать его в процессе занятий, а также во время свободной двигательной деятельности.

При планировании занятия, необходимо обращать особое внимание на взаимосвязь программного содержания и учитывать уровни развития компонентов ритмопластики воспитанников и состояние их здоровья.

Поточный способ организации занятий при развитии координационных способностей позволяет наблюдать за индивидуальным выполнением координационных упражнений и вносить соответствующие коррективы. Этот способ хорош при выполнении циклических и ациклических локомоций, акробатических упражнений, заданий с длинной скакалкой, на равновесие, проведение эстафет. Работу организуют в 2-3 потока.

Групповая форма занятий предлагает выполнение определенных координационных упражнений каждой группой. Закончив упражнение, группы по часовой или против часовой стрелки, переходят на следующее место занятий. По сигналу воспитанники начинают очередное задание и так до тех пор, пока не пройдут все станции. Координационные упражнения должны быть разнообразными.

Индивидуальный подход в обучении двигательным действиям используется с учётом особенностей и возможностей воспитанников, уровня развития их психофизиологических функций. Для этого применяются задания, направленные на улучшение слабо развитых общих чувств движений (пространства, времени, степени проявляемых мышечных усилий) и т. д.

Особое внимание необходимо уделять индивидуальному подходу к детям перенёвшим заболевания, ослабленным, часто болеющим, им снижают физическую нагрузку, определяют её с учётом рекомендаций врача.

Включение музыкального сопровождения («живого» или в записи), элементов пения, ритмики танца, речитативов позволяет создавать и корректировать настроение, поведение детей по ходу игры, формировать у них устойчивое позитивное отношение к коллективной двигательной деятельности. Входящий во многие игры стихотворный текст задает определенный ритм игрового действия (34: 97). Подбирая музыкальное сопровождение к занятиям, следует стремиться к тому, чтобы репертуар был выразительным, привлекательным для детей, будил фантазию и воображение, помогал развивать возможности тела и в тоже время был доступным для исполнения.

В комплексах по развитию ритмопластики используются следующие средства двигательного воздействия: музыкально – ритмические движения, упражнения с предметами (ленты, мячи, султанчики и др.), элементы хореографии (основные позиции рук и ног), элементы спортивного танца, упражнения корригирующей гимнастики, дыхательные упражнения. Все эти средства объединяются в комплексы в определенной последовательности и используются в хореографических композициях (37: 49).

Игровые упражнения можно проводить в любой части занятия для переключения внимания, снятия напряжения, создания настроения и интереса -от низкой скорости к высокой (уровень быстроты координации); - от лёгкого к трудному (интенсивность нагрузки и внимания); - от малого к огромному (объём нагрузки).

Работу по развитию ритмопластики детей старшего дошкольного возраста следует проводить в тесном контакте со специалистами дошкольной образовательной организации (медицинским работником, психологом, учителем-логопедом, инструктором по физическому воспитанию, музыкальным руководителем и т.д.) (44: 37).

Медицинский работник обследует дошкольников и выявляет патологии, определяет показатели физического развития детей, организует оздоровительно-профилактическую работу согласно годовому плану.

Инструктор по физическому воспитанию определяет показатели двигательной подготовленности дошкольников, включает в занятия по физической культуре упражнения для профилактики осанки, плоскостопия, развитие точности, координации движений; развитие гибкости и пластичности; развитие умения ориентироваться в пространстве; упражнения на релаксацию, проводит спортивные праздники, развлечения, дни здоровья и т.д.;

Музыкальный руководитель организует работу по привитию основных навыков в умении слушать музыку и передавать в движениях её образное содержание; развитию творческого воображения и фантазии; способности к импровизации, способности чувствовать настроение и характер музыки, чувства ритма, участвует в организации и проведению праздников, развлечениях, дней здоровья и т.д.

Педагог-психолог наблюдает за организацией коррекции отклонений в психическом развитии дошкольников. Он помогает разрабатывать комплексы игровых упражнений, направленных на психорегуляцию, мышечную релаксацию детей.

Учитель-логопед помогает разрабатывать комплексы логоритмической гимнастики, пальчиковые гимнастики, релаксационные игры и упражнения (43:45). Этот материал используется на занятиях и в режимных моментах.

Эффективности работы по развитию ритмопластики у детей старшего дошкольного возраста не возможно достичь без сотрудничества педагогического коллектива с родителями. Поэтому, далее рассмотрим формы взаимодействия

педагогов и родителей, которые можно применять для педагогического просвещения и повышения личного интереса к музыкально-двигательной деятельности родителей старших дошкольников.

Работу с родителями можно представить по следующим направлениям:

1. Совместная деятельность детей и родителей в дошкольной образовательной организации.

2. Просветительская деятельность.

Совместно с детьми родители принимают участие в проведении спортивных развлечений и праздниках, занятий и мастер классов где приобретают практические навыки по развитию у детей ритмопластики. При этом взрослые занимают позицию «играющих партнеров», руководствуясь принципом «для ребенка, а не над ребенком» (26: 9). Партнёрский уровень взаимоотношений предполагает согласованную позицию на всех этапах совместных действий от планирования до оценки результата и предполагает координацию усилий, ответственность за результат воспитания и развития ребёнка, как сотрудников дошкольных образовательных учреждений, так и родителей. Игровое общение детей и взрослых на занятиях обладает огромным потенциалом, поскольку основано на уважении к личности ребенка, формировании позитивного самовосприятия, становлении его как индивидуальности, значимой личности, обладающей чувством собственного достоинства и умеющей уважать его в других (43: 45).

Для того чтобы родители могли стать настоящими помощниками педагогу в развитии ритмопластики у детей, необходимо познакомить их с основами музыкально-игровой грамотности: рассказать о длительностях, музыкальных размерах, простых музыкальных формах, научить их прохлопывать несложные ритмические рисунки, познакомить с упражнениями и играми, направленными на развитие осанки, точности, координации движений; развитие гибкости и пластичности и т.д.. Психолого-педагогическому просвещению родителей способствует совместное с родителями организация и проведение: образовательной деятельности, консультаций, родительских собраний, мастер-

классов, занятий-практикумов, дней открытых дверей, совместных праздников и развлечений, что отражено в комплексно-тематическом планировании работы по развитию ритмопластики в группе детей старшего дошкольного возраста (Приложение 6, 8). Этому помогает также информация, направленная на развитие ритмопластики у детей старшего дошкольного возраста, которая представлена в информационном уголке для родителей: консультации как укрепить организм ребёнка и повысить его интерес к активным движениям, считалки, физкультминутки, различные виды гимнастик, зарядки, комплексы упражнений. Родители, становятся соратниками, у них появляется мотивация, интерес к развитию ритмопластики дошкольников. Они становятся активными и постоянными участниками спортивных мероприятий, проводимых в дошкольных организациях. Совместно с воспитателями участвуют в создании развивающей среды, активно включаются в образовательный процесс, принимают участие в подготовке и проведении групповых, массовых форм – музыкально-двигательной деятельности. Развивают навыки, полученные детьми в ходе образовательного процесса, занимаясь с ними дома. Совместная деятельность поддерживает уже сформировавшиеся эмоционально близкие, доверительные отношения между детьми и родителями. И в результате тесного сотрудничества дошкольной образовательной организации с родителями повышается качество развития ритмопластики у старших дошкольников.

Таким образом, организационно-методический аспект развития ритмопластики в условиях дошкольной образовательной организации построен у счетом реализации вышеуказанных условий: использование музыкально-ритмических средств; проектирования развивающей предметно-пространственную среду; включения родителей (законных представителей дошкольников) в образовательный процесс в дошкольном образовательном учреждении.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Изучение проблемы развития ритмопластики у детей дошкольного возраста, позволило установить, что она является актуальной для педагогики периода детства: телесно-пластический опыт взаимодействия ребенка с окружающим миром выступает основой развития его эмоциональной сферы, коммуникативных качеств, культурной идентификации. Развитие ритмопластики как способности к осмысленному и выразительному движению позволяет ребенку реализовывать творческий потенциал, проявить свой внутренний мир в музыкальном движении и устанавливать контакты с социальным окружением через принятые в нем эталоны пластического поведения.

В ходе нашего исследования мы опирались на определение «ритмопластика», данное Е.В. Головой. По ее мнению, ритмопластика, является гармоничным по форме и ритму движением, видом проявления двигательных-координационных способностей. Она выделила следующие компоненты ритмопластики: ритмичность выполнения движений; пластичность (сочетание силы и красоты движений); эмоциональная выразительность, артистичность исполнения в сочетании со сложностью упражнений.

Дошкольное детство, особенно старший дошкольный возраст является наиболее важным периодом жизни личности, когда происходит формирование физических качеств и двигательных способностей дошкольника, активно развивается психическая, чувственная и эмоционально-волевая сферы ребенка. Наиболее тесно связано развитие ритмопластики детей старшего школьного возраста с их физической подготовленностью.

Анализ психолого-педагогических исследований позволил выделить педагогические условия, способствующие развитию ритмопластики у детей старшего дошкольного возраста в дошкольной образовательной организации: использование музыкально-ритмических средств, использование возможностей развивающей предметно-пространственной среды; включение родителей

дошкольников в процесс развития ритмопластики в дошкольном образовательном учреждении.

Для изучения уровня развития ритмопластики детей старшего дошкольного возраста была проведена экспериментальная работа. Она проходила на базе муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад комбинированного вида №8 г. Шебекино Белгородской области». В эксперименте принимали участие дети старшего дошкольного возраста в количестве 20 человек.

На констатирующем для изучения уровня развития ритмопластики нами были использованы следующие методики: на констатирующем этапе экспериментальной работы для изучения уровня развития ритмопластики как показателя уровня развития координационных способностей нами были использованы следующие методики: игра-тест «Ладочки» (для оценки уровня развития ритмичности); тест-упражнение «Ласточка» (для изучения пластичности); тест «Эмоциональная отзывчивость на музыку» (определение уровня развития образного видения) (авторы К.В. Тарасова и А.И. Буренина); тест «Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамейке» (определение уровня развития физических качеств).

Анализ результатов констатирующего эксперимента позволил сделать вывод о том, что в большинство старших дошкольников показали средний уровень (50%, 10 детей старшего дошкольного возраста) и низкий уровень (40%, 8 детей старшего дошкольного возраста) развития ритмопластики. Дошкольники, показавшие низкий уровень развития ритмопластики (40%, 8 детей старшего дошкольного возраста) выполняли несимметричные движения. Их движения не отражали характер музыки и не совпадали с темпом, ритмом, а также с началом и концом музыкального произведения. Они не проявляли эмоциональную и моторную реакции на музыку, интерес к выполнению упражнений. Полученные результаты свидетельствуют о том, что ритмопластическое развитие детей старшего дошкольного возраста тесно связано с их физической подготовленностью.

Теоретический анализ исследований, проведенный в первой главе позволил нам сформулировать организационно-методический аспект работы в дошкольном учреждении социально-педагогической среды, ориентированной на развитие ритмопластики с учетом реализации педагогических условий гипотезы: использование музыкально-ритмических средств; проектировать развивающую предметно-пространственную среду; включать родителей (законных представителей дошкольников) в образовательный процесс в дошкольном образовательном учреждении.

Таким образом, все вышеизложенное позволяет сделать вывод о том, что задачи, обозначенные ранее в ходе исследования решены, цель достигнута.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Абдульманова, Л.В. Развитие основ физической культуры детей 4-7 лет в парадигме культуросообразного образования [Текст] : автореф. дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.07 / Л.В. Абдульманова. – Ростов на Дону, 2006. – 42 с.
2. Абраменкова, В.В. Социальная психология детства: ребенок среди взрослых и сверстников в онто- и социогенезе [Текст] / В.В. Абраменкова. // Мир психологии. – 1996. – № 3. – С. 129-156.
3. Ананьев, Б.Г. Психология чувственного познания [Текст] / Б.Г. Ананьев. – М., 1960. – 486 с.
4. Бабаджан, Т. Ритмопластическое воспитание в дошкольных учреждениях [Текст] : Пособие для руководителей / Т. Бабаджан, Ю. Двоскина, Н. Метлов, М. Румер. – М. : Работник Просвещения, 1930. – 126 с.
5. Бернштейн, Н.А. Физиология движений и активности [Текст] : Сборник статей / Н.А. Бернштейн; под ред. О.Г. Газенко. – М. : Наука, 1990. – 494 с.
6. Бреслав, Г.Э. Цветопсихология и цветолечение для всех [Текст] / Г.Э. Бреслав. – СПб. : АО «Сфера», 2000. – 184 с.
7. Буренина, А.И. Ритмическая мозаика: Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста [Текст] / А.И. Буренина. – СПб. : ЛОИРО, 2000. – 220 с.
8. Бурно, М. Терапия творческим самовыражением [Текст] : Акад. проект / М. Бурно. – Екатеринбург : Деловая книга, 1999. – 364 с.
9. Бырченко, Т. Хрестоматия по сольфеджио и ритмике. [Текст] : Т. Бырченко, Г. Франио. – М., 1991. – 174 с.
10. Венгер, Л.А. Воспитание сенсорной культуры ребенка. От рождения до 6 лет [Текст] : кн. для воспитателя детского сада / Л.А. Венгер, Н.Б. Венгер, Э.Г. Пилютин, и др.; под ред. Л.А. Венгер. – М. : Просвещение, 1988. – 144 с.
11. Вендрова, Т. Пластическое интонирование музыки в методике Вероники Коэн [Текст] / Т. Вендрова // Искусство в школе. – 1997. – № 1. –

С. 61-65.

12. Ветлугина Н.А. Теория и методика музыкального воспитания в детском саду [Текст] : Учебник для учащихся пед. уч-щ по спец. «Дошкольное воспитание» / Н.А. Ветлугина, А.В. Кенеман. – М. : Просвещение, 1983. – 255 с.

13. Водовозова, Е.Н. Умственное и нравственное воспитание детей от первого проявления сознания до школьного возраста [Текст] : книга для воспитателей / Е.Н. Водовозова. – 6-е изд., испр. и доп. – СПб., 1907. – 376 с.

14. Волкова, Г.А. Логопедическая ритмика [Текст] / Г.А. Волкова. – М. : Речь, 2001. – 84 с.

15. Воронина, И.А. Историко-бытовой танец [Текст] / И.А. Воронина. – М. : Искусство, 1980. – 128 с.

16. Выготский, Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте [Текст] / Л.С. Выготский. – СПб. : Союз, 1997. – 96 с.

17. Выготский, Л.С. Педагогическая психология [Текст] / Л.С. Выготский. – М. : Педагогика, 1991. – 536 с.

18. Гальперин, П.Я. Формирование умственных действий [Текст] : хрестоматия по общей психологии / П.Я. Гальперин. – М. : Изд. Московского университета, 1981. – С. 78-87.

19. Голова Е.В. Воспитание ритмопластики у детей младшего школьного возраста средствами гимнастики [Текст] : автореф. дис. ... канд. культурологи / Е.В. Голова. – М., 2007. – 23 с.

20. Дмитриев, С.В. Ментальная сфера сознания, семантика тела, артпластика в спортивной и художественной деятельности [Текст] / С.В. Дмитриев // Теория и практика физической культуры. – 2007. – № 11. – С. 2-12.

22. Доман, Г. Гармоничное развитие ребенка: Как развить умственные и физические способности ребёнка [Текст] / Г. Доман. – М. : Аквариум, 1996. – 441 с.

23. Ермолаева, Л.В. Психологические методы развития навыков общения и эмоциональных состояний дошкольника [Текст] / Л.В. Ермолаева // Дошкольное

воспитание. – 1995. – № 9. – С. 21-28.

24. Жак-Далькроз, Э. Ритм. [Текст] / Э. Жак-Далькроз. – М. : Классика – XXI, 2001. – 247 с.

25. Жиленко, М.Н. Танец как форма коммуникации в социокультурном пространстве [Текст] : автореф. дис. ... канд. культурологи / М.Н. Жиленко. – М., 2000. – 23 с.

26. Замошина, Е.И. Семья как фактор формирования музыкальных интересов младших школьников [Текст] : автореф. дис. . канд. пед. наук / Е.И. Замошина; НИИ ХВ АПН СССР. – М., 1985. – 16 с.

27. Запорожец, А.В. Психология действия. [Текст] / А.В. Запорожец. – М. : Изд-во НПО «МОДЭК», 2009. – 736 с.

28. Запорожец, А.В. Об эмоциях и их развитии у ребенка. Развитие социальных эмоций у детей дошкольного возраста [Текст] / А.В. Запорожец. – М. : Педагогика, 1996. – 247 с.

29. Зинкевич-Евстигнеева, Т.Д. Практикум по креативной терапии [Текст] / Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, Т.М. Грабенко. – СПб. : Речь, 2001. – 400 с.

30. Истоки [Текст] : Базисная программа развития ребенка-дошкольника / Т.И. Алиева, Е.П. Арнаутова и др.; отв. ред. Л.Е. Корнишова. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Карапуз, 2001. – 303 с.

31. Истомина, С.М. Педагогическая импровизация как условие включения детей 6-7 лет в процесс музыкального творчества [Текст] : автореферат дисс. ... канд. пед. наук / С.М. Истомина. – Екатеринбург, 2005. – 22 с.

32. Комарова, Т.С. Красота – Радость – Творчество [Текст] : Программа эстетического воспитания детей 2-7 лет / Т.С. Комарова, А.В. Антонова, М.Б. Зацепина. – М. : Педагогическое общество России, 2000. – 128 с.

33. Коменский, Я.А. Избранные педагогические сочинения [Текст] / Я.А. Коменский; под ред. А.А. Красновского. – М. : Учпедгиз, 1955. – 651 с.

34. Коренева, Т.Ф. Музыкальные ритмопластические спектакли для детей дошкольного, младшего и среднего школьного возраста [Текст] : Учеб.-метод. пособие : В 2 ч. / Т.Ф. Коренева. – М. : Гум. изд. центр ВЛАДОС, 2002. – 198 с.

35. Коэн, В. Метод музыкальных зеркал. Двигательные аналогии музыкального восприятия [Текст] / В. Коэн // Искусство в школе. – 1995. – № 4. – С. 14-16.
36. Кудрявцев, В.Т. О развивающей педагогике оздоровления [Текст] / В.Т. Кудрявцев // Современное дошкольное образование. Теория и практика. – 2014. – № 6. – С.64-73.
37. Кулагина, И. Видимая музыка (музыка и движение). К 110-летию Л.Н. Алексеевой [Текст] / И. Кулагина // Музыка и время. – 2001. – №1. – С. 48-54.
38. Куприна, Н.Г. Народная педагогика в современном дошкольном воспитании: [Текст] : учебное пособие для студ. пед. вузов факультетов дошкольного воспитания [допущено УМО] / Н.Г. Куприна. – М. : НОУ ВПО Московский психолого-социальный ин-т, 2008. – 86 с.
39. Куприна, Н.Г. Развитие общения у детей старшего дошкольного возраста в музыкально-игровой деятельности [Текст] : учебно-методическое пособие / Н.Г. Куприна; Урал. гос. пед. ун-т. – Екатеринбург, 2004. – 109 с.
40. Куприна, Н.Г. Экология музыкально-звуковой сферы современного ребенка [Текст] : монография / Н.Г. Куприна. – М. : Academia, 2007. – 448 с.
41. Леонтьев, А.Н. Деятельность. Сознание. Личность [Текст] / А.Н. Леонтьев. – В 2 т.; АПН СССР. – М. : Педагогика, 1983. – 304 с.
42. Леонтьева, О.Т. Карл Орф [Текст] / О.Т. Леонтьева. – М. : Музыка, 1984. – 84 с.
43. Лисина, М.И. Пути влияния семьи и детского учреждения на становление личности дошкольника [Текст] / М.И. Лисина // Психологические основы формирования личности в условиях общественного воспитания. – М. : Прогресс, 1979. – С. 43-54.
44. Лифиц, И.В. Ритмика [Текст] / И.В. Лифиц. – М. : Академия, 1999. – 142 с.
45. Малкина-Пых, И.Г. Телесная терапия [Текст] : справочник практического психолога / И.Г. Малкина-Пых. – М. : ЭКСМО, 2007. – 752 с.

46. Мониторинг в детском саду [Текст] : научно-методическое пособие /соответствует ФГТ к структуре ООП дошк. обр. – СПб. : Издательство «Детство-пресс», 2011. – 592 с.

47. Музыкальное воспитание дошкольников [Текст] : пособие для студентов пед. ин-тов, учащихся пед. уч-щ и колледжей, муз. руководителей и воспитателей дет. сада / О.П. Радынова, А.И. Катинене, М.Л. Палавандишвили и др.; под ред. О.П. Радыновой. – М. : Просвещение: ВЛАДОС, 1994. – 223 с.

48. Музыкальные игры и пляски в детском саду [Текст] : Пособие для муз. Руководителей детского сада / Сост. Е.Е. Каява, Л.Н. Кондрашова, С.Д. Руднева. – Л. : Учпедгиз, 1963. – 399 с.

49. Мухина, В.С. Детская психология [Текст] : учеб. для студ. пед. ин-тов. – М. : Апрель – Пресс; ЭКСМО – Пресс, 2000. – 352 с.

50. Назайкинский, Е.В. О психологии музыкального восприятия [Текст] / Е.В. Назайкинский. – М. : Музыка, 1972. – 382 с.

51. Немеровский, А. Пластическая выразительность актера [Текст] / А. Немеровский. – М. : Искусство, 1976. – 144 с.

52. Немов, Р.С. Психология [Текст] : учеб. для студентов высш. пед. учеб. заведений : В 3 кн. / Р.С. Немов. – Кн. 3. Психодиагностика. – М.: Владос, 2003. – 640 с.

53. Нечаева, Т.Б. Развитие ритмопластики у дошкольников в условиях дополнительного образования : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Т.Б. Нечаева. – Екатеринбург, 2015. – 19 с.

54. Никитин, В.Н. Энциклопедия тела: психология, психотерапия, педагогика, театр, танец, спорт, менеджмент [Текст] / В.Н. Никитин. – Алетея, 2000. – 624 с.

55. Никитин, В.Н. Модерн-джаз танец. История. Методика. Практика. / В. Никитин // Современные и эстрадные танцы. – 2004. – № 1. – С. 26-38.

56. Об образовании в Российской Федерации [Электронный ресурс] : Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 07.03.2018) // Собрание законодательства Российской Федерации. – 2012. – 31 декабря. – №53 (ч.1). – Ст.

7598. – Режим доступа: <http://www.pravo.gov.ru>

57. Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования [Электронный ресурс] : Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 № 1155 (Зарегистрировано в Минюсте России 14.11.2013 № 30384) // Российская газета. – 2013. – 25 ноября. – № 265.

58. Пахомова, Г.В. Пластико-ритмическая гимнастика [Текст] : Методические рекомендации / Г.В. Пахомова. – М. : Российский Республиканский совет ВДФСО профсоюзов, 1990. – 25 с.

59. Педагогический словарь [Текст] : для студ. высш. и сред. пед. учеб. заведений / под ред. Г.М. Коджаспировой, А.Ю. Коджаспирова. – М. : Издательский центр «Академия», 2000. – 176 с.

60. Песталоцци Иоганн Генрих [Текст] : избранные педагогические произведения в 2-х т. / ред и введ. ч. АП. Пинкевича. – Т. 1. – М. : Учпедгиз, 1936. – 350 с.

61. Петров, А.М. Мозг и движение. [Текст] / А.М. Петров. – М. : ВПК, 1997. – 64 с.

62. Петрушин, В.И. Музыкальная психотерапия. Теория и практика [Текст] : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / В.И. Петрушин. – М. : ВЛАДОС, 2000. – 176 с.

63. Пиаже, Ж. Избр. психолог. труды [Текст] / Ж. Пиаже; вст. ст. В.А. Лекторского. – М. : Межд. пед. академия, 1994. – 680 с.

64. Пиаже, Ж. Речь и мышление ребенка [Текст] / Ж. Пиаже. – СПб. : Союз, 1997. – 256 с.

65. Психологический словарь [Текст] / под ред. В.В. Давыдова, А.В. Запорожца, Б.Ф. Ломова и др. – М. : Педагогика, 1983. – 448 с.

66. Раз, два, три, четыре, пять, мы идем с тобой играть: Рус. дет. игровой фольклор [Текст] : Кн. для учителя и учащихся / сост. М.Ю. Новицкая, Г.М. Науменко. – М. : Просвещение, 1995. – 224 с.

67. Рассохина, В. Н.Г.Александрова и ритмика Ж.-Э. Далькроза в нашей стране [Текст] / В. Рассохина // Из прошлого советской культуры. – М. : Со-

ветский композитор, 1982. – С. 238-270.

68. Ригина, Г.С. Уроки музыки в начальных классах [Текст] : Из опыта работы в первом и втором классах / Г.С. Ригина; под ред. Л.Б. Занкова. – М. : Просвещение, 1979. – 160 с.

69. Руднева, С. Ритмика. Музыкальное движение [Текст] / С. Руднева, Э. Фиш. – М. : Просвещение, 1972. – 334 с.

70. Сайкина Е.Г. «Физкульт-привет минуткам и паузам!» Сборник физических упражнений для дошкольников и школьников [Текст] : учеб.-метод. пособ. для педагогов шк. и дошк. учреждений / Е.Г. Сайкина, Ж.Е. Фирилёва. – СПб. : Детство-пресс, 2004, 2005. – 128 с.

71. Саркисова, Н.Г. Ритмическая гимнастика в общефизической и профессиональной подготовке студентов [Текст] / Н.Г. Саркисова // Проблема физического воспитания учащейся молодежи : Сб. научн. тр. – Карачаевск, 1999. – С. 123-134.

72. Тарасова, К.В. Онтогенез музыкальных способностей [Текст] / К.В. Тарасова. – М., 1988. – 176 с.

73. Теплов, Б.М. Психология музыкальных способностей [Текст] / Б.М. Теплов; отв. ред. Э.А. Голубева; РАН Ин-т психологии. – М. : Наука, 2003. – 282 с.

74. Ткаченко, Т.С. Народный танец. [Текст] : Учебное пособие. Изд. 2-е. / Т.С. Ткаченко. – М. : Искусство, 1967. – 655 с.

75. Торшилова, Е.М. Шалун, или Мир дому твоему [Текст] : программа и методика эстетического развития дошкольников / Е.М. Торшилова. – М. : ИХО РАО, 1998. – 186 с.

76. Тряпицина, А.П. Современные методологические подходы к исследованию педагогического образования [Текст] / А.П. Тряпицина, С.А. Писарева // Человек и образование. – №3 (40). – 2014. – С. 4-12.

77. Тхвостов, А.Ш. Телесность человека в контексте культурно-исторического подхода [Текст] / А.Ш. Тхвостов // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. – №4. – 2002. – С. 34-40.

78. Тютюнникова, Т.Э. Видеть музыку и танцевать стихи... Творческое музицирование, импровизация и законы бытия [Текст] : монография / Т.Э. Тютюнникова. – М. : Едиториал УРСС, 2003. – 264 с.
79. Урунтаева, Г.А. Дошкольная психология [Текст] : учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений / Г.А. Урунтаева. – М. : Академия, 2001. – 336 с.
80. Фельденкрайз, М. Искусство движения. Уроки мастера [Текст] / Пер. с англ. А. Заславской. – М. : Изд-во Эксмо, 2003. – 352 с.
81. Франио, Г.С. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей [Текст] : Учебное пособие для детей дошкольного и младшего школьного возраста. / Г.С. Франио. – М. : Советский композитор, 1989. – 104 с.
82. Хрестоматия по телесно-ориентированной психотерапии и психотехнике [Текст] / сост. В. Баскаков. – М. : НПО Психотехника, 1992. – 282 с.
83. Чистякова, М.И. Психогимнастика [Текст] / М.И. Чистякова; под. ред. М.И. Буянова. – М. : Просвещение, 1990. – 128 с.
84. Чумичева, Р.М. Взаимодействие искусств в развитии личности старшего дошкольника [Текст] / Р.М. Чумичева. – Ростов н/Д : РГПУ, 1995. – 272 с.
85. Шустерман, Р. Мыслить через тело: гуманитарное образование [Текст] / Р. Шустерман; пер. с англ Д.Г. Лахзути // Вопросы философии. – 2006. – № 6. – С. 52-67.
86. Эльконин, Б.Д. Введение в психологию развития в традиции культурно-исторической теории Л.С. Выготского [Текст] / Б.Д. Эльконин. – М. : Тривола, 1994. – 168 с.
87. Эльконин, Д.Б. Избранные психол. труды: проблемы возрастной и педагогической психологии [Текст] / Б.Д. Эльконин; под ред. Д.И. Фельдштейна. – М. : Межд. пед. академия, 1995. – 221 с.
88. Эльконин, Д.Б. Психология игры [Текст] / Б.Д. Эльконин. – М. : Педагогика, 1978. – 304 с.
89. Эльяш, Н.И. Образы танца [Текст] / Н.И. Эльяш. – М. : Знание, 1970. – 240 с.

90. Эмоциональное развитие дошкольника [Текст] : пособие для воспитателей детского сада / А.В. Запорожец, Я.З. Неверович, А.Д. Кошелева и др.; под ред. А.Д. Кошелевой. – М., 1985. – 167 с.

91. Яновская, В. Ритмика [Текст] / В. Яновская. – М., 1973. – 248 с.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1**Тест - игра «Ладшки» (на изучение чувства ритма)**

Цель: выявление уровня сформированности метроритмической способности.

Стимулирующий материал

1. Детская песня "Дин-дон"
2. Детская песня "Петушок"
3. М. Красев "Ёлочка"

Педагог предлагает ребёнку спеть песню и одновременно прохлопать в ладоши её метрический рисунок. Затем ребёнку предлагается "спрятать" голос и "спеть" одними ладошками.

Критерии оценки:

1. точное, безошибочное воспроизведение метрического рисунка одними ладошками на протяжении всех 8 тактов - высокий уровень;
2. воспроизведение метра с одним-двумя метрическими нарушениями и с некоторой помощью голоса (пропевание шёпотом) - средний уровень;
3. адекватное метрическое исполнение с пением 4 -5 тактов - слабый уровень
4. неровное, сбивчивое метрическое исполнение и при помощи голоса - низкий уровень.

Все баллы, полученные детьми в процессе выполнения заданий, складывались, выводился общий балл.

Уровни развития творческих способностей детей в музыкальной деятельности:

- высокий - 16-14 баллов;
- средний - 13-7 баллов;
- низкий - 6-0 баллов.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2**Тест-упражнение «Ласточка» (для изучения пластичности)**

Техника выполнения включает в себя лишь три шага

1. Встать посередине комнаты, сведя ноги вместе и подняв руки параллельно полу.
2. Напрячь мышцы живота и медленно вытягивайте назад правую (левую) ногу, одновременно наклоняясь над полом до тех пор, пока нога и туловище не окажутся параллельны ему.
3. Замереть на 10-15 секунд и повторить упражнение со следующей ногой.

Типичные ошибки при выполнении упражнения: руки опущены, не параллельны полу, опорная нога согнута в колене.

ПРИЛОЖЕНИЕ 3**Тест «Эмоциональная отзывчивость на музыку»
(авторы К.В. Тарасова и А.И. Буренина)**

Цель: определение уровня развития образного видения произведения (Э.Григ «Утро»).

Инструкция: послушай музыкальное произведение, которое называется «Утро» (1 прослушивание). Попробуй нарисовать, что ты представляешь, чувствуешь, когда слушаешь эту музыку (2 прослушивание). Расскажи, что ты представил, почувствовал, что изобразил в своём рисунке.

Если ребёнок отказывается рисовать, то предлагается просто выразить словами то, что он услышал, почувствовал.

Критерии оценки:

2 балла – передаёт свои ощущения, представления о музыкальном произведении в рисунке и в речевом высказывании.

1 балл – передаёт свои ощущения и представления о музыкальном произведении либо в рисунке, либо в речевом высказывании.

0 баллов – не справляется с заданием.

Примечание: в этом задании оценивается не качество детских рисунков и высказываний, а сама способность ребёнка к творческому восприятию музыки и выражению услышанного в рисунке и рассказывании.

Все баллы, полученные детьми в процессе выполнения заданий, складываются, выводится общий балл.

Уровни развития образного видения произведения детей в музыкальной деятельности:

- высокий - 16-14 баллов;
- средний - 13-7 баллов;
- низкий - 6-0 баллов.

ПРИЛОЖЕНИЕ 4**Тесты на определение двигательных способностей**

1. Двигательно-координационные способности. Гибкость

Тест «Наклон вперед из положения, стоя на гимнастической скамейке»

Измерение показателей: расстояние в сантиметрах.

Методика проведения: гибкость определяют по расстоянию наклона стоя на гимнастической скамейке. Ребенок наклоняется не сгибая колен, стараясь как можно ниже к полу коснуться установленной перпендикулярно полу линейке (отсчет сантиметров от скамейки). Регистрируется тот показатель в сантиметрах до которого дотянулся пальцами ребенок. Чем больше число сантиметров, тем выше гибкость ребенка.

**Перспективный план работы по формированию ритмопластики
у старших дошкольников (5-6 лет)**

Период прохождения материала	Приобретение навыков выразительных движений	Общеразвивающие движения	Танцевальные движения	Освоение игр
Октябрь	Развитие умения выражать в движении характер музыки и ее настроение. Развитие умений передавать основные средства музыкальной выразительности: темп разнообразный (ускорения, замедления); динамику (усиления и уменьшения звучания, разнообразия динамических оттенков)	Развитие способности передавать в пластике музыкальный образ. Ходьба: бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, на пятках, пружинящим, топающим шагом, «с каблука», вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена	Элементы народных плясок и детского бального танца, упражнения, включающие ассиметрию; разнонаправленные движения для рук и ног, сложные циклические виды движений: шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом	Разнообразные образно-игровые движения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние, динамику настроений, ощущения тяжести или легкости, разной среды («в воде», «в воздухе»)
Январь, февраль	Развитие способности различать жанр произведения: плясовая (вальс, полька, старинный и современный танец); песня (песня-марш, песня-танец, марш (разный по характеру), и выразить это в соответствующих движениях	Прыжковые движения: на одной, на двух ногах на месте и с различными вариациями, с продвижением вперед, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп), поскок легкий и «сильный»	Развитие умений ориентироваться в пространстве: самостоятельно выполнять перестроения на основе танцевальных композиций (змейка, воротники, спираль)	Развитие умения различать различные эмоции в мимике и пантомимике: радость, грусть, страх, тревога, разнообразные по характеру настроения («рыбки легко и свободно резвятся в воде», «кукла не хочет быть марионеткой, она мечтает стать настоящей балериной»)

Период прохождения материала	Приобретение навыков выразительных движений	Общеразвивающие движения	Танцевальные движения	Освоение игр
Март, апрель, май	Умение изменять движения в соответствии с различным темпом, ритмом и формой музыкального произведения по фразам	Упражнения на различные группы мышц и различный характер, способ движения (на плавность движений, махи, пружинность); упражнения на развитие гибкости и пластичности, точности и ловкости движений, координации рук и ног	Увеличение объема движений, продолжительности звучания музыки, разнообразия сочетаний упражнений	Развитие воображения, фантазии, умение находить свои, оригинальные движения для выражения характера музыки, умение оценивать свои творческие проявления, давать оценку другим детям

ПРИЛОЖЕНИЕ 6

Педагогическое просвещение родителей

Цель: знакомство с основами музыкально-игровой грамотности; привлечение их к активному участию в образовательном процессе

п/п	Мероприятия	Время	Ответственные
1	Организация и проведение родительских собраний: «Ритмопластика – это гимнастика с оздоровительной направленностью», «Счастье-это здоровый ребёнок» «Родители могут всё!»	сентябрь январь апрель	Старший воспитатель, воспитатели, инструктор по физической культуре
2	Проведение Дней открытых дверей	(ноябрь, апрель)	старший воспитатель, специалисты, воспитатели
3	Совместная деятельность образовательного учреждения и родителей. Задачи: привлечение родителей к активному участию в образовательном процессе. Организация и проведение: образовательной деятельности, консультаций «Развитие двигательной активности ребёнка» «Воспитание у детей любви и интереса к занятиям ритмикой, потребности движения под музыку» и др., родительских собраний, мастер-классов «Музыкально-ритмические упражнения и динамические паузы с детьми в непосредственно-образовательной деятельности и режимных моментах ДОУ», «Занимаемся с ребенком дома» и др., занятий-практикумов (направленных на развитие:	В течение всего года	старший воспитатель, специалисты, воспитатели

	чувства ритма, музыкального слуха и вкуса; умения правильно и красиво двигаться; укрепления различных групп мышц и осанки; умения чувствовать и передавать характер музыки.)		
4	Участие родителей в праздниках и развлечениях, экскурсиях.	В течение года	старший воспитатель, специалисты, воспитатели

ПРИЛОЖЕНИЕ 7**Игра «Снеговик»**

Цель. Развитие двигательных способностей.

Педагог дает детям задание: «Эта игра поможет вам научиться напрягать и расслаблять мышцы шеи, рук, ног и корпуса, Встаньте в круг и превратитесь в снеговиков: ноги на ширине плеч, согнутые в локтях руки вытянуты вперед, кисти округлены и направлены друг к другу, все мышцы напряжены. Пригрело солнышко, под его теплыми веселыми лучами снеговик начал медленно таять».

Дети постепенно расслабляют мышцы, опускают бессильно! голову, руки, затем сгибаются пополам, опускаются на корточки, падают на пол, полностью расслабляются.

Игра повторяется 2-3 раза.

Игра «Смелые мышки»

Цель. Развивать образное мышление детей. Двигательные способности детей.

Сначала педагог читает стихотворение:

Вышли мышки как-то раз

Посмотреть, который час.

Раз, два, три, четыре.

Мышки дернули за гири.

Вдруг раздался страшный звон...

Убежали мышки вон!

Затем педагог предлагает детям превратиться в мышек и выразительно изобразить их, используя жесты и мимику. Игра повторяется 2—3 раза.

По окончании игры педагог отмечает, что все мышки были разные, не похожие одна на другую, и хвалит ребят за старание.

Игра «Зернышко»

Цель. Развивать чувство ритма, координацию движений, пластическую выразительность и музыкальность.

Педагог рассчитывает детей на первый-второй. Первые — зрители, вторые — исполнители. Каждый ребенок представляет себя маленьким зернышком какого-либо растения. Дети сидят на корточках (голова прижата к коленям), обхватив себя руками. Из зернышка пробивается росточек, он тянется к солнышку, растет, выпускает листочки... Зрители пытаются определить, что за растение выросло из каждого зернышка. Затем дети меняются ролями; игра повторяется.

Игра «Гроза»

Цель: формировать умение управлять ритмами и создавать полиритмию.

Инструментарий: дудочка, треугольник, маракасы, погремушки, барабан, тарелки, трещотки, кастаньеты, серпантин, разноцветные ленты.

Предварительно детей знакомят с музыкальными инструментами, которые можно использовать для подражания ритму дождя, грома, ветра, молнии.

Педагог задает вопросы: «На что похоже звучание этого инструмента? Что можно изобразить с его помощью? А на каком инструменте изобразить капельки дождя?»

Сначала дети пробуют изобразить дождь, который начинается с редких капель (играть тихо на треугольнике), входит в силу и постепенно прекращается (можно изобразить и внезапный дождь).

Затем изображается порыв ветра (маракасы, погремушки), молния (удар металлическими палочками по тарелкам), раскаты грома (барабан). В ход идут разноцветные ленты и серпантин.

ПРИЛОЖЕНИЕ 8

Мастер-класс на тему:

«Музыкально-ритмические упражнения и динамические паузы с детьми в непосредственно-образовательной деятельности и режимных моментах ДОУ»

«Движение – это жизнь» – эти слова известны практически каждому человеку.

Нас часто удивляет, сколько же у наших детей энергии! Недаром говорят, что внутри у них «вечный двигатель, вечный двигатель, вечный прыгатель».

Физиологи считают движение врождённой, жизненно необходимой потребностью человека. Полное удовлетворение её особенно важно в раннем и дошкольном возрасте, когда формируются все основные системы и функции организма.

Гигиенисты и врачи утверждают: без движений ребёнок не может вырасти здоровым. Движение – это предупреждение разного рода болезней. Движение – это эффективнейшее лечебное средство.

По мнению *психологов* маленький ребёнок – деятель. И деятельность его выражается прежде всего в движениях. Чем разнообразнее движения, тем большая информация поступает в мозг, тем интенсивнее интеллектуальное развитие. Развитость движений – один из показателей правильного нервно-психического развития в раннем возрасте.

Все известные *педагоги* с древности до наших дней отмечают: движение – важное средство воспитания.

Между тем, практически во всех серьезных исследованиях, посвященных анализу причин возникновения болезней цивилизации (сердца, зрения, психики, опорно-двигательной системы и т. д.), фактор вынужденного длительного статического напряжения (в нашем случае – сидение за столом) на занятиях в детском саду и на уроках в школе отнесен к базовым факторам риска в возникновении самой тяжелой соматической патологии нашего времени.

Профессор А.Б. Ситель в книге «Соло для позвоночника» отмечает, что возникающее напряжение мышц спины и шеи затрудняет вентиляцию легких; застой крови в венозных сосудах органов грудной и брюшной полостей, органов

малого таза, нижних конечностей, всех отделов позвоночного столба вызывает нарушение кровоснабжение и нормальное функционирование всего организма в целом. Ученому неоднократно приходилось наблюдать, как возникающее в подобных случаях утомление приводило к тому, что дети перестают воспринимать не только учебный материал, но и самого педагога.

В современном образовании идея здоровьесбережения у детей дошкольных учреждений и учащихся школ проходит красной нитью в национальном проекте «Образование», в президентской инициативе «Наша новая школа», в Федеральных государственных образовательных стандартах.

Традиционно педагогическая наука на протяжении многих десятков лет предлагает использовать на занятиях физкультминутки и динамические паузы как эффективное средство повышения работоспособности учащихся. Выполнение 3–5 физкультурных упражнений в середине урока или занятия, на перемене или между разными видами детской деятельности, - улучшает функциональное состояние опорно-двигательного аппарата, центральной нервной системы, организма в целом. Положительный эффект физических разминок, упражнений (пауз) основан на физиологических механизмах активного отдыха. Грамотно подобранная физкультминутка, соответствующая теме занятия, способствует повышению эффективности усвоения учебного материала. Познание себя, своих возможностей, окружающего мира у дошкольников и младших школьников в значительной степени происходит благодаря моторной деятельности. Поэтому использование двигательных действий в качестве динамической, творческой и эмоциональной иллюстрации изучаемого материала на занятиях в детском саду и на уроках в начальной школе по предметам теоретического цикла защищает еще неокрепшую нервную систему и опорно-двигательный аппарат от длительных статических перегрузок. Иногда мы относимся к физкультминуткам как к досадной необходимости, нарушающей спокойное течение урока или занятия, а на самом деле это средство повышения эффективности усвоения учебного материала, совершенствования восприятия, мобилизации разных видов памяти (словесно-логической, моторной, тактильной, эмоциональной, рефлексорной).

В детских садах и в начальной школе педагогами используются следующие виды физкультминуток:

1) *Общеразвивающие упражнения*- подбираются по тем же признакам, что и для утренней гимнастики. Используется 3-4 упражнения для разных групп мышц, закончить физкультминутку можно прыжками, бегом на месте или ходьбой;

2) *В форме подвижной игры*- подбираются игры средней подвижности, не требующие большого пространства, с несложными. Хорошо знакомыми детям правилами;

3) *В форме дидактической игры с движениями*- хорошо вписываются в занятия по ознакомлению с природой. По звуковой (фонетической) культуре речи, по математике;

4) *В форме танцевальных движений* – используются между структурными частями занятия под звукозапись, пение воспитателя или самих детей. Больше всего подходят мелодии умеренного ритма. Негромкие, иногда плавные;

5) *В форме выполнения движений под текст стихотворения* – при подборе стихотворений обращается внимание на следующее:

- текст стихотворения должен быть высокохудожественным, используются стихи известных авторов, потешки, загадки, считалки;

- преимущество отдается стихам с четким ритмом;

- содержание текста стихотворения должно сочетаться с темой занятия, его программой и задачей;

б) *В форме любого двигательного действия и задания*

- отгадывание загадок не словами, а движениями;

- использование различных имитационных движений: спортсменов (лыжник, конькобежец, боксер, гимнаст), отдельных трудовых действий (рубим дрова, заводим мотор, едем на машине).

Русская народная педагогика широко использовала речевое опосредование игровых, бытовых, трудовых, учебных действий, значит, потребность в такой

форме организации деятельности содержится в нашей энергоинформационной основе. «Оречевление» и одушевление движений способствует развитию творческой, речевой, двигательной, эмоциональной, познавательной, сенсорной сферы у детей, а также совершенствованию их соматопро пространственной и пространственной ориентировки, зрительно-моторной координации т.д.

Помимо физкультурных пауз во время занятий двигательную активность детей необходимо развивать за счет увеличения динамического компонента различных видов деятельности: сопровождение бытовых моментов различными потешками и движениями, двигательных разрядок во время игр, динамических пауз между занятиями и т. д.

Обратимся еще к одному положительному аспекту динамических пауз. Остроумное, веселое, удачно подобранное маленькое стихотворение детского поэта или произведение устного народного творчества, прочитанное и динамически обыгранное хором, способствует снижению нервно-психического напряжения на занятии, повышению эмоционально-положительного фона учебной деятельности и совершенствованию коммуникативных навыков.

Таким образом, все виды двигательной активности детей на занятиях и уроках, а также переменках и паузах между занятиями выполняют следующие функции:

1. Развлекательную – создают благоприятную атмосферу;
2. Релаксационную – снимают напряжение, вызванное негативными эмоциями, перегрузками мышц, нервной системы, мозга;
3. Коммуникативную – объединяют детей в группы, способствуют их сотрудничеству, взаимодействию между собой;
4. Воспитательную – формируют моральные и нравственные качества
5. Обучающую – дают новые знания, умения, навыки, и закрепляют их
6. Развивающую – развивают речь, внимание, память, мышление и другие психологические процессы
7. Коррекционную – «исправляют» эмоциональные, поведенческие и другие проблемы ребенка.

8. Профилактическую – предупреждают появление психологических заболеваний

9. Лечебную – способствуют выздоровлению.

Как музыкальный руководитель хочу отметить, что физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ в целом осуществляется через рациональную организацию двигательного режима, одним из компонентов которого являются музыкально-ритмические упражнения.

Музыкально-ритмическое движение решает очень большое количество задач в развитии детей, это:

1. Развитие музыкального слуха.
2. Развитие координации движений.
3. Развитие основных движений.
4. Развитие плавности движений.
5. Развитие активности движений.
6. Подчинение движений музыке.
7. Развитие памяти.
8. Развитие умения импровизировать.
9. Развитие умения двигаться ритмично.
10. Развитие творческих способностей.
11. Развитие чувства коллективизма.
12. Развитие коммуникативности.
13. Развитие культуры поведения.
14. Обучение правилам этикета.
15. Развитие интеллекта и мышления.
16. Развитие мелкой и крупной моторики.

Не секрет, что люди любят двигаться под музыку, а в дошкольном возрасте дети зачастую не испытывают чувства неудобства, стеснения, связанного с тем, что может что-то не получиться. Свобода движений, лёгкость и радость очень тесно связаны с игровым компонентом ритмических упражнений под музыку, причем в сочетании со словом представляют собой целостный воспитательно-

развивающий процесс: на детей благотворно влияют темп, ритм, динамика музыки и слова; аритмическая пульсация, с которой связаны движения, вызывают согласованную реакцию всего организма. Осваивая танцевальные композиции, дети запоминают определённые комбинации чередования движений, при этом стремятся взаимодействовать друг с другом, ориентироваться в пространстве, импровизировать. То есть, я с удовольствием подтверждаю девиз Г.П. Фёдоровой: «Танцевать – ум развивать». С развитием двигательных навыков путем музыкально-ритмических движений тесно связано звукопроизношение, поэтому мы используем упражнения со словами, стихотворениями по разной тематике, игротренинги, народные и хороводные игры.

Стихотворные тексты игр и упражнений заучиваются вместе с комплексом упражнений. При проведении музыкальных динамических пауз и пальчиковых игр происходит автоматизация звуков, развиваются интонация и выразительность голоса, мимика, пластика движений, точность и координация как общей, так и мелкой моторики кистей рук и пальцев. Подпевание, сопровождающее хороводную игру, способствует развитию всего артикуляционного аппарата, является своеобразной дыхательной гимнастикой.

Музыкально-ритмическое движение есть та форма обучения, которая является и комфортной, и интересной, и дающей возможность самовыражения.

Музыкальное сопровождение (инструментально или под фонограмму), безусловно, способствует более быстрому переключению детей на другой вид деятельности – активный отдых. Однако можно выполнять ритмический рисунок самыми разными способами: хлопками, игрой пальцев на столе, шагом, бегом, прыжками, хлопками, звоном бубенчиков, отстукиванием на барабане, бубне.

Подбор упражнений мы соотносим не только с воспитательно-образовательными задачами разных видов деятельности детей, прогулок и других режимных моментов, но и с возрастом, состоянием здоровья и уровнем развития детей.

Игровое содержание любой динамической паузы (физкультминутки, подвижной игры, музыкально-ритмических упражнений) как в ДОУ, так и в

начальной школе, – должно соответствовать возрастным особенностям и интересам детей; согласовываться с содержанием программ дошкольного образования и начальной школы по физической культуре, дополняя их и способствуя лучшему усвоению, закреплению у детей необходимых двигательных навыков.

Один из принципов гуманистической педагогики: «Где для детей польза, там же для них должно быть и удовольствие» (М. Монтель), как нельзя лучше подходит к рассмотренными нами формами детской двигательной активности. Креативность и педагогическое мастерство воспитателей и учителей начальных классов, умелый подбор и неоднократное (в течение урока или занятия) включение в структуру учебной деятельности соответствующих игр, физических, музыкально-ритмических упражнений; движений, сопровождаемых музыкой, речью, – способствует повышению интереса детей к учебному материалу, оказывает на них позитивное комплексное воздействие, помогает сохранить и укрепить их здоровье.

