

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №12
муниципального образования Каневской район

Методическая разработка

*для музыкальных руководителей, педагогов дополнительного
образования (хореография), воспитателей дошкольного
образовательного учреждения*

***« Ритмопластика как инновационный метод
работы с детьми в рамках здоровьесберегающих
музыкально-образовательных технологий »***



Педагог дополнительного образования,
Игнатенко Галина Витальевна

РЕЦЕНЗИЯ

методическую разработку «Ритмопластика как инновационный метод работы с детьми в рамках здоровьесберегающих музыкально-образовательных технологий» педагога дополнительного образования
МБДОУ детский сад № 12 ст.Каневской
Игнатенко Галины Витальевны

Рецензируемая методическая разработка предназначена для детей дошкольного возраста и направлена на реализацию инновационного метода работы в рамках здоровьесберегающих музыкально-образовательных технологий – ритмопластики.

Цели методической разработки: обеспечить активную двигательную деятельность для детей; обеспечить необходимую коррекцию имеющегося дефекта в развитии; создать положительный психоэмоциональный комфорт ребенка.

Задачи реализации инновационного метода: 1) развитие и коррекция осанки ребёнка, формирование правильных движений, серии движений; 2) развитие и коррекция психических функций; 3) развитие способности ориентироваться в пространстве; 4) развитие эмоционально-волевой сферы и личностных качеств.

Формы занятий, рекомендованные Г.В. Игнатенко, отличаются широким использованием игр и имитационных движений. Такая организация занятий позволяет вызывать интерес у детей, подкрепляет их положительными эмоциями, соответствует возрастным и физиологическим особенностям.

Методическая разработка включает рекомендации по разработке инновационного метода в работе с детьми с ОВЗ, основные условия, концептуальные положения и принципы организации занятий, характеристику структуры занятий, описание средств двигательного воздействия, список литературы и приложение.

Наряду с положительными качествами рецензируемой разработки следует отметить недостатки, которые не снижают ее практической значимости, а носят конструктивный характер. Рекомендовано сформулировать методические рекомендации по реализации представленных материалов и оформить их в виде пособия.

Объем и содержание представленных материалов позволяют судить о глубине педагогического исследования и заинтересованности автора в обогащении собственной педагогической практики. Материалы методической разработки могут быть рекомендованы для использования в образовательном процессе, как специалистами дошкольного образования, так и родителями.

«16» января 2023 г.

Подпись *Л.А. Ястребова*
удостоверяю
Документовед отдела управления
делами и протокола



Кандидат педагогических наук,
доцент кафедры социальной, специальной
педагогике и психологии ФГБОУ ВО «АГПУ»

Л.А. Ястребова

Л.А. Ястребова

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|--|----|
| Введение..... | 3 |
| Специфика работы с детьми групп общеразвивающей и компенсирующей направленности | 8 |
| Основные условия для выполнения поставленных задач..... | 9 |
| Основные концептуальные положения в инновационной методической разработке | 13 |
| Основные принципы организации занятий..... | 14 |
| Структура занятий..... | 18 |
| Средства двигательного воздействия | 19 |
| Заключение | 16 |
| Используемая литература..... | 22 |
| Приложение «Мониторинг выявления развития ритмо - двигательных способностей ребёнка» | 23 |

Введение

Воспитание детей с проблемами в развитии на сегодняшний день – актуальная общечеловеческая проблема. Состояние психофизического развития ребёнка – важный фактор интеграции его в общество, адекватного реагирования на окружающее, оптимального статуса коммуникативной и когнитивной деятельности.

Основной задачей данного метода является поиск инновационных эффективных средств охраны и укрепления здоровья детей общеразвивающих групп и групп компенсирующей направленности, совершенствования развития двигательной сферы детей дошкольного возраста на основе формирования у них потребности в движении, правильной организации профилактики и оздоровления, своевременной коррекции отклонений в состоянии здоровья.

Современные дети испытывают «двигательный дефицит», так как даже дошкольники большую часть времени проводят в статическом положении (за столами, телевизорами, компьютерами). Это вызывает утомление определенных мышечных групп, что влечет за собой нарушение осанки, искривление позвоночника, плоскостопие, задержку возрастного развития основных физических качеств: быстроты, ловкости, координации движений. Каждый родитель хочет видеть своего малыша здоровым, веселым, гармонично развитым. Мы хотим подсказать вам короткий и верный путь в достижении этих целей. Необходимо удовлетворить потребность ребенка в движении.

Главным мотивом маленьких детей в освоении и совершенствовании двигательного опыта является интерес. Одна из новых форм организации музыкальных занятий – Ритмопластика. В педагогике с давних пор известно, какие огромные возможности для воспитания души и тела заложены в синтезе музыки и пластики. Это не только возможность для ребенка хорошо провести время и выплеснуть накопившуюся энергию, но и освоение

жизненно необходимых умений и навыков, закладка фундамента будущего физического и психического здоровья, а также создание предпосылок сознательного ведения здорового образа жизни.

С давних пор музыка используется как лечебный фактор. Музыкально – ритмические занятия помогают вовлекать, активизировать и пробуждать интерес к деятельности вообще, активизируют мышление. Организация движений с помощью музыкального ритма развивает у детей внимание, память, внутреннюю собранность, способствует формированию целенаправленной деятельности. Многие исследователи (С.М. Миловский, И.В. Евтушенко, Е.А. Медведева, Е.М. Мастюкова и др.) в своих работах показали, занятия ритмопластикой имеют большое значение для детей с нарушениями опорно – двигательного аппарата. Это связано с тем, что характерные для них особенности двигательной и психической сферы хорошо поддаются коррекции специфическими средствами воздействия на ребёнка.

Специфической особенностью данной методики является органическая связь языка движений с языком музыки, соотнесение пластических средств выразительности с музыкальными. Музыка задаёт не только темповые, ритмические, динамические характеристики движений, но и может стать основой образного содержания. Это связано с её природой: высокой эмоциональностью, абстрактностью языка, позволяющей широко толковать музыкальный образ. Воздействие музыки на развитие воображения происходит, прежде всего, в процессе её восприятия, которому присущ творческий характер. В связи с этим становится очевидным творческий характер данного вида деятельности.

Сложности формирования эмоционально-личностных и социально-адаптивных процессов, затрудняющих социализацию детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата, определяют необходимость оказания им своевременной коррекционной помощи с использованием эффективных технологий. Современная специальная педагогика в значительной степени

ориентированы на использование в коррекционной работе искусства как важного средства в воспитании гармоничной личности ребенка с проблемами, его культурного развития.

В основе ритмопластики лежит изучение тех элементов музыкальной выразительности, которые наиболее естественно и логично могут быть отражены в движении. Важная задача – научить детей, с нарушениями опорно-двигательного аппарата, двигаться в характере музыки, передавая её темповые, динамические, метроритмические особенности. Точной, выразительной передачей посредством движений характера музыки достигается воплощение образного содержания музыкального произведения.

Преподавание ритмопластики в специальном коррекционном детском саду обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития детей с особыми образовательными потребностями здоровья средствами музыкально-ритмической деятельности.

Ритмопластика – это специальное комплексное занятие, на котором средствами музыки и специальных двигательных и коррекционных упражнений происходит коррекция и развитие двигательных функций, улучшаются качественные характеристики движения, развиваются личностные качества, саморегуляция и произвольность движений и поведения. Ритмопластика – это пластичные движения, которые носят оздоровительный характер, они выполняются под музыку в спокойном, медленном темпе, с максимальной амплитудой и растяжением мышц.

Методика обучения дошкольников языку ритмопластических движений во многом зависит от выбора «единиц» этого языка, с которыми предполагается познакомить детей. Необходимо подбирать достаточно простые, доступные движения. Эти движения составили некоторую систему выразительных средств, позволяющую создать разнообразные хореографические композиции. Особое внимание хочется обратить на использование специальных, корригирующих упражнений. Данный метод показал, что если включать в занятия с детьми корригирующие упражнения,

то можно добиться исправления дефектов в осанке, то есть сбалансировать мышцы тела, удлинив укороченные и укрепив растянутые.

Опираясь на сведения, почерпнутые из научной литературы по анатомии и физиологии детей и исходя из собственного педагогического опыта, была разработана система упражнений, способствующих развитию специальных данных и корректирующих недостатки природной осанки ребёнка.

Главная цель ритмопластики – развитие двигательной активности ребёнка, привитие основных навыков, необходимых для дальнейшей, взрослой жизни. Ритмопластика является одной из своеобразных форм активной терапии, средством специально подобранных методов и методик, направленных на преодоление недостатков двигательной, познавательной и эмоционально – волевой сферы детей , средствами музыкально – ритмической деятельности , построенных на сочетании движений, музыки и слова. Основными её целями являются профилактика, лечение и коррекция имеющихся отклонений в развитии ребёнка.

На занятиях ритмопластики, можно выделить четыре основных направления работы с детьми: оздоровительное, образовательное, воспитательное и коррекционно-развивающее. Занятия ритмопластикой способствуют укреплению у детей мышечного корсета, формированию правильного дыхания, развитию моторных функций, выработки правильной осанки, походки, грации движений, что способствует оздоровлению всего детского организма в целом. На занятиях воспитывается способность восприятия музыкальных образов и умение выразительно двигаться в соответствии с заданным или придуманным образом. Это способствует развитию творческих способностей детей. Ритмопластика помогает усвоить основные музыкально-теоретические понятия, развивает музыкальный слух, моторику, координацию движений, память, чувство ритма, активизируют восприятие музыки. Музыкально – ритмические движения и ритмопластические упражнения служат задачам музыкального воспитания.

Профессор Крестовников в своей книге «Очерки о физиологии физических упражнений» писал, что движения, совершаемые под музыку, выполняются легче, дыхательный аппарат работает более энергично, увеличивается глубина дыхания, повышается поглощение кислорода. К таким недостаткам относятся общая ослабленность организма, сниженный иммунитет: индекс здоровья у «проблемных» детей, как правило, ниже по сравнению со здоровыми сверстниками.

Развитие ритмопластических способностей осуществляется в процессе совершенствования слуха и умения согласовывать свои движения с музыкой. Необходимо возможно раньше начать развивать эти умения в доступной форме: ритмических упражнениях, музыкальных играх, танцах, хороводах. В нашем детском саду большое внимание уделяется упражнениям на координацию движений, ориентирование в пространстве и развитию общей и мелкой моторики, так как они не только физически развивают и оздоравливают детей, но и могут быть использованы как одно из средств, закрепляющих музыкальную грамоту (динамика, запев, припев и т.д.).

Различные музыкальные произведения вызывают у детей эмоциональные переживания, рождают определенные настроения, под влиянием которых и движения приобретают соответствующий характер. Связь между музыкой и движением не ограничивается только согласованностью общего характера. Развитие музыкального образа, сопоставление контрастных и сходных музыкальных построений, ладовая окрашенность, особенности ритмического рисунка, динамических оттенков, темпа – все это может отражаться в движении.

Специфика работы с детьми групп общеразвивающей и компенсирующей направленности

В последние годы, отмечается увеличение количества детей, имеющих нарушение речи. Составной частью коррекционно-педагогической работы нашего дошкольного учреждения является преодоление речевых нарушений у дошкольников с ОВЗ, использование нетрадиционных технологий, с помощью музыки и движения.

Любые ритмические движения активизируют деятельность мозга человека. Музыка, ритм, движения выступают, как действенное организующее средство воздействия и применяется с коррекционной целью.

Одни из немаловажных разделов ритмопластики составляет танец и пантомима – это вид деятельности, оптимальный для формирования и развития у дошкольников детского творчества. Одним из главных условий развития у дошкольников творчества в танце является осознанное отношение детей к средствам танцевальной выразительности, овладение языком пантомимических и танцевальных движений. Однако самостоятельно дошкольники не могут подойти к осознанию языка движений и освоению его. Поэтому нужно обучать их этому языку. В процессе обучения я знакомя детей не только со значением отдельных движений, но и с принципами их изменения, а также с простейшими приёмами композиции танца.

Парные, коллективные танцы строю на основных движениях (ходьба, бег, поскоки, ритмических хлопках, прыжках, притопах, элементах балльных танцев (боковой галоп, шаг, полька, использую элементы народных плясок (*полуприсядка, ковырялочка и т. Д.*)).

Танцы с пением и хороводы очень полезны для детей с нарушениями речи, они помогают им координировать пение и движение, упорядочивают темп движения, а также могут использоваться не только на музыкальном занятии с музыкальным сопровождением, но и в самостоятельной музыкальной деятельности, т. Е. гораздо чаще, чем другие виды танцев.

В своей работе по ритмопластике применяю элементы новой образовательной технологии по танцевально-игровой гимнастике Ж. Е. Фирилевой «СА-ФИ-ДАНСЕ». Данная технология направлена на совершенствование психомоторных и творческих способностей дошкольников, на формирование двигательной-эмоциональной сферы детей. Применение элементов этой технологии создает необходимый двигательный

режим, положительный психологический настрой, способствует укреплению здоровья ребенка, его физического и умственного развитию.

Для максимальных результатов необходимо нацеливаться на следующее:

- Обеспечивать активную двигательную деятельность для детей;
- Обеспечивать необходимую коррекцию имеющегося дефекта в развитии;
- Создавать положительный психоэмоциональный комфорт ребёнка.

Основные условия для выполнения поставленных задач

Одним из основных правил при занятиях пластикой является атмосфера, в которой занятия проводятся. Воспитатель, который ведет ритмическую группу, в первую очередь должен быть дошколятам товарищем, а лишь потом – педагогом. Запрещается любое насилие. Детей нельзя заставлять выполнять упражнения или настаивать на выполнении определенного вида действий. У детей должна быть полная свобода. Дошколята должны почувствовать, что на них не оказывают никакого давления. Занятия ритмопластикой должны приносить удовольствие, только в этом случае от них будет польза. Также у каждого занятия есть определенные временные рамки. Продолжительность занятия не может занимать более получаса, ведь маленьким детям тяжело длительное время фокусировать внимание на одном и том же упражнении (деле). График занятия простой: семь минут разминки (простые упражнения на общее развитие); двадцать минут на основное занятие (ритмопластика); три минуты на расслабление (завершающие упражнения, растяжка, релаксация). Занятия танцами, сценки, постановки – это также ритмопластика в детском саду. Методика обучения состоит в правильном выборе преподнесения информации. Так, деткам предлагается освоить информацию одним из нескольких методов, таких как: пример (малышу требуется повторить упражнение за педагогом); фантазия (задание выполняется со слов воспитателя); импровизация (ребенку нужно самому придумать, что делать, в зависимости от полученного задания); иллюстрация (ребенку необходимо воспроизвести сказку по картинкам из книги); игра (весь процесс проходит в дружеской обстановке). Занятие необходимо проводить в творческой атмосфере, чтобы дошколята чувствовали себя раскованно и уютно.

- Воспитание у детей осознанного отношения к выполнению двигательных действий;

- Развитие воображения в процессе освоения двигательных действий;

- Создание условий для творчества и преобладания положительных эмоций на занятиях ритмопластики.

- Создание оптимальных условий для каждого ребёнка в процессе освоения двигательного опыта.

1. Задачи:

- Развитие и коррекция осанки ребёнка, формирование правильных движений, серии движений.

- Развитие и коррекция психических функций.

- Развитие способности ориентироваться в пространстве.

- Развитие Эмоционально-волевой сферы и личностных качеств.

Игры и упражнения, используемые для развития и коррекции основных видов движений, направленные на:

- нормализацию мышечного тонуса, позиционная постановка рук и ног;

- выработку правильной осанки, чувства равновесия;

- развитие точности, координации, плавности;

- преодоление двигательного автоматизма движений.

Игры и упражнения, используемые для развития и коррекции психических функций, направленные на:

- развитие быстроты, точности реакции на звуковые или вербальные сигналы;

- развитие различных качеств внимания;

- развитие всех видов памяти.

Игры и упражнения, используемые для развития способности ориентироваться в пространстве, направленные на:

- ориентировки в собственном теле, пространственной организации движений;

- зрительную ориентировку в пространстве;

- способность к словесному выражению пространственных отношений (вправо, влево...)

Игры и упражнения, используемые для развития эмоционально-волевой сферы и личностных качеств, направленные на:

- формирование способности пониманию различных эмоциональных состояний на основе восприятия невербальных стимулов (мимика, пластика);

- развитие способности к созданию выразительного образа с помощью невербальных средств;

- развитие умения выполнять совместные действия, а также на развитие коммуникативных навыков.

2. Развитие и коррекция ритмопластических движений, серии движений.

- Нормализация мышечного тонуса, позиционная постановка рук и ног.

- Выработка правильной осанки, чувства равновесия.

- Развитие точности, координации, плавности движений.

- Преодоление двигательного автоматизма движений.

- Формирование музыкального темпа, размера.

- Изменение характера движений, в соответствии с изменением контрастов звучания (громко, тихо.)

- Согласование движений с пением.

- Развитие имитационно-подражательных движений под музыку.

- Развитие имитационно-подражательных движений без музыки.

3. Развитие и коррекция психических функций.

- Развитие быстроты и точности реакции на звуковые или вербальные сигналы.

- Развитие различных качеств внимания.

- Развитие всех видов памяти.

- Развитие словесной регуляции действий на основе согласования слова и движений.

- Развитие умения реализовывать запрограммированные действия по условному сигналу.

4. Развитие способности ориентироваться в пространстве.

- Развитие пространственной организации собственных движений, зрительной ориентировки в пространстве.

- Развитие пространственных представлений.

5. Развитие Эмоционально-волевой сферы и личностных качеств.

- Формирование способности к пониманию различных эмоциональных состояний на основе восприятия невербальных стимулов.

- Развитие способности к созданию выразительного образа с помощью невербальных средств.

- Развитие умения выполнять совместные действия, а также на развитие коммуникативных навыков.

- Развитие произвольности при выполнении движений и действий.

6. Творческие задания, направленные на развитие воображения, детской фантазии.

Основные концептуальные положения в инновационной методической разработке

- Строго дифференцированный подход с учетом характера и тяжести заболевания.
- Построение новых комплексных программ.
- Строгое соблюдение дидактических принципов обучения.
- Соблюдение принципов оздоровительно-развивающей направленности.

При работе с детьми ритмопластикой у них улучшается память, совершенствуются координация движений, способность к обучению письму. Им под силу выполнять движения с контролем их сознания. Чтобы избежать скуки, монотонности, рекомендуется шире применять различное малое оборудование: гимнастические ленты, малые мячи, обычные мячи, скакалки и др., размер которых зависит от возраста занимающихся и конституции тела, обладающие хорошим профилактическим эффектом против заболеваний позвоночника и суставов.

Основные принципы организации занятий

Подборка упражнений для занятий ритмопластикой. У любого воспитателя возникают вопросы о том, как проводить занятие, когда он слышит впервые такое понятие, как ритмопластика. В детском саду упражнения при этом достаточно простые, и их довольно просто найти и взять себе за основу готовые. Для выполнения упражнений ритмичного характера детям предлагается: изображать различных животных; повторять физические упражнения за педагогом; выполнять движения с атрибутикой (кругами, лентами, мячами). Для занятий по гимнастике детям необходимо выполнять упражнения с использованием логоритмики (стихов): разминка стоп; растяжка тела (в том числе позвоночника); развитие гибкости («мостик», «лодочка», «березка»). Танцевальные упражнения: точный шаг по кругу; выбрасывание ног вперед перед собой на носок и пяточку; хоровод по кругу; «волна» руками; различные прыжки; танцы в парах. Танцевальные постановки с сюжетом: «кузнечик»; «Антошка». Музыкальные занятия: «ручеек»; «горелки». Упражнения также могут выполняться под стихотворения, которые будет зачитывать воспитатель. Так, например, каждое короткое слово произведения может сопровождаться хлопком или шагом. Такие занятия помогают детям познакомиться с понятием чувства ритма.

Подборка музыки для занятий. Музыка для ритмопластики в детском саду подбирается с учетом возрастной категории группы. Наиболее популярными являются такие произведения, как: «Щелкунчик», «Времена года» (Чайковский П.). «Маленькая ночная серенада» (Моцарт В.). «Картинки с выставки» (Мусоргский М.). «Вальс» (Брамс И.). «Времена года» (Вивальди А.). Музыка, которая способствует релаксации дошколят: «Аве Мария» (Шуберт Ф.). «Лунный свет» (Дебюсси К.). «Сентиментальный вальс» (Чайковский П. И.). «Лунная соната» (Бетховен Л.). Музыка также может подбираться, исходя из движений, которые необходимо сделать. Так,

например, для выполнения хлопков в ладоши прекрасно подойдет песня «Ладушки»

Как уже указывалось, для детей ОВЗ, характерны различные нарушения, как познавательных процессов, так и сенсорного и моторного развития. Таким образом, на занятиях ритмопластики актуально применять разработки новых, наиболее оптимальных форм и методов обучения и воспитания детей, с целью всестороннего коррекционного развития.

Педагог в процессе наблюдений определяет уровень индивидуального развития своих воспитанников и на этом основании подбирает специальный, индивидуально-ориентированный материал (танцы, упражнения, игры) с тем, чтобы раскрыть способности каждого ребенка, «высветить» наилучшим образом его умения и скрыть недостатки. Этот специально подобранный (или придуманный вместе с ребенком) репертуар разучивается с подгруппами или индивидуально. При этом ставится задача подведения детей к выразительному, самостоятельному исполнению композиции.

Обязательно нужно проводить релаксационные упражнения, способствующие снятию мышечного и эмоционального напряжения в конце урока, для чего следует использовать такую «музыку» для релаксации, как пение птиц, журчание ручья, шум моря и т.д.

На занятиях очень важно заинтересовать детей, вызвать у них желание заниматься. Для этого необходимо продумать методические приёмы, которые помогут решить поставленные задачи.

Одним из важнейших принципов является:

- научность, которая предполагает построение занятий в соответствии с психическим и физическим развитием ребёнка.
- принцип систематичности обуславливает необходимость последовательности, преемственности и регулярности при формировании у детей знаний. Двигательных умений, навыков.
- принцип постепенности определяет необходимость построения в соответствии с правилами: «от известного к неизвестному».

- принцип индивидуально, при котором осуществляется индивидуальный подход к детям разного возраста и двигательной подготовки. При индивидуальном подходе обязательно учитывается ортопедический диагноз ребёнка.

- принцип доступности означает, что изучаемый материал должен быть лёгким и одновременно трудным, чтобы стимулировать мобилизацию сил детей.

- принцип чередования нагрузки важен для предупреждения утомления детей и для оздоровительного эффекта от выполнения физических упражнений.

- принцип наглядности - один из главных методических принципов при работе с детьми дошкольного возраста. Процессы занятий строятся с широким использованием всех видов наглядности: зрительной, звуковой и двигательной.

- принцип плавности выполнения движений – без пауз и остановок является существенным моментом в **ритмопластике**. Спокойный темп выполнения, плавный, без перерывов на отдых переход от одного движения к другому заменяет быстрые, судорожные движения.

«Постановка правильного дыхания – один из важнейших принципов. Каждое упражнение ритмопластики одно общее правило: ***вдыхайте, готовясь к движению, и выдыхайте в процессе движения.***

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.

Следующая методическая позиция связана с нахождением приёмов, способствующих созданию на занятиях атмосферы увлечённости, когда дети занимаются ритмопластикой не по принуждению и не по команде взрослого, а потому, что им самим интересно. Для этого в методику вводится разговорно - игровой метод, позволяющий ребёнку естественно проникнуть в

художественный замысел и помогающий скоординировать движения своего тела с характером музыки. Выполнение всего сказанного, прежде всего зависит от педагога, который по выражению Л.Н. Алексеевой, должен быть «режиссёром радости». Особо следует выделить его увлечённость и умение построить взаимоотношения с детьми на принципах сотворчества и общего интереса к делу. Это способствует тому творческому порыву, той атмосфере радости и раскрепощения, которые заражают детей положительными эмоциями и делают для них занятия ритмопластикой столь привлекательными. 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.

Формы занятий отличаются широким использованием игр и имитационных движений. Занятия должны вызывать интерес у детей и сопровождаться положительными эмоциями, соответствуя возрастным физиологическим характеристикам.

Структура занятий

Структура занятия по ритмопластике – общепринятая. Каждое занятие состоит из трёх частей: подготовительной, основной и заключительной. Каждое занятие – это единое целое, где все элементы тесно взаимосвязаны друг с другом.

Занятия составлены согласно педагогическим принципам и по своему содержанию соответствуют возрастным особенностям и физическим возможностям детей, которые позволяют ребенку не только в увлекательной и игровой форме войти в мир музыки и танца, но и развивают умственные и физические способности, а также способствуют социальной адаптации ребенка.

1 часть – вводная. Она включает в себя упражнения, воздействующие на весь организм ребёнка. Чаще всего это ходьба (на пятках, на носках, в полуприседе, с высоким подниманием колен и т.д.). Занимает 5-15% от общего времени.

2 часть - основная. Серия упражнений различного характера:

1. Упражнения по позициям рук и ног.

2. 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. Упражнения на расслабление. Цель этих упражнений – обеспечить максимальный отдых детей. Чаще всего это плавные движения и упражнения на дыхание.

Часть занимает 70-85% от общего времени.

3 часть заключительная. В этой части используется хореографическая композиция, построенная на ранее изученных упражнениях,

обязательно используются дыхательные упражнения. Релаксационные упражнения, цель которых обеспечить максимальный отдых детей.

Занятия по ритмопластике проходят 2 раза в неделю. Общая продолжительность занятий для детей 5 -6 лет – 25 минут, для детей 6 -7 лет – 30 минут. Следует учитывать условия проведения занятий по ритмопластике:

- музыкальный зал с зеркалами и хореографическим станком.

- для занятий у детей должна быть форма, которая не стесняла бы их движения, отвечала бы эстетическим требованиям. Для девочек – короткие юбочки, футболки или гимнастические купальники, белые носочки. Для мальчиков шорты, футболки.

- педагог продумывает форму своей одежды таким образом, чтобы дети могли наблюдать его эталонную пластику.

Часть занятия длится от 3 до 7 % общего времени.

Средства двигательного воздействия:

1. Музыкально – ритмические движения.
2. Упражнения с предметами (ленты, мячи, султанчики и др.)
3. Элементы хореографии (основные позиции рук и ног).
4. Элементы спортивного танца.
5. Упражнения корригирующей гимнастики.
6. Дыхательные упражнения.

Все эти средства объединяются в комплексы в определённой последовательности и используются в хореографических композициях.

Заключение

В результате проводимой работы в ДООУ с использованием ритмопластики можно сделать вывод об эффективности работы по профилактике нарушений опорно-двигательного аппарата. Индивидуально-дифференцированный подход по коррекции опорно-двигательного аппарата осуществлялся при использовании комплексов по ритмопластике, что позволило достичь следующих результатов: заболевания не прогрессируют - 19%, улучшения отмечены - 81%. Прогрессирования заболеваний не наблюдалось.

Танцевальные ритмопластические этюды танцевальные композиции на празднике - один из элементов выражения эмоциональной настроенности, веселья, патриотических проявлений, лиричности, силы, здорового духа (например, на спортивно-музыкальных праздниках во время упражнений с мячами, флажками) и т.д. Озорные, зажигательные, хороводные и другие музыкально ритмические движения делают праздник выразительным и привлекательно задорными.

Итак, ритмопластическим движениям придаётся особое значение, так как детям с нарушениями опорно-двигательной системы, осанки, координации двигательного аппарата это просто необходимо: танцуя, они преодолевают свои недуги, учатся ритмично двигаться, владеть своим корпусом, конечностями, затем с удовольствием исполняют танцы разного характера, проявляя в плясках лёгкость, свободу, непосредственность, «характерность». В танцевально-ритмопластических движениях происходит наибольшее сближение детей с музыкой, ведь в них есть всё: и ритм, и мелодия, и темп, и импровизация, и аранжировка, для появления желания и стремления согласовывать свои движения с музыкой. Детям нравится выступать на праздниках в соответствующих костюмах, а костюмы помогают ярче и выразительнее передать соответствующие образы танца.

Мною осуществляется консультационная помощь педагогам по профилактике нарушений опорно-двигательного аппарата, по организации мероприятий направленных на формирование ценностей ЗОЖ.

Повышение информационно-просветительской работы среди семьи осуществлялось через информ - экспрессы, паспорта здоровья, совместные праздники, недели здоровья.

Используемая литература

1. Барышникова Т «Азбука хореографии» 1999 г.;
2. Буренина А.И. «Ритмическая мозаика» - Программа по ритмике для детей. - 2 изд., испр и доп.- СПб.:ЛОИРО,2000;
3. В.Н. Малышева, Л.Ф. Меренкова «Коррекционно – развивающая среда для детей дошкольного возраста с нарушениями опорно-двигательного аппарата» - М.: Школьная пресса, 2003;
4. Голицына Н.С. «Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении» -М .: изд-во Скрипторий 2003, 2005;
5. Горшкова Е.В. «Учимся танцевать, путь к творчеству» -Научно-практическое объединение «Психотехника»;
6. Ефименко Н Е. «Театр физического развития и оздоровления». –М.: изд-во «Линка-Пресс», 1999 г.;
7. Коренева Т.Ф. Программа «Музыка, движение, здоровье».

Мониторинг выявления развития ритмо - двигательных способностей ребёнка

Проведение педагогической диагностики развития ребёнка необходимо для:

- Выявления начального уровня развития ритмо-пластических способностей ребёнка.
- Проектирование индивидуальной работы.
- Оценки эффекта педагогического воздействия.

В процессе наблюдения педагог оценивает проявления детей, сравнивая их между собой, и условно ориентируется на лучшие показатели, выявленные для данного возраста.

Цель диагностики: Выявление уровня ритмо-двигательных способностей ребёнка (начального уровня и динамики развития, эффективности педагогического воздействия).

Метод диагностики: наблюдение за детьми в процессе ритмических движений под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных упражнений (на основе упражнений из комплексов).

Диагностика проводится три раза в год: сентябрь, январь, май.

Карта диагностики уровня развития ритмо - двигательных способностей ребёнка.

| № | Фамилия, имя ребёнка | Музыкальность | Творческие проявления | Координация движений | Пластичность гибкость |
|---|----------------------------|---------------|--------------------------|-------------------------|--------------------------|
| | | н с к | н с к | н с к | н с к |
| | | | | | |
| | | | | | |

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

Творческие проявления – умение импровизировать под знакомую музыку и незнакомую музыку на основе освоенных движений, а также придумывать собственные, оригинальные «Па». Творческая одарённость проявляется в особой выразительности движений, нестандартности пластических средств. И увлечённости ребёнка самим процессом движения под музыку.

Координация движений - точность, ловкость движений, координация рук и ног при выполнении упражнений. Правильное сочетание движений рук и ног при ходьбе, при выполнении различных упражнений.

Пластичность, гибкость – мягкость, плавность движений рук, подвижность суставов. Гибкость позвоночника, позволяющие выполнять несложные гимнастические упражнения.

В результате наблюдений и диагностики можно подсчитать средний суммарный балл для общего сравнения динамики в развитии ребёнка на протяжении определённого периода времени. Для наглядного отслеживания эффективности работы педагогом заполняются графики обследования уровня ритмо – двигательных способностей детей, где фиксируются критерии оценки и результативность каждого воспитанника.

График обследования уровня развития ритмо-двигательных способностей детей.

Оценка результатов:

| | | | | | | | | | |
|---------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| Высокий | | | | | | | | | |
| Средний | | | | | | | | | |
| Низкий | | | | | | | | | |

Условные обозначения: Итого:

1 обследование обследовано ----- чел.

Высокий -----чел. -%

Средний -----чел. ---%

Низкий -----чел. --%

2 обследование обследовано ----- чел.

Высокий -----чел. ---%

Средний -----чел. ----%

Низкий -----чел. ----

3 обследование обследовано ----- чел.

Высокий -----чел. ----%

Средний -----чел. ----%

Низкий -----чел. ----%

В процессе оценки можно использовать различные шкалы: 3-бальную, 5-бальную, 10-бальную, либо уровни: высокий, средний, низкий. Каждый педагог выбирает и обосновывает ту шкалу, которая больше подходит, принципиального значения для вывода развития ребёнка это не имеет.

Мы приводим критерии оценки параметров в соответствии с 3-бальной системой.

Критерии оценок (старший дошкольный возраст).

Координация движений

Высокий уровень - 3 балла.

Умеет управлять своими движениями, сосредотачиваться и выполнять одновременно.

Средний уровень - 2 балла.

Затрудняется согласовывать свои действия с движениями других детей.

Низкий уровень - 1 балл.

Не согласовывает свои движения с движениями других детей, не ориентируется в пространстве, не соблюдает дистанции, выполняет несимметричные движения.

Гибкость и пластичность.

Высокий уровень - 3 балла.

Способен владеть своим телом, ритмическая четкость и пластичность движений.

Средний уровень - 2 балла.

Танцевальные движения недостаточно выразительны и пластичны.

Низкий уровень - 1 балл.

В движениях не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом музыкального произведения.

Критерии оценок (подготовительная группа)

Координация движений

Высокий уровень - 3 балла.

Правильное и точное исполнение ритмических композиций. Умение координировать движение с музыкой.

Средний уровень - 2 балла.

Хорошо развиты пластичность, ловкость.

Не достаточно правильное сочетание движений рук и ног при выполнении хореографических композиций.

Низкий уровень 1 – балл.

Движения неуверенные, раскоординированные.

Пластичность и гибкость.

Высокий уровень 3 – балла.

Хорошо развита мягкость, плавность, подвижность суставов, гибкость позвоночника. Развито умение двигаться легко и пластично в соответствии с характером музыки.

Средний уровень 2 – балла.

При выполнении движений допускает неточности движений.

Низкий уровень 1 – балл.

Испытывает затруднения при выполнении движений.

Музыкальность

Движения передают музыкальный образ.

Средний уровень 2 - балла.

Передают общий характер и темп музыки.

Низкий уровень 1 - балл.

Движения не совпадают с темпом и метроритмом музыки, ориентированы только на начало и конец произведения, а также на счёт и показ педагога.



2022 год