**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**«ДЕТСКИЙ САД № 2 «СКАЗКА» С.П. ВЕРХНЕНАУРСКОЕ**

**НАДТЕРЕЧНОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА»**

**Консультация для воспитателей:**

**«Ритмопластика в детском саду»**

Музыкальный руководитель:

Туриева М.У.

Естественные движения под музыку даются детям легко, позволяют свободно ориентироваться в пространстве, выбирать наиболее подходящие для того или иного сюжета образные и выразительные композиции. Занятия ритмикой актуальны и широко используются многими специалистами по физическому и музыкальному воспитанию.

В комплексе ритмичных упражнений основой является музыка, поскольку в ней имеется идеальный образец организованного движения: музыка регулирует движение и дает четкое представление о соотношении между временем, пространством и движением.

Ритмика и хореография являются синтетическим видом деятельности, следовательно, любая программа, основанная на движениях под музыку, будет развивать музыкальный слух и двигательные способности, а так же те психические процессы, которые лежат в их основе.

Занимаясь одним и тем же видом деятельности, можно преследовать различные цели, например, акцентировать внимание на развитие чувства ритма у детей, либо двигательных навыков, артистичности, пластики и т.д.

1. **Ритмика и ритмопластика**

Ритмическая гимнастика (ритмика)-система музыкально-ритмического воспитания, созданная Эмилем Жак-Далькрозом. Метод заключается в развитии чувства ритма-чувства времени, иными словами, развитии координации между нервной и мускульной деятельностью человека, что помогает достичь автоматизма в самых сложных движениях. Система Далькроза способствует развитию и упражнению внимания и памяти. Работа над созданием и оформлением метода ритмического воспитания относится к 1901-1912 гг.; первоначальное название-faire les pas («делать шаги»), затем ритмическая гимнастика, но, поскольку из-за слова «гимнастика» метод начали путать с обыкновенной спортивной гимнастикой, Далькроз остановился на слове «ритмика». В настоящее время употребляются оба слова.

Ритмопластика-предмет, обучающий детей свободному владению своим телом. В нем органично соединены два компонента:  полная подчиненность внутренним законам музыкальной формы, диктующей ритмическую организацию движений, и легкость их практического исполнения. Основу ритмопластики составляют простые, но вместе с тем разнообразные движения (танцевальные, имитационные, общеразвивающие и др.), позволяющие выразить различные по характеру эмоциональные состояния, сюжеты, образы. Приобретая опыт пластической интерпретации музыки, ребенок овладевает не только разнообразными двигательными навыками  и умениями, но также навыками творческого осмысления музыки, ее эмоционально-телесного выражения.

Что общего, и какие различия между ритмикой и ритмопластикой? И то и другое-ритмические движения под музыку. Но если ритмика больше направлена на развитие психического и физического здоровья, ритмопластика решает проблемы еще психологического и духовного здоровья.

В задачи занятий пластикой и ритмопластикой входит раскрытие пластических способностей детей, реализация творческого потенциала посредством спортивных танцев, имитационных упражнений. Синтез музыки, физических упражнений, хореографии и фантазии - отличная возможность развития у детей чувства ритма, музыкального такта, умения слушать музыку и откликаться на нее красивыми движениями тела. На занятиях дети развивают координацию движений, крупную моторику, узнают характер музыки и могут самостоятельно выстраивать рисунок своего движения под музыку.

Каково же влияние ритмопластики на здоровье детей?

В первую очередь это, конечно, **сохранение правильной осанки.**

Во-вторых, именно на занятиях ритмопластикой происходит **психофизическая гармонизация личности** ребенка. Его психическое и психологическое здоровье, эмоциональное благополучие достигается в танце через творческую импровизацию самого ребенка с помощью педагога, который предлагает спектр чувственных или предметных мотивов, организует пространство, придает значимость происходящему. Действие развертывается в ритмическом, или музыкальном, пространстве, удачное оформление которого оказывает важную поддержку для достижения положительных изменений в организме ребенка.

Психологи утверждают, что танец – это диалог души и тела. Для детей дошкольного и младшего школьного возраста даже танцевальная минутка является  жизненно важным процессом, ибо сам творческий акт имеет огромное социальное значение, так как тело ребенка становится средством раскрытия души.

Правильно же организованные занятия ритмикой и ритмопластикой решают многие психические и психологические проблемы детей.

**Практические рекомендации при организации занятий ритмикой и**

**ритмопластикой**

С первых минут занятия очень важно заинтересовать детей, вызвать у них интерес и желание заниматься. Для этого необходимо предварительно продумать методические аспекты: целеполагание, календарно-тематическое планирование, содержание, технологии, методы, приемы, которые помогут решать поставленные задачи.

Невозможно, собрав ребят, переходить сразу к танцам. Сначала предстоит научить их красиво и осознанно двигаться под музыку, сделать связь музыки с движением привычной, естественной. Для этого нужно с самого начала включить в занятие простые, интересные упражнения, не вызывающие особых затруднений для их восприятия и исполнения. Обучение движению обычно начинается с наименования упражнения, показа и объяснения техники. Это необходимо для создания зрительного образа и последующего осмысления движений. Объяснение техники должно быть лаконичным, целенаправленным, понятным. На занятиях лучше использовать такие движения и упражнения, которые оказывают разностороннее воздействие на организм занимающихся. Это построения и перестроения групп; разновидности ходьбы, бега, прыжков, общеразвивающие и специальные упражнения на активизацию мышечного чувства, на тренировку отдельных групп мышц и подвижности суставов.

Особенности календарно-тематического планирования состоят в том, что занятия строятся от простого к сложному и проходят по следующему циклу:

**Обучающие занятия**, на которых детально разбирается движение. Обучение начинается с раскладки и разучивания упражнений  в медленном темпе. Объясняется прием его исполнения. На занятии  может быть введено не более 2-3 комбинаций.

**Закрепляющие занятия**, предполагают повтор движений или комбинаций не менее 3-4 раз. Первые повторы исполняются вместе с педагогом. При повторах выбирается кто-то из ребят, выполняющих движение правильно, лучше других. Можно использовать метод игры-соревнования между второй и первой линиями. И в этом и в другом случае дети играют роль  помощника педагога и привыкают к индивидуальному показу (что часто вызывает затруднение у детей дошкольного и младшего школьного возраста).

**Итоговые занятия.** Дети практически самостоятельно, без подсказки, должны уметь выполнять все заученные ими движения и танцевальные комбинации.

Содержание занятий во многом зависит от подбора музыкального материала, от уровня подготовленности группы, от индивидуальных особенностей обучающихся.

Обычно занятие строится по следующему плану:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Раздел** | **Виды упражнений** | **Задачи** |
| 11 | Разминка | Общеразвивающие | Разогрев мышц, подготовка суставов и мышц к более сложным танцевальным движениям, формирование навыка правильной осанки. |
|  |  | Фитнес упражнения | Развитие ориентирования в пространстве, силы, выносливости. |
| 22 | Основная часть | Ритмические упражнения | Развитие чувства ритма, умения двигаться под музыку. |
| Пластические импровизационные упражнения | Развитие воображения и фантазии, умения импровизировать под музыку. |
| Танцевально-ритмические упражнения | Развитие представления о танце, хореографии, формирование интереса к занятиям хореографией. |
| 33 | Заключительная часть | Игровые упражнения | Развитие эмоционально-образного мышления, чувственной сферы обучающихся. |
| 44 | Рефлективная часть | «Шкала удовольствия»  «Рисую свое настроение»  «Что получилось очень хорошо» | Развитие умения оценивать и анализировать свою деятельность. |

На протяжении всего занятия и, особенно на его начальных этапах очень важно следить за формированием правильной осанки детей.

Для развития у детей выразительности, артистичности, фантазии следует включать в занятия музыкальные игры и этюды. Так, например, когда исполняется торжественный марш, дети ходят энергичным, четким шагом; когда звучит напевная народная мелодия - шаги становятся плавными, спокойными, при передаче игрового или сказочного образа дети двигаются эмоционально, выразительно.

В детских хороводах, играх, плясках преобладают такие движения, как ходьба, бег, прыжки, поскоки. Большое значение для развития воображения и двигательных умений детей имеют образные имитационные движения. Впечатления, вызванные наблюдениями за окружающими явлениями, вызывают у детей потребность выразить их в игровой деятельности. Поэтому такой вид движений широко используется в музыкально-ритмическом воспитании детей . Используются и танцевальные движения, прежде всего народные пляски.

Танцевально – ритмичные упражнения дадут представление о   танце. На занятиях ритмопластики широко используется  импровизационная работа. Выполняя задания педагога,    дети танцуют придуманные ими вариации; выполняют упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен; передают в движениях развернутый сюжет  музыкального рассказа; меняются ролями в импровизации; выполняют действия с воображаемыми предметами.  Такие задания развивают фантазию. Каждый ребенок через ритмопластику пытается показать, изобразить, передать свое видение образа.  Сюжетный танец - очень яркая и выразительная форма детской художественной деятельности, которая вызывает живой интерес у детей (исполнителей и зрителей). Привлекательность сюжетного танца обусловлена его особенностями: образным перевоплощением исполнителей, разнохарактерностью персонажей и их общением между собой в соответствии с сюжетным развитием. Благодаря этим особенностям в нем создается своеобразная игровая ситуация, побуждающая детей к творчеству и, следовательно, способствующая его развитию. Разнохарактерность персонажей устраняет в этом виде танца возможность подражания детей друг другу (ведь хищный волк не может двигаться, как грациозная лиса). Это побуждает каждого участника самостоятельно следить за исполнением своих движений. Сюжетное развитие помогает ребенку видеть в танце особую форму «рассказа» и воспринимать выразительные движения как специфические средства, передающие его содержание, т.е выступающие в качестве своеобразного языка. Музыкальные произведения, предназначенные для сюжетных танцев должны содержать яркие и узнаваемые образы, доступные детям по содержанию, близкие их жизненному опыту и выраженные простыми ясными средствами, побуждающие к движению, «подсказывающие» его.

Основные приемы и методы в обучении детей ритмике, которые используются на занятиях ритмикой и ритмопластикой:

- метод показа,

- словесный метод,

- импровизационный метод,

- метод иллюстративной наглядности,

- игровой метод.

Интересно включить в занятия ритмические композиции на классическую музыку. Естественно, что необходимы прослушивание музыки и беседы о ней, рассматривание иллюстраций, рисование на эту тему, а также пластические этюды, импровизации детей и педагога под музыку. Музыка в ритмике вообще занимает одно из центральных мест. Необходимо подбирать очень красивую музыку, воспитать культуру движения на лучших образцах музыкального творчества (Дж.Ласт, Папетти, П. Мориа, Клаудерман, Шуман, Чайковский). Следует также учитывать возрастные особенности детей (песни из мультфильмов, детские песни)

               Рекомендации.

1. Обучение ребенка движениям с музыкой должно носить характер игры. Виды исполнительской музыкальной деятельности (пение, музыкально-ритмические движения — пляски, игры, хороводы) обычно уже достаточно сформированы у детей этого возраста. Благодаря максимальному насыщению игровыми приемами музыкальных занятий, мы видим взаимопроникновение и взаимодействие различных видов музыкального исполнительства детей.

2. В работе с детьми должны использоваться разнообразные пособия и игрушки, действия с которыми интересны детям. Это платочки, косынки, кубики, ложки, флажки, погремушки, колокольчики, палочки, ленточки, бубны, самолетики, лодочки и кораблики, птички и т. д. Можно использовать и мягкие игрушки: кукла, мишка, зайчик, лиса и др. Хорошо применять и плоскостные игрушки из картона — грибы, елочки, матрешки и пр. Шапочки птиц, насекомых тоже обогащают игры детей и их пляски. Использование пособий, игрушек дает нам возможность максимально разнообразить детские игры и пляски, так как движения детей по объему весьма ограничены.

3. Каждое наше занятие с детьми должно заключать в себе что-то новое, чтобы не иссякал интерес детей, не утомлялось их внимание.

4. Необходимо внимательное отношение к каждому ребенку, знание его темперамента, душевного мира, потребностей детского возраста.

5. Общение с детьми на музыкальных занятиях должно проходить в атмосфере радости — и это самое главное, так как радость — могущественное и наиболее благотворное воздействие на ребенка. Из всех чувств радость всего лучше влияет на жизнь ребенка, развитие его способностей. В атмосфере радости душа ребенка легче всего открывается навстречу прекрасному.

6. Всегда нужно помнить, что, прежде всего, занятия ритмикой и ритмопластикой направлены на сохранение здоровья ребенка.