

О пользе занятий ритмикой в детском саду

КОНСУЛЬТАЦИЯ
МУЗЫКАЛЬНОГО РУКОВОДИТЕЛЯ



Мы на ритмике танцуем:
Ножки ставим на носок,
Круг руками нарисуем
И поскачем: скок-скок-скок!

Что такое ритмика?

Ритмика (от греч. *rhythmos* — порядок движения) – это практические занятия, в ходе которых музыкальные образы передаются при помощи движений. В процессе выполнения специальных упражнений дети учатся воспринимать музыку и выражать полученные эмоции телом. Музыкальное сопровождение (аккомпанемент и фонограмма) – это важнейший компонент занятий ритмикой. Педагог специально подбирает различные по жанру, темпу, ритму и характеру мелодии, чтобы малыши могли познакомиться с музыкой во всем ее многообразии. Танцевальные движения помогают более глубоко прочувствовать музыкальный материал и являются вспомогательными средствами выразительности. На занятиях ритмикой используются, в основном, простые музыкально-ритмические движения следующих видов:

- Танцы (импровизации, хороводы, пляски, элементы народных и бальных танцев и так далее);
- Упражнения (бег, ходьба, прыжки, наклоны, повороты, приседания, упражнения с предметами и многое другое);
- Игры (сюжетные и несюжетные);
- Драматизации.

Занятия для детей дошкольного возраста проходят в игровой форме под музыку или пение.

В сюжетных играх малыши вживаются в образы различных персонажей, имитируют повадки животных и птиц, разыгрывают мини представления. В несюжетных играх дети выполняют танцевальные движения и групповые перестроения.

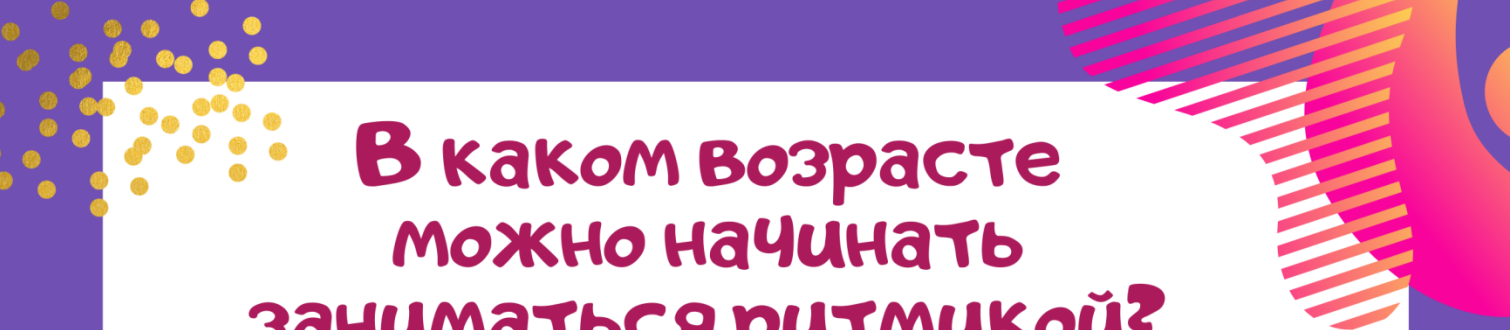
Почему полезна ритмика?

Занятия ритмикой не только приносят детям массу положительных эмоций, но и способствуют разностороннему развитию дошкольников. Чем же полезна ритмика?

1. Развитие музыкального восприятия (чувства ритма, темпа, характера и эмоциональной окраски музыки);
2. Эстетическое развитие;
3. Развитие творческих способностей и артистизма;
4. Снятие эмоционального напряжения;
5. Развитие коммуникативных способностей;
6. Развитие навыков самоконтроля;
7. Формирование правильной осанки, укрепление мышц;
8. Улучшение координации движений;
9. Развитие быстроты, гибкости, пластичности, выразительности движений;
10. Развитие познавательных процессов (восприятия, внимания, памяти, мышления, воображения).



Занятия построены таким образом, что энергичные физические действия чередуются с успокаивающими упражнениями. Это позволяет избегать переутомления и поддерживать активность детей на оптимальном уровне.



В каком возрасте можно начинать заниматься ритмикой?

По мнению основателя данного направления Э. Жак-Далькроза, формировать своеобразное «мышечное чувство» имеет смысл с первых лет жизни ребёнка. На занятиях для малышей 2-3 лет происходит знакомство с такими характеристиками музыки, как громко/тихо, быстро/медленно, весело/грустно. Крохи с большим удовольствием выполняют ритмические движения, тем самым развивая свою координацию и ловкость. Дети 3-4 лет уже могут научиться двигаться в такт музыке, ходить паровозиком, выстраиваться в хоровод, выполнять несложные танцевальные движения в парах и даже импровизировать. Чем старше дети становятся, тем более сложный музыкальный и танцевальный материал используется в занятиях. Дошкольники 4-6 лет обладают довольно развитыми воображением, наглядно-образным мышлением, памятью, а значит, им легче эмоционально выразить суть танца. Детям старшего дошкольного возраста подходят сложные по пластике и композиции произведения, требующие быстрой смены движений различной амплитуды. Таким образом, программы занятий ритмикой для дошкольников строятся с учетом возрастных психофизических особенностей детей. Также педагог всегда обращает внимание на индивидуальные возможности каждого ребенка.

Самое главное на занятиях ритмикой – это удовольствие, которое малыш получает от процесса движения.

Ритмические упражнения, которые можно выполнять дома

Занятия ритмикой проводятся в групповой форме и под руководством профессиональных педагогов, поэтому их полноценная реализация в домашних условиях труднодостижима. Если Ваш кроха по каким-либо причинам не может посещать занятия, то наиболее доступным и эффективным способом познакомить ребенка с миром ритмики является игровая гимнастика. Мини занятия желательно проводить несколько раз в неделю по 15-30 минут в хорошо проветриваемом помещении. Хвалите кроху за проявление внимательности и творческих способностей, позвольте ему дать волю своим чувствам. Важно, чтобы малыш получал удовольствие от процесса, поэтому заставлять ребенка повторять движения, если он этого не хочет, совершенно бессмысленно. Вот несколько несложных ритмических упражнений, которые можно выполнять с ребенком дома:

- «Ходьба» (музыка - Н. Богословский «Марш»).
Предложите малышу на время стать настоящим солдатом и попробовать промаршировать в такт музыке. Это упражнение отлично развивает чувство ритма и темпа, а также координацию движения.

В ритмических упражнениях слуховые и зрительные впечатления соединяются друг с другом, а полученные от них эмоции естественным образом выражаются в движении.

- **«Ветер и ветерок»** (музыка - Л.В. Бетховен «7 лендлеров»). Благодаря этому упражнению дети учатся внимательно слушать музыку и воспринимать ее характер. Его суть заключается в том, что ребенок поднимает руки вверх и раскачивает или с различной амплитудой под музыку, изображая то тихий ветерок, то сильный ветер.
- **«Регулировщик»** (музыка - М. Раухвергер «Автомобиль»). В этой игре взрослый может выступать в роли регулировщика, а дети – водителей и пешеходов. Представьте, что в городе сломались все светофоры, а управлять дорожным движением приходится одному регулировщику. Вначале включается фонограмма, и малыши начинают движение, затем взрослый ставит музыку на паузу и командует повернуться направо, налево и еще раз направо. После выполнения задания «водители» должны припарковаться в заранее выбранном месте, а пешеходы продолжают движение.



Также в интернете Вы можете найти множество примеров логоритмических упражнений, одна из основных задач которых – развитие речи малышей.