

Влияние танцевальной-ритмических движений на развитие физических способностей старших дошкольников.

О танце можно говорить
О танце можно много рассказать
Но лучше музыку услышать чутким сердцем
Но лучше просто взять и станцевать.

Головиц Л. П.

Дошкольный возраст - один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребенка, формируется личность человека. В последнее время в дошкольных учреждениях все чаще стали применять нетрадиционные средства. Наиболее популярной является ритмическая гимнастика, истоки которой берут свое начало в глубокой древности - античной Греции и Древней Индии. Уже тогда ценились оба ее компонента - гимнастика и ритмический танец.

Танцевально-ритмические движения помогают ребёнку познавать окружающую действительность и, в то же время, являются средством выражения музыкальных образов, характера музыкальных произведений. Кроме того, в период дошкольного детства ребенок интенсивно растет и развивается, движения становятся его потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период. Потребность в двигательной активности у детей дошкольного возраста настолько велика, что врачи и физиологи называют этот период «возрастом двигательной расточительности». И именно танцевальные движения помогают творчески реализовать эту потребность, ибо бесконечное разнообразие движений позволяет развивать не только чувство ритма, укреплять скелет и мускулатуру, но и стимулирует память, внимание, мышление и воображение ребенка.

Известно, что дети очень любят танцевать. В танцах они удовлетворяют свою естественную потребность в движении. В выразительных, ритмичных движениях танца раскрываются чувства, мысли, настроение, проявляется характер детей. Замечено: если музыка нравится, у ребят возникает желание двигаться, им трудно усидеть на месте, они буквально «выплескивают» свои эмоции. И детям легче передать свое понимание музыки не словом, а посредством движений. Приобретая знания и навыки, дети начинают понимать, что каждый танец имеет свое содержание, характер, свой образ. Чтобы передать выразительность танцевальных образов, ребенок должен запомнить не только сами движения, но и их последовательность - что само по себе положительно влияет на развитие памяти и внимания, мобилизуется воображение, наблюдательность, развивается творческая активность. Движения под музыку приучают их к коллективным действиям, способствуют воспитанию чувства коллективизма, дружбы, товарищества, взаимного уважения.

В процессе работы над новыми и ранее знакомыми танцевальными движениями педагог использует различные принципы и методы:

Принцип доступности и индивидуализации, предусматривает учет возрастных особенностей и возможностей ребенка и в связи с этим - определение посильных для него заданий. В танцевальные движения **вносятся** какие-то

изменения, так как они вызывают интерес, привлекают внимание детей, создают положительные эмоции.

Принцип наглядности в обучении танцевальной деятельности понимается как широкое взаимодействие всех внешних и внутренних анализаторов, непосредственно связывающих ребенка с окружающей действительностью.

При разучивании новых движений наглядность – это безукоризненный практический показ движений педагогом. Но если в начальной стадии разучивания упражнения главенствует зрительный анализатор, то в заключительной части эта роль переходит к двигательному. Преподаватель для каждого упражнения, игры, танца выбирает наиболее эффективный путь объяснения данного танцевально-двигательного задания.

Принцип постепенного повышения требований, заключается в постановке перед ребенком и выполнении им все более трудных новых заданий, в постепенном увеличении объема и интенсивности нагрузок.

Обязательным условием успешного обучения также является чередование нагрузок с отдыхом. Переход к новым, более сложным танцевальным упражнениям должен происходить постепенно, по мере закрепления формирующихся навыков и адаптации организма к нагрузкам.

Принцип систематичности - один из ведущих. Имеются в виду **непрерывность и регулярность** занятий. В противном случае наблюдается снижение уже достигнутого уровня умелости.

Принцип сознательности и активности предполагает обучение танцевальным движениям, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям. Для успешного достижения цели ребенку необходимо ясно представлять, что и как нужно выполнить и почему именно так, а не иначе.

Методы:

Метод показа. Разучивание нового танцевального движения, педагог предваряет точным показом. Это необходимо и потому, что в исполнении педагога движение предстает в законченном варианте. Ребята сразу видят художественное воплощение образа, что будит их воображение.

В некоторых случаях, особенно в начале работы, педагог может выполнять упражнения вместе с детьми, чтобы увлечь их и усилить эмоционально-двигательный ответ на музыку.

Словесный метод. Методический показ не может обойтись без словесных пояснений. Разговорная речь, будучи тесно связанной с танцевальным движением, жестом и музыкальной интонацией, оказывается тем самым мостиком, который служит соединительным звеном между движением и музыкой.

Словесные объяснения должны быть кратки, точны, образны и конкретны; не допустимо, чтобы педагог был излишне многословен. В словесном методе очень важна и интонация, и то, с какой силой сказано слово. Словом можно стимулировать активность воспитанников, но можно и убить их веру в себя. Для ребят шести- семи лет, можно дать иногда только словесное задание, и они его воспримут. Но слишком часто прибегать к такому методу нецелесообразно.

Музыкальное сопровождение как методический прием. Рассчитывать на то, что ребята сами научатся чувствовать музыку, вряд ли возможно. Педагог

своими пояснениями должен помочь детям приобрести умение согласовывать движения с музыкой.

Правильно выбранная музыка несет в себе все те эмоции, которые затем маленькие исполнители проявляют в танце. Музыкальное сопровождение должно быть ярким, эмоциональным, выразительным. Музыка в любом своем проявлении создает, прежде всего содержательную основу танца. Давая развитие эмоционального состояния образов, сопоставляя разные его стадии.

Метод доступности и индивидуализации. Доступность означает не отсутствие трудностей, а возможность их успешного преодоления путем физических и психических усилий занимающегося. Одним из основных условий доступности является преемственность и постепенность усложнения заданий. Практически это достигается правильным распределением материала. В связи с этим следует отметить целесообразность использования подготовительных, подводящих упражнений для усвоения многих двигательных навыков.

Индивидуализация подразумевает учет индивидуальных особенностей ребенка. У каждого имеются своеобразные функциональные возможности, поэтому по-разному протекает процесс усвоения танцевальных движений, организм различно реагирует на физическую нагрузку. Задача состоит в том, чтобы улучшить врожденные способности, задатки ребенка. Иногда выполнение изначально робким ребенком ведущих ролей или показ какого-либо упражнения по заданию педагога освобождает его от застенчивости, вызывает интерес к занятиям.

Игровой метод. Суть игрового метода в том, что педагог подбирает для детей такую игру, которая отвечает задачам и содержанию по возрасту и подготовленности занимающихся. При обучении детей танцевальным движениям, хорошо использовать игровые приемы, способствующие эмоционально-образному уточнению представлений о характере движений, например: «нужно прыгать, как зайчик», «побежим легко и тихо, как мышки». Игра всегда вызывает у ребят веселое настроение и интерес у них не снижается, даже если по ходу игры педагог вносит те или иные изменения, усложнения или облегчая задание.

Обучение танцу:

Чтобы заинтересовать детей танцем, педагог должен дать общую характеристику танцу, отметить его особенности. Первостепенную роль играет правильный, отчетливый, выразительный показ движений педагогом. Хороший показ вызывает у детей желание поскорей научиться так же красиво танцевать. Показ, сопровождаемый словесными пояснениями, поможет сделать процесс обучения более сознательным и доступным.

В работе над танцем большое значение имеют подготовительные танцевальные упражнения. Рекомендуется вначале разучить с детьми отдельные танцевальные элементы, которые по мере усвоения могут соединяться в танцевальные фигуры. Чаще надо использовать и показ детей, хорошо выполняющих то или иное движение. Танцевальные движения с дошкольниками отрабатываются последовательно: от простых, похожих на физкультурные упражнения, к сложным, почти цельным танцам.

Музыкальное сопровождение – дело первостепенной важности. Музыка выбирается в соответствии с требованиями хорошего вкуса. Что касается его критериев, они определяются такими понятиями: как ясность, доходчивость, законченность мелодии. Танцевальные движения должны раскрывать содержание

музыки, соответствовать характеру, форме, динамике, темпу и ритму музыкального произведения. Для создания нового детского танца на понравившуюся детям и подходящую по музыкальной структуре, форме музыку. В такие танцы включаются обязательные для дошкольников программные танцевальные навыки (пружинки, поскоки, шаги галопа, приставной, ритмические хлопки и др.), многие из которых исполняются в новой современной манере. Одновременно вводятся и новые элементы.

Детский танец должен быть очень компактным. Не рекомендуется в него включать большое количество разных фигур - это утомляет детей. Надо учитывать психофизическую особенность детей-дошкольников, тщательно лимитировать физическую нагрузку. Танец для детей должен иметь четкий рисунок движений. Необходимо помнить о сохранении точности и законченности танцевальной формы. Необходимы органическая взаимосвязь движений с музыкой, учет не только общего характера музыки, но и основных средств музыкальной выразительности (динамических, темповых, метроритмических, гармонических особенностей, регистровой окраски, формы построения данного произведения). Важно также разнообразие репертуара детского танца (по содержанию, настроению). Интересным для детей моментом может явиться смена необычных атрибутов, костюмов, шуток.

И, конечно, приятно видеть результаты такой работы: четкость, синхронность, ритмичность, выразительность, образность, - все эти качества достигаются с увлечением, и главное - всеми детьми. Яркая, интересная музыка вызывает желание двигаться, танцевать, позволяет раскрыться каждому ребенку, показать, на что он способен. Предполагается определенный уровень развития у детей музыкальных способностей, и в первую очередь танцевально-ритмического чувства, а также хорошее качество их двигательной подготовки.

Вывод:

Если использовать в работе современные методики для развития творческих способностей дошкольников в танцевальной деятельности, то результаты станут выше по следующим показателям:

1. Развитие чувства ритма
2. Развитие пластических способностей
3. Развитие танцевально-творческих способностей

Процесс обучения танцевальным движениям достаточно трудоёмкий и сложный. Но именно танцевально-ритмические движения дают возможность полноценного развития дошкольников, оказывая огромное влияние на укрепление скелета и мускулатуру, стимулируют память, внимание, мышление и воображение ребенка. И конечно приносят много радости и позитива.



Солнышко в ладошках "Искорки"



Солнышко в ладошках "Зоренька"



На зарядку становись «Здрайверы»



Новогодний утренник "Пираты"



23 февраля "Граница"



День Матери "Мамин сон"