

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ И РОДИТЕЛЕЙ

РОЛЬ РИТМОПЛАСТИКИ В РАЗВИТИИ ДОШКОЛЬНИКОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Северьянова А.Г., музыкальный руководитель МБДОУ ДС №10

“Самое лучшее, что есть в жизни –
это свободное движение под музыку”

А. И. Буренина

В нашем детском саду функционируют две группы компенсирующей направленности для детей с нарушениями речи: старшая и подготовительная, которые посещают дошкольники с фонетико-фонематическим недоразвитием речи и общим недоразвитием речи II и III уровней, а также ребенок с нарушением опорно-двигательного аппарата (ДЦП).

Исходя из особенностей воспитанников, для освоения образовательной области «Художественно – эстетическое развитие» (раздел «Музыка»), в группах реализуется рабочая программа, составленная с учетом особых образовательных потребностей детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). Согласно программе одним из видов деятельности с дошкольниками с ОВЗ является ритмопластика, которая способствует раскрытию и реализации внутреннего потенциала, творческих способностей и одновременно является оздоровительного вида гимнастикой, в ходе которой задействуются различные группы мышц, развивается чувство ритма, тренируется память и внимание. Именно такая деятельность помогает ребенку раскрепоститься, в том числе и психологически.

Определение ритмопластики логично разделять на два отдельных понятия: ритм и пластика. Из названия можно понять, что под ритмопластикой подразумеваются физические упражнения, выполняемые под музыку. Комплексы упражнений по ритмопластике в детском саду можно подобрать абсолютно любому ребенку. Дошкольникам, не имеющим проблем с опорно-двигательным аппаратом, движения помогут развить пластичность тела, научат чувствовать музыку, попадать в такт. Легкая и незамысловатая гимнастика нравится тем, что не вызывает затруднений во время выполнения движений. Детям, у которых есть некоторые нарушения в опорно-двигательном аппарате, ритмопластика поможет устранить дефекты, освоиться в новом коллективе, догнать своих сверстников в развитии. Дошкольники занимаются исключительно под музыку, что положительно сказывается на восприятии детьми новой информации.

В комплексах по ритмопластике используются следующие 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. Ритмопластика не имеет возрастного ограничения, однако рекомендуется данный оздоровительный комплекс детям от двух до семи лет.

Ритмопластика помогает раскрепостить ребёнка с психической стороны. Малыш начинает чувствовать себя более уверенно в любом коллективе, учится расслабляться, может без стеснения проявлять свои эмоции. Занятия ритмической пластикой преследуют определённые цели: улучшение коммуникативных способностей (ребёнок учится общаться со своими сверстниками и иными лицами, сможет побороть боязнь взаимодействия с другими людьми); повышение физических данных (дети учатся управлять своим телом, смогут прыгать дальше и выше, будут контролировать свои движения); формирование прямой осанки (малыш научится правильно держать спину); исправление походки (дети исправят шаг, смогут избавиться от такой проблемы, как косолапость); раскрепощение детей в психологическом и эмоциональном плане; развитие дыхательного аппарата.

Программа по ритмопластике в детском саду охватывает все стороны развития дошкольников. Более того, встречи проходят в игровом режиме и имеют множество различных форм. Так, помимо привычной ритмопластики, встречается нейродинамическая и театрализованная ритмопластика.

Нейродинамическая ритмическая пластика – это комплексные упражнения, которые носят творческий характер. Такая ритмопластика особенно необходима тем дошкольникам, чья центральная нервная система поражена. Органический генез (нарушение психического развития) требует вмешательства со стороны профессионалов. Задержку речевого, двигательного и эмоционального развития необходимо корректировать. Занятия ритмопластикой в данном случае проходят в динамичном ритме, под музыку. Упор делается на координацию речи и движений. Нейродинамическая ритмическая пластика включает в себя: постановку театральных сценок (по мотивам любимых произведений); составление этюдов (под руководством специалиста); работу с поэзией (эмоциональное чтение стихотворений по памяти, сопровождающееся мимикой и жестами); танцевальные постановки (индивидуальные и групповые); психологическую

гимнастику (для раскрепощения детей); хореографию. Нейродинамическая гимнастика подразумевает совокупность всех вышеуказанных составляющих. Во время деятельности ребенку необходимо следить за своими движениями, речью, эмоциями, мимикой, жестами. Также при выполнении комплекса нейродинамической пластики детям необходимо соблюдать одинаковый темп повествования, договаривать каждое слово и фразу, следить за правильностью дыхания.

Театрализованная ритмическая пластика подразумевает чтение сказок по ролям. Сказки подбираются индивидуально, основываясь на возрасте детей. За счет театрализованной ритмопластики детям удастся усовершенствовать свою речь и улучшить координацию движений, а также развить фантазию. Цель театрализованной ритмопластики - освоить навыки артиста, где немаловажную роль играет мимика, жесты, речь, движения.

Ритмопластика на музыкальной ОД в детском саду подразумевает объединение (или чередование) нейродинамической и театрализованной гимнастики. Так, детям предлагают петь песни, которые будут сопровождаться не просто танцем, а поясняющим движением (жестом, мимикой). Например, когда педагог будет исполнять композицию В. Шаинского, детям предлагается петь песню «В траве сидел кузнечик». Причём группа воспитанников, помимо слов, будет играть небольшую сценку, изображая кузнечика. Такой род занятий особенно нравится детям, потому что они могут проявлять себя творчески. Музыка для ритмопластики подбирается с учетом возрастной категории группы.

Для выполнения упражнений ритмичного характера детям предлагается: изображать различных животных; повторять физические упражнения за педагогом; выполнять движения с атрибутикой (султанчиками, лентами, мячами, цветами). 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». Упражнения также могут выполняться под стихотворения, которые будет зачитывать педагог. Так, например, каждое короткое слово произведения может сопровождаться хлопком или шагом. Такие упражнения помогут детям познакомиться с понятием чувства ритма.

Помимо включения ритмопластики в образовательную деятельность два раза в неделю, для детей старшего возраста, в нашем детском саду, ритмопластика проводится и во второй половине дня, тем самым педагоги располагают дополнительным временем для работы над психическим и физическим развитием воспитанников. Дети с удовольствием занимаются,

разученные композиции включаются в программы праздников и развлечений.

Использованная литература:

1. Буренина А.И. «Ритмическая мозаика» - Программа по ритмике для детей. - 2 изд., испр. и доп. - СПб: ЛОИРО, 2000.
2. В.Н. Малышева, Л.Ф. Меренкова «Коррекционно – развивающая среда для детей дошкольного возраста с нарушениями опорно-двигательного аппарата» - М.: Школьная пресса, 2003.
3. Горшкова Е.В. «Учимся танцевать, путь к творчеству» - Научно-практическое объединение «Психотехника»