**Мастер-класс для педагогов**

**«Развитие двигательной активности у дошкольников**

**средствами ритмопластики».**

Развитие двигательной активности у дошкольников на сегодняшний день - актуальная педагогическая проблема. Основной задачей для решения этой проблемы является поиск инновационных эффективных методов охраны и укрепления здоровья детей, совершенствования и развития двигательной сферы детей дошкольного возраста на основе формирования у них потребности в движении. Состояние психофизического развития ребёнка - важный фактор интеграции его в общество, адекватного реагирования на окружающее, оптимального статуса коммуникативной , когнитивной деятельности и двигательной активности. Развитию этих качеств активно способствует применение новых технологий развития двигательной активности , к которым относится «Ритмическая пластика».

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.

Для того, чтобы наши дети были здоровыми, веселыми, и гармонично развитыми ,необходимо удовлетворить потребность ребенка в движении. Главным мотивом маленьких детей в освоении и совершенствовании двигательного опыта является интерес, чему способствует одна из новых форм организации двигательной активности- 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.

**Ритмопластика** – это вид оздоровительной двигательной активности под музыкальное сопровождение , в которой задействуются различные группы мышц, развивается чувство ритма, тренируется память и внимательность. Она содержит в себе элементы гимнастики и хореографии. Программа по ритмопластике в детском саду подразумевает всё те же физические нагрузки под музыку, но в небольших группах. Именно такие занятия помогают ребенку раскрепоститься, в том числе и психологически, и способствуют

правильной организации профилактики и оздоровления детей. Занятия по ритмопластике в детском саду подойдут абсолютно любому ребенку и помогут детям развить пластичность тела, научат чувствовать музыку, ритмично сочетать музыку и движения. Легкая и незамысловатая гимнастика нравится детям тем, что не вызывает затруднений во время выполнения движений. Детям, у которых есть некоторые нарушения в опорно-двигательном аппарате, ритмопластика в детском саду поможет устранить дефекты, освоиться в новом коллективе, догнать своих сверстников в развитии. Ритмопластика не имеет возрастного ограничения, однако для разных возрастов разработаны разные программы, о которых будет сказано далее.

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.

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

Занятия ритмопластикой способствуют укреплению у детей мышечного корсета, формированию правильного дыхания, развитию моторных функций, выработки правильной осанки, походки, грации движений, развитию двигательной активности - 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. 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.

Начинать развитие двигательной активности по средством ритмопластики нужно как можно в доступной форме: ритмических упражнениях, музыкальных играх, танцах, хороводах.

Развитие музыкального образа, сопоставление контрастных и сходных музыкальных построений, ладовая окрашенность, особенности ритмического рисунка, динамических оттенков, темпа – все это может отражаться в движении.

Я , как музыкальный руководитель, уже на протяжении многих лет активно использую ритмопластику для музыкального развития наших воспитанников. Мною активно применяются известные , хорошо себя зарекомендовавшие , педагогические программы , в основе которых лежит ритмопластика.

В работе с детьми 2-3 лет мною используется программа музыкально-ритмического воспитания «Топ-хлоп, малыши», авторы Т.Н. Саутко, А.И. Буренина. Эта программа позволяет мне организовать эффективную систему работы по развитию движений и музыкальных способностей у детей раннего возраста. На музыкальных занятиях мы разучиваем музыкально - ритмические упражнения, игры и танцы из этой программы, не только для выступления детей на проводимых праздниках , но и для того, чтоб вы могли применять их в группе в игровых моментах, а так же использовать для музыкального оформления собственных занятий. Для 1-2 младших групп я приготовила аудиосборник «Топ-хлоп, малыши» , где собрала все фонограммы игр, танцев и упражнений, включённых в эту программу. Аудиосборник вы можете скопировать, зайдя в локальную сеть ДОУ на страницу Музыкального руководителя в папку №10 –Фонотека, альбом № 3 –«Топ-хлоп, малыши». Применение реквизита так же может разнообразить исполнение знакомых танцев.

Для детей среднего и старшего дошкольного возраста я использую программу «Ритмическая мозаика», автором которой так же является педагог из Санкт-Петербурга А.И. Буренина. Множество разнообразных музыкально-ритмических композиций , собранных в этой программе, позволяют не только развивать музыкально-ритмический способности детей, но и раскрывают для наших воспитанников путь развития от подражания к самостоятельности и творчеству. Особой любовью у детей пользуются музыкально-ритмические композиции на современные детские песни.

При многократном исполнении освоенных композиций, чтобы избежать скуки, монотонности, рекомендуется шире применять различное малое оборудование.

Музыкальный сборник композиций « Ритмическая мозаика» вы так же сможете найти в Локальной сети ДОУ на странице Музыкального руководителя в папке №10 –Фонотека, под названием «Ритмопластика».

Кроме описанных ранее мной программ, хочу обратить ваше внимание на нову эффективную методику. Сергей и Екатерина Железновы являются авторами методики «Музыка с мамой» для развития детей. Для занятий выпущено немало пособий, дисков, методичной литературы. «Музыка с мамой» запоминается веселыми мелодиями и красивыми стишками, забавными песенками-играми. Все это направлено на развитие музыкальных способностей ребенка с грудного возраста. Методика пользуется популярностью среди родителей не только нашей страны, но и за рубежом. Песни-игры из этой методики вполне подходят для детей младшего дошкольного возраста и способствуют развитию двигательной активности и музыкально-ритмических способностей в игровой форме.

Таким образом , использование данных программ , как важных компонентов программы по музыкальному воспитанию детей в нашем ДОУ , позволяет нашим воспитанникам наиболее эффективно , в доступной игровой форме, развивать музыкально- ритмические способности , а так же способствует общему оздоровлению и эффективному развитию двигательной активности воспитанников.

**Практическая часть:**

Приглашаю педагогов для исполнения комплексов .

1. «Топ-хлоп, малыши» - «Ноги и ножки»( «Большие ноги» и «Устали наши ножки»)

2. Методика Железновых.

1) Исполнение по моему показу композиции «Мышь и часы»

2) Исполнение «Вот носик» - пример использования композиций в занятиях.

3) Исполнение оркестром «В лесу родилась ёлочка».(Барабан , дудочка, колокольчик, ложки, погремушки )

3. «Ритмическая мозаика» :

1) Предлагаю воспитателям самостоятельно вспомнить комплекс «Ритмопластики», который исполняли дети их группы.

2) Композиция «Найди себе пару» ( на муз «Встаньте дети, встаньте в круг») – для исполнения приглашаются все участники мероприятия :

1 движение - пары делают «ладушки»( хлопки);

2 движение( на припев) - пары распадаются, расходясь - машут рукой ( «до свидания»), танцующие свободно движутся и образуют новые пары( машут рукой «иди ко мне»).

Далее – вместо первого движения – пары кружатся;

Далее – на 4 раз - в конце музыки пары обнимаются.

Всем спасибо за участие!