

**Муниципальное казенное учреждение
дополнительного образования
Новосибирского района Новосибирской области
«Детская школа искусств с.Раздольное»
(МКУДО «ДШИ с.Раздольное»)**

Статья на тему:

**Что такое ритмика и в чем её польза для развития
дошкольников.**

Автор:
Преподаватель МКУДО «ДШИ с.Раздольное»
Томилова Юлия Александровна

г. Новосибирск, с.Раздольное
2022год

Что такое ритмика и в чем её польза для развития дошкольников?

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

Танцы в ритмике всегда несут в себе какую-либо идею. На занятиях дети не просто двигаются под музыку, а учатся передавать свои эмоции через движения.

О пользе ритмики для детей

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).

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 4 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 4-5 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 5-6 лет обладают довольно развитым 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.
- **«Пилот»** (музыка - Л. Банникова «Самолет»). Эта игра развивает умение ориентироваться в пространстве и чувство равновесия. Под музыку ребенок должен сначала «завести мотор», вращая перед собой согнутыми в локтях руками, затем встать на одной ноге, раскинув руки в стороны, изображая самолет. После этого малыш может свободно бегать по комнате, а по окончании музыки, он должен остановиться и опуститься на одно колено.

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.
- **«Замри»** (музыка - И. Кишко «Марш»). Для игры Вам понадобится несколько карточек со схематическим изображением человека в различных позах (например, правая рука поднята вверх, а левая отведена в сторону, поза ласточки и так далее). Вначале крохе марширует под музыку, а затем замирает в выбранной заранее позе.
- **«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.

Выводы

Ритмика для детей сегодня стала важным компонентом системы воспитания дошкольников. Занятия вводят малышей в мир музыки и движений, развивают пластику, координацию движений, грациозную походку. При помощи пластических средств выразительности ребенок начинает проявлять свои эмоции, что благоприятно сказывается на его общем эмоциональном фоне и способствует гармоничному формированию характера.

Заключение

Занятия ритмикой в ДШИ с.Раздольное» для детей от 4 до 6 лет построены в форме игры. Это наиболее знакомая и приятная для дошкольников форма активности. Малыши с удовольствием прислушиваются к ритму музыки и воспринимают ритмические движения. На занятиях учитываются индивидуальные особенности детей (возраст, способность концентрировать внимание, возможность реализовать тот или иной комплекс упражнений, эмоциональный ресурс для восприятия музыкальной композиции), чтобы каждый малыш мог получить максимальную пользу от занятий.