

***Ханова Татьяна Геннадьевна***

канд. пед. наук, доцент

ФГБОУ ВПО «Нижегородский государственный педагогический университет им. К. Минина»

г. Нижний Новгород, Нижегородская область

***Николаева Марина Юрьевна***

заведующая

МБДОУ «Д/С №432»

г. Нижний Новгород, Нижегородская область

***Малова Ольга Анатольевна***

инструктор по физкультуре

МБДОУ «Д/С №432»

г. Нижний Новгород, Нижегородская область

***Шурыгина Александра Сергеевна***

исследователь научной мысли

г. Нижний Новгород, Нижегородская область

## **РАЗВИТИЕ РИТМИЧЕСКОГО ЧУВСТВА**

### **У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

***Аннотация:** в данной статье представлен научный обзор проблемы развития чувства ритма у дошкольников. На основе опыта внедрения программы дополнительного образования «Развивающая ритмика» представлена роль музыкально-ритмических движений в становлении и развитии различных аспектов личности дошкольника. Особое внимание авторы уделяют роли танцевальных упражнений в процессе всестороннего развития дошкольника.*

***Ключевые слова:** дошкольное детство, ритмическое развитие, танцевально-ритмические движения, танцы, чувство ритма.*

Современная социокультурная ситуация развития ребенка – дошкольника характеризуется ускорением темпа жизни и разнообразием жизненных ритмов. Многообразие ритмов, с одной стороны, и наличие аритмичности жизненных процессов, с другой, приводит к возникновению трудностей в адаптации ребенка

в окружающем пространстве. По мнению ученых, чувство ритма у человека возникает на основе природных биоритмов, поэтому ритмически организованная деятельность, к примеру, музыкальная, обеспечивает необходимые условия для развития ритмического чувства детей, как основы физического и психического здоровья, полноценного гармонического развития личности [4].

Ритм в педагогике рассматривается как особая форма организации движений и деятельности во времени и пространстве, а формирующаяся ритмическая способность выступает средством пространственно-временной организации движений, деятельности и поведения ребенка [3]. Ритм имеет, как известно, не только моторную, но и эмоциональную природу. Б.М. Теплов характеризует чувство ритма как способность активно отражать в движении музыку и, вследствие этого, тонко чувствовать эмоциональную выразительность временного хода музыкального произведения [5, с. 124]. Музыка, ритмические упражнения, различные типы движения развивают, таким образом, и эмоциональное начало, которое, в свою очередь, создаёт основу для творческого развития личности.

Как известно, дошкольный возраст выступает сензитивным периодом для освоения как ритмической культуры слова, так и ритма движения [7]. Ритм биения сердца матери – первый воспринимаемый ребенком метроритм. Двигательный навык, заложенный и автоматизированный в дошкольном возрасте, остается в «базе движений» человека всю жизнь, даже если не используется впоследствии.

Особый интерес в развитии личности ребенка дошкольного возраста представляют музыкально-ритмические движения. Как одно из средств музыкального воспитания, они способствуют развитию музыкального восприятия и двигательной деятельности, музыкального слуха и ритмического чувства, музыкальных способностей в целом. Как известно, музыка и движение обладают огромными возможностями для полноценного физического и духовного развития ребенка. Доказано, что овладение ритмическими и ритмопластическими движениями под музыку теснейшим образом связано с познавательным, речевым, эмоциональным и социально-нравственным развитием личности. Занятия ритмикой

способствуют физическому развитию детей: происходит овладение двигательными навыками, совершенствуется координация движений, повышается жизненный тонус ребенка, улучшается осанка, развиваются такие важные личностные качества, как саморегуляция, произвольность движений и поведения. Кроме того, музыкально-ритмические упражнения улучшают эмоциональное состояние, снижая психоэмоциональное напряжение, способствуют укреплению психического здоровья, росту познавательной активности и инициативности детей, развитию внимания, мышления, реализации творческих способностей. Занятия ритмикой и танцами позволяют ребенку отображать посредством выполнения движения нюансы настроения музыкального произведения, формировать чувство ритма на основе координации движения и музыки, развивать уверенность в себе, тем самым предотвращая появление различных психологических комплексов.

Разнообразие ритмических движений под музыку, таких как ходьба, бег, перестроения, подскоки и т. д., обеспечивает ритмичность и четкость их выполнения. Динамика, темп, ритм музыкального сопровождения побуждают детей изменять скорость движения. Специальное внимание уделяется мимике, пантомиме, выразительному жесту, позволяющим создавать пластические этюды. Особой и очень важной является задача, связанная с развитием ориентировки в пространстве, перестроением под музыку: дети учатся строить «цепочку», круг, осваивают движения в парах, тройках, змейкой, тем самым приобретают свободу движений в пространстве.

Необходимо подчеркнуть, что первостепенную роль на занятиях по ритмике играет музыкальное сопровождение. Используемые музыкальные произведения разнообразны по жанру, стилю, форме, размеру, темпу; но при всем при этом доступны пониманию детей, выразительны, пробуждают фантазию и воображение. Использование игровых упражнений, имитационных движений, сюжетно-творческие зарисовки усиливают эмоциональное восприятие музыки детьми и помогают полнее и всесторонне решать поставленные задачи.

Танцы – средство эстетического воспитания широкого профиля, их специфика определяется разносторонним воздействием на человека. Решая те же задачи эстетического и духовного воспитания детей, что и музыка, танец даёт возможность еще и физического развития, что становится особенно важным. Танец для ребенка – это способ самовыражения с помощью движений. Ведь в дошкольном возрасте у ребенка словарный запас не богат, поэтому ему легче выражать свои чувства, эмоции в движении под музыку. А современная музыка очень близка ребенку, она ему нравится своей подвижностью, веселым характером, динамикой [1, с. 168]. Как отмечает А.Л. Готсдинер, искусство танца богато и многообразно, и каждый жанр его предоставляет свои специфические возможности в познавательном, художественном и социальном развитии детей. Занятия танцами улучшает общефизическое развитие детей, координацию движения, пространственную ориентировку, формирует правильную осанку. В танцах дополнительное развитие получает зрительная память детей. Кроме того, большое влияние танцы оказывают на развитие творческого потенциала и способностей детей.

Коллективом нашего детского сада была разработана программа дополнительного образования для детей дошкольного возраста «Развивающая ритмика» на основе пособий М.А. Касициной, И.Г. Бородиной, Ж.Е. Фирилевой, Е.Г. Сайкиной и др. [2; 6]. Программа включает систему специальных комплексных занятий, на которых средствами музыки и ритмических движений осуществляется всестороннее развитие детей. Программа направлена на решение следующих задач:

1) оздоровительные задачи:

- формирование правильной осанки, мышечного корсета;
  - обеспечение профилактики плоскостопия;
  - содействие оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата
- и др.

2) образовательные задачи:

- развитие основных видов движений;

- нормализация мышечного тонуса;

- формирование чувства музыкального темпа, размера, ритмического рисунка и др.

3) развивающие задачи:

- развитие мышечной силы, гибкости, выносливости, скоростно-силовых качеств;

- формирование навыков выразительности, пластичности, грациозности танцевальных движений и танцев;

- развитие точности, координации, плавности, переключаемости движений;

- развитие пространственной организации собственных движений, оптико-пространственной ориентировки в пределах зала через движение;

- развитие быстроты и точности реакции на звуковые и вербальные сигналы и др.

4) воспитательные задачи:

- формирование способности к пониманию различных эмоциональных состояний на основе восприятия невербальных стимулов (мимика, пластика и т. д.);

- развитие произвольности при выполнении движений и действий;

- развитие коммуникативных навыков посредством выполнения совместных действий и движений, танцев.

Программа «Развивающая ритмика» рассчитана на три года обучения и включает семь содержательных разделов. Раздел «Ритмика» – основной раздел для развития ритмического чувства и двигательной сферы детей. Включает специальные упражнения, музыкальные задания и игры, направленные на развитие умения согласовывать движения с музыкой, словом по характеру, темпу, ритму. Раздел «Музыкально-ритмическая гимнастика» направлен на освоение основных видов движения и включает общеразвивающие, строевые, дыхательные упражнения и др. В разделе «Танцевальная азбука» представлены различные элементы хореографических упражнений и танцев, обеспечивающих формирование танце-

вальных движений. Содержание раздела «Танцевальная композиция» решает задачи формирования у детей координации, гибкости и пластичности. В этом разделе представлены образно-танцевальные композиции, объединенные в комплексы упражнений для детей различных возрастных категорий. Раздел «Психогимнастика» направлен на обучение детей выразительным движениям, мимике и пантомимике. С этой целью используются различные этюды, представляющие собой азбуку выражения эмоций. Раздел «Степ-ритмика» посвящен развитию ритмического чувства на основе использования степ-платформы. Данные упражнения позволяют сформировать у детей чувство ритма и синхронность в выполнении движений. Раздел «Музыкально-подвижные игры» включает разнообразные игры с использованием элементов соревнования, эстафеты, имитации, образного движения и др.

Как показывает практика, использование на занятиях с дошкольниками имитационных движений, игровых упражнений, этюдов и сюжетно-творческих зарисовок усиливает эмоциональное восприятие музыки, способствует развитию интереса к двигательной деятельности и совершенствует качество выполнения движений, способность к импровизации. Необходимо подчеркнуть, что использование игровых методов и приемов придает образовательному процессу привлекательную для детей форму, существенно облегчает процесс освоения упражнений, содействует положительному эмоциональному настрою, способствует развитию воображения и творческих способностей. При этом важно соблюдать принцип соответствия содержания игр и упражнений возрастным особенностям и физическим возможностям дошкольников.

Наблюдения за детьми в процессе музыкально-ритмической деятельности в рамках реализации программы дополнительного образования «Развивающая ритмика» показали, что дети хорошо воспринимают и передают ритмический рисунок в разных видах движений, двигаются под музыку в соответствии с ее ритмом, без труда определяют танцевальные жанры, говорят о средствах музыкальной выразительности. Танцы вызывают у детей устойчивое положительное от-

ношение. При выполнении различных заданий у детей наблюдается выразительность движений, умение двигаться под музыку в соответствии с ее характером и образом. Некоторые дети перестали комплексовать, избавились от стеснительности и зажатости, стали более уверенными, активными и т. д.

Таким образом, использование ритмических упражнений с музыкальным сопровождением в образовательной деятельности способствует всестороннему развитию ребенка, особенно, развитию чувства ритма, позитивного эмоционального состояния и творческой активности.

### *Список литературы*

1. Готсдинер А.Л. Музыкальная психология / А.Л. Готсдинер. – М.: Просвещение, 1993. – 436 с.
2. Касицина М.А. Коррекционная ритмика. Комплекс практических материалов и технология работы с детьми старшего дошкольного возраста / М.А. Касицина, И.Г. Бородина. – М.: Гном, 2007. – 216 с.
3. Медникова Л.С. К проблеме развития ритмической способности дошкольников с интеллектуальной недостаточностью / Л.С. Медникова // Дефектология. – 2001. – №6. – С. 48–58.
4. Россова Ю.И. Вопросы здоровьесбережения в «новой педагогике» В.П. Вахтерова / Ю.И. Россова // Вестник НГТУ им. Р.Е. Алексеева. Серия: Управление в социальных системах. Коммуникативные технологии. – 2013. – №2. – С. 101–108.
5. Теплов Б.М. Психология музыкальных способностей / Б.М. Теплов. – М.: Просвещение, 1977. – 224 с.
6. Фирилева Ж.Е. «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей: Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений / Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина. – СПб.: Детство-Пресс, 2007. – 352 с.
7. Ханова Т.Г. Психолого-педагогические основы современного дошкольного образования / Т.Г. Ханова, Н.В. Белинова // Общество: социология, психология, педагогика. – 2016. – №5. – С. 84–86.