(cc) BY

Акимова Софья Николаевна
инструктор по физической культуре
Агеева Алена Алексеевна
старший воспитатель
Шаляпина Маргарита Николаевна
воспитатель
МБДОУ «Д/С №133»
г. Новокузнецк, Кемеровская область

ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ МУЗЫКАЛЬНО-РИТМИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКИ В ДОШКОЛЬНОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Аннотация*: в публикации раскрыты особенности организации и методики проведения музыкально-ритмической гимнастики в ДОУ.*

Ключевые слова*: задачи музыкально-ритмической гимнастики, особенности проведения музыкально-ритмической гимнастики, структура музыкально-ритмической гимнастики, особенности выполнения упражнений музыкально-ритмической гимнастики.*

Чтобы сделать ребёнка умным и рассудительным,
сделайте его крепким и здоровым.
Пусть он работает, действует, бегает –
пусть он находится в постоянном движении
Ж.-Ж. Руссо

Музыкально-ритмическая гимнастика представляет собой интегрированную систему средств ритмической гимнастики, музыкального сопровождения и двигательных действий. Основными компонентами воздействия на организм и личность ребенка являются движения, игра, сюжет и музыка.

В ходе реализации музыкально ритмической гимнастики в дошкольном образовательном учреждении решаются следующие задачи:

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Образовательные:

– обучать детей освоению музыкально-ритмическим движениям;

– формировать пластику, культуру движения, их выразительность;

– формировать умение ориентироваться в пространстве;

– формировать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы.

Воспитательные:

– развивать у детей активность и самостоятельность, коммуникативные способности;

– формировать общую культуру личности ребенка, способность ориентироваться в современном обществе;

– формировать нравственно-эстетические отношения между детьми и взрослыми;

– создавать атмосферу радости детского творчества в сотрудничестве.

Развивающие:

– развивать творческие способности детей;

– развивать музыкально-художественный вкус;

– развивать воображение, фантазию.

Оздоровительные:

– укреплять здоровье детей;

– содействовать формированию правильной осанки.

Музыкально-ритмическая гимнастика включает в себя два связующих звена: музыку и движение, которые тесно взаимосвязаны между собой. Музыка и движения имеют много общих параметров, к которым относятся:

– все временные характеристики (начало и конец звучания, темп, ритм);

– динамика (чем громче музыка, тем больше амплитуда движения);

– форма произведения и композиционная структура двигательной композиции.

Музыкально-ритмическая гимнастика – это наиболее доступный, эффективный и популярный вид деятельности.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Занятие насыщенно различными видами деятельности: разминка, танцевальная гимнастика, пальчиковые игры, упражнения на релаксацию, музыкальные и сюжетно-ролевые игры. Всё это позволяет сохранить интерес у ребёнка и не переутомлять его.

При всем разнообразии форм, ритмическая гимнастика имеет ряд специфических черт, делающих ее особенно привлекательной и популярной.

Большое влияние упражнений музыкально-ритмической гимнастики оказывает на физическое развитие и воспитание детей, развивает внимание, жизнерадостность, находчивость, самостоятельность, она придает движениям естественную непринужденность и уверенность. Одним из главных результатов занятий музыкально-ритмической гимнастикой – это воспитание нравственных качеств, сознательной дисциплины, трудолюбия, опрятности, доброжелательного отношения к окружающим.

Особенности проведения музыкально-ритмической гимнастики.

Музыкально-ритмическая гимнастика составляется согласно педагогическим принципам, по своему содержанию должны соответствовать возрастным особенностям, физическим возможностям занимающихся и решать в единстве задачи оздоровления, обучения и воспитания.

Применяемые физические и танцевальные упражнения на занятиях, распределяются согласно принципу возрастания и чередования нагрузки. Музыкально-ритмическая гимнастика составляют единую систему обучения, и отвечает современным требованиям технологии построения и проведения занятий.

Структура музыкально-ритмической гимнастики строится по стандартной схеме и содержит подготовительную, основную и заключительную части (табл. 1).

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Таблица 1

Структура музыкально-ритмической гимнастики.

ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ (РАЗМИНКА)	
Назначение	*Задачи*
Направлена на вырабатывание; содержит разогревающие упражнения общего воздействия и локальные разогревающие движения. Применяются упражнения динамического характера: ходьба, бег, прыжки, упражнения на коррекцию свода стопы, общеразвивающие упражнения.	Обеспечивает разогревание организма, подготовку его к основной физической нагрузке.
ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ	
Предполагает характерную проработку различных мышечных групп и воздействие на основные функциональные системы специальными упражнениями. Содержание и продолжительность основной части урока ритмической гимнастики довольно вариативны, зависят от типа занятия и решаемых задач.	Проходит в интенсивном темпе, одно упражнение быстро сменяется другим. Здесь не предусмотрено, какие виды прыжков вы будете делать. Главное – добиться высокой интенсивности в этой части комплекса.
ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ	
Завершается ритмическая гимнастика упражнениями на расслабление. Это могут быть упражнения из исходных положений стоя, сидя, лёжа. Которые способствуют быстрому восстановлению организма и подготовке его к дальнейшей деятельности.	Обеспечить максимальный отдых детей в короткий промежуток времени.

Следующая серия упражнений – нагрузочная. Здесь предлагаются упражнения интенсивного характера: различные наклоны, раскачивания туловища, выпады, приседания.

Эта серия упражнений проходит в быстром темпе. При выполнении детьми упражнений особое внимание обращается на осанку.

Затем следует партерная серия упражнений из исходных положений сидя и лежа. Эта группа упражнений предназначена для развития гибкости позвоночника, укрепления мышц спины, брюшного пресса, развития мышц ног.

Особенностью проведения занятий ритмической гимнастикой является доминирование практической стороны объяснений, то есть показа упражнений. Таким образом, не тратится время на объяснение упражнений, что позволяет решить сразу несколько проблем в проведении в режиме дня дошкольника: во-первых, значительно увеличить двигательную активность ребенка и повысить моторную плотность занятий, во-вторых, учесть психологические особенности

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

детей. Иными словами, показанное упражнение воспринимается и запоминается детьми быстрее и легче, чем объяснение.

Однако полностью исключать словесное объяснение при проведении занятий ритмической гимнастикой не рекомендуется. Указания и команды должны нацеливать на правильное выполнение упражнений.

Особенности выполнения упражнений ритмической гимнастики.

1. Каждое упражнение в отдельности достаточно просто и поэтому доступно практически всем возрастным категориям занимающихся.

2. Многократные повторения каждого движения, их сочетаний в связках, сериях и целом потоке – определяют их аэробный характер, стимулирующий работу сердечно – сосудистой и дыхательной систем и обеспечивающий нагрузку опорно-двигательного аппарата.

3. Большинство упражнений красивы по форме и стилю исполнения, движения в них свободны, что создает благоприятные условия для воспитания выразительности и развития пластичности.

4. Ритмичное музыкальное сопровождение, а также красивая и точная демонстрация движений преподавателем (или демонстратором) создают положительный эмоциональный фон, соответствующий настроению и вкусу занимающегося.

5. Отдельные упражнения объединяются в комплексы, позволяющие включить в работу большое количество мышечных групп, обеспечить гармоничность воздействия.

6. Отсутствие жестких требований к техническому обеспечению, возможность индивидуального выбора удобной и красивой экипировки.

Приемы, применяемые педагогом при обучении.

1. Предварительный показ ритмических композиции, отдельных элементов и упражнений.

2. Анализ и синтез музыкально-ритмического материала, при котором анализируется отдельные части движения, композиции и потом соединяются.

3. Формы объяснения: комментирование, инструктирование, корректирование, изложение.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Для правильной оценки действий педагога во время проведения ритмической гимнастики, необходимо систематически вести наблюдение за качеством выполнения упражнений, за самочувствием детей, их поведением. Анализируя это, педагог должен отмечать положительные стороны, выявлять недостатки и делать соответствующие выводы, а затем вносить изменения в комплекс музыкально-ритмической гимнастики, уточняет методику его проведения.

Список литературы

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика: программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста / А.И. Буренина. – 2-е изд., доп. и перераб. – СПб.: ЛОИРО, 2000. – 220 с.

2. Моргунова О.Н. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ: практическое пособие / О.Н. Моргунова. – Воронеж, 2007. – 176 с.

3. Ритмическая гимнастика // Дошкольное воспитание. – 2008. – №10. – С. 47–49.

4. Организация и проведение музыкально-ритмической гимнастики в дошкольном образовательном учреждении в условиях реализации ФГОС дошкольного образования / [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://pandia.ru/text/80/045/44140-3.php (дата обращения: 08.12.2020).

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)