

## ПЕДАГОГИКА

**Лукманова Наталия Борисовна**

канд. биол. наук, доцент, зав. кафедрой

Северный (Арктический) федеральный университет им. М.В. Ломоносова

г. Архангельск, Архангельская область

**Гладышева Анастасия Михайловна**

магистрант, тренер-преподаватель

Северный (Арктический) федеральный университет им. М.В. Ломоносова,

ДЮСШ-2

г. Архангельск, Архангельская область

### **ПРИМЕНЕНИЕ ОБРАЗА «СКАЗОЧНЫХ ГЕРОЕВ» НА ЗАНЯТИЯХ ПО ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ В ГРУППЕ ДЕВОЧЕК 4–6 ЛЕТ**

***Аннотация:** в статье рассматриваются возможности использования образов сказочных героев на занятиях по художественной гимнастике в группе девочек 4-6 лет. Для развития артистичности и выразительности девочек отмечается важность музыкального и творческого подхода к занятиям по художественной гимнастике. Описывается педагогический опыт проведения учебно-тренировочного процесса с детьми. Делается вывод о пользе творческого подхода к проведению художественной гимнастики, в ходе занятий девочки приобретают способность лучше управлять своим поведением, легче переносят нагрузку, становятся более гибкими в общении, более спокойно выражают эмоции.*

***Ключевые слова:** художественная гимнастика, девочки, учебно-тренировочный процесс.*

Дошкольный возраст имеет исключительно важное значение для развития психической сферы и формирования личности ребенка. Именно в эти годы закладывается фундамент здоровья, формируются личностные качества, интерес к

занятиям любимым делом, раскрываются способности ребенка. Особенностью дошкольного возраста является быстрая утомляемость от однообразия и повторения движений. Как известно, игра – наиболее доступный для детей вид деятельности, это способ переработки полученных из окружающего мира впечатлений, знаний [3, с. 110]. Именно поэтому нами были разработаны занятия с использованием игровых технологий и внесением образов «сказочных героев» на тренировочных занятиях по художественной гимнастике. Этим и объясняется актуальность исследуемой темы.

Художественная гимнастика – гармоничное сочетание искусства и спорта. Благодаря унаследованной от балета связи с музыкой и хореографией, она требует от юных спортсменок чувства ритма и музыкальности – качеств, необходимых для выполнения упражнений высокой трудности. В художественной гимнастике возникает необходимость развития артистичности и выразительности у девочек 4–6 лет, поэтому практически с первых занятий необходимо развивать данные качества.

По мнению Степаненковой Э.Я. (2006), дошкольный возраст является эффективным периодом по формированию красоты движений, которая проявляется в совершенном физическом контроле и позволяет телу властвовать над пространством и временем [2, с. 70]. Как показывает опыт, музыкальное сопровождение обогащает занятие, а упражнения художественной гимнастикой делают урок насыщенным и разнообразным, такие занятия повышают эмоциональное состояние детей [1, с. 10]. Всем известно многогранное воздействие музыки. Во-первых, правильно подобранная музыка содействует эстетическому воспитанию детей. Во-вторых, музыка воспитывает ритм движений, музыкальный слух. В-третьих, дети стремятся выполнять упражнения в сочетании с музыкой, а это повышает культуру движений [4, с. 50].

Таким образом, играя, ребенок удовлетворяет природную потребность в движении. Необходимо отметить, что, создавая тот или иной игровой образ, дети слышат в музыке и передают в движении разнообразные чувства. Тем самым, они учатся тонко чувствовать эмоциональную настроенность произведения.

Умение отметить в движении начало и конец музыкального произведения, выделить ритмический рисунок мелодии, осознать средства музыкальной выразительности помогает детям в формировании базовой основы движения. Использование разнообразных упражнений в художественной гимнастике, начиная с дошкольного возраста, прежде всего, позволяет формировать интерес у детей к этому виду спорта, а забавные игры, которые используются на занятии, только усиливают этот интерес [5, с. 82].

В рамках данной работы нами в учебно-тренировочном процессе, наряду с основными упражнениями художественной гимнастики: различными видами ходьбы и бега, пружинными и волнообразными движениями туловищем и руками, махами, прыжками, поворотами и множеством упражнений с такими предметами, как скакалка, обруч, мяч, булавы, лента, использовались игровые технологии и образы «сказочных героев». Так, уже в подготовительной части занятия дети входят в образ, в самом начале тренировок образ формируется простой и понятный детям, например: «Мишка», затем более сложный – «Гибкая лисичка», постепенно образы усложняются, юные спортсменки превращаются в «Принцесс» («Золушка», «Барби» и т. д.). В соответствии с образом выполняются все характерные движения: ходьба на пятках – «принцесса идет на каблуках», гимнастическая ходьба – «принцесса идет на бал, показывая свои туфли», ходьба на носках – «золушка высматривает принца». В основной части занятия юные спортсменки «путешествуют» в принятом образе, «отправляясь в сказочное путешествие». Как показал практический опыт, отправиться в это «путешествие» детям помогает прием идеомоторного восприятия. Заключительная часть занятия направлена на снятие мышечного и эмоционального напряжения, используются приемы выхода ребенка из образа.

Таким образом, благодаря использованию образов «сказочных героев» юные спортсменки становятся нежнее, ласковее, женственнее, движения становятся более мягкими, походка пластичнее, девочки избавляются от неуклюжей походки, угловатости, излишней застенчивости. В ходе занятий юные спортс-

менки приобретают способность лучше управлять своим поведением, легче переносят нагрузку, становятся более гибкими в общении и менее застенчивыми, легче вступают в сотрудничество, более спокойно выражают эмоции.

### ***Список литературы***

1. Гимнастика и методика ее преподавания: учебник для факультетов физической культуры / под редакцией Н.К. Меньшикова. – СПб.: РГПУ им. А.И. Герцена, 2008. – 463с.
2. Зимина А.Н. Основы музыкального воспитания детей младшего возраста: учебное пособие для студентов высших учебных заведений. – М.: Владос, 2010. – 304 с.
3. Кряж В.В. Гимнастика, ритм, пластика. – М.: Просвещение, 2010. – 170 с.
4. Музыка и танцы на уроках гимнастики: учебное пособие. – Волгоград: ВГАФК, 2009. – 78 с.
5. Фомина Н.А. В музыкальном ритме сказок: учебно-методическое пособие. – Волгоград: ВГАФК, 2009. – 81 с.