

Методическая разработка для педагогов дополнительного образования

«ЭВРИТМИЯ, КАК ИННОВАЦИОННАЯ ФОРМА РАБОТЫ С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА»



Разработала:
Зобнина Анастасия Евгеньевна,
педагог дополнительного образования

г. Екатеринбург

Содержание

Введение

Актуальность.....	3
--------------------------	----------

Глава 1. Научно-теоретическое обоснование эвритмии

1.1. Историко-теоретические основы эвритмии.	
1.2. Особенности взаимодействия детского сада и семьи как условие эффективного формирования традиций семейного воспитания.....	6

Глава 2. Эвритмическая гимнастика, как современная форма оздоровительной деятельности с детьми

2.1. Движение-речь-мышление.....	8
2.2. Эвритмия в ДОУ.....	9
Заключение.....	11
Список литературы	12
Приложение 1.....	13
Приложение 2.....	19
Приложение 3.....	23
Приложение 4.....	31
Приложение 5.....	38
Приложение 6.....	44
Приложение 7.....	49

Введение

Актуальность

В настоящее время всё более активно применяется такой инновационный подход, как арт-терапия. Среди разных направлений арт-терапии можно выделить: игровую, сказкотерапию, эвритмию.

Для меня, как для музыкального руководителя, наиболее интересный, по сути, и содержанию является эвритмия.

Эвритмия – это особый вид художественного движения. В переводе с греческого эвритмия – это «прекрасный ритм», «прекрасное движение». Как искусство движения, эвритмия основана на закономерностях речи, музыки и жеста, и выражает их в видимой, образной форме в движении и пространстве.

Эвритмия появилась в начале 20 века в Швейцарии. Её основы были разработаны немецким философом Рудольфом Штейнером.

В последнее время элементы этой технологии используются педагогами- дошкольниками для нетрадиционного подхода к формированию двигательной культуры детей дошкольного возраста. В технологии этого метода предоставляется возможность искать свой собственный стиль работы, видоизменять методические пристрастия, экспериментировать в музыкальной педагогике и радовать себя общением с детьми и музыкой.

Эвритмия развивает творческие способности детей, когда они художественным образом выражают духовное содержание поэзии или музыки и при этом взаимодействуют с другими детьми посредством движения. Искусство движения - эвритмия - оказывает помощь ребенку в самовыражении. Посредством искусства на основе художественного образа дети учатся проявлять собственную индивидуальность, понимают, что каждый человек неповторим. На помощь ребенку приходит язык эвритмии — это язык жестов, ритмов, которые живут в музыкальном и поэтическом произведении.

Жест в эвритмическом движении имеет творческую основу, но одновременно выражает закономерности речи или музыки.

Речь – самая дифференцированная форма человеческого движения – в

эвритмии распространяется на весь организм. Когда ребенок учится проговаривать звуки, он совершает невидимый волевой поступок, который в эвритмии получает зримое выражение. Проходящий через лёгкие и гортань воздух формируется при помощи губ, зубов, неба, и этот воздух, по сути, не что иное, как воздушные жесты. И этим воздушным жестам, а также движениям органов речи, можно подражать посредством движений рук.

Через музыкальную эвритмию ребёнок знакомится с ритмом, мелодией, тактом, учится гармонично двигаться под музыку. В первую очередь, необходимо научить ребят чувствовать ритм. Для этого использую сочетание простейших движений (хлопки, отбивание ритма ногой, на музыкальных инструментах из бросового материала, прыжки и т.п.).

Цель эвритмии — развитие культуры движения детей дошкольного возраста.

Объект эвритмии — это закономерности речи, музыки и жеста, которые выражаются в видимой, образной форме в движении и пространстве.

Предмет эвритмии — это язык жестов и ритмов, который живёт в музыкальном и поэтическом произведении.

Задачи эвритмии включают:

- формирование и коррекцию осанки, чувства темпа и ритма движений, внимания, пространственной ориентации;
- развитие двигательных качеств: силы, выносливости, быстроты, гибкости, ловкости;
- коррекцию координации движений рук (пальчиковая гимнастика) и ног;
- улучшение психического состояния (снижение тревожности и агрессии, эмоционального и мышечного напряжения, совершенствование внимания, воображения);
- расширение эмоционального опыта, развитие навыков взаимодействия друг с другом;
- формирование творческого начала («ритмическое

фантазирование» на

– заданные темы), создающего атмосферу радости и стимулирующего развитие созидательных способностей.

Глава 1. Научно-теоретическое обоснование эвритмии

1.1. Историко- теоретические основы эвритмии

Эвритмия исследует объективные законы формирования звуков посредством движения и воплощает эти исследования в художественной, педагогической и терапевтической форме. Как художественное явление она возникла в начале 20-го века и являлась откликом на поиски обновления в сфере искусства танца. Импульс к рождению эвритмии дал немецкий философ и педагог Рудольф Штейнер. Эвритмия показала свою жизнеспособность: в течении всего 20-го века ее развитие не прекращалось. В настоящее время существуют художественные ансамбли, которые демонстрируют это искусство на сцене, эвритмия преподается в детских садах и школах вплоть до старших классов, используется для исследования и моделирования социальных процессов в бизнес-сообществах, а также в арттерапии.

С самого начала возникновения эвритмии стала очевидна ее ценность как педагогического инструмента. Физические движения, соединенные с душевным переживанием, глубоко воздействуют на ребенка, оказывая как общее формирующее (работа в группе), так и корректирующее воздействие (индивидуальное занятие). Эвритмия может стать подспорьем в формировании таких важных процессов как внимание, память, координация мыслительного и речевого аппарата, развитие пространственного восприятия.

1.2. Особенности взаимодействия детского сада и семьи как условие эффективного формирования традиций семейного воспитания

Что же такое эвритмия?

Кажется, что само слово наполнено музыкой, гармонией и загадкой.

Это одно из направлений вальдорфской педагогики. В переводе с греческого слово «эвритмия» означает «прекрасное движение». В вальдорфской педагогике эвритмия позиционируется как отдельный вид

искусства. В Вальдорфе интеллектуальное развитие уходит на второй план. От ребенка не требуют многого, ставя основной целью вырастить гармоничную счастливую личность, а не отличника. К слову, оценок в Вальдорфе вообще нет. Детей и их достижения не сравнивают друг с другом, к каждому относятся исходя из его индивидуальных особенностей и способностей.

Основной принцип — трехстороннее развитие ребенка. Дети развиваются духовно (познание мира, мышление, обсуждение), душевно (танцы, музыка, искусство) и практически (лепка, шитье, в общем, различное прикладное творчество).

Жизнь в вальдорфской системе делится на ритмы и эпохи. Это сделано для того, чтобы дети могли увидеть внутренние связи между науками и познать их более объемно. К примеру, в эпоху математики она становится главенствующим предметом и присутствует везде – и в танцах, и в литературе, и в творчестве.

Эвритмия — это некий синтез речи и движения. Это не пение и не танцы, а выражение смысла слов не только путем их проговаривания, но и с помощью движений. По словам самого Штайнера, эвритмия — это жест и звук слитые воедино. Педагоги, работающие по вальдорфской системе, считают, что эвритмия способствует полноценному раскрытию личности ребенка.

Глава 2. Эвритмическая гимнастика, как современная форма оздоровительной деятельности с детьми

2.1. Движение-речь-мышление

Переживание движения относится к одному из первых человеческих восприятий. На ребенка, еще находящегося в утробе матери, благотворно действуют ее дыхание, кровообращение, походка. Даже материнская речь, распространяющаяся в виде волн по всему телу, действует на плод. Еще до того, как младенец начинает фиксировать предметы, он начинает двигаться, реагировать, и прежде всего реагировать на движения. Учеными доказано, что чем выше двигательная активность ребенка, тем лучше развивается его речь.

Взаимосвязь общей и речевой моторики изучена и подтверждена исследованиями многих крупных ученых, таких как И. П. Павлов, А. А. Леонтьев, А. Р. Лурия. Если проследить эту цепочку дальше, то мы увидим, что дети с общим недоразвитием речи отличаются от своих сверстников без нарушения речи особенностями психических процессов. Для них характерны неустойчивость внимания, трудности в запоминании, отставание в развитии мышления. Работа с речью, речевая коррекция приводит к улучшению качества мыслительного процесса. Мы можем наблюдать это в ситуациях различных отклонений, но это также верно для детей с нормальным развитием. То есть цепочка «движение-речь-мышление» является физиологической основой формирования ребенка младшего возраста, но не утрачивает свою актуальность и в начальной школе, поскольку является естественным инструментом освоения мира для ребенка. В глубокой древности существовали языки, звучащие подобно пению, причем речь сопровождалась движением рук и ног; а в тех случаях, когда нужно было произнести что-нибудь возвышенное, ей сопутствовал своего рода танец. Как нечто совершенно естественное воспринимались в древности жесты, сопровождавшие слова.

2.2. Эвритмия в ДОУ

Дети дошкольного возраста могут свободно следовать взрослому в движении, используя свои подражательные способности. Здесь нет механического копирования, но происходит слияние с образом, внутренняя активная переработка этого образа и самовыражение в движении. Мир движений открывается ребенку как особая действительность, которая ждет исследования. Маленький ребенок сначала ощущает движение, а затем делает его управляемым. Данное звено как раз и опускается традиционной практикой формирования двигательной культуры. Детское движение еще не успело претерпеть необходимый процесс развития, включающий построение образа, а его уже пытаются форсированно автоматизировать моторной практикой путем упражнений. Движение становится произвольным через подражание.

В процессе формирования двигательного образа активизируется воображение. Ребенок, подражая движению взрослого, активно работает над созданием внутреннего образа и творчески выражает его в собственном движении. С этой задачей сопряжена и необходимость формирования выразительности движения. С помощью воображения ребенок не только строит новый образ, проникает в него, но и передает смысловое значение другому человеку. Двигательный опыт оформляется эстетическим образом. Средством для этого могут служить музыка и речь. Движение становится своеобразным синтезом музыки и речи. Среди различных видов художественного движения эвритмия выделяется тем, что соединяет не только музыку и движение, но и поэтическую речь и движение.

Целительное воздействие эвритмии на волю ребёнка.

В мире существует множество явлений, ослабляющих волю ребенка, так как современная культура проявляется как культура развлечений и потребления. Все виды наркотиков, в том числе и технического характера – телевидение, видеопродукция, реклама, компьютерные игры, которые манипулируют его волей и уводят в виртуальный мир, не позволяя ему

проявить себя в реальном мире как свободно и сознательно действующая индивидуальность.

Эвритмия в дошкольном возрасте закаляет волю ребенка для деятельности и преобразования мира, побуждает совершать добрые поступки для того, чтобы наполнить жизнь радостью и вниманием ко всему доброму. Это яснее проявится во взрослой жизни, а сейчас душа ребенка учится владеть телом, волевым образом направлять его на добрые дела. Для маленьких детей необычайно важно пережить целостность

человеческого существа как гармонию мышления, чувств и воли как основу для всей последующей жизни. Невозможно избежать негативного воздействия окружающего мира, но можно выделить 15 минут в день для индивидуальных эвритмических упражнений.

Эвритмия обращается к воле человека, когда он художественным образом выражает духовное содержание поэзии или музыки и при этом взаимодействует с другими людьми посредством движения.

Мы развиваем волю ребенка выразительными художественными средствами с помощью искусства движения, но при этом обращаемся и к моральной сущности человека – ребенок находится в социуме среди других детей и взрослых. Его движения должны созидать, создавать атмосферу доброжелательности и свободы, в которой каждому ребенку будет легко найти способ самовыражения. Ребенок учится замечать других людей, их неповторимость, их мнения и желания. Таким образом, постепенно поступки и воля ребенка пронизываются моральностью.

Заключение

С помощью воображения ребенок не только строит новый образ, проникает в него, но и передает смысловое значение другому человеку. Для любого предмета, явления и персонажа есть свои жесты и слова, которые дети вместе проигрывают, проговаривают, пропевают. Это помогает стеснительным, замкнутым детям почувствовать себя включенными в общую игру, а активных, нетерпеливых детей тормозить, помогает им двигаться вместе со всеми. Игра на движение с включением персонажей может включать в себя образно-двигательную музыкальную грамоту, речевую и певческую работу; в хороводах, инсценированных песнях всегда присутствует элемент ритмической работы, танцевальные движения, театрализация. Принимая участие в драматизации, ребенок находится в образе, перевоплощается в него, живет своей жизнью. Играя, дети осваивают многие понятия, а ежедневное проговаривание одних и тех же стихов в течение месяца позволяет даже самым маленьким запомнить довольно большой по объему текст. Такие ежедневные занятия предоставляют многообразные возможности для речевого развития, благотворно влияют на сферу чувств ребенка, ритмическую систему организма, помогают оживить фантазию, развивают социальные способности. Практический опыт, приобретенный в работе с дошкольниками, позволяет заключить, что эвритмия обладает определенными неиспользованными резервами в повышении эффективности системы художественного воспитания молодого поколения. Обращение к современным технологиям в воспитании дошкольников открывает широкие возможности педагогическому творчеству, смелому поиску инновационных методов воспитания и обучения.

В заключение хочу отметить, что детство – это совсем не маленькая страна, это – огромная планета, где каждый ребенок имеет свои таланты: художественные, актерские, музыкальные. Важно бережно и уважительно относиться к детскому творчеству, в каком бы виде оно не проявлялось.

Список литературы

1. М. В. Меличева, эвритмист к.п.н, диссертация на тему: «Формирование культуры здоровья дошкольников в процессе сотрудничества педагогов и родителей».
2. Мелехина Н.А., Колмыкова Л.А. «Нетрадиционные подходы к физическому воспитанию детей в ДОУ»
3. Радынова О.П. «Музыкальные шедевры. Песня, танец, марш. -2-е изд., перераб. - М.:ТЦ Сфера, 2014.-240 с.(2)
4. Штейнер Р. «Эвритмия как видимая речь» – лекции
5. Штейнер Р. Эвритмия. – М., Парсифаль, 1996
6. Эвритмия // Ф. Карлгрен. Воспитание к свободе. М., 1995

Интернет-ресурсы:

1. Игровой стретчинг в детском саду. Режим доступа: <https://www.maam.ru/detskijasad/igrovoi-stretching-v-detskom-sadu.html>
2. Использование эвритмии в музыкальной деятельности дошкольников. Режим доступа: <https://www.maam.ru/detskijasad/-ispolzovanie-yevritmi-v-muzykalnoi-deyatelnosti-doshkolnikov.html>
3. Современные технологии музыкального воспитания детей дошкольного возраста. Режим доступа: <https://nsportal.ru/detskiy-sad/muzykalno-ritmicheskoe>
4. Эвритмия. Википедия. Свободная энциклопедия. Режим доступа: <https://ru.wikiredia.com/wiki/Эвритмия>

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ ВОСПИТАТЕЛЕЙ

«Использование эвритмической гимнастики в музыкально-коррекционной работе с детьми дошкольного возраста с общим недоразвитием речи»



Составитель:

Зобнина Анастасия Евгеньевна
педагог дополнительного образования

Развитие современного общества диктует новые условия организации дошкольного образования. Для обеспечения его качества внедряются в деятельность ДОО инновационные педагогические технологии, в числе которых здоровьесберегающие и коррекционные. Данные технологии позволяют детям с речевыми нарушениями, число которых по данным мировой статистики неуклонно растет, овладеть коммуникативной компетенцией, одной из ключевых, согласно целевым ориентирам ФГОС ДО.

Среди педагогических технологий, оказывающих положительное влияние на коррекцию речевых нарушений у детей с ОВЗ, в музыкальной деятельности используется эвритмическая гимнастика.

Элементы данной технологии стали применяться музыкальными руководителями ДОО для формирования и совершенствования музыкально-творческих способностей детей дошкольного возраста, их двигательной культуры, а так же в качестве здоровьесберегающей технологии у детей с ОНР.

Автором данной педагогической технологии является немецкий философ и мыслитель XX века Р. Штейнер, основоположник вальдорфской педагогики.

Эвритмическая гимнастика — это сочетание особого гармонизирующего движения, напоминающего танец, с поэтической речью или музыкой. Эвритмическое движение является по характеру художественным и одновременно целительным, потому что основано на глубоком переживании и понимании красоты и законов музыки и речи.

Цель использования данной педагогической технологии в ДОО

— развитие культуры движения детей дошкольного возраста.

Занятия с использованием ее элементов направлены на:

— развитие координации движений детей, их физических качеств: силы, выносливости, быстроты, гибкости;

— улучшение психического состояния (снижение тревожности и агрессии, эмоционального и мышечного напряжения, развитие внимания и воображения);

- расширение эмоционального опыта, развитие навыков коммуникативного взаимодействия со сверстниками и взрослыми;

- коррекцию и совершенствование речи детей с ОНР;

- формирование музыкально-творческих способностей дошкольников

Развитие двигательных способностей дошкольников средствами эвритмии осуществляется на основе следующих принципов:

- принцип природосообразности. Его соблюдение позволяет ребенку в музыкальной деятельности пройти путь становления мышления от наглядно-действенного к логически-абстрактному;

- принцип здоровьесбережения. Предполагает создание условий для сохранения и укрепления здоровья детей с ОНР в музыкальной образовательной деятельности;

- принцип развития творческого воображения. Его соблюдение заключается в создании ситуаций, которые позволяют ребенку выдумывать, фантазировать, в полной мере реализовывать свой творческий потенциал, положительно влияя на формирование его продуктивной деятельности;

- принцип формирования способности к сопереживанию. Применение этого принципа позволяет ребенку проникнуться духом доброжелательности и солидарности, умением слышать и понимать другого, отсутствием конфликтности и агрессивности.

Музыкальные занятия с использованием эвритмической гимнастики у дошкольников с ОНР проходят в форме познавательной игры, сказки или путешествия. История, рассказываемая педагогом, создаётся действиями всех участников занятия. На начальном этапе воспитанники подражают действиям и движениям педагога, перевоплощаются в образы сказочных персонажей, растений и животных, проживают различные явления природы, имитируют деятельность людей. Поскольку игра является ведущим видом деятельности дошкольника, то большинство упражнений носит игровой характер.

Элементы эвритмической гимнастики включаются в логоритмические и музыкальные занятия постоянно.

Создания доверительной атмосферы и успокоения в общем кругу — первый этап занятия. Дети приветствуют участников музыкально-коррекционной деятельности пением и жестами, используя приветственные пальчиковые и жестовые игры, валеологические песенки-распевания.

В основной этап занятия входит музыкально-ритмический круг, включающий следующие дидактические блоки, которые могут располагаться в произвольном порядке. Среди них ритмические игры, в т. ч. речевые игры со звучащими жестами.

Детей с ОНР важно научить чувствовать ритм. В увлекательном речевом музицировании дошкольники осваивают весь комплекс выразительных средств общих для речи и музыки. К ним относятся: темп, ритм, регистр, тембр, динамика. Таким образом, речевое музицирование — ритмичное декламирование текста под музыку, сопровождаемое движениями, позволит педагогу развивать в активных творческих действиях у воспитанников чувство ритма и интонационный слух.

Важное место в эвритмической гимнастике занимают «звучащие жесты». Игра со звуками своего тела — притопами, шлепками, щелчками, хлопками, а также синтез музыки с речью, с ее ритмической и мелодической стороной, помогают в развитии ритмического слуха, координации движений.

Дети-логопаты с удовольствием «украшают» звучащими жестами попевки и песенки, используют их в музыкально-ритмических импровизациях и танцах.

Одной из оздоровительных методик, оказывающих положительное воздействие на организм детей с ОНР, является методика игрового стретчинга. Данная технология основывается на статичных растяжках мышц тела и суставно-связочного аппарата рук, ног, позвоночника, позволяющих предотвратить и исправить нарушения в работе опорно-двигательного аппарата дошкольников.

Упражнения стретчинга проводятся в виде сюжетной или тематической игры, в которую входят 8–9 упражнений на различные группы мышц. Под

спокойную музыку в «своем» темпе дети передают образные движения игровых и сказочных персонажей.

К блоку развития мелкой моторики относятся пальчиковые игры и сказки. Развитие мелкой моторики подготавливает почву для последующего формирования и развития речи, являются средством повышения работоспособности головного мозга.

На музыкально-коррекционных занятиях пальчиковые игры проводятся инструментальным сопровождением педагога или пением детей, а также оформляется показом иллюстраций или творческим музицированием.

Следующий блок представлен социально-коммуникативными играми. Каждая коммуникативная игра или танец — это «живое» произведение, которое создаётся в данный момент и позволяет формировать доброжелательные взаимоотношения в коллективе, воспитание саморегуляции, контроля действий, развитие толерантного отношения друг к другу. Следующим блоком эвритмической гимнастики является ритмопластика — система физических, танцевальных и подражательных движений для всестороннего гармонического развития тела. В ее основе лежит музыка, а движения выражают музыкальный образ.

Ритмопластика развивает у детей с ОНР чувство ритма, творческие способности, нравственно-эстетические качества. Благодаря ей формируется правильная осанка, развивается сила, выносливость, увеличивается подвижность в суставах, улучшается координация движений, устраняются некоторые физические недостатки. Ритмопластика тесно взаимосвязана с психогимнастикой, способствующей овладению навыками саморасслабления, позволяющей снять психическое напряжение и создать возможность для самовыражения. На музыкально-коррекционных занятиях с элементами психогимнастики дети учатся выражать свои эмоции жестами, мимикой, движениями, а применяемые музыкально-дидактические игры и пластические этюды, поднимают дошкольникам настроение, помогают преодолевать страхи

и речевые барьеры, вызывают у детей потребность поделиться впечатлениями и эмоциями.

Занятие и использованием эвритмии завершается фазой успокоения. Рекомендуется постоять с закрытыми глазами, сложив руки на груди — «закрыть все замочки».

Практический опыт, накопленный в музыкально–коррекционной работе с детьми с ОНР, позволяет сделать вывод, что использование эвритмической гимнастики позволяет решить большое число коррекционно-образовательных и воспитательных задач. А обращение к современным педагогическим технологиям в воспитании дошкольников открывает новые возможности для педагогического творчества и повышает качество дошкольного воспитания детей с ОНР.

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ ВОСПИТАТЕЛЕЙ

**«Взаимодействие музыкального руководителя и воспитателя
детского сада в осуществлении задач музыкально-художественного
воспитания дошкольников»**



Составитель:

Зобнина Анастасия Евгеньевна
педагог дополнительного образования

Одна из главных задач музыкального руководителя – сформировать у детей потребность в музыке и отношение к ней как к важнейшей духовной ценности. Воспитатель и музыкальный руководитель непосредственно взаимодействуют с ребенком в процессе организации его общения с музыкой. От уровня их компетентности во многом зависит качество музыкального образования ребенка-дошкольника. В деятельности музыкального руководителя дошкольного образовательного учреждения можно выделить основные направления:

- формирование основ музыкальной культуры ребенка, развитие его музыкальных способностей, осуществление диагностики уровня музыкального развития детей;
- подбор высокохудожественного музыкального репертуара, доступного детям по эмоционально-образному содержанию;
- проведение групповых и индивидуальных занятий с детьми;
- подготовка и проведение праздников и развлечений (в том числе тематических музыкальных вечеров, театральных постановок, музыкально-дидактических игр, сказок-драматизаций и т.д.)
- участие в подготовке учебно-наглядного материала, пособий по музыке, дидактических игр и т.д.;
- сопровождение музыкой утренней гимнастики и занятий по физической культуре.

Взаимодействие музыкального руководителя с педагогическим коллективом ДООУ включает:

- ознакомление воспитателей с теоретическими вопросами музыкального образования детей;
- разъяснение содержания и методов работы по музыкальному образованию детей в каждой возрастной группе;
- обсуждение сценариев праздников и развлечений;

- участие в изготовлении праздничного оформления, декораций, костюмов, в оформлении интерьера дошкольного образовательного учреждения к праздникам;
- участие в организации предметно-пространственной музыкальной развивающей среды ДООУ;
- оказание методической помощи педагогическому коллективу в решении задач музыкального образования детей;
- участие в педагогических советах ДООУ.

Формы взаимодействия музыкального руководителя и педагогического коллектива ДООУ включают:

- индивидуальные и групповые консультации, в ходе которых обсуждаются вопросы индивидуальной работы с детьми, музыкально-воспитательная работа в группах, используемый на занятиях музыкальный репертуар, вопросы организации музыкальной среды ДООУ; работа по освоению и развитию музыкально-исполнительских умений воспитателей;
- практические занятия педагогического коллектива, включающие разучивание музыкального репертуара;
- проведение вечеров досугов и развлечений с последующим анализом и обсуждением с точки зрения взаимодействия всего педагогического коллектива в решении задач музыкального развития детей.

В нашем МБ ДООУ я руковожу работой воспитателей в области музыкального развития детей посредством консультаций и групповых занятий. На консультациях знакоблю воспитателей каждой возрастной группы с планом работы по музыкально-художественному развитию детей, разучиваю детские музыкальные произведения, обращаю внимание педагогов на умения и навыки, которыми должен овладеть каждый ребёнок; мы обсуждаем проведённые мероприятия, подбираем музыкальный материал для использования в других образовательных областях, в разных видах деятельности детей, планируем развитие интегративных качеств детей.

На групповых занятиях систематически обучаю воспитателей, совершенствую их навыки в области пения, музыкально-ритмических движений и т.д., разучиваю с воспитателями музыкальные произведения для сольного и коллективного пения на праздниках, развлечениях, учитывая индивидуальные особенности каждого воспитателя.

Работу с каждым педагогом осуществляю, учитывая индивидуальные особенности (общая музыкальная подготовка, опыт работы, образование) каждого воспитателя.

Так, воспитатели, имеющие небольшой опыт работы с детьми, наблюдают за совместной педагогической деятельностью музыкального руководителя и опытных воспитателей с последующим обсуждением и анализом увиденного. Как музыкальный руководитель, я участвую в педагогических советах, обсуждая и планируя совместную деятельность всех педагогов МБ ДОУ. На итоговом педсовете знакомяю коллег с результатами мониторинга детского развития в образовательной области «Музыка».

Профессиональное взаимодействие — это сложная система связей, формирующая группу единомышленников вокруг общих целей. Средства и методы достижения целей развиваются вместе с тем, как растет профессионализм и опыт коллектива.

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ

«Использование элементов эвритмии в музыкальной деятельности дошкольников»



Составитель:

Зобнина Анастасия Евгеньевна
педагог дополнительного образования

Развитие современного общества диктует особые условия организации дошкольного образования: происходит смена образовательной парадигмы, интенсивно внедряются новые педагогические технологии, разрабатываются оригинальные методики. На фоне этих прогрессивных изменений, развитию эмоциональной сферы ребенка, гармонизации его личности должно уделяться достаточное внимание. В связи с этим актуальность приобретает поиск инновационных педагогических технологий, обеспечивающих творческое развитие личности каждого ребенка. Одной из таких технологий стала эвритмия. Этот термин в педагогике трактуется как искусство движения, основанное на закономерностях речи и музыки.

Основы искусства эвритмии были разработаны основателем Вальдорфской педагогики, австрийским мыслителем и философом Рудольфом Штайнером. Еще тогда, в 19 веке, Штайнер заметил, что слово, как и музыка, может служить импульсом для движения. В создании эвритмии большое участие приняли последователи Штайнера, среди которых были и наши соотечественники. Основой музыкальной эвритмии по методу Штайнера стало образное переживание отдельных звуков и тонов, выраженное движением в пространстве. Штайнер и его единомышленники преследовали цель создать искусство, которое обладало бы целительным эффектом. В 1919 году эвритмию впервые использовали для воспитания детей, в первой вальдорфской школе в Штуттгарте.

В последнее время элементы этой технологии стали использоваться педагогами-дошкольниками для нетрадиционного подхода к формированию двигательной культуры детей дошкольного возраста. Данный подход называют эвритмической гимнастикой.

Цель эвритмической гимнастики - развитие культуры движения детей дошкольного возраста.

Основные задачи, решаемые на занятиях по эвритмической гимнастике:

1. формирование и коррекция осанки, чувства темпа и ритма движений, внимания, пространственной ориентации;

2. развитие двигательных качеств: силы, выносливости, быстроты, гибкости, ловкости;
3. коррекция координации движений рук (пальчиковая гимнастика, включение в общеразвивающие упражнения мелких движений рук и ног;
4. улучшение психического состояния (снижение тревожности и агрессии, эмоционального и мышечного напряжения, совершенствование внимания, воображения);
5. расширение эмоционального опыта, развитие навыков взаимодействия друг с другом;
6. формирование творческого начала («ритмическое фантазирование» на заданные темы, создающего атмосферу радости и стимулирующего развитие созидательных способностей).

Принципы эвритмической гимнастики

Собранность Здоровье Творчество Сопереживание

Становление мышления от наглядно образного к логически
абстрактному

Приобретение опыта для раскрытия творческих проявлений и самореализации. Создание условий для сохранения и укрепления здоровья дошкольников.

Создание ситуаций, которые позволяют ребенку выдумывать, фантазировать, реализовывать свой творческий потенциал.

Ребенок в ходе занятий получает ощущения, которые на подсознательном уровне развивают толерантность, ребенок учится контролировать свое поведение.

Готовых методик проведения эвритмической гимнастики пока нет. Для внедрения данной технологии в занятия с дошкольниками специалистам необходимо проявить собственное педагогическое творчество. В первую очередь, необходимо научить детей чувствовать ритм. Для этого можно использовать сочетание простейших движений (хлопки, отбивание ритма ногой, прыжки и т. п.) и музыки и/или слова.

Занятие с элементами эвритмии в детском саду, как правило, проходит в форме увлекательной истории, которая рассказывается педагогом и сопровождается движением всех участников.

Этапы занятия:

- Предварительный.
- Начало занятия.
- Основная часть.
- Заключение занятия.
- Подготовка пространства и костюмов. Создание доверительной атмосферы (приветствие). Музыкально-ритмический круг с пением, играми на развитие ритмического слуха и ориентировки в пространстве, постановками хороводов, элементов танцев.
- Рефлексия, прощание, завершение.

Рассмотрим все этапы более подробно.

1 этап. Помещение хорошо проветрено. Звучит музыка. Дети входят в зал в одежде светлых тонов.

2 этап. Все встают полукругом. На экране – схема «полукруг». Музыкальный руководитель (далее педагог) с жестом приветствует детей:

Здравствуйте, мои друзья.

Всех вас рада видеть я. А вы меня?

Дети: Да! (с жестом приветствия, разводя поднятые руки в стороны).

Педагог продолжает:

Радугою в полукруге

Улыбки дарим мы друг другу.

А теперь мы встанем в круг (все встают в круг). Полон он друзей, подруг.

Если (Оля) уйдет вдруг (Оля делает шаг из круга). Получится у нас круг?

Дети: Нет! (с жестом отрицания, скрестив руки на груди).

Педагог продолжает: В нашем кругу, как и на нашей планете, абсолютно каждый очень-очень важен.

3 этап. Педагог показывает на область солнечного сплетения и говорит:

У каждого из нас внутри маленькое солнышко. Поиграем мы сначала,
Чтоб наше солнышко сияло. Пойдем по солнечному кругу.

Пусть каждый шаг будет по звуку! (ударяет в треугольник) На экране
схема – круг.

Педагог задает шаг и ритм треугольником, а дети соответственно
двигаются по кругу. Затем педагог продолжает:

Дружат наши ручки. Все поднимают руки вверх и соединяются
ладонями. Дружат наши ножки. Все ставят ноги на ширине плеч и
соединяются стопами. Дружат наши звонкие и добрые ладошки.

На Земле мы – все друзья.

Вдохнем и пропоем мы «А». Все поднимают руки вверх, делают вдох.
Педагог ударяет в треугольник, все на выдохе пропевают звук «А», стараясь
петь, пока звучит инструмент. На экране - схема звука в виде галочки.

Затем педагог продолжает:

Раз, два, три, повернись, в волшебников солнечных превратись. Все
поворачиваются вокруг себя, а педагог говорит:

Вот мы волшебники теперь, Мы – жители рек и морей, Мы – все лесов
хранители, Ветров мы повелители.

Если только захотим,

Все с тобой мы создадим. Чтобы море показать,

Надо нам вот так вот встать.

Педагог показывает движение – дети соединяют руки перед собой.

Вдохнуть и пропеть «О». Все делают вдох. Педагог снова ударяет в
треугольник. На выдохе дети поют «О». На экране - схема звука в виде овала.

Затем появляется изображение моря. Горы нужно нам ваять,

Левую руку вверх к солнцу поднять. Правую опустить,

Вдохнуть и пропеть «И».

Все выполняют движение и поют «И». На экране схема звука –
диагональ.

Затем появляется изображение гор. Чтоб леса нам защитить,

Нужно руки нам скрестить, Вдохнуть и пропеть «Э».

По тому же принципу все поют «Э». На экране схема звука – скрещенные диагонали.

Затем появляется изображение леса. А чтоб ветру волю дать,

Нужно нам спокойно,

Вдохнуть и пропеть «У».

По тому же принципу все поют «У». На экране схема звука – две параллельные прямые.

Затем появляется изображение ясного неба. Вот так в спокойном светлом мире

Наши солнышки и жили. Жили-жили, не тужили, Дружно песни заводили, Хороводом всех дивили.

Далее следует исполнение песни в кругу по выбору музыкального руководителя или детей с прохлопыванием ритмического рисунка. Затем педагог просит детей разойтись по парам и продолжает:

Друг друга понимать без слова, Просто чувствовать, готовы?

Дети отвечают. Педагог задает на слайдах знакомые схемы для исполнения в паре по принципу «сиамские близнецы», то есть один ребенок использует только правую сторону тела, другой – только левую. Так схема переносится из звука единицы в пару. Затем задача усложняется. Дети в хороводе под музыку, представляя в пространстве заданную педагогом схему, исполняют различные фигуры танца. То все идут по кругу, то перестраиваются в диагональ, крест и т.д. Движение может сопровождаться пением. То есть происходит перенос схемы в пространство. Так, сохраняя смысловое значение – гармонии пространства внешнего и внутреннего, с применением эвритмии создаются красивые музыкальные узоры.

4 этап. Заканчивается занятие музыкальным прощанием в кругу. Все поют: Молодцы мы все, друзья. До встречи! До свидания!

Таким образом, занятия с элементами эвритмии для дошкольников проходят в форме увлекательной сказочной истории, которая рассказывается

педагогом и создаётся действиями всех участников. Подражая движениям педагога, дети перевоплощаются в образы различных растений и животных, проживают явления природы, имитируют деятельность людей. Стихи и музыка выбираются в соответствии с сезонным состоянием природы, усиливая терапевтическое воздействие годового ритма.

Эвритмическая гимнастика включает в себя блоки, которые могут располагаться в произвольном порядке:

- ритмические игры;
- развитие мелкой моторики;
- развитие крупной моторики (упражнение для развития координации, равновесия, ловкости стопы);
- пространственная ориентация;
- социальные игры (взаимодействие с партнером, подгруппой детей и всей группой, как единого коллектива);
- импровизационно-двигательные композиции с музыкальным сопровождением;
- игропластика - специальные упражнения для развития мышечной гибкости, силы в образных и игровых двигательных заданиях;
- игротанцы - танцевальные шаги, направленные на развитие и совершенствование танцевальных движений.

С помощью эвритмической гимнастики можно укрепить жизненные силы ребенка, развить ловкость, концентрацию внимания, чувство ритма и координацию движения. Ещё одно достоинство эвритмической гимнастики заключается в том, что помимо развития двигательных качеств, она позволяет улучшить психическое состояние ребёнка, сняв тревожность, эмоциональное и мышечное напряжение, совершенствуя внимание и воображение.

Эвритмия обладает определенными неиспользованными резервами в повышении эффективности системы художественного воспитания молодого поколения. Обращение к современным технологиям в воспитании

дошкольников открывает широкие возможности педагогическому творчеству, смелому поиску инновационных методов воспитания и обучения.

МАСТЕР-КЛАСС

«Эвритмическая гимнастика»



Составитель:

Зобнина Анастасия Евгеньевна
педагог дополнительного образования

Эвритмическая гимнастика – вид оздоровительно-развивающей гимнастики, основанной на ритмических закономерностях речи, музыки, общеразвивающих упражнений, базовых шагов и элементов аэробики.

Основные задачи, решаемые на занятиях по эвритмической гимнастике:

- формирование и коррекция осанки, чувства темпа и ритма движений, внимания, пространственной ориентации;
- развитие двигательных качеств: силы, выносливости, быстроты, гибкости, ловкости;
- коррекция координации движений рук (пальчиковая гимнастика, включение в общеразвивающие упражнения мелких движений рук и ног;
- улучшение психического состояния (снижение тревожности и агрессии, эмоционального и мышечного напряжения, совершенствование внимания, воображения);
- расширение эмоционального опыта, развитие навыков взаимодействия друг с другом;
- формирование творческого начала («ритмическое фантазирование» на заданные темы), создающего атмосферу радости и стимулирующего развитие созидательных способностей.

В самом начале занятия дети двигаются свободно, но стараясь не сталкиваться друг с другом. Для концентрации внимания и собранности слушают биение своего сердца или музыку умеренного темпа, но с четким ритмическим рисунком (без движения), по предложению педагога изображают, как бьется сердце, как выдох чередуется со вдохом.

Затем дети встают рядом с педагогом и, взявшись за руки, образуют большой круг, потом опускают руки и садятся на пол. Каждый по очереди называет свое имя, повторяет его еще раз, акцентируя слоги, пытаясь его прохлопать. Выбрав несколько имен, дети прохлопывают их: тихо, громко, маленькими группами. Следующее задание – прохлопать ритм имени, состоящего из двух-трех слогов, и догадаться, какое это имя.

Другой вариант: вместо имени на фоне равномерных хлопков произносится рифмовка. Дети сначала выполняют задание вместе с педагогом, затем самостоятельно – педагог обозначает только начало каждой части.

Разминку выполняют одновременно все дети.

При выборе темпа и ритма музыкального сопровождения обязательно учитывать характер упражнений, их специфику. Для старших дошкольников желательно выбирать веселую музыку, жизнерадостные мелодии. Следует помнить: с возрастом вкусы меняются, соответственно меняется и излюбленный репертуар. В музыкальном сопровождении следует учитывать временные интервалы занятия.

В основной части на первых занятиях разучивание танцевальной композиции или комплекса упражнений проходит следующим образом:

- после прослушивания музыкального отрывка дети вместе с педагогом определяют характер музыки (темп, настроение, жанр), пытаются воспроизвести его ритм (прохлопать, протопать);
- затем выполняют движения, характерные для данного произведения (педагог показывает некоторые па изучаемого танца, обращая внимание на их сочетание по стилю и по характеру с музыкальным произведением);
- на дальнейших занятиях педагог предлагает детям самостоятельно найти движения, отвечающие темпу и характеру данной музыки.

Аэробiku (комбинации базовых шагов) вводим через месяц после начала занятий. Когда дети освоят основы ритмической гимнастики и аэробики даются задания на фантазию.

После разучивания гимнастических упражнений, танцевальных композиций детям предлагают свободное фантазирование на заданную тему (например, передача характера движений животного) или произвольное движение под музыку. Ритмическая импровизация дает ощущение свободы. Импровизируя, ребенок получает возможность выразить свою особенность,

неповторимость, что важно для самоуважения, внутренней устойчивости, последовательности в действиях.

Для расслабления и восстановления используются игры на внимание и игры-превращения: «куклы-марионетки», «тряпичные руки», «деревянные руки», или «стоп-упражнения». Для развития мелкой моторики применяется пальчиковая гимнастика и жестовые игры. К таким заданиям относятся следующие: «сделать когти», «вымыть руки», «надеть перчатки», «человек-оркестр», «танец рук», «слушать свой ритм» и ритм биения сердца друг друга. По желанию детей предлагается задание на дом: подобрать музыку и придумать движения под нее, выучить стихотворение или песню и подобрать к ним простые движения.

Общеразвивающие упражнения в эвритмической гимнастике выполняются из разных исходных положений: стоя, сидя на полу, лежа на животе, спине, боку, в различных упорах. Каждый комплекс состоит из подготовительной и основной частей. Подготовительная часть обеспечивает разогревание организма, подготовку его к главной физической нагрузке. Упражнения этой части выполняются с небольшой амплитудой. В основной части предусмотрены упражнения для мышц шеи, рук, плечевого пояса, туловища и ног. Подбираются они с таким расчетом, чтобы равномерно «нагрузить» все части тела.

В начале все упражнения выполняются стоя. Затем идут бег и серия прыжков самых различных видов. Хорошо использовать танцевальные связки. Самое главное, чтобы интенсивность этой части была намного выше подготовительной. После одного-двух дыхательных упражнений, которые позволяют восстановить силы, основная часть комплекса продолжается сидя и лежа на полу. Такое положение очень удобно для выполнения упражнений, укрепляющих мышцы живота, ног, туловища, рук. При этом уменьшается вертикальная нагрузка на позвоночник и ноги. Каждый комплекс заканчивается упражнениями на дыхание, расслабление, выполняемыми в медленном темпе. Во время гимнастики необходимо все время напоминать

детям об осанке и дыхании. И не забывать, что нашими спутниками должны быть улыбка и доброжелательные замечания.

Учитывая возрастные и индивидуальные психологические особенности ребенка, педагог должен так подобрать приемы обучения и воспитания, чтобы занятия эвритмической гимнастикой приносили положительный результат.

Занятие должно быть организовано таким образом, чтобы обеспечить безопасность детей и дать каждому возможность слышать и видеть преподавателя.

На занятиях желательно создать ситуацию успеха для подкрепления положительной мотивации к занятиям эвритмической гимнастикой.

Содержание занятий должно быть приближено к тем природным явлениям, которые окружают ребенка в данный день: зима – бег по скользким дорожкам, ходьба по сугробам т.д.; весна – перепрыгивание через ручейки; осень – сбор урожая; лето – бег по траве, дыхательные упражнения и т.д.

Разнообразие видов упражнений, форм их реализации, индивидуальный подбор упражнений, применение музыки способствуют формированию положительных эмоций, чувства ритма, развитию слуха, что делает эвритмическую гимнастику поистине бесценным средством оздоровления и здоровьесбережения дошкольников.

Примерное содержание занятия эвритмической гимнастикой.

Ход занятия:

Дети двигаются свободно по залу, под умеренную музыку, но стараясь не сталкиваться друг с другом.

-Ребята давайте послушаем как бьется наше сердце (для концентрации внимания и собранности слушают биение своего сердца. По предложению педагога изображают, как бьется сердце, как выдох чередуется со вдохом.)

-Ребята, мы послушали как бьется наше сердце, как ритмично оно работает, становитесь в круг будем выполнять разминку –рифмовку «Продолжи».

-Я буду отстукивать вместе с вами куплет песни, а вы будете продолжать припев, но уже без меня.

(«Песенка про осень» Вихарева)

А еще ритмикой очень любит заниматься пес-Бобик, давайте выполним ритмику для Бобика.

-Повернулись направо, раз, два. Шагом марш! (дети идут по залу и отстукивают ритм) Через центр зала тройками марш. Кругом, прыжком раз.

Игровой тематический цикл «Ритмика для Бобика»

1 проигрыш – разминание стоп носочки, пяточки, носочки. 1 куплет: приставной шаг вправо, влево. поочередное поднимание рук: на пояс, плечи, вверх; опускание рук: на плечи, на пояс, вниз.

Припев: Прыжок, ноги на ширине плеч, руки вверх, вращение кистями. Руки в стороны, движение с ноги на ногу, изображаем «качку».

Поворот вправо, влево, сгибаем ногу в колене, руки вдоль туловища, кисти смотрят вниз (пингвин).

2 куплет: Ноги вместе при наклоне в стороны изображаем зайца, вернувшись в и.п. приседаем.

Изображаем попугая, поворот туловища в стороны, руки согнуты в локтях, кисти с растопыренными пальцами.

«Пиджачок» руки на ногах, развернули плечи, свернули плечи.

Растирание ладошек сверху вниз, ноги вместе, переминание с ноги на ногу.

3 куплет: «Распашонка» нога в сторону на пятку, одна рука на поясе, другая вытянута в сторону.

«Гармошка» ноги вместе, руки на поясе, движение из стороны в сторону сначала носки, потом пятки и обратно.

Переминание с ноги на ногу, руки поднимаются через стороны вверх, вращение кистей.

Хлопки из стороны в сторону: вверх, посередине, внизу.

Проигрыш: Покажем хвостик движение тазом из стороны присели в сторону. Добавляем голову смотрим на хвостик.

Наклоны головы из стороны в сторону вместе с пружинкой.

-Я загадаю вам загадки, а вы попробуйте их отгадать. Отгадку говорить нельзя, а можно только показать.

1. Гребешок аленький, Кафтанчик рябенький,
Двойная борода, важная походка раньше всех встает
Голосисто поет. (Петушок)
2. Прыг-скок, Прыг-скок
Длиноушко белый бок. (Заяц)
3. Хвост пушистый, шерсть ярка,
И коварна, и хитра знают звери все в лесу Ярко – рыжую ... (Лису)
4. Он в дупло засунул лапу И давай рычать, реветь. Ох, какой же ты
сластена Косолапёный (Медведь)
5. Летом на болоте Вы ее найдете.
Зеленая квакушка Кто это ? (Лягушка)
В небе, в небе синева (руки вверх)
Мы шагаем раз и два (отстукивание ритма в ладоши) Солнце выше,
выше, выше (поднимание рук вверх) А ребята тише, тише (присели).
Вдох, выдох, вдох, выдох (встали, руки вверх и вниз)
В небе, небе синева
В группу нам идти пора. (отстукивание ритма в ладоши).
Повернулись направо, за направляющим в обход по залу марш. (дети
идут по залу и отстукивают ритм в ладоши и уходят в группу.)

**КОНСПЕКТ
ЭВРИТМИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКИ**



Составитель:

Зобнина Анастасия Евгеньевна
педагог дополнительного образования

Цель: укрепление здоровья дошкольников.

Задачи:

- формирование и коррекция осанки, чувства темпа и ритма движений, внимания, пространственной ориентации;
- развитие двигательных качеств: силы, выносливости, быстроты, гибкости, ловкости;
- коррекция координации движений рук (пальчиковая гимнастика, включение в общеразвивающие упражнения мелких движений рук и ног);
- улучшение психического состояния (снижение тревожности и агрессии, эмоционального и мышечного напряжения, совершенствование внимания, воображения);
- расширение эмоционального опыта, развитие навыков взаимодействия друг с другом;
- формирование творческого начала («ритмическое фантазирование» на заданные темы), создающего атмосферу радости и стимулирующего развитие созидательных способностей.

Дидактические средства: музыкальный проигрыватель, спортивная одежда. **Условия, необходимые для реализации эвритмической гимнастики:** наличие спортивного зала, разработка комплексов гимнастики.

Новизна: эвритмическая гимнастика является нетрадиционным видом гимнастики, которая поможет развить ловкость, концентрацию внимания, чувство ритма, координацию движения и укреплять здоровье детей.

Ход занятия:

Муз.рук.: Эй, скорее детвора! Поспешите все сюда!

Ждёт вас чудная игра-«Весёлая гимнастика»,

А сейчас мы погуляем,

Вместе весело шагаем.

Дети выполняют разнообразные двигательные упражнения под заданную музыку. (ходьба, легкий бег, приставной шаг, боковой галоп, перетоты, бег со сменой движения, ходьба, перестроение в круг).

Представление круга

Справа друг и слева друг *(идут, взявшись за руки в круг)*

Засияло солнце вдруг. *(выставляют правую ногу на носок)*

Справа друг и слева друг *(идут назад, руки на плечи)*

Засияло солнце вдруг. *(ноги расставить)*

Справа друг и слева друг *(два шага назад)*

Засияло солнце вдруг. *(соединяют ладони)*

Справа друг и слева друг *(идут назад)*

Засияло солнце вдруг. *(машут руками)*

Гномики

У нас деревянные башмачки *(ходьба на месте)*

Стучат по камням каблучки. *(«ковырялочка»)*

Из мха зелёного штаны *(ноги на ширине плеч, наклон вперёд)*

Искусной ниткой сплетены. *(переплетение пальчиками)*

Рубаха тёплого сукна *(обнять себя за плечи)*

Согреет в холод грудь она.

А вместо запонок - грибы, *(показать запонки, сделать грибок)*

А вместо пуговиц - бобы. *(сцепить пальцы)*

В нарядных разных колпачках *(наклон, ладошки вместе, поднять фонарик)*

Несут фонарики в руках. *(обнять подбородок, шевелить пальцами)*

Муз.рук.: Вот какие замечательные гномики и повстречали они на пути паучка.

Самомассаж «Паучок»

Тики - чок, тики - чок жил на свете паучок *(сидя, ноги согнуть в коленях, руки под щеки, наклоны вправо – влево)*

Паучок ползёт, ползёт, вот. *(изображение движения жука правой, левой, затем двумя руками)*

И назад ползёт, ползёт. По коленочкам ползёт

По спине ползёт, ползёт *(массаж, пальчиками рук)*

По плечам ползёт, ползёт

По ушам ползёт, ползёт

По головке он ползёт,

И по лбу ползёт, ползёт.

В носик гномику попал/ 3 раза *(дотронуться указательным пальцем правой и левой руки)*

Гномик нам: «Ап - чхи» сказал. *(наклон вперед, согнуть и разогнуть руки)*

И головку приподнял. *(ноги расставить прыжком, руки над головой)*
(Сели в большой кружок)

Ритмическое упражнение «Паучок»

Жил на свете паучок

Бородатый старичок.

Чёрненькие лапки,

Серенький бочок.

Припев: Паучок, паучок – Бородатый старичок.

Паучок, паучок Лапки в паутине. Паучок, паучок –

Бородатый старичок. Паучок, паучок

Ты такой красивый.

Но однажды паучок

Зацепился за сучок.

И повис на нитке

Серенький бочок.

Муз.рук.: Гномы к озеру бегут, громко песенку поют,

Рыбка песню слушает червячка не кушает.

Ритмическое упражнение «Любитель - рыболов»

С утра сидит на озере
 Любитель-рыболов,
 Сидит, мурлычет песенку,
 А песенка без слов: «Тра-ля-ля, Тра-ля-ля, Тра-ля-ля»,
 Озеро глубокое,
 Удачным будет лов. Сейчас поймает окуня
 Любитель-рыболов.
 «Тра-ля-ля, Тра-ля-ля, Тра-ля-ля».
 Песенка чудесная -
 И радость в ней, и грусть,
 И знает эту песенку
 Вся рыба наизусть.
 «Тра-ля-ля, Тра-ля-ля, Тра-ля-ля».
 Как песня начинается,
 Вся рыба расплывается...
 «Тра-ля!»

Логоритмические упражнения «Рыбки»

Рыбка в озере живёт

Рыбка в озере плывёт *(соединить ладони, руки вытянуть вперёд, плавными движениями изобразить плавающих рыбок)*

Хвостиком ударит вдруг

И услышим мы плюх - плюх. *(руки вытянуть вперёд, хлопки в ладоши)*

Рыбки плавают ныряют

в тёплой голубой воде. *(двигаются по залу)*

То сожмутся разожмутся *(обнять себя за плечи)*

то зароятся в песке. *(присесть, обхватить колени)*

Воспитатель: Поиграли у реки наши гномы молодцы.

Встали вместе, дружно в ряд И друг другу говорят. *(становятся в два ряда парами)*

«Дружные гномы» Гномик ты, *(соединить ладони)*

И гномик я, *(показать на себя, обнять за плечи)*

Будем вместе мы друзья. *(прыжки поскаками по кругу в парах)*

Гномик я *(показ на себя)*

И гномик ты *(соединить ладони)*

Вот нас сколько посмотри. *(соединить ладошки по кругу, притопы)*

(Дети двигаются свободно, но, стараясь, не сталкиваться друг с другом под музыку в разном темпе, медленная ходьба, бег, марш)

Муз.рук.: Ритм бывает очень разный,

А гимнастика - прекрасной!

Желаю новых вам побед,

Дети: Пусть в каждом сердце Будет дружбы свет!

**КАРТОТЕКА ПСИХОГИМНАСТИКИХ
УПРАЖНЕНИЙ НА МУЗЫКАЛЬНЫХ ЗАНЯТИЯХ**



Составитель:

Зобнина Анастасия Евгеньевна
педагог дополнительного образования

Психогимнастика помогает детям дошкольного возраста сформировать положительные качества характера, лучше понимать себя и окружающих, снять психическое напряжение, предоставляет возможность самовыражения.

Психогимнастические упражнения на занятиях должны применяться в начале – чтобы помочь ребятам настроиться на рабочий лад (в зависимости от их настроения); в конце занятия настроиться на релаксацию, чтобы дети успокоились перед уходом в группу; в процессе игр – драматизаций, помочь детям войти в тот или иной образ.

«Шарики воздушные»

Цель: Снять напряжение, успокоить детей.

Все играющие стоят или сидят в кругу. Ведущий дает инструкцию:

«Представьте себе, что сейчас мы с вами будем надувать шарики. Вдохните воздух, поднесите воображаемый шарик к губам и, раздувая щеки, медленно, через приоткрытые губы надувайте его. Следите глазами за тем, как ваш шарик становится все больше и больше, как увеличиваются, растут узоры на нем. Представили? Я тоже пред ставила ваши огромные шары. Дуйте осторожно, чтобы шарик не лопнул. А теперь покажите их друг другу».

Упражнение можно повторить 3 раза.

«Ветер и корабль»

Цель: настроить группу на рабочий лад, особенно если дети устали. Все играющие стоят или сидят в кругу. Ведущий дает инструкцию:

«Представьте себе, что наш парусник плывет по волнам, но вдруг он остановился. Давайте поможем ему и пригласим на помощь ветер. Вдохните в себя воздух, сильно втяните щеки... А теперь шумно выдохните через рот воздух, и пусть вырвавшийся на волю ветер подгоняет кораблик. Давайте попробуем еще раз. Я хочу услышать, как шумит ветер!»

Упражнение можно повторить 3 раза.

«Гусеница»

Цель: игра учит доверию, улучшит координацию движений и поспособствует развитию групповой работе.

Успех продвижения всех зависит от умения каждого скоординировать свои усилия с действиями остальных участников. Ведущий дает инструкцию:

«Ребята, сейчас мы с вами будем одной большой гусеницей и будем все вместе передвигаться по этой комнате. Постройтесь цепочкой, руки положите на плечи впереди стоящего. Между животом одного играющего и спиной другого зажмите воздушный шар или мяч. Дотрагиваться руками до воздушного шара (мяча) строго воспрещается! Первый в цепочке участник держит свой шар на вытянутых руках. Таким образом, в единой цепи, но без помощи рук, вы должны пройти по определенному маршруту».

«Смена ритмов»

Цель: помочь тревожным детям включиться в общий ритм работы, снять излишнее мышечное напряжение.

Если педагог хочет привлечь внимание детей, он начинает хлопать в ладоши и громко, в такт хлопкам, считать: раз, два, три, четыре... Дети присоединяются и тоже, все вместе хлопая в ладоши, хором считают: раз, два, три, четыре... Постепенно педагог, а вслед за ним и дети, хлопает все реже, считает все тише и медленнее.

«Ароматные цветы»

Цель: развитие выразительности движений и воображения.

Нужно предложить детям наклониться и понюхать цветы, делая глубокий вдох и сильный выдох. Повторить несколько раз.

«Волшебные снежинки».

Цель: обучение приемам саморасслабления.

Под спокойную музыку дети кружатся в танце, словно их кружит лёгкий ветерок. Когда музыка смолкает, дети ложатся на ковёр и будто тают, как снежинки.

«Солнышко»

Цель: развитие навыков саморасслабления и снятие напряжения.

Нужно предложить детям представить, что солнышко спряталось за тучку, стало прохладно (ребёнок сворачивается клубочком и задерживает дыхание). Когда солнышко выходит из-за тучки, становится жарко, и нужно сделать выдох и расслабиться.

«Рисунок на спине»

Цель: концентрация внимания, сосредоточение внимания на тактильных ощущениях, обучение навыкам саморасслабления.

Нужно нарисовать пальцем на спине ребёнка одну из знакомых фигур (треугольник, круг, квадрат и т. д.).

«Лисёнок боится»

Цель: формировать умение выражать свои эмоции и переживания.

Нужно предложить детям представить, что лисенок увидел на другом берегу ручья свою маму, но он не решается войти в воду. Для большей выразительности можно имитировать стряхивание с ноги воображаемых капелек воды.

«Зеркало»

Цель: формировать целостный положительный образ своего тела.

Дети участвуют в игре по очереди, по два человека (можно в паре со взрослым). Один ребёнок смотрится в «зеркало», другой повторяет все его движения, потом они меняются местами.

«Маленькая птичка»

Цель: развитие воображения, способности сопереживать и выражать свои чувства.

Нужно предложить ребёнку представить, что сейчас у него в руке маленькая птичка с раненым крылышком. Нужно согреть птичку, прижать её к себе, подышать на неё ровно, спокойно и глубоко.

**КОМПЛЕКСА УПРАЖНЕНИЙ
ДЛЯ ЭАРИТМИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИ**



Составитель:

Зобнина Анастасия Евгеньевна
педагог дополнительного образования

Эвритмическая гимнастика – это нетрадиционный вид оздоровительно- развивающей работы с дошкольниками.

Готовых методик проведения эвритмической гимнастики нет. Педагоги, решившие взять её на вооружение, должны проявить собственное педагогическое творчество. Однако, следует обратить внимание на следующие особенности данной технологии:

В первую очередь, необходимо научить детей чувствовать ритм. Для этого можно использовать сочетание простейших движений (хлопки, отбивание ритма ногой, прыжки и т.п.) и музыки и/или слова.

Эвритмическая гимнастика может быть полезна инструктору по физической культуре, воспитателям, родителям.

Цель эвритмической гимнастики: укрепление здоровья дошкольников.

Основные задачи, решаемые на занятиях по эвритмической гимнастике:

- формировать и корректировать осанку, чувства темпа и ритма движений, внимания, пространственной ориентации;
- развивать двигательные качества: силу, выносливость, быстроту реакций, гибкость, ловкость;
- корректировать координацию движений рук (пальчиковая гимнастика, включение в общеразвивающие упражнения мелких движений рук и ног;
- улучшать психическое состояние (снижение тревожности и агрессии, эмоционального и мышечного напряжения, совершенствование внимания, воображения);
- расширять эмоциональный опыт, развивая навыки взаимодействия друг с другом;
- формировать творческое начало («ритмическое фантазирование» на заданные темы), создающего атмосферу радости и стимулирующего развитие созидательных способностей.

Содержание: на первых занятиях разучивание танцевальной композиции или комплекса упражнений проходит следующим образом:

- после прослушивания музыкального отрывка дети вместе с педагогом определяют характер музыки (темп, настроение, жанр), пытаются воспроизвести его ритм (прохлопать, протопать);
- затем выполняют движения, характерные для данного произведения (педагог показывает некоторые па изучаемого танца, обращая внимание на их сочетание по стилю и по характеру с музыкальным произведением);
- на дальнейших занятиях педагог предлагает детям самостоятельно найти движения, отвечающие темпу и характеру данной музыки.

Примерное содержание занятия эвритмической гимнастикой

В самом начале занятия дети двигаются свободно, но, стараясь, не сталкиваться друг с другом. Для концентрации внимания и собранности слушают биение своего сердца или музыку умеренного темпа, но с четким ритмическим рисунком (без движения), по предложению педагога изображают, как бьется сердце, как выдох чередуется с вдохом. Затем дети встают рядом с педагогом и, взявшись за руки, образуют большой круг, потом опускают руки и садятся на пол. Каждый по очереди называет свое имя, повторяет его еще раз, акцентируя слоги, пытаясь его прохлопать. Выбрав несколько имен, дети прохлопывают их: тихо, громко, маленькими группами. Следующее задание - прохлопать ритм имени, состоящего из двух - трех слогов, и догадаться, какое это имя.

Во время выполнения упражнений дети считают количество шагов, либо проговаривают текст песни или стихотворения. Для тренировки дыхательной системы при выполнении упражнений в комплексах детям дается задание произносить различные звуки - восклицания (БАМ, оп, ага), а также звукоподражания животным (гав - гав, хрю - хрю, ква - ква). Такие задания дети выполняют с удовольствием. Простые по координации движения можно

показывать зеркальным способом, лицом к занимающимся, сложные - спиной. Для облегчения запоминания комплекса можно использовать плакаты с таблицами - картинками, которые вывешиваются перед группой, с презентациями слайдов.

Комплекс из эвритмических упражнений следует строить как художественную композицию, где одно плавно перетекает в другое. От начала до конца должна быть протянута ниточка, которая нигде не должна обрываться. Это может быть простая сказочная история с единым сюжетом. Можно подобрать отрывки из различных стихотворений, соединив их в единую композицию.

Начало комплекса всегда должно начинаться в кругу, этот момент позволяет сконцентрировать внимание детей на предстоящей деятельности. Далее движения начинаются с медленного темпа. Это могут быть разные виды ходьбы. Затем темп то убыстрится, то вновь замедлится. Желательно использовать музыкальное сопровождение. Как вариант, можно использовать минусовки к детским песенкам. Интересно проходит разминка с каким-нибудь предметом, например с мягкой игрушкой или мячом. Это повышает эмоциональность занятия и одновременно ускоряет развитие координации движений, силы мышц рук, мелкой мускулатуры и ловкости во владении предметами.

Дидактические средства: мягкие игрушки, мячи, музыкальный проигрыватель, спортивная одежда.

Условия, необходимые для реализации эвритмической гимнастики: наличие спортивного зала, разработка комплексов гимнастики.

Новизна: эвритмическая гимнастика является нетрадиционным видом гимнастики, которая поможет развить ловкость, концентрацию внимания, чувство ритма, координацию движения и укреплять здоровье детей.

Комплексы упражнений:

«Мультяшки»

1. Незнайка. И.п. - руки на поясе. 1 - правое плечо вверх; 2 - И.п.; 3 - левое плечо вверх; 4 - И.п.; 5-6 - поднимаясь на носки, плечи вверх; 7-8 - и.п. (4 раза).
2. Чебурашка. И.п. - о.с. 1 - приставной шаг; 2 - полуприсед с поворотом туловища влево, руки согнуть вперед ладонями, пальцы вместе, большой палец к ушам; 3-4 и.п.; 5-8 - тоже в другую сторону (два раза).
3. Крокодил Гена. И.п. - руки вытянуть вперед, пальцы сжать в кулак.
1
- шаг вправо, руки в стороны; 2 - приставить левую ногу, руки вперед; 3 - шаг влево, правая рука вверх - вперед, левая рука вниз - вперед, пальцы врозь; 4 - приставить правую ногу, хлопок (четыре раза).
4. Мыши. И.п. - стойка, ноги врозь. 1-е наклоном прогнувшись, выпад вправо, руки на бедрах; 2 - стойка, ноги врозь, руки перед лицом, пальцы сжаты в кулак, локоть левой руки вниз, указательный и средний пальцы врозь; 3 - левый локоть назад; 4 - и.п. (четыре раза).
5. Заяц. И.п. - о.с. 1 - прыжок, колени вправо, руки перед грудью, кисти вниз; 2 - прыжок, колени влево, руки вперед; 3-4 - повторить (четыре раза).
6. Волк. И.п. - о.с. 1-3 три шага вперед; 4 - стойка на носках; руки вверх
- вперед, кисти вниз, пальцы врозь, выдох «у!» (четыре раза).
7. Лиса. И.п. - о.с. 1-4 - ходьба на месте, не отрывая носки от пола (4 раза).
8. Колобок. И.п.-упор присев. 1-группировка; 2-4-перекаты вперед -назад (4 раза).
9. Львенок. И.п. - упор лежа на предплечьях. 1 - согнуть правую ногу; 2- и.п.; 3 - согнуть левую ногу; 4 - и.п. (четыре раза).

10. Черепаха. И.п. - упор стоя на коленях. 1 - сесть на пятки; 2 - и.п.; 3-4 повтор (четыре раза).

«Цирк»

1. Пони. И.п. - о.с. 1-4 -четыре шага на месте; 5-8 - четыре шага на месте, ноги врозь (два раза).

2. Лошадки. И.п. - о.с. 1-4 - ходьба, с высоким подниманием бедра, руки за спину (четыре раза).

3. Слоны. И.п. - о.с. 1-2 - шаг правой с наклоном, правую руку согнуть вперед («хобот»), левую руку согнуть назад; 3-4 - шаг левой (четыре раза).

4. Воздушный гимнаст. И.п. - о.с. 1-2 - два шага вперед на носках, руки в стороны; 3 - стойка на одной ноге, другая назад; 4 - и.п. (четыре раза).

5. Клоун. И.п. - сед, ноги врозь, руки в стороны. 1-2 - наклон вперед, руки вверх; 3 - сед, ноги вместе; 4-5 - перекат на спину; 6-8 и.п. (два раза).

6. Акробаты. И.п. - упор сидя сзади. 1 - упор лежа сзади; 2-е поворотом направо, упор лежа; 3 - упор присев; 4 - и.п. (четыре раза).

7. Змея. И.п. - лежа на животе. 1-4 -упор лежа, прогнувшись с опорой на бедра (выдох «ш - ш - ш»); 5-8 - и.п. (два раза).

8. Парад-алле.И.п. - о.с. 1-8-ходьба по кругу направо,правая рука вверх (2 раза).

«Лукоморье»

1. У лукоморья дуб зеленый, золотая цепь на дубе том. И.п. - о.с. 1 - шаг правой, руки вверх - в стороны; 2 - шаг левой, руки согнуть предплечьями вверх, ладони вперед, пальцы врозь; 3-4 - повтор (четыре раза).

2. И днем и ночью кот ученый, все ходит по цепи кругом. И.п. - о.с. 1-8 - ходьба по небольшому кругу направо, руки согнуты перед грудью, локти вниз, кисти вниз (два раза).

3. Там чудеса, там леший бродит. И.п. - о.с. 1 - шаг вправо, руки в стороны, предплечья вверх, ладони вперед, пальцы врозь; 2 -приставить левую

ногу, руки перед лицом; 3 - шаг влево, руки в стороны, предплечья вверх, ладони вперед, пальцы врозь; 4 - и.п. (четыре раза).

4. Русалка на ветвях сидит. И.п. - упор сидя сзади. 1 - ноги вверх; 2 - упор сидя, согнув ноги, колени вправо; 3 - ноги вверх; 4 - и.п.; 5 - ноги вверх; 6 - упор сидя, согнув ноги, колени влево; 7-8 - то же, что на счет 3-4 (два раза).

5. Избушка там, на курьих ножках стоит без окон, без дверей. И.п. - о.с. 1 - шаг правой в сторону, руки в стороны; 2 - шаг левой, руки согнуты над головой; 3

- шаг правой в сторону, руки скрестно перед грудью; 4 - приставить левую; 5-8 - то же в другую сторону (два раза).

6. Там на заре прихлынут волны. И.п. - о.с. 1 - шаг правой в сторону, левая на носок, руки вправо; 2 - пружинный полуприсед, руки вниз; 3 - правая в сторону на носок, руки влево; 4 - и.п. (четыре раза).

7. В темнице там царевна тужит. И.п. - о.с. 1 - шаг правой в сторону, руки перед грудью; 2 - шаг левой, руки вперед; 3 - шаг правой в сторону, руки в стороны; 4 - приставить левую; 5-8 - то же в другую сторону (четыре раза).

8. А бурый волк ей верно служит. И.п. - о.с. 1 - шаг правой, руки вперед; 2 - левую согнуть вперед, правая рука вниз - вперед, левая рука вверх - тире вперед; 3 - шаг левой, руки вперед; 4 - правую согнуть вперед, левая рука вниз

- вперед, правая рука вверх - вперед (четыре раза).

9. Колдун несет богатыря. И.п. - о.с. 1-2 - шаг левой ногой - выпад, руки к левому плечу; 3-4 - шаг правой - выпад (четыре раза).

10. Там царь Кощей над златом чахнет. И.п. - о.с. 1 - присед, колени внутрь, носки вместе, пятки врозь, руки согнуты предплечьями вниз; 2 и.п.; 3-4 - повтор (четыре раза). 11. Там русский дух, там Русью пахнет. И.п. - о.с. 1 - правая рука вверх; 2-3 - наклон вперед, прогнувшись; 4 - и. п. (четыре раза).

Комплекс эвритмической гимнастики

«В гости к солнышку» Стихи

Движение

Становитесь на разминку,

В гости к солнышку пойдём и друзей своих найдём.

Раз-два, раз-два, идрузей своих найдём

Ритмичная ходьба по кругу друг за другом

Выглянуло солнышко и зовёт гулять.

Как приятно с солнышком

Вместе нам шагать...

Раз-два, раз-два, вместе нам шагать

Руки вверх, ходьба на носках

Мы в лошадок превратимся,

По дороге мы помчимся.

Гоп - гоп, веселей,

Бей копытом, не жалей.

Гоп - гоп, веселей,

Бей копытом, не жалей.

Бег галопом

Солнце в небесах сияет,

Наши деточки шагают.

Дружно, весело идут

И совсем не устают.

Раз - два, раз - два —

Веселее, детвора!

Ритмичная ходьба по кругу друг за другом

Ноги выше поднимаем,

На цветы не наступаем.

Раз-два, раз-два,

На цветы не наступаем

Ходьба с высоким подниманием колен

По дорожке побежим,
На полянку поспешим.

Побежали, побежали
И нисколько не устали.

Бег

По тропинке мы пойдём,
На полянку попадём.

Раз - два, раз - два -
Друг за другом, детвора.

Стой, ребята, мы пришли
И поляночку нашли.

Ходьба, восстановление дыхания

В круг скорее все вставайте
И гостей здесь поджидайте.

Остановиться сделать круг
Интересно, кого мы здесь встретим?

Пожимаем плечами

«Мишка идёт»

Вот медведь нас тут встречает,
Лапы мохнатые вверх поднимает.

Раз - два, раз - два -
Повторяйте, детвора.

Руки поднять вверх, пальцы округлить, слегка развести. Покачивание из стороны в сторону в такт стихотворению.

«А вот на дереве совушка сидит»

Совушка-сова,
Большая голова,

На пеньке сидит, головой вертит,

Крыльями хлоп-хлоп!

Ножками топ-топ!

Машием руками «крыльями» в такт стихотворению

Присели, повороты головы

Встали, прямыми руками хлопаем по бокам

Топаем ногами

«Слышите, на дубе ворон на дудочке играет»

Ай, ду-ду, ду-ду, ду-ду!

Сидит ворон на дубу,

Он играет во трубу

Во серебряную.

«Поиграть» пальчиками как на дудочке

Руки на пояс дважды присесть в такт стих. Встать, «поиграть»
пальчиками как на дудочке.

«Ой, а это обезьянки»

Рано утром на полянке

Так резвятся обезьянки:

Правой ножкой топ, топ!

Левой ножкой топ, топ!

Руки вверх, вверх, вверх!

Кто поднимет выше всех?

Хлопаем в ладоши в такт стихотворению

Топаем правой ногой, руки на поясе

Топаем левой ногой, руки на поясе

Встаём на носочки и тянемся вверх

«Прибежали весёлые зайчата»

Жили-были зайчики
 На лесной опушке,
 Жили-были зайчики
 В беленькой избушке.
 Мыли свои ушки,
 Мыли свои лапочки,
 Наряжались зайчики,
 Надевали тапочки.

Подпрыгиваем на месте в такт стихотворению, руки опущены перед грудью, кисти опущены изображаем как моем уши потираем правой рукой левую и наоборот. Руки на пояс, выставляем поочерёдно на носок то праву, то левую ногу

Раз - два, три - четыре -
 Вот какие мы большие.
 Показался солнца лучик,
 Стало нам светло
 Раз - два - улыбнись,
 Но носочках повернись
Ходьба на носках, руки вверх
 Поменять направление движения
 Мы домой поспешим,
 По дорожке побежим.
 Раз, два, раз, два, три четыре пять
 Будем мы играть, будем мы играть
 Раз, два, раз, два, три четыре пять
 Будем мы играть, будем мы играть *Лёгкий бег*
 А теперь на завтрак дружно, зашагали малыши.
 Завтра будем мы опять, вместе с солнышком играть.
Ходьба