

Оглавление

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ МУЗЫКАЛЬНО-РИТМИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ.....	7
1.1. Роль музыкально-ритмического воспитания в физическом развитии детей	7
1.2. Формирование чувства ритма у ребенка на ранних этапах онтогенеза..	12
1.3. Структура и интеграция образовательных областей в музыкально-ритмической деятельности детей	19
1.4. Принципы выбора музыкального сопровождения для занятий с детьми.....	23
1.5. Экспериментальный комплекс музыкально-ритмических упражнений и игр.....	25
ГЛАВА II. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ	33
2.1. Организация исследования	33
2.2. Методы исследования.....	34
ГЛАВА III. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ АНАЛИЗ.....	41
3.1. Исследование музыкально-ритмической деятельности.....	41
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	46
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК	49

ВВЕДЕНИЕ

Мир детства – это вечное движение. Двигаясь, дети ощущают радость жизни, красоту и гармонию окружающего мира, заключенную в самом ритме движения. Именно так мы сможем проникнуть в удивительный, многогранный мир ребенка, тем самым способствуя физическому развитию.

В последние годы многие родители, заботясь о всестороннем развитии детей, уже с первых месяцев их жизни немало внимания уделяют физическому воспитанию. Задача создания всех необходимых условий для того чтобы дети росли физически здоровыми, крепкими, умственно развитыми, является одной из важнейших. Поэтому правильно поставленной воспитательной работой может считаться только та, в рамках которой большое место занимает физическое воспитание детей.

Социально-экономические изменения во всех сферах жизни общества привели к смене ценностных ориентаций в образовании. Ведущей целью образования становится не объём усвоенных знаний и умений, а гармоничное разностороннее развитие личности, дающее возможность реализации уникальных возможностей человека, подготовка ребёнка к жизни, его психологическая и социальная адаптация [28].

Вместе с тем, в практике физического воспитания детей дошкольного возраста широкое распространение получили методики двигательного ритмического воспитания.

Музыкально-ритмическое воспитание существовало уже давно и не возникло на пустом месте. Оно не выдумано, а складывалось, видоизменялось, на протяжении не одного столетия.

Также психологами и педагогами было отмечено заметное влияние музыкально-ритмического воспитания на формирование у детей хороших способностей к восприятию информации и способности концентрировать внимание.

В танце нет условных границ, здесь могут использоваться, как и ритмические, так и пластические движения. В танец можно добавить и гимнастические движения. Всё ограничивается человеческой фантазией и физическими возможностями, но и то и другое можно развивать.

Музыка переносит слушателя в другой мир, навеивает настроение, вызывает нужные для восприятия танца ассоциации.

На занятиях ритмики происходит изучение тех элементов выразительности, которые естественно и логично могут быть отражены в движении.

Работа по ритмике строится на основных движениях: ходьбе, беге, различного рода прыжках, с соблюдением правильного положения корпуса при движении и торможении, на гимнастических (общеразвивающих) упражнениях с предметами и без предметов, тренирующих различные группы мышц, построениях и перестроениях, танцевальных движениях – танцах, играх. Все эти движения благодаря сопровождению музыки приобретают особую четкость, ритмичность и пластичность, улучшается осанка, координация. Динамика, темп музыкального произведения побуждают детей к изменению скорости движения, его амплитуды. Смена музыкальных частей, фраз организует смену направления, перестроения движений.

Проблема разработки методических подходов, обеспечивающих приоритетное решение образовательно-развивающих задач в процессе двигательного-ритмического воспитания дошкольников не нашла должного отражения в специальной литературе.

Изучая источники, нами была сделана попытка собрать воедино и систематизировать работу по воспитанию чувства ритма в процессе музыкально-ритмического воспитания у детей старшего дошкольного возраста.

Цель исследования — теоретически обосновать и проверить комплекс музыкально-ритмических упражнений и игр, направленный на формирование

чувства ритма и выразительности в процессе музыкально-ритмического воспитания у детей старшего дошкольного возраста

Объект исследования — музыкально-ритмическое воспитание детей старшего дошкольного возраста.

Предмет исследования — развитие чувства ритма и выразительности у детей в процессе музыкально-ритмического воспитания.

Гипотеза исследования — мы предполагаем, что эффективность развития чувства ритма и выразительности у детей старшего дошкольного возраста в процессе музыкально-ритмического воспитания будет обеспечиваться за счет применения музыкально-ритмических игр и ритмических упражнений, используя элементы классического танца, и правильно подобранного музыкального сопровождения.

Задачи исследования:

1. Осуществить теоретический анализ психолого-педагогической литературы по изучаемой проблеме.
2. Выявить критерии и показатели уровня сформированности чувства ритма и выразительности у детей старшего дошкольного возраста.
3. Разработать комплекс музыкально-ритмических упражнений и игр.
4. Экспериментально проверить эффективность разработанного комплекса.

Новизна исследования состоит из того, что мы добавили в традиционные занятия с детьми старшего дошкольного возраста в детском саду:

- упражнения на развитие чувства ритма и выразительности;
- элементы классического танца.

Теоретическая значимость исследования заключается в том, что данные исследования расширяют теорию физического воспитания дошкольников.

Практическая значимость исследования состоит в том, что полученные результаты могут быть использованы:

- в муниципальных дошкольных образовательных учреждениях.
- на курсах повышения квалификации воспитателей, работающих в государственных детских садах, интернатах, санаториях и других дошкольных учреждениях.

ГЛАВА I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ МУЗЫКАЛЬНО-РИТМИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

1.1. Роль музыкально-ритмического воспитания в физическом развитии детей

Система музыкально-ритмического воспитания существовала уже давно и не возникла на пустом месте. Она складывалась, видоизменялась, на протяжении многих лет. С древних времён известно воздействие сочетания ритмического движения и музыки на состояние здоровья человека. Оздоровительное воздействие сочетание музыки и движения широко применялось в древнем Египте, Китае, Индии. В древней Греции танцы, музыка, физические упражнения применялись для того, чтобы воспитывать хорошую осанку, походку, пластичность движений, наконец, силу, выносливость, а движение под музыку использовалось в целях психологической гигиены. Пифагор, Платон, Аристотель считаются предшественниками музыка терапии.

В педагогике под словом ритмика (от греч. *rhythmikos* – равномерный, размеренный) подразумевается система физических упражнений, построенная на связи движений и музыки. В основе ритмики лежит понятие ритмического чувства, свойственное почти каждому человеку.

Так систему музыкально-ритмического воспитания один из первых в конце XIX века разработал Эмиль Жак-Далькроз – швейцарский педагог, композитор. Поняв, что ритм музыки теснейшим образом связан с моторикой, мышечной реактивностью человека, Э.Жак-Далькроз попытался перевести музыкальный ритм в движении человеческого тела [18].

Э. Жак-Далькроз основал свой Институт ритмики; имея уже полтысячи учеников, он мечтал, что ритмика станет искусством универсальным и завоеует весь мир.

Особая жизнеспособность и ценность его системы музыкально-ритмического воспитания заключается в ее гуманном характере. Э. Жак-Далькроз был уверен, что обучать ритмике необходимо абсолютно всех детей. В них он развивал творческое воображение, глубокое проникновение в музыку. Э. Жак-Далькроз старался, чтобы у детей формировалось умение выражать себя в движениях [8].

Сердцем его педагогической системы стал ритм, в которой ученикам предлагалось отбивать сложные ритмические фигуры – сначала руками, а когда рук не хватало, ногами и головой; стало быть, задание превращалось в некое подобие танца. Э. Жак-Далькроз думал, что нашел эффективный способ объединить обучение музыке с гимнастикой – как это и предписывал Платон, – чтобы музыка не «раздражала нервы», а, напротив, способствовала лучшему воспитанию. В его Институте ритмики преподавались шведская гимнастика, пластика, танец и пантомима, читались лекции по анатомии и физиологии, а сам он объяснял технику правильной ритмичной походки.

Его ученики были виртуозами ритма; они превосходно сочетали в координации движения рук, головы и ног. Вот что говорил Эмиль Жак-Далькроз о ритмической гимнастике: «Ритмическая гимнастика – это прежде всего личный опыт» [9,26].

Он сформировал систему ритмических упражнений, в которых музыкально-ритмические задания сочетались с ритмическими упражнениями (с мячом, лентой) и играми. А вдобавок, швейцарский педагог, уделял особое внимание чувству радости, возникающему в детской игре — прообразе будущей серьезной жизни. Э. Жак-Далькроз считал, что музыкально-ритмическое воспитание оказывает огромное влияние на развитие характера, воли, интеллекта человека.

В условиях современного мира, требующего от человека ранней специализации и приводящего к крайностям неодухотворенного атлетизма или немощного интеллектуализма, Э. Жак-Далькроз возвращается к античному идеалу гармонично развитой личности человека, а не

специалиста. Цель его системы «одухотворенных телесных упражнений» - привести человека к самопознанию, к ясным представлениям о своих силах и творческих возможностях, помочь избавиться от физических и психологических комплексов и зажимов, обрести радость жизни, и все это – благодаря воспитанию собственного ритмического разума, воли и самообладания. «Основой всякого индивидуального усовершенствования является дисциплина чувственных восприятий и тренировка импульсов» - говорил ученикам Э. Жак-Далькроз. Ещё он говорил так о своей системе: “Цель ритмики – подвести её последователей к тому, чтобы они могли сказать к концу своих занятий – не столько “Я знаю”, сколько “Я ощущаю”, и, прежде всего, создавать у них непреодолимое желание выражать себя, что можно делать после развития их эмоциональных способностей и их творческого воображения” [21].

Активно проповедовала единство музыки и движений и Айседора Дункан — знаменитая американская танцовщица. По словам А. Дункан, «силой музыки поднимается ваша голова, движутся ваши руки, и вы медленно идете к свету...такое пробуждение-первый шаг к новому танцу». В 1921 году она посетила нашу страну с целью создания балетной школы, направленной на развитие в движениях исполнителей непосредственности, грациозности, искренности и непринужденности [13].

Швейцарский педагог Песталоцци (1746 – 1827 г.г.), полагал, что “лучший путь для обучения движениям и действиям, необходимым в жизни, - это овладение элементарными формами движения, из которых складываются более сложные”. Элементарными он называл движения в суставах, постепенно усложняющиеся.

Но у ритмики в России нашлись и свои сторонники. Вернувшись в 1907 году из Парижа, Н.А. Римский-Корсаков писал о пользе ее для музыкального воспитания; тогда же Надежда Гнесина перевела курс лекций Далькроза; двумя годами позже выпускница его женеvского института Нина Александрова стала вести занятия в школе сестер Гнесиных. В 1910- х годах

ритмику преподавали в балетных и театральных школах, в женском медицинском институте, на Бестужевских курсах, в частных домах. Кроме Александровой появились и другие отечественные специалисты по ритмике: В.А. Альванг-Гринер, М. А. Румер, Е. В. Конорова, Н.В. Романова. Но, пожалуй, больше всех для ритмики сделал Сергей Михайлович Волконский – князь, внук декабриста, бывший директор императорских театров. Волконский поставил задачу «омузыкалить» сценическое движение и увидел средство для этого в ритмике. Побывав в Хеллерау у Э. Жак-Далькроз, в последствии Волконский становится его последователем. В Петербурге он на собственные средства открыл Курсы ритмической гимнастики и начал издавать «Листки Курсов». На открытие Курсов Э. Жак-Далькроз прислал свое приветствие, в котором писал: ритм – это «единственная сила, могущая создать форму, не разрушая своеобразия... Ритм никогда не насилует личность» [6].

Затем, в советскую эпоху стало принято говорить о «физической культуре»; кроме значения педагогического этот термин означал и развитие тела. Уже в 1918 году в Москве открылся Институт физической культуры (первым ректором стал специалист по школьной гигиене и физическому воспитанию Варнава Ефимович Игнатьев). До революции одним из немногих мест, где женщины могли получить физическое образование, были курсы П.С. Лесгафта, открытые в Петербурге в 1896 году. На их основе был создан Государственный институт физического образования, который с 1930 года именовался Институтом физической культуры. В духе философии марксизма «искусство движения» можно было считать «художественной надстройкой над общенародным достоянием физкультуры». Друг без друга они невозможны: обучение танцу требует «предварительной физкультурной тренировки», а «физкультура включает в себе художественные моменты». Гимнастика поможет танцу из элитарного искусства стать массовым зрелищем; в свою очередь, включив элементы танца, занятия физкультурой станут привлекательнее.

Врач-общественник Петр Францевич Лесгафт (1837–1909) был сторонником «естественной» гимнастики – он критиковал, например, снарядные упражнения, в которых возможности тела «искусственно» раздвигаются за счет технических приспособлений. Цель «физического образования», по Лесгафту, не в накачке мускулов, а в осознанном выполнении упражнений и умении анализировать результаты. Ученик должен не подражать учителю, а самостоятельно строить такое движение, которое требуется для выполнения задачи. Научить этому можно в три этапа: на первом надо учить, как правильно ходить, бегать, прыгать, бросать; на втором – совершенствовать эти навыки – бегать как можно быстрее, прыгать как можно выше; на третьем – уметь сознательно ими управлять, точно рассчитывать во времени и пространстве – например, пробежать определенное расстояние за заданное время [24].

Каждое направление ритмики имеет свою специфику и в то же время их объединяет единая цель – активация музыкального восприятия через движение. Двигаться, как подсказывает музыка, идти от музыки к движению, творчески отображая музыкальные впечатления, – вот основной девиз любого ритмического занятия.

К занятиям ритмикой рекомендуется приступать с самого раннего возраста. Дети подвижны, они ярче и эмоциональнее воспринимают музыку через движение, она побуждает у них светлые и радостные чувства. Ребёнок получает огромное удовольствие от свободных и лёгких движений, от сочетаний музыки с пластикой тела, у него повышается жизненный тонус.

Вот как об этом писала основоположница советской ритмики Н.Г. Александрова: “Откуда берётся это чувство красоты, не оставляющее ребёнка во время его занятий по ритмики? Очевидно, от музыки, от внутреннего чувства гармонии, возбуждаемого этим уроком. Кто знает, быть может, занятие ритмикой, полные бодрости, радости, чувства гармонии, излучаемого музыкой, наложат отпечаток на развитие личности этих детей и

возродят в них чувство гармонического согласия со всеми функциями их организма?” [1].

1.2. Формирование чувства ритма у ребенка на ранних этапах онтогенеза

В динамике роста, развития и созревания человека имеется немало специфических, особенных черт. Важным показателем физического и умственного развития у детей раннего возраста является развитие психомоторных свойств. Под термином «психомоторные свойства» понимается совокупность специфических способностей человека, которые базируются на морфологических и психофизиологических особенностях организма и содействующих слаженному выполнению двигательных действий, способствующих с большей точностью различать свои движения во времени, пространстве и по затраченным усилиям. Залогом успешного развития двигательных, умственных и речевых способностей является развитие на начальном этапе психомоторных свойств (исследованиями Л.М.Фоминой, М.М.Кольцовой, Е.В. Уханевой [27] и др.).

Психомоторное развитие обусловлено функциональной зрелостью нервной системы, она в свою очередь обеспечивает к проявлению произвольных действий. Для детей движение-естественная биологическая потребность. Очень важно формировать двигательную функцию, так как она является результатом совместной работы различных мозговых звеньев функциональной единой системы.

Уже в столь раннем возрасте можно выявить задатки к определенным видам деятельности, это даст возможность благополучно их развивать (либо это склонность к спорту или танцевальные способности, музыкальные способности, способность к живописи). Чувство ритма выступает одним из важных психомоторных свойств, формирующихся в раннем возрасте.

Также организм человека живет в ритме: дыхание, кровообращение (пульс), сон и бодрствование, ходьба, бег, жестикуляция, речь – все это происходит в различных ритмах. Ритм – это последовательное повторение какого-либо действия или движения (пульсация крови, вдох и выход, сокращение и расслабление мускулов при ходьбе и речи, и т.д.).

Аритмия сердца – серьезное заболевание, когда сердце не может равномерно биться. С нарушением мышечного ритма связананекоординированность движений. К серьезнейшим заболеваниям приводят и сбои в ритме вдоха и выдоха.

Ребенок с ритмическими нарушениями бывает не способен к восприятию, к учению, к коллективной работе в классе. Такой ребенок начинает «выпадать» из учебного процесса, так как не может «войти в ритм». Когда же дети начинают чувствовать магическую силу ритма, они испытывают большую радость, душевный подъем, они открыты восприятию внешнего мира. Если ребенок проявляет себя в ритме, это говорит о том, что его воля пробудилась и начала свою работу. А без волевого начала невозможно никакое научение [30].

Особо важное значение ритма для жизнедеятельности человека подчеркивала Н.Т.Александрова [1].Она считала лишение ритмичности дефектом, который сказывается на всей деятельности человека, в том числе и ребенка. И напротив, если развивать чувство ритма через движения в единстве с музыкой, тем самым он совершает целесообразное, упорядоченное во времени и пространстве движение, т.е. некий биомеханический акт – это, во-первых, человек решает поставленную ему задачу с большей экономией сил, т.е. совершает интеллектуальный акт; и, во-вторых, он испытывает эстетические чувства, которые заключаются в особом удовлетворении от факта полного слияния с музыкальной динамикой [23]. Если ребенок совершенствуется во всех этих направлениях, то он становится более ловким, более способным к контролю разума над своими действиями,расчету, анализу и, наконец, более восприимчивым к искусству,

он делается способным к большей эмоциональной подвижности. Важным условием усвоения и выполнения действий является ритм, осуществляемых человеком движений в любой его деятельности. Онтогенетический аспект ритмической способности (чувства ритма) анализировался в исследованиях, проведенных Л.А. Венгером [4] и под его руководством, где были изучены особенности становления чувства ритма у нормально развивающихся дошкольников в музыкальной и изобразительной деятельности.

Народное искусство любой страны сохранило в себе традицию музыкальной, двигательной, изобразительной и речевой ритмичности. В разных странах в разные времена всевозможные педагогические системы уделяли и уделяют внимание ритмическому воспитанию (орхестика древних греков, системы ритмического воспитания Жака Далькроза и Карла Орфа, лечебная, логопедическая, фонетическая ритмика и др.).

Ритм рассматривается как специальная форма организации движений и деятельности во времени и пространстве, а средством пространственно-временной организации движений, деятельности и поведения ребенка выступает формирующаяся ритмическая способность. Очень важно отметить, что постижение времени и пространства в онтогенезе происходит гетерохронно, неравномерно.

Отсюда следует, что для первого года жизни характерным является то, что движения ребенка постепенно приобретают новое и значимое качество – серийность. Формирующееся сенсомоторное поведение отражает интегративные возможности мозга, которые и обеспечивают у ребенка серии движений и организацию двигательного акта к концу первого года жизни.

Далее повтор расширяется чередующимися действиями. О нарастании пространственного компонента ритма свидетельствует появление чередования в различных видах деятельности. Это проявляется в овладении ребенком ползанья, а затем ходьбы, первых двусоставных слов, появлении чередующихся игровых действий, первичной предметности в рисунке и постройке. Усвоение чередования в движении позволяет ребенку приступить

к более активному освоению пространства. Отражается это в нарастании пространственного компонента в игре и усложнении игровых действий. Впоследствии, чем более выраженным оказывается в том или ином виде деятельности дошкольника пространственный компонент ритма, тем более сложной по своей структуре и уровню развития становится игровая, физическая, речевая, изобразительная и конструктивная деятельность[15,20].

При ползании, прямохождении, игре, речи у детей ритмичность движений формируется постепенно, и связана с тем, что становление этих функций зависит не только от степени зрелости нервной системы, но и от обучающих воздействий со стороны окружающих. Можно допустить, что элементарная временная ритмичность ребенка первого года жизни генетически обусловлена и обеспечивается врожденной функциональной системой. Пространственная же составляющая ритма появляется и нарастает по мере социализации мотива деятельности ребенка, и ее можно считать продуктом социализации, «очеловечивания» ребенка. Многие авторы пришли к заключению, что целенаправленное формирование чувства ритма с опорой на различные анализаторные системы способствуют более эффективному овладению тем или иным двигательным действием. Так, например, звуковые сигналы, сопровождающие движения, помогают правильно во временной последовательности выполнить какую-либо часть движения. В исследованиях К.В.Тарасовой, изучавшая психологические механизмы формирования чувства музыкального ритма дошкольников, у них были выделены следующие факторы: узкое понимание музыкального ритма, отвлечение от эмоциональной стороны музыкального ритма. При этом автор рассматривала как единую сенсорную способность - способность к восприятию-воспроизведению музыкально-ритмических компонентов. Исследования К.В.Тарасовой показали, что «сложная структура чувства ритма формируется в онтогенезе не сразу как целостная система, а покомпонентно». Способность к восприятию/воспроизведению темпа следования звуков первой появляется во 2 – 3-й годы жизни ребенка. Второй

появляется способность к восприятию / воспроизведению соотношений акцентированных и неакцентированных звуков – 4-й год жизни ребенка. В конце 4-го года жизни – 6 лет способность к восприятию/воспроизведению ритмического рисунка появляется последней [25].

Старший дошкольный возраст – последний из периодов дошкольного возраста, когда в психике ребенка появляются новые образования. Это произвольность психических процессов – внимания, памяти, восприятия и др. – и вытекающая отсюда способность управлять своим поведением, а также изменения в представлениях о себе, в самосознании и в самооценках. Появление произвольности – решающее изменение в деятельности ребенка, когда целью последней становится не изменение внешних, окружающих его предметов, а овладение собственным поведением.

В старшем дошкольном возрасте менее согласованно и плавно протекают изменения основных показателей физического развития, чем в предыдущем возрастном периоде.

Совершенствуются основные нервные процессы, существенно улучшается их уравновешенность, подвижность, устойчивость.

В дальнейшем происходит развитие и рост всех органов и физиологических систем. Изменяется форма грудной клетки, завершается процесс ее формирования и окостенения, устанавливается грудной тип дыхания. В этом возрасте более развитыми оказываются те группы мышц, которые активнее действуют в обыденной деятельности детей. Прежде всего это группы мышц, которые обеспечивают вертикальное положение тела, ходьбу, бег и т.д. Относительно мало развиты мелкие мышцы груди, шеи, поясницы, кисти руки, некоторые мышцы и связки позвоночного столба.

У детей старшего дошкольного возраста движения становятся все более осмысленными, мотивированными и управляемыми. Все же в целом в характере двигательной активности детей сохраняются еще черты, типичные для предыдущих возрастных периодов — высокая эмоциональная значимость процесса деятельности для ребенка, лишённые

непосредственного интереса, неспособность завершить ее по первому требованию, нежелание выполнять требования. Вместе с тем у детей повышается способность к произвольной регуляции двигательной активности. Они могут заставить себя преодолевать определенные трудности при выполнении сложных двигательных заданий. У детей 5-6 лет появляется твердая поступь, их движения становятся осознанными. Все это дает возможность усложнять предлагаемые упражнения и приучать детей к самостоятельному выполнению заданий. Дети в движениях познают себя, свое тело, знакомятся с его строением, свойствами и т.д.

Обладая достаточным запасом двигательных умений и навыков старшие дошкольники, осознанно пользуются ими в своей деятельности. Движения детей приобретают уверенность, стремительность, легкость, слаженность.

Происходит совершенствование приобретенных ранее двигательных способностей и качеств. Наиболее существенными для всестороннего развития физических возможностей детей дошкольного возраста являются координационные и скоростно-силовые способности (ловкость), выносливость и гибкость.

У дошкольников организм лучше подготовлен к проявлению скорости и гибкости по сравнению с силой и выносливостью. Гибкость к семи годам значительно увеличивается: больше становится амплитуда движений, процессы напряжения и расслабления работающих мышц становятся более слаженными. Высокая подвижность суставов у детей обусловлена эластичностью мышц, связок, сухожилий.

Несмотря на то, что старшие дошкольники сильнее младших, их силовые возможности еще весьма ограничены. Отмечается значительный естественный прирост физической работоспособности и выносливости.

В этот период у большинства мальчиков и девочек появляется устойчивое стремление к участию в совместных подвижных играх и физических упражнениях. Они с охотой объединяются по интересам, и

длительное время играют, взаимодействуя для достижения цели в соответствии с принятыми на себя ролями и подчиняясь правилам игры. Сосверстниками и взрослыми устанавливаются отношения сотрудничества и партнерства [12,15].

У детей старшего дошкольного возраста физическое развитие по-прежнему связано с умственным. Оно становится необходимым условием, фоном, на котором успешно происходит разностороннее развитие ребенка. Умственное, эстетическое, нравственное, т.е. сугубо социальное, развитие набирает высокий темп.

Развитие личности в старшем дошкольном возрасте характеризуется освоением новых знаний, появлением новых качеств, потребностей. Иначе говоря, формируются все стороны личности ребенка: интеллектуальная, нравственная, эмоциональная и волевая действительно – практическая.

В этот период вместо познавательного типа общения ребенка со взрослым на первый план выступает личностный, в центре которого лежит интерес к человеческим взаимоотношениям .

К концу дошкольного возраста у детей формируется самооценка. Ее содержанием выступает состояние практических умений и моральных качеств ребенка, выражающихся в подчинении нормам поведения, установленным в данном коллективе. В целом самооценка дошкольника очень высока, что помогает ему осваивать новые виды деятельности, без сомнений и страха включаться в занятия учебного типа при подготовке к школе и т. д.

В психолого-педагогической литературе существует два разнообразных подхода к проблеме формирования и развития чувства музыкального ритма, музыкально-ритмических навыков у детей. При вычислении наиболее благоприятного возрастного периода в обучении детей чувству ритма, а также и музыкально-ритмическим движениям следует указать на существование различных научных подходов в данном направлении. Так, согласно мнению Э. Жак-Далькроза в наибольшей степени благоприятным

периодом для развития чувства ритма является возраст 6 – 10 лет. Г.А. Ильина устанавливает временные рамки этого периода от 3-х до 5 лет, объясняя это тем, что к 2,5 – 3 годам ребенок уже обладает простейшими ритмическими представлениями о равномерных отрезках времени. М.А.Палавандишвили [17], Н.А.Ветлугина [5] доказали целесообразность и возможность эффективного развития чувства музыкального ритма в дошкольном периоде детства. Таким образом, уже на самых ранних этапах онтогенеза закладываются основы для постепенного формирования у ребенка сложного чувства ритма, создается готовность к овладению ритмическими структурами, построенная на тесной взаимосвязи в развитии моторных, сенсорных функций, голосовых реакций, содержащих уже на первом году жизни ребенка проявления элементарной ритмичности. В последующем развитие ритмической и двигательной способности обеспечивает восприятие единого пространства-времени, гармонизацию его психического развития, формирование целостного образа мира у ребенка.

На занятиях ритмикой нельзя чрезмерно нагружать детей бегом или прыжками, так как это возбуждает их и отрицательно влияет на их сердечную деятельность. Занятия надо строить, чередуя активные движения с ходьбой или другими упражнениями, успокаивающими дыхание.

1.3. Структура и интеграция образовательных областей в музыкально - ритмической деятельности детей

Целью ритмики в детском саду считается углубление и дифференциация восприятия музыки, её образов и формирования на этой основе у детей дошкольного возраста навыков выразительного движения.

Задачами педагога, работающего в дошкольном образовательном учреждении, являются развитие у детей дошкольного возраста умения определять музыкальные жанры (марш, песня, танец), виды ритмики (игра,

пляска, упражнение); формирование красивой осанки, навыков выразительного движения, а также развитие творческих способностей.

В детском саду работа по развитию движений под музыку строится по двум направлениям: гимнастика под музыку, с достаточно большой энергоемкостью и большой физической нагрузкой и танцевальная гимнастика, которая требует выразительности, пластичности и гибкости.

Условно их можно назвать ритмической гимнастикой и ритмопластикой. Для реализации оздоровительных задач целесообразнее использование ритмической гимнастики, то есть упражнений с высокой двигательной активностью, цель которых - многократное повторение элементов, что позволяет выработать тот или иной навык. Ритмопластика решает в педагогическом процессе воспитательные и развивающие цели.

Виды ритмики тесно связаны с той областью движений, откуда они заимствованы. Источниками движений принято считать физические упражнения, танец и сюжетно-образные движения.

Из физических упражнений в ритмике применяются основные движения (ходьба, бег, подпрыгивания-подскоки), общеразвивающие (без предметов и с предметами) и строевые упражнения (построения, перестроения и передвижения) [29].

В ритмике используются несложные элементы народных плясок, хороводов, бальных танцев, которые составляют основу современных детских композиций.

Сюжетно-образные движения включают имитацию повадок животных и птиц, передвижения разнообразного транспорта, действий, характерных для каких-либо профессий, и т.д.

На основе источников движений выделяют следующие виды ритмики:

- 1) музыкально-ритмические упражнения;
- 2) танцы, пляски, хороводы;
- 3) музыкальные игры.

1. Музыкально-ритмические упражнения можно условно разделить на подготовительные и самостоятельные. К первым относятся упражнения, в которых предварительно разучиваются отдельные виды движений. Так, дети учатся ритмично, непринужденно выполнять подскоки с ноги на ногу, прямой галоп и т.д. В дальнейшем эти движения включаются в игры, хороводы.

2. Танцы, пляски, хороводы делят на две группы: зафиксированные и свободные.

К зафиксированным относятся те, которые имеют авторскую композицию движений, и педагог точно следует ей при обучении ("Пляска с платочками", "Парная пляска" и т.д.).

К свободным танцам относятся все те пляски и хороводы, которые придумывают сами дети. В них используются знакомые элементы танцев.

3. Музыкальная игра - важный метод музыкального развития. Игры делятся на игры под инструментальную музыку и игры под пение.

Интеграция образовательных областей дошкольного воспитания осуществляется в музыкально - ритмической деятельности детей, в процессе которой происходит развитие как физических качеств, а также развитие у детей музыкальных способностей. Большая двигательная активность на фоне эмоционального подъема выполнения движений под музыку несет мощный оздоровительный эффект. Влияние музыки на здоровье человека неоднократно отмечали многие ученые-физиологи, так В. М. Бехтеревым установлено, что при спокойной музыке дыхание человека становится глубоким и равномерным, а гармоничные созвучия замедляют пульсацию крови.

Музыкально - ритмическая деятельность чрезвычайно эмоционально насыщена. Эту насыщенность можно дозировать: в зависимости от ситуации давать тот или иной заряд эмоций.

Слушать музыку это одно, а вот двигаться в такт с ней - совсем другое.

Музыкально-ритмическая деятельность гармонично соединяет в себе дозируемую двигательную активность, свойственную бегу, разнообразие воздействия на мышцы и суставы, присущее спортивной гимнастике, эмоциональность, диктуемую музыкальными ритмами. В этом ее преимущество по сравнению с физкультурной деятельностью без сопровождения музыки. А, кроме того: - при той же нагрузке на сердечно - сосудистую систему, она не утомляет детей; - в ней гораздо активнее работают суставы, а значит, она является средством развития гибкости; - она всегда создает хорошее настроение.

Движение для ребенка – средство восприятия музыки, понимание ее характера. Придумывая движения под музыку, малыш конкретизирует музыкальный образ, делая его понятным в первую очередь для самого себя.

Изменяя характер движений на музыку, ребенок накапливает опыт взаимодействия с музыкой. Выделяется две группы двигательных умений в музыкально-ритмической деятельности: первая – это умения выполнять под музыку основные и гимнастические движения, а также перестроения (владение атрибутом, предметами); вторая – танцевальные умения, различные виды шагов, сюжетно-образные движения, физкультурные упражнения, танцы.

Подвижные игры без музыкального сопровождения, используя необходимый подбор музыки, всегда можно сделать музыкальными, внимательно изучив игровое правило и те основные движения, на которых базируется игра. Музыкальное сопровождение на современном этапе развития физкультурного образования может иметь большое значение для решения многих задач, поставленных перед отраслью физической культуры.

Нравственные ценности, идеи, отражённые в музыкальных образах, ненавязчиво оказывают воспитательное влияние на детей. Оно проявляется в улучшении двигательной реакции, развитии музыкальных способностей, накоплении знаний, активизируются волевые усилия, возникают сильные эмоциональные переживания и стремление к творчеству, обогащается

слуховой, двигательный и коммуникативный опыт, что особенно важно для периода дошкольного детства [5]. К сожалению, не всегда в полной мере используют эти возможности. Это связано с разными причинами, и одна из них – отсутствие необходимых знаний и навыков по проведению занятий с музыкой.

1.4. Принципы выбора музыкального сопровождения для занятий с детьми

Музыкально – ритмическая деятельность детей осуществляется практически во всех формах работы в ДОУ: в режимных моментах – в утренней гимнастике, в непосредственно образовательной деятельности педагога с детьми, как в «Физическая культура», так и в других областях, во время прогулок, сюжетной игровой деятельности, в самостоятельной деятельности детей, во время праздников, досугов и развлечений.

Движения под музыку используются при релаксационных и динамических паузах между разными видами деятельности, во время корректирующей гимнастики после сна, во время занятий в плавательном бассейне (Аква аэробика и разминка перед плаванием).

Занятия ритмикой оказывают положительное влияние на различные сферы развития ребенка: физическое, интеллектуальное, речевое, музыкальное развитие, развитие психических процессов и т. д.

Прежде всего, ритмические упражнения служат задачам физического воспитания. Использование общеразвивающих упражнений в процессе занятий ритмикой позволяет совершенствовать двигательные навыки детей, укреплять и развивать их мышцы, благотворно воздействует на работу органов дыхания и кровообращения, помогает развитию зрительно-моторной координации, статической и динамической координации, а также самоконтроля при выполнении движений. Различные построения и перестроения, используемые на занятиях, способствуют развитию оптико-

пространственных представлений и формированию пространственных понятий.

Влияя на моторную сферу детей, ритмика способствует активизации речи и развитию психических процессов: памяти, внимания, мышления и др. Этому способствует включение в занятия различных музыкально-дидактических и подвижных игр, в т. ч. с использованием художественного слова (стихов, считалок и т. д.) и пения, игр на развитие ловкости, внимания и быстроты реакции. А при разучивании упражнений и танцев дети должны запомнить комбинацию движений, данных в определенной последовательности, что также способствует развитию внимания и памяти.

Использование разнообразных музыкальных произведений помогает формированию художественного вкуса детей, способствует развитию их эмоционально-волевой сферы. Различные средства музыкальной выразительности (темп, динамика, ритм, ладовые и регистровые особенности используемых на занятиях музыкальных произведений) помогают развитию слухового восприятия, активизируют слуховое внимание и обогащают слуховые представления занимающихся.

Слушание музыки, определение ее характера, настроения, образов, переданных в музыке, темпо-ритмических особенностей, громкости звучания и т. д. способствует активизации и обогащению словарного запаса детей, умению чувствовать музыку и сопереживать и, таким образом, стимулирует их эмоциональное развитие.

В этом же заключается и воспитательное воздействие занятий. Кроме того, различные задания, выполняющиеся всем коллективом, требуют согласованного взаимодействия всех детей, что воспитывает у них чувство товарищества, ответственности друг за друга, повышает их дисциплинированность.

Кроме этого, ритмика оказывает влияние на развитие музыкальных и творческих способностей детей. Занимаясь ритмикой, дети получают представление о тех средствах музыкальной выразительности, которые

естественным образом могут быть переданы в движении. Дети получают представление о различных жанрах музыки, учатся двигаться в соответствии с характером, темпом, динамическими оттенками музыкального произведения, его формой (различать вступление к музыке, узнавать музыкальные части и фразы), ощущать и выделять сильные и слабые доли тактов, определять на слух простые музыкальные размеры, различать длительности (четверти, восьмые, половинные, целые), уметь исполнять движениями и игрой на шумовых ритмические рисунки [16].

1.5. Экспериментальный комплекс музыкально-ритмических упражнений и игр

Мы собрали упражнения и игры из специальной литературы по ритмическим занятиям в количестве 6 штук. И разработали собственные задания, которые были направлены на развитие чувства ритма; использовали хореографические комбинации собственного сочинения; упражнения, направленные на самовыражение при помощи движений.

Были проведены следующие музыкально-ритмические упражнения и игры:

Игровой вход в музыкальный зал.

1. «Поезд-тренаж» (Танцуй малыш! Учебное пособие + аудиоприложение, автор: Суворова Т. И.)

Педагог: Уважаемые пассажиры, просьба занять свои вагончики, наш веселый поезд отправляется в путь!

Дети строятся друг за другом, руки кладут на плечи впереди стоящему ребенку. Педагог стоит впереди «паровоза». Акцентируем: аккуратно, нежно держим за плечики.

«Поймали» носиком «кусочек воздуха» и как настоящие паровозы выпускаем ротиком пар: «Ту-ту-у-у-у-у!» Давайте еще разок и еще раз!

Глубокий вдох через нос, выдох ртом. Это упражнение улучшает концентрацию. Проводится несколько раз, чтобы все дети подключились к выполнению задания.

Итак, в путь! Ротики широко улыбаются, глазки сверкают, освещаем путь своим хорошим настроением! Громко ножками топаем, чтобы все-все нас услышали!

Настраиваем детей на успешное занятие!

Поезд ехал-ехал-ехал,

И колесами стучал!

Наконец-то он приехал

И ребят в кружок собрал!

Дети, шагая топающим шагом, под руководством педагога, образуют круг. Впереди стоящий ребенок догоняет последнего и кладет руки на пояс сзади стоящему ребенку.

Далее мы провели приветствие с помощью музыкально-ритмической игры «Все на ножки становитесь» Е. Железнова.

Методика проведения: Дети стоят в кругу.

Педагог: Мы в кружочке постоим,

Надруг друга поглядим.

За руки сейчас возьмемся,

По кружочку все пройдемся.

Дети берутся за руки, образуя круг. Педагог стоит вместе с детьми.

Играет музыка и педагог вместе с детьми поет:

Все на ножки становитесь

И в кружочек соберитесь,

Вместе ручками помашем,

Вместе мы споем и спляшем!

Все Арине очень рады, и Антону тоже рады,

Все Максиму и Ульяне, и Полине очень рады! Поет педагог, называя имена детей данной группы, и приглашает их в центр круга.

Дети, чьи имена прозвучали, выходят в центр круга и кружатся под первую часть музыки, под вторую часть – бегут на носочках по кругу. Дети, стоящие в кругу, громко хлопают в ладоши.

Важно всех детей пригласить в круг и поприветствовать. Это задание решает коммуникативные задачи, сглаживает эмоциональное напряжение у робких, застенчивых детей.

Игровая разминка «Шпионы»

Педагог: Все в кружочек соберитесь и в шпионов превратитесь! - Созываем детей встать в круг, интригуем неизвестным словом «шпион»!

Ниже-ниже приседайте и головки наклоняйте. - Педагог показывает детям, как нужно присесть слегка и опустить головку так, как будто мы прячемся и не хотим, чтобы нас кто-нибудь увидел.

Тихо-тихо мы ступаем, (шагаем «крадущимися» шагами)

Всё в округе замечаем. (ладонь приставляем ко лбу, глаза прищуриваем и делаем вид, что высматриваем все вокруг. Мы видим, а нас никто не видит!)

Долго шли мы по дороге

И у нас устали ноги!

(Дети шагают по кругу, ноги высоко поднимают.

Идут на носочках. Остановились – «растем выше: до хором, до крыши!»)

Наши ноги все шагали,

По тропинке побежали,

Побежали...

Мы бежали три часа

Через горы и леса.

Забежали в чьи-то грядки, (Шагают на пятках)

Пересели на лошадки,

На лошадке ехали,
 В Африку приехали. (Прямой галоп. Руки «держат вожжи»)
 Испугал нас бегемот
 Сели мы на пароход! (Садятся на пол, руки в стороны.)
 Пароход по морю плыл,
 Каждый очень счастлив был. (Наклоны вперед, тянем носочки. При наклоне вперед делаем выдох, проговаривая: «Ух!»)

Но на мель случайно сели
 И на поезд пересели.
 Поезд едет чух-чух-чух,
 Аж захватывает дух! (На корточках прыжками двигаются вперед.)
 Но веселый наш народ
 Пересел на самолет.
 Самолет летит по небу
 Там никто ни разу не был!

Мы летели, а потом... (Руки в стороны на носочках кружатся на месте, затем двигаются вперед. Указания: «Спинка прямая, головку не опускаем, глазки смотрят вперед».) Прилетели - вот наш дом! («приземлились» на одно колено. Показывают крышу — «дом» - руки над головой, пальцы рук соединены между собой. Затем тянемся к солнышку - руки подняты вверх!)

Упражнение «быстро - медленно»

«Зверята в лесу очень любят слушать музыку и отгадывать — быстрая музыка или медленная. Давайте мы с вами тоже попробуем» — под быструю музыку дети танцуют, медленную музыку — слушают, сидя на полу или на лавочке.

Танец-игра «Кактус-ёж»

Методика: Детки садятся в кружок, ножки вытянуты к центру круга. Педагог знакомит детей с гостем «Кактусиком». Кактусик - это цветок из зеленых шариков в большом ведре, с глазками и улыбающимся ротиком. Кактусик дарит деткам волшебный клей для ручек и ножек.

Исходное положение: дети сидят на полу, ноги вытянуты вперед и хорошенько склеены «волшебным клеем», носочки-стрелочки показывают на Кактусика, руки на коленках, локти в стороны разведены, спинка прямая, глазки смотрят вперед.

Вступление. Плечики вверх-вниз поочередно, хвастаемся приговаривая:

1. Кактус-ёжик на окне

Колется пребольно.

До чего же, вам скажу,

Я им не довольна. (Дети в положении сидя двигаются вперед, ни руками, ни ногами не помогая себе. Приближаются к Кактусику.)

Кактус злой, кактус злой,

Не хочу дружить с тобой! (Хлопают в ладоши ритмично поочередно сначала около правого ушка, затем около левого.)

Кактус злой, кактус злой,

Не хочу дружить с тобой! (Грозят пальчиком, приговаривая громко и сердито: «Не хочу дружить с тобой! »)

Проигрыш Дети отползают сидя назад (от Кактусика)

2. Кактус-ёжик на окне, -

Посмотрите сами,

Неожиданно расцвёл

Яркими цветами. (Сели на корточки и прыгают как «мячики».

Ручки подняли вверх, ладошки изображают «цветочки».)

Кактус-ёж, кактус-ёж,

До чего же ты хорош! (Хлопают в ладоши ритмично поочередно сначала около правого ушка, затем около левого.

Ладошки подставляют под подбородок.)

3. Кактус-ёжик на окне,1

Чуть ли не с десятков,

Через месяц или два
 Вывел кактусяток. (Выросли - встают на ножки, руки на поясе. Бегут по кругу на носочках друг за другом.)
 Кактус мой, кактус мой,
 Что же делать мне с тобой! (Хлопают в ладоши ритмично поочередно.
 Руки разводят в стороны, плечики приподнимают – удивляются.)

4. Кактус-ёжик на окне

Рассажу в горшочки, -
 Пусть растут на радость мне
 Кактусовы дочки. (Выросли. Прыгают высоко, ножки вместе.)
 Кактус рад, кактус рад, -
 На окошке детский сад!
 (Хлопают в ладоши ритмично поочередно.
 Бегут в центр круга, садятся на корточки, подняв руки вверх.) [19,22]

Игра «Лесная сказка»

Цель: учить передавать характер музыки в движении;

Ход занятия: Показать картинки с изображением леса. («посмотрите, что изображено на картинках? Конечно же это – лес») Педагог рассказывает о том, что занятие не обычное – «мы отправимся в гости к лесным жителям».

Имитационные движения («мы пришли в лес, оказались на полянке. А там веселятся и играют самые разные звери. Давайте попробуем угадать, какие же животные пришли на полянку?») – дети слушают музыкальные фрагменты, отгадывают животных и имитируют их движения: мышки, зайчики, лиса, волк, медведь, лягушки, птицы и т.п.

Далее детям предлагается станцевать, «превратившись» в каких-либо лесных зверей. В качестве таких танцев можно использовать композиции А.И. Бурениной (из сборника “Ритмическая мозаика”): “Плюшевый медвежонок”, “Белочка” и т.п.

Игра “Птички”

“Зверята устали танцевать, они хотят немножко поиграть” – на полу раскладываются обручи по количеству детей. Под музыку (любая лирическая композиция – например, можно использовать цикл “Времена года” Вивальди) птички летают по всей полянке, клюют зернышки, чистят перышки и т.д. Когда музыка заканчивается птички прячутся в обручи (“гнездышки”). При повторении игры педагог убирает один или два обруча: птички, которым не хватило домиков, выбывают из игры. Игра продолжается до тех пор, пока не останется 2-3 играющих.

Ещё в ходе занятий мы включили в изучение элементы классического танца: обучение классическому танцу начинается с знакомства с основными позициями ног и рук, и с экзерсиса. В экзерсисе разносторонне развивается мускулатура ног, их выворотность, шаг, постановка корпуса, рук и головы, координация движений. Экзерсис начинается у палки, затем, по мере усвоения движений, переносится на середину зала [2].

Проводились упражнения на определение:

- характера музыки (знакомство с музыкой, различной по характеру (бодрой, энергичной, спокойной, веселой, плавной, отрывистой); дети учились различно двигаться в соответствии с характером музыки. Передавать движениями образы произведений.);
- вступление, начало и окончание музыкального произведения (самостоятельно начинать и заканчивать движение с началом и окончанием музыки.);
- три основных темпа: медленный, умеренный, быстрый (учились делать одинаковые движения в разных темпах.);
- метра (выделять сильные и слабые доли в простых размерах.).

Вывод по главе 1: мы изучили литературу по теме «Теоретические основы музыкально-ритмического воспитания дошкольников», в которой

подтверждается факт, что на гармоничное развитие личности ребёнка влияет своевременное формирование чувства ритма с применением музыки в процессе обучения, что положительно сказывается на эмоциональном состоянии и физическом развитии детей.

Различные творческие задания и игры, используемые на занятиях, пробуждают интерес и желание заниматься, формируют положительную мотивацию к занятиям, помогают раскрыть творческий потенциал ребенка.

Таким образом, из анализа научной литературы мы установили, что занятия ритмикой оказывают комплексное воздействие на ребенка и способствуют воспитанию полноценной, гармонически развитой личности.

ГЛАВА II. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Главной задачей нашего исследования является обоснование значимости формирования чувства ритма и выразительности у детей дошкольного возраста.

2.1. Организация исследования

Исследование проводилось на базе детского сада «Солнечный круг». Была сформирована группа испытуемых детей старшей дошкольной группы в возрасте 5-6 лет в количестве 8 человек.

Нами проведён сравнительный анализ традиционного и экспериментального подхода к обучению детей старшего дошкольного возраста приведенный в таблице 1.

Таблица 1

Сравнительный анализ традиционного и экспериментального подхода

№	Традиционное	Экспериментальное
1	Музыкальное сопровождение	Музыкальное сопровождение
2	Подвижные игры	Музыкально-ритмические игры
3	Базовые упражнения	Базовые упражнения и использование элементов классического танца и ритмической гимнастики
4	Перестроение	Перестроение
5	Познавательные занятия	Познавательные занятия
6	-----	Упражнения на формирование чувства ритма
7	-----	Импровизация

Экспериментальное исследование проходило в три этапа:

I этап – просмотр и подбор научно-методической литературы по избранной теме.

II этап – для проведения данного исследования была сформирована группа испытуемых детей в возрасте 5-6 лет в количестве 8 человек.

На протяжении всего эксперимента испытуемые занимались по методике музыкально-ритмического обучения 2 раза в неделю по 30 мин. Всего было проведено 24 занятия.

III этап – в процессе исследования (в начале и конце эксперимента) были проведены контрольные занятия, составленные для исследования следующих показателей:

- чувство ритма;
- умение самостоятельно отображать в движении основные средства музыкальной выразительности;
- способность к импровизации с использованием разнообразных и интересных движений;
- правильность и точность исполнения движений в танцевальных композициях;

IV этап – обработка полученных результатов данного исследования.

2.2. Методы исследования

В нашей работе используются следующие методы:

1. Теоретический анализ литературных источников.
2. Педагогическое наблюдение.
3. Педагогический эксперимент.
4. Экспертное оценивание.
5. Методы математической статистики.

1. Теоретический анализ литературных источников применялся с целью изучения состояния проблемы исследования, формирование гипотезы, цели и задач работы. В ходе исследования нами были изучены источники, которые предоставлены в списке литературы.

Данный метод был использован для наиболее полного понимания сути исследования.

2. Педагогическое наблюдение.

Педагогическое наблюдение – это непосредственное восприятие, познание педагогического процесса в естественных условиях.

Данный метод мы использовали сбора первичной информации об испытуемых.

3. Педагогический эксперимент.

Эксперимент включал в себя комплекс занятий, который был направлен на развитие чувства ритма и выразительности у детей дошкольного возраста, также он содержал упражнения, которые были направлены на усвоения элементов танца и танцевального творчества.

На начальном (констатирующем) этапе эксперимента нами было проведено входное тестирование, для того, чтобы определить начальный уровень детей. А на формирующем этапе нами был проведен основной комплекс заданий и упражнений. На итоговом этапе эксперимента мы провели итоговое тестирование, осуществили обработку полученных данных, благодаря этому мы смогли сравнить полученные данные, сформулировали выводы по эксперименту.

Игры – ведущий вид деятельности ребенка-дошкольника, поэтому дети были вовлечены в единый танцевальный процесс и от каждого зависело, какой будет игра, упражнение или танец. Также большими возможностями в развитии чувства ритма обладают творческие игры, в которых ребенок воссоздает определенный образ персонажа или свободно комбинирует известные ему движения, передовая характер и ритм музыки, меняющиеся на протяжении музыкального произведения.

На занятиях ритмики у детей развиваются память и внимание. Занимающиеся постепенно осваивают окончания музыкальных фраз и предложений через четкие, конкретные движения, осваивают свободный переход от одного движения к другому.

В основу работы над формированием чувства ритма и выразительности положены следующие методы:

Основной метод, использованный в занятиях ритмики— от интуитивного ощущения к сознательному анализу через упражнения на закрепления ощущения ритма или других элементов музыкальной выразительности осуществляется переход к отображению услышанного при помощи тела, движения. То есть подобный метод активизирует музыкальное мышление детей, дает возможность ученику проявить свою индивидуальность.

Вся работа по ритмике строится как на коллективных, так и на индивидуальных действиях, которые расширяют возможности воспитательного воздействия, повышают организованность, развивают дружелюбие. Групповые формы работы доминируют, а формы работы с индивидуальными заданиями целесообразно проводить с уже знакомым музыкальным материалом в качестве контроля знаний [3,10].

Занятие по ритмике должно быть динамичным, музыкальные фрагменты и формы работы постоянно сменяют друг друга.

Изложение материала по темам не следует понимать, как обязательное требование и последовательно изучать одну названную тему за другой. Темы расположены по степени трудности. Каждая тема (характер, темп, метр, длительности ритм и т. д.) присутствует на всех уроках. Она повторяется, а затем в ней добавляются более сложные задания. Часто усложнения происходят за счет сочетания в заданиях нескольких тем одновременно [11].

Таким образом, уроки ритмики строятся комплексно, материал берется из разных тем. Одна тема может явиться основным стержнем работы, другая будет затрагиваться попутно. Работа над каждой темой создает предпосылку

и основу для последующей работы, и в свою очередь, опирается на предыдущую.

Все дети любят танцевать и играть. Даже самые застенчивые, самые упрямые, самые тревожные дети раскрываются в танцевально-игровом процессе. А это залог успешности детей в будущем.

4. Экспертное оценивание.

Для выявления начального уровня и определения динамики, мы провели начальное и контрольное занятие, на которых были использованы диагностические задания, включавшие в себя ритмические упражнения, задания на способность к импровизации и музыкально-ритмические игры.

Задания были направлены на определение у детей уровня ритмичности, восприятия художественных образов музыки, умение самостоятельно отображать их в движении, умение двигаться в соответствии с их характером, правильность и точность исполнения движений в музыкально-ритмических играх.

В первом задании для прослушивания детям были поставлены несколько музыкальных произведений П.И.Чайковского: «Вальс цветов» и «Неаполитанская песенка». Было дано задание двигаться под музыку так, как они её чувствуют.

Критериями оценок детей в упражнениях стали:

- слушает музыку, проявляет интерес;
- движения выполняет в соответствии с характером и ритмом музыки;
- придерживается заданного темпа музыки;
- умение импровизировать, используя разнообразные и оригинальные движения;

Показатели оценок:

Низкий уровень (1 балл): ребенок музыку не слушает, безразличен к ней, все время отвлекается. Задание выполняет без настроения, двигается вне характера и ритма музыки. Движения однообразны.

Средний уровень (2 балла): ребенок довольно спокойно слушает музыку. Задание старается выполнить, но действует робко, неуверенно, стесняясь. Пытается двигаться в ритме и характере музыки. Уже более разнообразные движения.

Высокий уровень (3 балла): ребенок слушает музыку с интересом, реагирует на нее эмоционально. Задание выполняет увлеченно, практически двигается в характере и ритме музыки. Немного повторяющихся движений.

Затем было проведено второе задание, направленное на выявление ритмичности с помощью прохлопывания ритмического рисунка музыкального фрагмента. Здесь мы использовали русскую народную музыку «Калинка».

Критерии оценки:

- повторяет ритмический рисунок;

Показатель оценки:

Низкий уровень (1 балл): ребенок не проявляет интереса, отвлекается. Не выполняет задание.

Средний уровень (2 балла): ребенок достаточно спокойно выслушивает задание, музыку. Старается выполнить задание, повторяет ритмический рисунок тихо, робко.

Высокий уровень (3 балла): ребенок проявляет интерес к заданию и музыки. Эмоционален. Практически повторяет заданный ритмический рисунок.

Третье задание состояло из нескольких музыкально-ритмических игр.

Критерии оценки:

- умение действовать самостоятельно;
- выразительность выполнения движения;

Показатели оценки:

Низкий уровень (1 балл): ребенок действовать самостоятельно не умеет, движения выполняет без выразительности, все время отвлекается.

Средний уровень (2 балла): движения не слишком выразительны, скудно проявляет самостоятельности, действует, подражая другим детям.

Высокий уровень (3балла): ребенок действует практически самостоятельно, подходит творчески к играм, движения эмоциональные и выразительные.

4. Методы математической статистики.

Мы использовали метод «Достоверность разности показателей, выраженных в процентах», описанный в работе А.А. Кыверялг «Методы исследования в профессиональной педагогике» для проверки достоверности нашего эксперимента. Для того, чтобы решить, достоверно ли различие результатов исследования, выраженных в процентах, можно применять разность процентных чисел и средние отношения ошибки и разности процентных чисел (последнее называется и критическим отношением). Разность процентных чисел вычисляется по формуле:

$$D=p_1-p_2$$

Средняя ошибка разности процентных чисел вычисляется по формуле:

$$mD\%=\dots ((p_1 \times q_1) : n_1 + (p_2 \times q_2) : n_2)$$

где $mD\%$ - средняя ошибка разности процентных чисел;

p_1 и p_2 – результаты в процентах;

q_1 и q_2 – соответственно $100-p_1$ и $100-p_2$;

n_1 и n_2 – количество исследуемых явлений

Если разность процентных чисел D в 2-3 раза больше средней ошибки разности процентных чисел ($t > 2$), можно различия между двумя процентными числами считать достоверными. Если $t > 3$, то различия, безусловно, достоверно [14].

Вывод по главе 2: мы определили информативный комплекс методов исследования, который позволяет замерить интересующие нас параметры:

- чувство ритма;

- умение самостоятельно отображать в движении основные средства музыкальной выразительности;
- способность к импровизации с использованием разнообразных и интересных движений;
- правильность и точность исполнения движений в танцевальных композициях;

ГЛАВА III. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ АНАЛИЗ

3.1. Исследование эффективности экспериментального комплекса

Начальное состояние участников до прохождения экспериментальной программы в баллах описано в таблице 2.

Таблица 2

Результаты первичной диагностики

Участники	Задание №1	Задание №2	Задание №3
1	1	1	1
2	1	2	1
3	1	1	1
4	1	1	1
5	1	1	2
6	1	1	1
7	1	1	1
8	1	1	2
Итого:	8	9	10
p1, %	33,3	37,5	41,7
q1, %	66,7	62,5	58,3

В результате оценки уровня развития детей до применения экспериментальной программы мы видим, что на первом задании участники набрали низкое количество баллов. Возможно это связано с тем, что родители не считали нужным включать своим детям для слушания классическую музыку. Она их не привлекала, дети просили поставить барбарики, фиксиков и машу и медведя. Физические показатели тоже низкие, движения детей не связывались с музыкой, были зажаты, в основном движения были похожи на дерганье рук и ног. Возможно это так же связано с тем, что родители мало занимались дома с детьми, а физкультура, которая проводилась в младшей группе, была однообразной и не способствовала развитию и пополнению двигательных действий. Во втором задании мы так же наблюдаем у детей низкий уровень развития. Детям не хватало усидчивости. Они с трудом повторяли заданный ритмический рисунок. А

иные и вовсе не могли его повторить и вследствие чего совсем переставали проявлять интерес к заданию. На третьем задании оценки стали немного лучше, т.к. любимое занятие детей – игра, но из-за того что большинство детей были не знакомы с музыкально-ритмическими играми, они часто отвлекались на разные вещи, на тех кто стоит рядом, тем самым они больше отвлекали друг друга, чем развивали и настраивали себя на плодотворную работу. Итоговые оценки большинства участников составили 1 балл, что соответствует низкому уровню.

В целом задания по количеству набранных баллов распределились в порядке возрастания от задания №1 до №3 – по 8, 9 и 10 баллов соответственно. В таблице 2 мы для оценки достоверности рассчитали процентные значения $p1$ и $q1$. Значения по каждому заданию приведены в нижних строчках таблицы 2.

Оценив уровень начального состояния участников, мы приступили к реализации экспериментальной программы. На контрольном занятии мы вновь провели оценку уровня развития участников по тем же критериям. Результаты приведены в таблице 3.

Таблица 3

Результаты итоговой диагностики

Участники	Задание №1	Задание №2	Задание №3
1	2	3	2
2	3	3	3
3	3	2	3
4	3	2	3
5	3	3	3
6	2	2	2
7	3	3	2
8	3	2	3
Итого:	22	20	21
$p2, \%$	91,7	83,3	87,5
$q2, \%$	8,3	16,7	12,5

В таблице 3 мы видим, что результаты большинства детей значительно улучшились и соответствуют оценки высокому уровню – 3 балла.

Уже познакомившись и подружившись с классической музыкой, дети с удовольствием и интересом выполняли первое задание. Старались как можно больше проявить фантазию в своём танце, одухотворить его с характером музыки, движения от угловатых переходят к пластичным, добавляли мимику. Движения становились выразительными, яркими, легкими. Во втором задании мы так же наблюдаем положительную динамику. Уже почти все дети способны повторить ритмический рисунок, увлечены этим занятием, к его выполнению подходят с большой ответственностью. Даже некоторые дети помогали другим, у которых плохо получалось выполнить задание. Третье задание выполнялось детьми с удовольствием, так же вырос уровень их развития. Но в силу своих личностных особенностей некоторые дети продолжали быть стеснительными, подражал другим детям, не проявляя самостоятельности.

В нижних строках таблицы мы аналогично с расчетами начального состояния определили процентные числа p_2 и q_2 .

По нашим наблюдениям было отмечено, что проведенная экспериментальная работа оказала положительный результат на ритмическое развитие детей старшего дошкольного возраста.

Диагностика развития двигательной моторики детей 5-6 лет средствами музыкально-ритмических движений проводилась на протяжении всего эксперимента в несколько этапов. Эксперимент осуществлялся на всех занятиях на материале детского музыкального репертуара, а также применялись все виды музыкальной деятельности (песенная, ритмическая, танцевально-пластическая, игровая и др.).

Выходная диагностика, проводившаяся по тем же заданиям, показала, что уровень развития двигательной моторики стал заметно выше. Таким образом, было доказано, что если целенаправленно обучать детей танцевальным элементам, танцам, пляскам, танцевальному творчеству, посредством внедрения соответствующего комплекса музыкально-

ритмических упражнений и игр, то развитие двигательной активности детей 6-7 лет будет протекать более интенсивно и качественно.

Для проверки достоверности результатов исследования мы использовали метод «Достоверность разности показателей, выраженных в процентах», описанный в работе А.А. Кыверялг «Методы исследования в профессиональной педагогике» – метод математической статистики по обработке собранных данных. Расчеты отдельных величин приведены в таблице 4.

Таблица 4

Достоверность разности показателей, выраженных в %

	Задание №1	Задание №2	Задание №3
D	58,3	45,8	46
mD%	19,32	21,60	20,99
T	3,02	2,12	2,18
Различие	Безусловно	Доверительно	Доверительно
	Доверительно		

где D–разность процентных чисел в абсолютном значении

mD% - средняя ошибка разности процентных чисел

t–уровень достоверности различия полученных результатов.

Если разность процентных чисел D в 2-3 раза больше средней ошибки разности процентных чисел ($t > 2$), можно различия между двумя процентными числами считать достоверными. Если $t > 3$, то различия, безусловно доверительно.

В нашем случае после проверки полученных результатов методом «Достоверность разности показателей, выраженных в процентах» различие в задании №1 со значением $t > 3$ является безусловно доверительным, а различия результатов в заданиях №2 и 3 – доверительными. На основании проведенной оценки можем считать полученные результаты экспериментальной работы с детьми корректными.

Вывод по 3 главе: Анализ результатов исследования показал улучшение в развитии у детей чувства ритма и выразительности (в два или более раз в принятой системе оценочных показателей (см. таблица 2, таблица 3)). Проверка достоверности разности показателей, выраженных в процентах, подтвердила качество собранных в процессе исследования данных, т.е. метод является эффективным для развития детей дошкольного возраста.

Заключение

Детям старшего дошкольного возраста характерна конкретность мышления, эмоциональность и непосредственность в восприятии различных явлений в окружающей жизни. Они постоянно в движении, очень активны и не могут долго усидеть на одном месте.

На этом этапе развития роль ритмики очень важна. Она помогает творчески реализовать потребность в активном движении, ибо бесконечное их разнообразие позволяет развивать не только чувство ритма, укреплять скелет и мускулатуру, но и стимулирует память, мышление, внимание и воображение ребенка. В обучении детей имеет большое значение использование с одной стороны непохожих, а с другой тесно связанных между собой различных видов деятельности. Таким образом приобретая опыт пластической интерпретации музыки, ребенок овладевает опытом творческого осмысления музыки, ее эмоционально-телесного выражения. Именно этот опыт и умения помогут ребенку в дальнейшем успешно осваивать и другие виды художественно-творческих и спортивных видов деятельности: это может быть последующее обучение хореографии, гимнастике, а также занятия в музыкальных школах, секциях, театральных студиях и т.д. Музыкально-ритмические движения выполняют релаксационную функцию, помогают добиться эмоциональной разрядки, снять умственные перегрузки и утомления. Ритм, который музыка диктует головному мозгу, снимает нервное напряжение. Развитие двигательного аппарата так же является фактором, стимулирующим развитие речи, и ему принадлежит ведущая роль в формировании нервно-психических процессов у детей.

Занятия по ритмике создают такие условия, при которых ребенок по мере своих возможностей выступает публично, преодолевает неуверенность, страх и учится управлять собой, своим поведением, голосом, телодвижениями.

Важную роль в физическом развитии и воспитании детей дошкольного возраста играют ритмические упражнения. Они развивают прежде всего определенные группы мышц или суставов, содействуют координации движений, их точности, выразительности, воздействуют на дыхательную систему, способствуют формированию правильной осанки, красивой походки, создают высокий эмоциональный фон. Эмоциональное возбуждение способствует повышению работоспособности. Следовательно, динамическая разминка, а именно ритмическая гимнастика готовит мышцы ребенка и создает эмоциональный настрой на дальнейшие занятия.

Каждый ребенок имеет индивидуальную форму развития и претендует на право сопровождения его индивидуального маршрута. Не учащиеся должны адаптироваться к системе образования и воспитания, а программы и методы обучения должны принаравливаться к ребенку и формировать у него осознанную мотивацию к получению знаний и развитию собственного здоровья.

На занятиях ритмики у детей развиваются память и внимание. Учащиеся постепенно осваивают окончания музыкальных фраз и предложений через четкие, конкретные движения, осваивают свободный переход от одного движения к другому.

Важным результатом занятий ритмики есть свобода, детская раскрепощенность, что ложится в основу полноценного развития творческой личности. Постепенно появляются находчивость, уверенность, воспитываются активность, инициатива.

Для ребенка движение – есть сама жизнь, а побуждение выполнять его ритмично и красиво – есть счастье.

Поставленные задачи исследования считаем выполненными в полном объеме:

- мы установили критерии и показатели уровня сформированности чувства ритма и выразительности у детей старшего дошкольного возраста.

- разработали комплекс музыкально-ритмических упражнений и игр. В него вошли как и заимствованные упражнения и игры, так и авторские упражнения.

- нами было проведено исследование, в котором экспериментально подтвердили эффективность разработанного комплекса.

Гипотеза исследования подтверждена полученными результатами.

Для эффективного развития у детей чувства ритма и выразительности мы предлагаем:

Во-первых, использовать на занятиях индивидуальный подход к каждому ребенку. Т.е. проводить не только коллективные формы работы, но и индивидуальные занятия с отдельными детьми, которым трудно дается освоение навыками и умениями.

Во-вторых, необходимо опираться на развитие именно чувства ритма у детей с самого раннего возраста.

В-третьих, применять на занятиях музыки и в группе наглядный материал, дидактические пособия, направленные на усвоения метроритмических навыков, с условием учета психофизиологических особенностей детей дошкольного возраста.

В-четвертых, использовать нетрадиционные формы работы на музыкально-ритмических занятиях.

Таким образом основные темы, объединяющие два предмета -музыку и ритмику, не только дают возможность более эффективного и сознательного усвоения материала, поскольку происходит последовательное закрепление музыкальных знаний и понятий на практике, но и взаимно обогащают оба урока, наполняя их четким и ясным содержанием. Включая в свое содержание танцы, музыкально-ритмические упражнения, игры, элементы музыкальной грамоты и гимнастику, программа реализует целостный комплексный подход к развитию у детей старшего дошкольного возраста чувства ритма и выразительности.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Александрова Н.Г. Ритмическое воспитание. Революция-искусство-дети / Н.Г. Александрова - М.: Просвещение, 1968.– 312с.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. Методические указания в помощь учащимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ и студий / Т. Барышникова - СПб.: "ЛЮКСИ", "РЕСПЕКС", 2001. - 272с.
3. Буренина А.И. Ритмическая мозаика: (Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста) / А.И. Буренина — 2-е изд., испр. и доп. — СПб.: ЛОИРО, 2000. - 220 с.
4. Венгер Л.А. Развитие восприятия и сенсорного воспитания в дошкольном возрасте. Автореф.дисс...докт.пед.наук.- М., 1968. – 37с.
5. Ветлугина Н.А. Развитие музыкальных способностей дошкольников в процессе муз-ых игр / Н.А. Ветлугина // - М.: Изд-во АПН РСФСР,1958. – 248с.: нот.
6. Волконский С.М. Ритмическая гимнастика. Листки курсов ритмической гимнастики / С.М. Волконский // - М.,1913 - №1. – 17с.
7. Горшкова Е.В. От жеста к танцу. Словарь пантомимических и танцевальных движений для детей 5—7 лет. Пособие для музыкальных руководителей ДОУ / Е.В. Горшкова — М.: Издательство «Гном и Д», 2004. — 144 с.
8. Жак-Далькроз Э. Ритм / Э. Жак-Далькроз-М.:Классика XXI, 2006. – 248с.:илл.
9. Жак-Далькроз Э. Система эстетического воспитания в детском саду / Э. Жак-Далькроз- М.,1962.–136с
10. Железняк Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: учеб.пособие для студ. высш. учеб. заведений

/ Ю.Д. Железняк, П.К. Петров - 5-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2009. – 272с.

11. Карелина И.О. Методика обучения и воспитания в области дошкольного образования: курс лекций: учебно-методическое пособие / сост. И. О. Карелина. – Рыбинск: филиал ЯГПУ, 2012. – 68с.

12. Кольцова М.М. Двигательная активность и развитие функций мозга ребенка. (Роль двигательного анализатора в формировании высшей нервной деятельности) / М.М. Кольцова. М.: Советская Россия, 1973. – 160с.

13. Краснов И. Айседора Дункан и Сергей Есенин: Их жизнь, творчество, судьба / И. Краснов - М.: ТЕРРА – Книжный клуб, 2005. – 736с.

14. Кыверляг А.А. Методы исследования в профессиональной педагогике / А.А. Кыверляг - М.: Таллин «Ваягус», 1980. – 335с.

15. Любимова З.В., Никитина А.А. Возрастная анатомия и физиология: в 2 т.Т.2. Опорно-двигательная и висцеральные системы: учебник для СПО / З.В. Любимова, А.А. Никитина – 2-е изд., перераб. и доп.- М.: Изд-во Юрайт, 2016. – 447с.: ил., табл.

16. Овчинникова Т.С., Симкина А.А. Музыка, движение и воспитание / Т.С. ОВчинникова, А.А. Симкина - М.: КАРО; Санкт-Петербург, 2011. – 77с.

17. Палавандишвили М.Л. Формирование чувства ритма у детей 5-7 лет. Автореф.дисс...канд.пед.наук.- М.,1973. – 7с.

18. Передельский А.А. История развития спортивных танцев в мировой и отечественной практике / А.А. Передельский, К. Крухмалева // Теория и практика физической культуры.-2015. - №12. – 49-51с.

19. Пинаева Е.А. Детские образные танцы: Учебно-методическое пособие / ГОУ ДОД Областной центр художественного творчества учащихся «Росток».сост. Е.А. Пинаева. – Пермь, 2005. – 36с.

20. Россихина В.Г. Г. Александрова и ритмика Далькроза в нашей стране / Из прошлого советской музыкальной культуры.- М., 1982. – 249с.

21. Сальников В.А. Способности и индивидуальные различия в процессе возрастного развития / В.А. Сальников, С.П. Хозей, А.М. Бондаренко, А.Ф. Кузнецов // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка.-2016. - №2. – 6-8с.

22. Сироткина И. Свободное движение и пластический танец в России / И. Сироткина -Изд-е 2-е, испр. и доп.- М.: ООО «Новое литературное обозрение», 2012. – 212с.

23. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей №5 - сборник танцев, игр и упражнений для детей 4 - 7 лет. / Суворова Т.И. // М.: Издательство Музыкальная палитра, 2007. – 68с.

24. Таймазов В.А., Курамшин Ю.Ф., Марьянович А.Т. Петр Францевич Лесгафт: История жизни и деятельности / В.А. Таймазов, Ю.Ф. Курамшин, А.Т. Марьянович-СПб.: Печатный двор, 2006. – 303с.

25. Тарасова К.В. Воспроизведение звукового ритма дошкольного возраста // Новые исследования в психологии и возрастной физиологии.- М., 1970. - №2. – 82с.

26. Трофимова М.П., Князь С.М. Волконский и его курсы ритмической гимнастики // Искусство движения. История и современность / Ред. Т.Б. Клим. М.: ГЦТМ, 2002. – 92с.

27. Уханева Е.В. Организация физического воспитания детей раннего возраста на основе развития функции равновесия. Автореф. дис...канд.пед.наук.- М.,2003. – 262с.

28. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, 2013.

29. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб.пособие для студ. высш. учеб. заведений. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Издательский центр «Академия», 2002. – 408с.

30. Чибрикова-Луговская А.Е. Ритмика / А.Е. Чибрикова-Луговская- М.: Дрофа, 1998. — 104 с.