

Положительное влияние двигательной активности в музыкальной деятельности.

Проблема состояния физического и психического здоровья детей – сегодня поистине глобальная проблема. Ведь именно в детском возрасте интенсивно развиваются и созревают основные психические и двигательные функции организма, закладывается будущее здоровье человека.

Исследования свидетельствуют о том, что у современных детей «двигательный дефицит», то есть количество движений, производимых детьми в течение дня, ниже возрастной нормы. Большую часть времени дети проводят в статичном положении (на занятиях, у телевизора и т.д.), вследствие этого происходит нарушение функционирования органов.

Решение данной проблемы нужно начинать как можно раньше, с дошкольного возраста, когда формируются основы мировоззрения, отношение к окружающему миру. Двигаясь, дети познают мир, в движении происходит полноценное развитие ребёнка.

Двигательная активность оказывает положительное влияние на весь организм ребёнка. От двигательной активности во многом зависит развитие моторики, физических качеств (ловкость, быстрота, выносливость, гибкость), состояние здоровья, работоспособность, умственное и эмоциональное развитие ребенка, успешное усвоение материала по разным предметам, настроение и долголетие человека.

Детский организм устроен таким образом, что для него движение является такой же биологической потребностью, как и потребность в пище. Если понаблюдать за ребенком, то можно заметить, что в период бодрствования он может непрерывно бегать, прыгать, лазать, ползать и т.п.

Важно понимать связь музыки и движения. Контрастные построения, темповые и динамические изменения, ладовая окрашенность, повторность, несложные ритмы, акценты, чередования фраз – всё это может передаваться в движении. Музыка способствует выразительности движений.

В музыкальной деятельности и ...хореографии... мы используем такие виды двигательной активности как:

1. музыкально-ритмические упражнения;
2. танцы, пляски, хороводы;
3. коммуникативные танцы-игры
4. Игровую гимнастику
5. Музыкально-подвижные игры
6. Игры-путешествия (или сюжетные занятия)

7. Креативную гимнастику

8. Пластическое интонирование

Благодаря этому дети осваивают отдельные виды движений: всевозможные повороты, вращения, кружения, наклоны, покачивания, разновидности шага, бега, прыжков, подскоков, а также упражнения на разнообразные построения: движения по кругу, квадрату, диагонали, «змейками», цепочками, парами, тройками и т.д.

В характерных танцах плясовые элементы соответствуют манере движений различных персонажей (снежинок, куколок, клоунов, пингвинов и т.п.).

К свободным танцам относятся пляски и хороводы, которые придумывают сами дети. В них используются знакомые элементы танцев. Вначале мы активно помогаем, советуем ребятам, какие движения лучше подобрать под ту или иную музыку в соответствии с её характером, формой. Затем дети уже самостоятельно пробуют свои силы и без подсказки создают «свою» пляску. Н-р, «Зеркало» (русская народная мелодия), «Танцуйте как я» (музыка В.Золотарёва).

Двигательная деятельность относится к разряду общеразвивающих и связана с физическим воспитанием ребенка, развитием его ловкости, координации, умения владеть своим телом и ориентироваться в пространстве. Движения упражнений связываются с яркими музыкальными образами (скачущие галопом лошадки, прыгающие зайчики, крадущиеся кошечки и т.п.), расцветаются фантазией детей, будят их творческое воображение. В этих упражнениях ребенок творчески познает возможности своего тела, соотносит свои действия с действиями других, приобретает навыки общения, учиться ориентироваться в осваиваемом им мире – мире вещей, живых существ, людей и их взаимоотношений. Звучащая музыка помогает ему в этом, ритмически организуя деятельность, делает познаваемый ребенком мир ярким и эмоционально насыщенным.

Музыкальная игра как разновидность игровой деятельности в детском саду – важный метод музыкального развития. Музыка усиливает эмоциональную сторону игры, погружает ребёнка в мир сказочных персонажей, знакомит с народными традициями – всё это углубляет восприятие и понимание музыкального произведения, помогает сформировать музыкально-ритмические и двигательные навыки.

Например, в сюжетных музыкальных играх «Зайцы и лиса», «Васька кот», дети должны образно выполнять движения, характерные для данных персонажей.

В несюжетных играх «Игра с бубнами», «Ищи игрушку» ребята меняют движения на малоконтрастные части пьесы и динамические оттенки.

В играх с пением композиция движений зависит от характера, образов музыки, текста. Здесь используются элементы народных плясок, разнообразных хороводных построений (парами, шеренгами, кругами со сменой направления). Например, в игре «Ворон» (русская народная прибаутка) основная задача – передать сказочный образ ворона «в красных сапогах, позолоченных серьгах» в пляску которого включены элементы русского народного танца: кружение дробным шагом, выставление ноги на пятку. В игре использовано также построение в круг, сужение и расширение круга дробным шагом.

Наша задача – научить детей двигаться в характере музыки, передавая её темповые, динамические, метроритмические особенности; вызвать интерес к различным музыкальным произведениям, научить передавать музыкальные образы с помощью движений, научить сопереживать музыке, выражать свои чувства в движениях. Такие упражнения ненавязчивым образом ведут к развитию физических качеств и повышению двигательной активности, а это, в свою очередь, обеспечивает нормальное развитие физических и психических функций и крепкое здоровье, что так необходимо современному ребенку.