

## ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ И НАПРАВЛЕНИЙ В МУЗЫКАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ДОУ

*Филяй Вера Степановна*

Музыкальный руководитель МДОУ детский сад №27, г. Волгоград

[verast2014@yandex.ru](mailto:verast2014@yandex.ru)

**Аннотация** Статья посвящена вопросам организации здоровьесберегающих направлений работы посредством музыкальной деятельности в дошкольном учреждении. Обосновывается роль музыкально-ритмической деятельности, ритмопластики на типовых и доминантных занятиях, оздоровительных досугах, кружковой работе для создания условий сохранения и укрепления здоровья детей. В этой связи выделены педагогические задачи музыкально-ритмической деятельности, представлено перспективное планирование. Автором предлагается технология здоровьесберегающей направленности «Здоровей-ка!», опирающаяся на ряд современных программ дошкольного образования, на требования ФГОС ДО, которые ориентируют педагогов на укрепление психического и физического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия и развитие творческого потенциала каждого ребенка.

**Ключевые слова:** детский сад, музыкально-ритмическая деятельность, здоровьесберегающие технологии, занятия, кружок, оздоровительные досуги, пальчиковые игры, ритмопластика.

В нашем учреждении реализуется комплексная программа развития и воспитания дошкольников в Образовательной системе «Школа 2100» («Детский сад 2100») под ред. Д.И.Фельдштейна, целью которой является подготовка функционально грамотной личности, как показателя качественного обучения и создание условий для сохранения и укрепления здоровья воспитанников.

К сожалению, здоровье подрастающего поколения характеризуется высоким числом функциональных нарушений и отклонений. Только 10% детей приходят в школу абсолютно здоровыми. Исследования свидетельствуют о том, что современные дети дошкольного возраста в большинстве своем испытывают «двигательный дефицит» - гиподинамию, то есть количество движений, проводимые ими в течение дня, ниже возрастной нормы. Сегодня отмечается, и значительное снижение уровня психосоматического здоровья детей. Деятельность дошкольников в образовании так же сопряжена с высокими нагрузками, часто ведущими к перегрузкам. Именно поэтому необходимо найти пути, которые помогут гармонизовать эмоциональную и физическую сферы личности ребенка. Поэтому сохранение и укрепление здоровья детей - одна из главных стратегических задач развития страны. Она регламентируется и обеспечивается такими нормативно – правовыми документами, как Закон РФ «Об образовании» (ст.51), «О санитарно – эпидемиологическом благополучии населения», а также Указами Президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения Российской Федерации», «Об утверждении основных направлений государственной социальной политики по улучшению положения детей в Российской Федерации» и др.

По формулировке Всемирной Организации Здравоохранения "здоровье - это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только

отсутствие болезней и физических дефектов" и в ней более выражен педагогический аспект, чем медицинский.

Музыкальная деятельность в детском саду предоставляет большие возможности для создания условий сохранения и укрепления здоровья детей, посредством проведения типовых и доминантных занятий, базирующихся на музыкально-ритмической деятельности, оздоровительных досугов, кружковой работы по ритмопластике.

Организуя работу с дошкольниками в этом направлении с использованием различных видов музыкально-ритмической деятельности, мы поставили ряд педагогических задач.

**Оздоровительные:**

- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей;
- совершенствование функций организма, повышение его защитных свойств;
- формирование правильной осанки, пластики, гибкости, развитие ловкости, точности, координации движений;

**Образовательные:**

- создание условий для реализации потребности детей в двигательной активности, посредством проведения занятий музыкально-ритмической направленности и занятий кружка по ритмопластике;
- обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений, а так же пальчиковыми играми;
- формирование необходимых двигательных умений, навыков и улучшение техники движений;
- овладение «языком движений», умением с помощью жестов, мимики, пантомимики, в танце, игре передавать музыкальный образ, без излишнего напряжения организма;
- выявление интересов, склонностей и способностей детей к двигательной деятельности и реализация их через систему оздоровительной работы.

**Воспитательные:**

- воспитание интереса, потребности выразить себя в движениях под музыку, восприятие характера музыки и адекватности выразительных движений;
- воспитание потребности в здоровом образе жизни, в физических упражнениях и играх;
- воспитание физических качеств, необходимых для полноценного развития личности: выносливости, развитие силы;
- доставить детям радость и удовольствие от музыкальных переживаний: радость творческого перевоплощения через разнообразные практические действия.

В своей работе мы используем разработанную нами технологию здоровьесберегающей направленности «Здоровей-ка!», опирающуюся на ряд современных программ дошкольного образования:

- Раздел программы «Детский сад 2100», раскрывающий задачи физического развития и здоровья ребенка; [1]
- «Сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика» Н.А. Фоминой, которая ориентируется на природную потребность детей к двигательной активности как источнике развития, на их интерес к музыке и литературе как источникам радости и познания; [2]

- «Ритмическая мозаика» А.И.Бурениной, которая является актуальной и востребованной, потому что способствует укреплению физического и психического здоровья, гармоничному развитию тела и музыкальных способностей детей разного возраста (3-9 лет). [3] Основу для ритмических композиций в ней составляют разнообразные движения (имитационные, танцевальные, общеразвивающие и др.), позволяющие выразить различные по характеру эмоциональные состояния, сюжеты, образы и настроения музыкальных произведений.

Реализация технологии осуществляется, прежде всего, **на типовых музыкальных занятиях.**

В них двигательная интенсивность komponуется в первой и заключительной части: это основные и танцевальные упражнения, танцевальные композиции и игры под музыку. Для воспитания четкой ритмичности музыкального движения большое значение имеют упражнения, которые выполняются коллективно. Обычно дети сами находят правильный темп и ритм своих движений; в более сложных случаях им помогаю своим объяснением и личным показом.

Приемы, применяемые на данном этапе:

- использование арифметического устного счета, помогающего выработке чувства ритма. «Счет имеет неограниченное значение, - указывал И.Гофман,- ибо он развивает и укрепляет чувство ритма лучше, чем что-либо другое» [4, с.146]
- прохлопывание метроритма и одновременное пропевание мелодии педагогом.

Особое внимание уделяется нами формированию навыков выразительности движений. Правильная постановка рук и ног, прямая осанка, правильная линия поз, оттянутые носочки, собранные кисти – вот основные элементы красивого движения. Все это составляет двигательную культуру человека, основой которой является мышечное чувство.

Нами разработано тематическое планирование предлагаемой технологии «Здоровей-ка!» с учетом возрастных особенностей детей */Приложение №1/* Оно помогает видеть этапы в работе, наметить перспективу и предполагаемую результативность, что повышает ее эффективность.

В нашей практической деятельности по реализации технологии хорошо также зарекомендовали себя **доминантные занятия**, проводимые три-четыре раза в месяц. В ходе занятий с помощью доминирующего вида музыкально-исполнительской деятельности, базирующегося на музыкально-ритмических движениях, нам удается решать задачи, тесно связанные с развитием двигательной активности детей.

Проведение доминантных занятий позволяет осуществить учебный процесс целенаправленно, выделяя более узкую педагогическую задачу. Так в процессе одного доминантного занятия, акцентируя внимание детей на музыкально-ритмических движениях, становится возможным ликвидировать отставание в них или осуществить ознакомление с новыми движениями, исполнительскими умениями. Доминантные занятия так же являются и своеобразной учетно-контрольной формой работы с детьми, позволяющей выявить степень освоения программного материала, осуществлять личностно-ориентированный подход к каждому ребенку в соответствии с его индивидуальными интересами; выявить уровень развития музыкально-ритмических движений, уровень владения разнообразными игровыми действиями */Приложение №2/*

Во время проведения занятий всегда стараемся пробудить у детей положительное отношение к выполнению задания. Для этого применяем игровые ситуации; стремимся вызвать эмоционально-положительные переживания, создаем ситуацию «успеха». Использование в занятиях дидактических пособий, различных атрибутов, элементов костюмов привлекает и увлекает детей. Обязательно в занятии присутствует оценка и поощрение действий ребенка.

В практике нашей работы выделились три основные части при проведении доминантных занятий:

- В первой части ставим задачу подготовить детский организм к выполнению движений, создать эмоциональный настрой, сосредоточить внимание детей. Для этого использую основные движения, гимнастические и танцевальные упражнения, упражнения на концентрацию внимания, игры малой подвижности.
- В основной части используем сюжетно-образные этюды, танцевальные миниатюры, ритмические композиции, подвижные игры для активной стимуляции двигательного процесса. Применяю приемы: объяснения, наглядного показа, указания, распоряжения.
- В заключительной части включаем игры малой подвижности, хороводы, упражнения спокойного характера, которые создают условия для постепенного снижения нагрузки и перехода от возбуждения к относительно-спокойному состоянию, спаду нервно-мышечного напряжения.

Используются также и другие варианты: когда в основной части разучивается новый материал и это требует длительного внимания, то в заключительной части проводим игры, направленные на эмоциональную разрядку.

Двигательная нагрузка в занятии распределяется по принципу возрастания вначале занятия, чередования активной и спокойной в основной и успокоения в третьей части.

Содержание материала в соответствии со структурой занятия:

#### *Упражнения*

- разнообразные виды ходьбы, бега, прыжков и упражнения, направленные на пространственную ориентировку;
- гимнастические упражнения с предметами и без них;
- упражнения на сюжетной основе;

#### *Этюды, танцевальные миниатюры, танцы*

- сюжетно-двигательные этюды и танцевальные миниатюры; танцевальные композиции

#### *Игры*

- игры сюжетные и несюжетные;
- игры с пением (хороводы, инсценирование песен),
- дидактические игры с движением;

#### *Творческие задания*

- творческие импровизации игрового образа и танцевальных движений.

В своей работе с детьми в данном направлении мы придерживаемся девиза: «Чтобы научиться двигаться, надо много двигаться».

Разработанная нами технология здоровьесберегающей направленности «Здоровей-ка» реализуется также в кружковой работе, которая ведется с 2004 года и рассчитана на три года обучения – от четырех до семи лет.

Исходя из цели технологии «Здоровей-ка!» предусматривается решение следующих основных задач:

- укрепление здоровья: способствовать развитию опорно-двигательного аппарата, формировать правильную осанку, содействовать развитию и совершенствованию органов дыхания, сердечно-сосудистой и нервной систем организма;
- совершенствование психомоторных способностей дошкольников: развивать гибкость, выносливость, скоростные и координационные способности; содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания. Формировать навыки выразительности, пластичности танцевальных движений;
- развитие творческих способностей: развивать мышление, воображение, находчивость; формировать навыки самостоятельного выражения движений под музыку.

Занятия проводятся один раз в неделю. Длительность в младшем возрасте 15-20 минут, старшем - до 30 минут. Занятия проходят в музыкальном зале: в младшем возрасте в игровой форме, который облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятий. В старшем - в содержание включены строевые и общеразвивающие упражнения, танцевальные шаги, танцы, игры. Используются разнообразные пособия: мячи, шары, ленты, султанчики, обручи, гимнастические палки и др. Алгоритм занятия аналогичен тому, что используется нами в доминантных занятиях, описанных ранее.

Количество занятий в учебном году - 34.

Разработано тематическое планирование для детей младшего и старшего дошкольного возраста. Определено количество занятий по каждой теме, программное содержание и репертуар с учетом возрастных особенностей /Приложение №3/

Творческие достижения детей реализуются нами на вечерах развлечений, праздничных утренниках, районных конкурсах детского творчества и спартакиадах.

Неотъемлемая часть нашей профилактической здоровьесберегающей деятельности - **пальчиковые игры** Е.Железновой для малышей 2-5 лет «10» мышек» [5] Это песенный репертуар направленного действия, лечебный эффект которого зависит от количества, качества и времени выполнения упражнений. Пропевание небольших песенок регулирует функцию носового дыхания, способствует активности артикуляторного аппарата; пальчиковая гимнастика способствует развитию подвижности пальцев, запястья, что благоприятно развитию мозга. Забавные тексты песенок являются подсказкой для предполагаемых движений, а веселая и красивая музыка (народные мелодии стран Европы) создает нужное настроение, помогает ритмичному и выразительному исполнению. Кроме того, предлагаемые пальчиковые игры способствуют развитию внимания, памяти и мышления детей. Эти игры включает элементы психогимнастики, касательной терапии, легкого массажа.

Данные песенки помогают также подготовить голосовой аппарат к певческой деятельности и могут предшествовать исполнению основных песен. И в тоже время могут исполняться как самостоятельные номера.

Время выполнения упражнения до трех минут, 2-3 повтора. Темп выполнения должен быть комфортным: на этапе разучивания с голоса педагога и умеренный темп исполнения на фортепиано. По мере разучивания можно постепенно вносить темповые изменения и на этапе закрепления можно переходить к использованию песенной фонограммы. При разучивании текста, мелодии, пальчиковых движений детям предлагается инструкция: простая, короткая, точная и в тоже время дающая информацию к творчеству. Например, к упражнению «Мышка»: мышка бежит мелким



шагом (покажите как), окошко может быть круглым, квадратным и т.д. Выполнение упражнений должно быть регулярным. Составлен репертуар изучения песенного материала по возрастным группам /Приложение №4/.

Выполнение этих упражнений доставляет детям удовольствие. Данные пальчиковые игры используются воспитателями в динамических паузах НОД, для снятия эмоционального напряжения и расслабления мышц спины и шеи; для развития ручной умелости, мелкой моторики и координации. Выполнение этих заданий создает положительно-эмоциональный фон, что хорошо для успешного осуществления лечебно-оздоровительного процесса. Многие музыкальные номера направлены на взаимодействие детей друг с другом, что способствует воспитанию уважительного отношения друг к другу, повышается эмоциональный тонус, появляется чувство раскрепощения и свободы.

Широко используются нами и **оздоровительные досуги**.

В досуговой деятельности мы опираемся на «Сценарии оздоровительных досугов» М.Ю.Картушиной, которые распределены по возрастным группам.

Досуги для детей 3-4 лет способствуют привитию культурно-гигиенических навыков через прямое обучение, показ, упражнения в выполнении действий в процессе дидактических игр, постепенное повышение требований к ним. [6] Данные развлечения позволяют детям применить свои знания на практике, активизируя их инициативу и творчество. Оздоровление ребят направлено на урегулирование неправильных и лишних движений, посредством общения с выразительным музыкальным материалом, на установление равновесия в деятельности нервной системы.

Детям 4-5 лет автор предлагает сказочные сюжеты. [7]. Закрепляются приемы самомассажа, совершенствуются двигательные навыки в общеразвивающих упражнениях, закрепляется умение пользоваться пространством всего зала.

Для детей 5-6 лет представлены праздники русского православного календаря. [8]. Народные праздники, включающие в единое действие и взрослых и детей. В досугах продолжается работа по оздоровлению дошкольников, чему способствуют общеразвивающие упражнения, гимнастика для глаз, народные подвижные игры, упражнения для развития дыхания.

Сценарии для детей 6-7 лет направлены на ознакомление дошкольниками с условиями жизни на Земле в различных климатических зонах, их растительным и животным миром. [9] Помимо познавательных сведений они включают большое количество игр: подвижных, коммуникативных, игр-соревнований, эстафет, малоизвестных игр народов мира. Их дополняют различные виды самомассажа, дыхательных упражнений, пальчиковые игры, комплексы ритмической гимнастики, упражнения для коррекции зрения.

Оздоровительные досуги проводятся ежемесячно и помогают мне формировать у детей потребность в двигательной активности, закреплять основные виды движений, развивать двигательные навыки и формировать физические качества. В сценариях обращается внимание на профилактику нарушения опорно-двигательного аппарата, простудных заболеваний. Оздоровительные досуги проводятся по единому сюжету, что позволяет вызвать у детей положительный эмоциональный отклик на спортивные упражнения, повысить интерес к двигательной активности, развивать у детей коммуникативные качества, воспитывать доброжелательность в общении. В *Приложении №5* приведена тематика оздоровительных досугов по возрастным группам.

Обобщая, отметим, что используемые здоровьесберегающие направления работы повышают результативность воспитательно-образовательного процесса,

формируют ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников, их физического, психического и социального развития. Смена видов деятельности, регулярное чередование периодов напряженной активной работы и расслабления, смена произвольной и эмоциональной активации помогает избежать переутомления детей. Сочетание методик оздоровления и воспитания позволяет добиться быстрой и стойкой адаптации ребенка к условиям детского сада, снижается общая заболеваемость, обострение хронических заболеваний, пропуски по болезни.

Приобретенный опыт пластического движения под музыку обеспечивает не только психофизическое, эмоциональное развитие дошкольников через овладение разнообразными двигательными навыками и умениями, опытом творческого осмысления музыки, ее эмоционально-телесного выражения, но и помогает нашим воспитанникам выбрать последующее обучение в хореографических классах ДМШ, в театральных и танцевальных студиях, заниматься спортивной и художественной гимнастикой.

### Приложение №1

#### Тематическое планирование технологии «Здоровей-ка!» /для детей младшего дошкольного возраста/

Период прохождения материала	Тема	Число занятий
СЕНТЯБРЬ	ВОСПОМИНАНИЯ О ЛЕТЕ ОСЕННИЕ КАРТИНКИ	6
ОКТАБРЬ	ИГРЫ И ЭТЮДЫ	8
НОЯБРЬ	ЛЮБИМЫЕ ГЕРОИ	8
ДЕКАБРЬ	ОЖИДАНИЕ ПРАЗДНИКА	8
ЯНВАРЬ	ЗИМНИЕ КАРТИНКИ	6
ФЕВРАЛЬ	ТАНЕЦ-МАРШ	8
МАРТ	ЮМОР И ШУТКА	8
АПРЕЛЬ	ВЕСЕННИЕ ЗАБАВЫ	8
	В МИРЕ ТАНЦА И ИГРЫ	4

Общее число занятий: 72

#### Тематическое планирование технологии «Здоровей-ка!» /для детей старшего дошкольного возраста/

Период прохождения материала	Тема	Количество занятий
СЕНТЯБРЬ	ОСЕННИЕ МУЗЫКАЛЬНЫЕ КАРТИНКИ	6
ОКТАБРЬ	В МИРЕ СКАЗОК	8
НОЯБРЬ	ИГРЫ И ЭТЮДЫ	8
ДЕКАБРЬ	ЗИМНИЕ МУЗЫКАЛЬНЫЕ КАРТИНКИ	8
ЯНВАРЬ	ЛЮБИМЫЕ ИГРУШКИ	6
ФЕВРАЛЬ	ИГРЫ И ЭТЮДЫ	8
МАРТ	ЮМОР И ШУТКА	8
АПРЕЛЬ	СЮЖЕТНЫЕ ТАНЦЫ	8
	ВЕСЕННИЕ МУЗЫКАЛЬНЫЕ КАРТИНКИ	4

Общее число занятий: 72

### Приложение №2

#### Конспект обучающего доминантного занятия для детей младшей группы

**Цель** – осваивать основные, образные и танцевальные движения, согласовывать их с характером музыки.

**Задачи:**

- запоминать музыкальные произведения и соответствующие им движения;
- самостоятельно находить место в зале, перестраиваться в круг и друг за другом;
- различать инструменты по тембру (барабан, погремушки), осваивать способы игры на них.

**Оборудование:** барабаны, погремушки, треугольник, кукла Петрушка, ленточки.

**Содержание****1. «Шагают мальчики, шагают девочки» музыка Т.Ломовой «Марш»**

**Задачи:** - отражать в ходьбе высоким шагом бодрый, энергичный характер музыки; - в игре на барабане осваивать метроритмическую пульсацию музыки марша; - закреплять понятие «марш».

**Педагог.** Ребята, в музыкальном зале сегодня будут звучать разнообразные инструменты. Посмотрите, послушайте и назовите их (барабан, погремушка, пианино). Сейчас на пианино я исполню марш, а вы узнайте инструмент, который украсит музыку марша. Да, это звучал барабан, четко ударяли барабанные палочки (еще раз проиграть на барабане ритмическую пульсацию). Мальчики, подходите к барабанам, берите в руки палочки, а девочки под смелую музыку марша будут шагать, высоко поднимая ножки. После выполнения задания. Девочки играют на барабанах, а мальчики шагают смело, сжав пальчики в кулачки, с активной амплитудой движений ног и размаха рук.

**Вопрос.** Как называется музыка, под которую вы шагали?

**2. Упражнение «Кто хочет побегать?» литовская народная мелодия**

**Задачи:** - услышать оживленный, стремительный характер музыки и передать его в легком беге, - реагировать на окончание звучания музыки остановкой; - учить детей ориентироваться в пространстве, - закреплять понятие «быстрая» музыка.

**Педагог.** Ваши ножки, ребята, очень быстро умеют бегать по разным дорожкам и на пианино прозвучит быстрая музыка, а вы побегайте там, где лежат ленточки. Дети выполняют задание. Как легко бегут ваши ножки на носочках, их совсем не слышно. Побегайте еще, а в конце звучания музыки дружно остановитесь.

**Вопрос.** Музыка, под которую вы бегали, быстрая или медленная?

**3. Упражнение «Веселые ладошки», «Старинная полька» обр. Н.Соколовой**

**Задачи:** - улавливать динамическую окраску музыки и передавать ее ритмичными хлопками; - приучать к самостоятельному выполнению задания.

**Педагог.** Как хорошо вы потренировали ваши ножки: они шагали и бегали. Пусть они отдохнут, а веселые ладошки потанцуют. В музыке хорошо слышно, когда ладошкам хлопать. Отдельно исполняется вторая часть пьесы, дети хлопают, а воспитатель выделяет хлопком сильную долю. А теперь выполним все упражнение. Педагог выполняет с запаздыванием, давая детям возможность самостоятельно реагировать сменой движений на звучание каждой части.

**4. Сюжетный танец «Мы - петрушки» музыка И.Штрауса «Полька»**

**Задачи:** - воспринимать музыку танцевального характера, слышать ее заключение; - передавать несложный ритм в игре на погремушках; - легко выполнять прыжки и кружение на месте.

**Педагог.** Сегодня наш гость веселый Петрушка. Как ему приятно вас видеть, ребята. Покажите Петрушке, как вы легко научились прыгать. Дети выполняют задание вместе с педагогом и одновременно под его счет. Музыка подскажет вам, ребята, когда Петрушка прыгает (громкое звучание) и кружится (тихое). При исполнении на фортепиано, акцентируется сильная доля. Музыка звучит легко, под ее удобно прыгать. Прыжки нужно выполнить красиво, легко.



Педагог. Любит Петрушка играть на погремушках. Они весело звенят, а ушки внимательно слушают (дети играют на погремушках, ударяя около ушка справа и слева). Далее танец «Мы - петрушки» исполняется полностью.

#### **5. «До свидания» донская казачья.**

Задачи: учить детей отвечать на динамические контрасты в музыке движениями большей или меньшей силы, менять направление движения (энергично - двигаясь вперед, тихо – отступая) в зависимости от звучания музыки.

Педагог. Хорошо танцевали Петрушки, теперь отдохнем и послушаем музыку к танцу, который называется «До свидания». Мы произносим «До свидания», когда уходим, прощаемся. Послушайте где в музыке нужно сказать «До свидания». Звучит первая часть.

Педагог. Музыка в танце звучит по-разному, на громкую музыку и на тихую. Посмотрите, как мы исполняем этот танец. Показ с воспитателем, одновременно пропевая мелодию. Становитесь парами, послушаем музыку и попрощаемся.

#### **6. «Поросята» английская н.м.**

Задачи: - создать детям эмоциональную разгрузку после напряженного внимания на предыдущем задании, - передавать образ озорного, шаловливого поросенка, любящего играть в снежки.

Педагог. Кто любит играть в снежки под веселую, озорную музыку? (исполняется отрывок) Да, это шаловливый поросенок. Покажите, ребята, какой у него большой живот, как он хвалится своим пяточком и вертит хвостиком, ему очень нравится ходить по первому снежку, топтать своими копытцами.

После игры, поощрив детей, предлагаю выполнить упражнение на дыхание под музыку «Вальса» Козловского.

#### **7. «На прогулке» музыка Т.Ломовой**

Задачи: - воспринимать спокойную безмятежную музыку, которая отражается в неторопливой ходьбе тихим, ровным шагом без взмаха рук;

- учить согласовывать свои шаги с темпом музыки; - самостоятельно ориентироваться в пространстве.

Педагог. Ребята, послушайте как тихо и неторопливо звучит музыка, погуляем не спеша, руки не раскачиваются. Музыка затихла и наше занятие закончилось.

### **Конспект доминантного диагностического занятия для детей средней группы**

(начало учебного года, группа детей из 5-7 человек)

**Цель:** закреплять основные, образные и танцевальные движения, согласовывать их с характером музыки.

#### **Задачи:**

- выявить уровень развития основных и танцевальных движений;
- поощрять самостоятельное выполнение заданий;
- играть ритмично на бубне разным способом;
- определять жанровую принадлежность музыки.

Оборудование: бубны, ленточки, кукла, альбомы «Музыка».

#### **Содержание**

##### **1. Дидактическая игра «Кукла шагает и бежит» музыка Е.Тиличевой**

Задачи: - из разнообразных музыкальных отрывков, выбирать соответствующий заданию; - осваивать игру на бубне ударом ладони и легко встряхивать.

*Первое задание.*

Педагог. Что умеет делать наша кукла? Правильно, она умеет шагать и бегать. А когда устанет – отдыхает. Звучит тихая музыка. Музыка под которую куколка отдыхает называется... (колыбельная). Возьмите, ребята, бубны и сыграйте, когда кукле шагать и бегать. Во время выполнения задания детьми, слежу за равномерными ударами по бубну на каждую долю такта (четвертям звучат удары на маршевую музыку и восьмыми длительностями на музыку бега).

*Второе задание.*

Педагог. А теперь вы, ребята, превратитесь в кукол. И сами будете ходить, бегать и отдыхать, как куклы. Для этого надо внимательно слушать музыку. Дети выполняют задание и затем находят в альбоме «Музыка» рисунок, соответствующий маршу, бегу, колыбельной.

Педагог Куколке понравилось как вы шагаете красиво под марш, легко бегаєте. И она спрашивает: «Умеете ли вы танцевать?»

*Третье задание.*

Танец исполняется по желанию детей. Слежу за согласованностью движений с музыкой, их выразительным исполнением.

Педагог. Куколке очень понравился танец. Покажите в альбоме танцующих детей.

*Четвертое задание.*

*Игра «Догонялки» укр.н.м.*

Задачи: - самостоятельно менять движения, в соответствии с динамическими и темповыми изменениями в музыке; - воспитывать выдержку, внимание (убегать тогда, когда зазвучит быстрая музыка).

Педагог. Куколка любит разные игры, но особенно ей нравятся «Догонялки». Слушайте внимательно музыку. Проводится игра.

По окончании занятия куклу приглашают в группу, послушать какие любимые песенки ребята любят слушать в группе.

### **Конспект коррекционного доминантного занятия для детей младшей группы (с подгруппой детей из 5-7 человек)**

**Цель** – ликвидировать отставание в освоении двигательных навыков

Задачи:  
- добиваться правильного выполнения движений, согласованности их с музыкой;

- учить менять движения в соответствии с изменением динамики музыкальных произведений, его формой;

- выразительно передавать в движениях игровой образ.

**Оборудование:** шнур, маски зайчиков, белочек, вертушки.

#### **Содержание**

##### **1. «Марш со шнуром» музыка С.Прокофьева**

Задачи: - учить детей вслушиваться и различать музыкальные звуки, различные по динамике; - согласовывать движения с темпом марша; совершенствовать ходьбу высоким и тихим шагом в зависимости от динамических изменений; - приучать детей ходить за ведущим, соблюдая интервалы.

Педагог. Ребята, музыкальные звуки на пианино могут звучать громко и тихо (использовать ручной жест: узко держать ладони – тихо; широко –громко), послушайте. Это звучал марш, под громкую музыку шагайте на месте, высоко поднимая колени, а на тихую музыку – тихим шагом. Личный показ. Дети выполняют.

А теперь под маршевую музыку будем шагать по дорожке, держась за шнур. На громкую музыку - высоко поднимаем ножки, на тихую - идем тихим шагом. Дети выполняют задание.

## **2. «Упражнение со шнуром» Латвийская Н.М.**

Задачи: - менять движения с изменением силы звучания музыки; - улавливать акценты в музыке и реагировать активным амплитудным движением (прыжки через шнур); - добиваться легкости в выполнении прыжка на двух ногах.

Педагог. Ребята, положите шнур на пол. Через него можно легко прыгать. Личный показ движений педагогом. Показ сопровождается счетом «Раз, два». В музыке слышно, когда нужно прыгнуть, а когда отдохнуть (громко-тихо). Пропеваю мелодию и одновременно хлопаю в ладоши. Дети выполняют. А теперь выполните еще раз, слушая музыку на пианино. Упражнение повторяется 2-3 раза.

## **3. Упражнение «Пружинка»**

Задачи: - различать 2-х частную форму произведения с контрастными по динамике частями; - добиваться ритмичного выполнения.

Педагог. Ваши ножки, ребята, легко прыгали, а сейчас покажите как они умеют танцевать на тихую музыку. Руки поставьте на пояс. Дети выполняют. Что нужно делать на громкую музыку? Правильно прыгать, а как? Легко! Дети выполняют задание самостоятельно.

## **4. Игра «Зайцы шалунишки», музыка Кишко «Полька»**

Задачи: - передавать в движении игривый, шаловливый образ зайчика; добиваться радостных эмоций при выполнении движения; - подводить к выразительному исполнению движений: пружинка с поворотом вправо-влево, легкие прыжки.

Педагог. Ребята, для вас сегодня приготовили заячьи ушки, надевайте их и превращайтесь в зайчиков. Предлагаю детям вспомнить, как зайчик танцует.

## **5. Танец с вертушками.**

Задачи: - воспитывать у детей реакцию на динамические контрасты в музыке, соответственно меняя интенсивность движения.

Педагог. Ребята, с этими красивыми вертушками вы будете легко бегать на носочках по залу, а когда музыка закончится останавливаться. Дети выполняют задание.

## **6. Танцевальная композиция «Белочка» В.Шаинского**

Задачи: - развивать мягкость и плавность движений рук; - музыкальность и выразительность движений.

Педагог. Посмотрите, ребята, какая белочка у нас сегодня в гостях. Какие у нее лапки? Да, вся она мягкая, пушистая. Посмотрите как можно превратиться в белочку. Личный показ педагога. Покажите теперь вы. Как белочка прыгает с ветки на ветку? Покажите. А теперь выполним под музыку.

### *Приложение №3*

#### **Перспективное планирование кружковой работы по ритмопластике**

(средняя группа)

<b>Период прохождения материала</b>	<b>Тема и репертуар</b>	<b>Программное содержание</b>
<b>Сентябрь</b> 4 занятия	<b>Мир игрушек</b> Какой чудесный день Самолетик Чебурашка	Развивать: умение двигаться в соответствии с характером и настроением музыки
<b>Октябрь</b> 4 занятия	<b>Мир ребенка</b> Лошадки Виноватая тучка Веселые дети	Развитие быстроты реакции, памяти, умения сочетать движения с музыкой и словом

<b>Ноябрь</b> 4 занятия	<b>Животные и птицы</b> Птички и вороны Медведи на велосипедах Белка с орешками	Вслушиваться в слова и музыку, точно передавать все нюансы песенки в движениях
<b>Декабрь</b> 4 занятия	<b>Зимняя сказка</b> Новогодние искорки Танец елочек и снежинок Танец медведей	Развитие выразительности пластики, точности и ловкости движений, музыкального слуха
<b>Январь</b> 3 занятия	<b>Маршируем и танцуем</b> Идем на праздник Веселые пары Мяч	Развивать умение замедлять и ускорять движение, обогащать двигательный опыт
<b>Февраль</b> 4 занятия	<b>Кто живет рядом</b> Мама дорогая Приглашение Курочки и цыплята	Развитие чувства ритма, выразительности движений, воображения
<b>Март</b> 4 занятия	<b>Мои маленькие друзья</b> Козочки и волк Кузнечик Микки-Маус	Развитие эмоций, выразительности, точности и координации движений
<b>Апрель</b> 4 занятия	<b>Весна красна</b> Весна-красна Вместе весело шагать Скворушки	Воспитывать положительное отношение к передаваемому образу, развивать образное восприятие музыки
<b>Май</b> 4 занятия	<b>Мы любим веселиться</b> Улыбка Дразнилка Калинка	Развитие выразительности движений, координации, умения сочетать движения с музыкой

### Перспективное планирование кружковой работы по ритмопластике (старшая группа)

период прохождения материала	Тема и репертуар	Программное содержание
<b>Сентябрь</b> 4 занятия	<b>Осенние музыкальные картинки</b> Осенняя сюита Танец с зонтиками Озорники	Развивать: музыкальную память, ориентировку в пространстве, обогащать музыкально-слуховые представления
<b>Октябрь</b> 4 занятия	<b>Сюжетные танцы</b> Не рвите цветы Поцелуй Журавлиный клин	Развитие музыкальных способностей: различение оттенков в динамике, темпе. Согласовывать темп движений с музыкой.
<b>Ноябрь</b> 4 занятия	<b>Игры и этюды</b> Козочки Дорога – не тропинка Колыбельная медведицы	Развитие танцевального творчества, воображения, образного мышления
<b>Декабрь</b> 4 занятия	<b>В мире сказок</b> Бабка Ежка Музыкальный Дед Мороз Черные коты и белые кошечки	Развитие выразительности движений, музыкальности, красивой осанки
<b>Январь</b> 3 занятия	<b>Зимние музыкальные картинки</b> Как на тоненький ледок Конькобежцы Лыжники и зверушки	Развивать двигательный опыт, умение выражать в движениях разные игровые образы

<b>Февраль</b> 4 занятия	<b>Любимые игрушки</b> Марш деревянных солдатиков Ковбои Танец с шарами	Развитие чувства ритма, образного мышления. Развитие умения импровизировать под музыку с предметами.
<b>Март</b> 4 занятия	<b>Юмор и шутка</b> Кошки-мышки Ловишка Раз, два, три	Развитие эмоций, доверительного отношения между детьми, Развитие умений выполнять движения в паре.
<b>Апрель</b> 4 занятия	<b>Игры и этюды</b> Хула-хуп Марш – перестроение Казачок Игра с платочками	Развитие навыков ориентировки в пространстве. Совершенствование умений работать с различными предметами,
<b>Май</b> 4 занятия	<b>Зимние музыкальные картинки</b> Калинка Волшебный цветок	Освоение элементов русской пляски, развитие артистичности

### Перспективное планирование кружковой работы по ритмопластике

Период прохождения материала	Тема и репертуар	Программное содержание
<b>Сентябрь</b> 4 занятия	<b>Осенние музыкальные картинки</b> Ежик резиновый Веселый тренаж Игра с листочками	Развивать: - ритмический слух, - ориентировку в пространстве, формировать:- координацию движений, творческие способности
<b>Октябрь</b> 4 занятия	<b>Сюжетные танцы</b> Чик и Брик Если нравится тебе	Развитие быстроты реакции, памяти, выразительности движений
<b>Ноябрь</b> 4 занятия	<b>Игры и этюды</b> Вологодские кружева Куклы и лошадки Маляры	Развитие творческого воображения, музыкального слуха, образного мышления
<b>Декабрь</b> 4 занятия	<b>В мире сказок</b> Метель Пляска скоморохов Льдинки	Развитие музыкальности, красивой осанки, способности к импровизации
<b>Январь</b> 3 занятия	<b>Зимние музыкальные картинки</b> Конькобежцы Зима Марш-перестроение	Развивать умение замедлять и ускорять движение, обогащать двигательный опыт
<b>Февраль</b> 4 занятия	<b>Любимые игрушки</b> Флик-фляк Кот Леопольд Ни кола, ни двора	Развитие чувства ритма, выразительной пластики, образного мышления, умения работать с различными предметами
<b>Март</b> 4 занятия	<b>Юмор и шутка</b> Два барана Не зевай Игра со зрителем	Развитие эмоций, доверительного отношения между детьми

(подготовительная группа)



<b>Апрель</b> 4 занятия	<b>Игры и этюды</b> Синий платочек Кадриль День Победы	Закреплять умение двигаться в соответствии с метрической пульсацией, выделять сильную долю. Развитие умений выполнять руками плавные движения
<b>Май</b> 4 занятия	<b>Весенние музыкальные картинки</b> Облака Падеграс Олимпийский вальс	Развитие артистичности, умение передавать в движениях разнообразные оттенки звучания музыки

## Приложение №4

## Репертуар пальчиковых игр Е.Железновой «10 мышек»

Младший возраст	Средний возраст	Старший возраст
Мальчик-пальчик	Тук, тук Вот лягушки Маленькая мышка	Пчелки Червячки Пальчики
Ладушки	Паучок Замок	Поросята Рыбки
Где же наши ручки	Обезьянки	Шла кукушка

## Приложение №5

## Досуги и развлечения на 2012-2013 учебный год

месяц	содержание	группа
<b>СЕНТЯБРЬ</b>	День знаний День города «Мой город любимый» <b>Мой веселый звонкий мяч*</b>	Ср., ст. и под. гр. Под. гр., ст.гр. Ср. и мл. гр.
<b>ОКТАБРЬ</b>	<i>Осенние досуги:</i> Сказка про овощи, фрукты и ягоды <b>Капустница*</b> Репка Осенние подарки	Под.гр. Ст.гр. Ср.гр. Мл. гр.
<b>НОЯБРЬ</b>	<i>Театральная неделя</i> Хороший день. Поссорились-помирились Ворона Кара-Кара. А у нас в лесочке День рождения котенка. Козленок <b>Теремок*</b>  <i>День матери</i> Поздравляем наших мам! Мама лучше всех на свете! Мы дарим маме песенки	Под. гр. Ст. гр. Ср.гр. Мл.гр.  Все группы
<b>ДЕКАБРЬ</b>	<b>Гусиный праздник (Спортивный досуг)*</b> <i>Новый год</i> Новогодние приключения героев сказок Г.Андерсена Всех на праздник приглашаем! Здравствуй, Дедушка Мороз! Пришла с мороза елочка	Под. и ст. гр.  Под. гр. Ст.гр. Ср. гр. Мл.гр.
<b>ЯНВАРЬ</b>	Щелкунчик ( <i>видеоматериал</i> ) Прощание с елкой <b>Зимние забавы*</b>	Под.гр. и ст. гр. гр. Для всех групп Все группы
	Мы помним твой подвиг, Сталинград!	Под. гр.

<b>ФЕВРАЛЬ</b>	<i>День защитников Отечества</i> <b>Богатырские потехи*</b> Мы – мужчины <b>Играем в солдатиков*</b>  Кукольный театр «Блин-блинок»	Под.гр. Ст.гр. Ср. гр. Мл. гр.
<b>МАРТ</b>	<i>Мамин праздник</i> Маму с праздником поздравим Маму поздравляем. Русский чай «Как цыпленок маму искал» Вместе с мамой мы играем!  <b>Приходи, весна скорей! (вечер игр)*</b>	Под. гр. Ст.гр. Ср.гр. Мл.гр.  Для мл.гр.
<b>АПРЕЛЬ</b>	<i>Весенние представления</i> <b>1апреля – праздник шутки и веселья*</b> День Земли <b>Как Буренка в лесу заблудилась*</b>	Под. гр. Ст.гр. Ср.и мл. гр.
<b>МАЙ</b>	День Победы  В школу скоро мы пойдем! Отчетные концерты групп «Вот что мы умеем!»	Под. и ст.гр  Под.гр. Все группы
<b>ИЮНЬ</b>	День защиты детей <b>Игровая программа «Рыбий праздник»*</b> <b>Как мы спасали солнышко*</b> <b>Машино утро*</b>	Все группы Ст. и под. гр. Ср. гр. Мл.гр.



Рис 1. Танец «Веселые шляпы»



Рис. 2. Марш-перестроение



Рис. 3. Танцевальная композиция с осенними листьями



Рис. 4. Игра с мячом

#### Ссылки на источники

1. Примерная основная общеобразовательная программа «Детский сад 2100» - М.: Баласс, 2012
2. Фомина Н.А. Сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика. М.: Баласс, 2005.
3. Буренина А.И. Ритмическая мозаика /Программа по ритмической пластике для детей/. – С-Пб.: 2012.
4. Петрушин В.И. Музыкальная психология с.146 – М.: ВЛАДОС, 1997.
5. Железнова Е. 10 мышек /аудио кассета/
6. Картушина М.Ю. Сценарии оздоровительных досугов для детей 3-4 лет. – М.: Сфера, 2005.
7. Картушина М.Ю. Сценарии оздоровительных досугов для детей 4-5 лет. – М.: Сфера, 2005.
8. Картушина М.Ю. Сценарии оздоровительных досугов для детей 5-6 лет. – М.: Сфера, 2004.
9. Картушина М.Ю. Сценарии оздоровительных досугов для детей 6-7 лет. – М.: Сфера, 2004.