



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
КАФЕДРА ТЕОРИИ, МЕТОДИКИ И МЕНЕДЖМЕНТА ДОШКОЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ

**Развитие двигательной активности детей младшего дошкольного  
возраста средствами игровой ритмики**  
**Выпускная квалификационная работа по направлению**  
**44.03.01 Педагогическое образование**  
**Направленность программы бакалавриата**  
**«Дошкольное образование»**  
**Форма обучения очная**

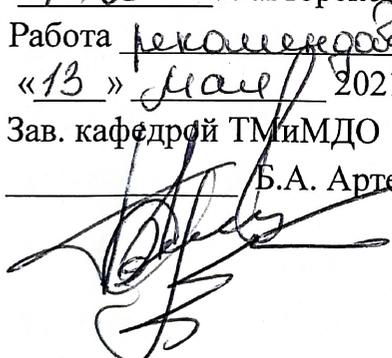
Проверка на объем заимствований:

71.03 % авторского текста

Работа рекомендована к защите

«13» мая 2021 г.

Зав. кафедрой ТМиМДО

  
Б.А. Артеменко

Выполнила:

Студент группы ОФ-402/096-4-1

Антонова Елена Сергеевна

Научный руководитель:

к.п.н., доцент кафедры ТМиМДО

Галянт Ирина Геннадьевна

Челябинск

2021

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>ВВЕДЕНИЕ</b> .....	3
<b>ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИЗУЧЕНИЯ РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА СРЕДСТВАМИ ИГРОВОЙ РИТМИКИ</b>	<b>8</b>
1.1 Анализ научно-методической и педагогической литературы по проблеме развития двигательной активности детей младшего дошкольного возраста .....	8
1.2 Особенности развития двигательной активности детей младшего дошкольного возраста средствами игровой ритмики .....	13
1.3 Организационно-педагогические условия развития двигательной активности детей младшего дошкольного возраста средствами игровой ритмики .....	20
Выводы по первой главе.....	33
<b>ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ИЗУЧЕНИЮ РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА СРЕДСТВАМИ ИГРОВОЙ РИТМИКИ</b>	<b>35</b>
2.1 Изучение уровня двигательной активности детей младшего дошкольного возраста.....	35
2.2 Реализация организационно-педагогических условий развития двигательной активности детей младшего дошкольного возраста средствами игровой ритмики .....	43
2.3 Анализ результатов экспериментальной работы.....	58
Выводы по второй главе.....	63
<b>ЗАКЛЮЧЕНИЕ</b> .....	<b>64</b>
<b>СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ</b> .....	<b>66</b>
ПРИЛОЖЕНИЕ 1 .....	73
ПРИЛОЖЕНИЕ 2 .....	76
ПРИЛОЖЕНИЕ 3 .....	90

## ВВЕДЕНИЕ

Самой природой в людях заложено стремление к двигательной активности. Уже с первых лет жизни ребенок начинает совершать движения ручками и ножками. Поначалу они кажутся бессмысленными, но их огромный смысл заключается в том, что они обеспечивают рост и развитие ребенка. Следовательно, двигательная активность необходима с самого раннего возраста. Двигаясь, дети познают мир, в движении происходит полноценное развитие ребёнка, отмечают Ю.Ф. Змановский, М.А. Рунова, Э.Л. Степаненкова.

Состояние физического здоровья подрастающих поколений является сегодня поистине глобальной проблемой. Это объясняется тем, что именно в детском возрасте достаточно интенсивно развиваются и созревают основные двигательные функции организма, т.е. закладывается будущее здоровье человека (Н.А. Амосов, В.К. Бальсевич, И.И. Брехман).

Исследования свидетельствуют о том, что современные дети имеют «двигательный дефицит», когда количество движений, производимых детьми в течение дня, ниже возрастной нормы. Большую часть времени дети проводят в статичном положении (на занятиях в детском саду, развивающих центрах, дома в гаджетах, у телевизора и т.п.), вследствие чего происходит нарушение функционирования органов. Гиподинамия является результатом этого процесса, которая и приводит к увеличению разных заболеваний в период дошкольного детства.

Также мода на раннее развитие ребенка и форсированная подготовка к обучению в школе имеют свои отрицательные последствия. Родители не всегда осознают значимость поддержания двигательной активности детей и не понимают, что физическое развитие ребенка связано и с его интеллектуальным развитием. То есть чем лучше у ребенка развиты двигательные способности, тем гармоничнее и быстрее развивается и его

мозг. Движение – это почти единственная деятельность, которая содействует работе и левого, и правого полушария головного мозга.

На развитие двигательной активности детей влияют как непосредственно физкультурные занятия, так и различные виды игровой, музыкальной, танцевальной, ритмической деятельности. А если их объединить, то это развитие огромными шагами вперед. Так, использование разнообразных игровых заданий в сочетании с ритмическими, танцевальными движениями и соответствующей им подобранной музыкой создаст положительный фон и атмосферу непринужденности, в которой получится добиться поставленных целей развития двигательной активности детей.

Важнейшая роль в развитии двигательной активности ребенка по-прежнему принадлежит как родителям, так и специалистам дошкольного образования (воспитателям, инструкторам по физическому воспитанию, музыкальным руководителям, педагогам дополнительного образования). Именно их умение методически правильно организовать и провести занятия, нестандартные подходы к выбору форм и средств их проведения – важнейшие компоненты развития интереса к занятиям, формирования у ребенка необходимых привычек, двигательных умений и навыков.

Чтобы заинтересовать ребенка занятием, нужно, чтобы упражнение выглядело как игра. Поэтому, мы считаем, что для решения проблемы по созданию условий эффективного формирования двигательной активности детей младшего дошкольного возраста, можно использовать игровую ритмику, которая станет основой для развития двигательных способностей детей, чувства ритма, а также музыкальности, эмоциональности и творчества, потому что игра даёт возможность ребенку войти в образ, передать характер, настроение и чувства (героев, музыки, своих собственных).

От двигательной активности во многом зависит развитие моторики, физических качеств, работоспособность, успешное усвоение учебного

материала, состояние здоровья, настроение и в целом эмоциональная сфера психики ребенка. В ритмическом движении совершенствуется работа нервных центров, развивается мышечный аппарат, укрепляется опорно-двигательный аппарат, развивается координация движений и ориентация в пространстве, а также творческие способности и эмоциональная отзывчивость.

Невозможно представить здорового ребёнка неподвижным, хотя, к сожалению, малоподвижных детей можно всё чаще встретить среди воспитанников детских садов. В связи с проблемами здоровья и уменьшением двигательной активности детей вследствие научно-технического прогресса, перед учёными встаёт серьёзный вопрос физического оздоровления дошкольников в условиях дошкольного образовательного учреждения и семьи, поиска эффективных средств развития двигательной активности ребенка и развития у него интереса к движению как к жизненной потребности.

Актуальность нашего исследования подтверждается тем, что отмечаемая в течение последних десятилетий в России тенденция к разным кружкам раннего интеллектуального развития говорит о необходимости повышения уровня двигательной активности и физического здоровья ребенка, поиска эффективных методов в решении проблемы двигательного дефицита.

На основании актуальности проблемы исследования можно выделить ряд противоречий:

а) между необходимостью повышения двигательной активности ребенка-дошкольника и недостаточными возможностями взаимодействия между субъектами образовательного процесса;

б) между высокой двигательной активностью дошкольников и недостаточными возможностями её реализации в полной мере;

в) между необходимостью развития двигательной активности у детей младшего дошкольного возраста и недостаточным опытом педагогической деятельности в данном направлении.

Актуальность и значимость данной проблемы обусловили выбор темы исследования: **«Развитие двигательной активности у детей младшего дошкольного возраста средствами игровой ритмики».**

**Цель исследования:** теоретически изучить и экспериментально проверить эффективность организационно-педагогических условий развития двигательной активности детей младшего дошкольного возраста.

**Объект исследования:** процесс развития двигательной активности детей младшего дошкольного возраста.

**Предмет исследования:** организационно-педагогические условия развития двигательной активности.

**Гипотеза исследования:** процесс развития двигательной активности детей младшего дошкольного возраста будет эффективным, если реализуются следующие организационно-педагогические условия:

- в образовательном процессе с детьми используется игровая ритмика как образовательная технология;
- повышается профессиональная компетентность педагогов по вопросу использования игровой ритмики в процессе двигательной деятельности детей.

**Задачи исследования:**

- 1) проанализировать научно-методическую и педагогическую литературу по проблеме исследования;
- 2) теоретически обосновать и экспериментальным путем проверить организационно-педагогические условия развития двигательной активности детей младшего дошкольного возраста средствами игровой ритмики;
- 3) провести анализ результатов экспериментальной работы.

Совокупность поставленных задач послужила основанием определения комплекса **методов исследования:**

1) **теоретические:** анализ и обобщение научно-методической и педагогической литературы по проблеме исследования;

2) **эмпирические:** наблюдение, диагностика, педагогический эксперимент.

**База исследования:** МАДОУ «ДС №23 г. Челябинска».

**Этапы исследования:**

1) констатирующий этап, задачи:

– изучение уровня развития двигательной активности детей младшего дошкольного возраста, проведение диагностики;

– изучение уровня профессиональной компетентности педагогов по вопросу использования в образовательном процессе с детьми игровой ритмики как образовательной технологии;

2) формирующий этап, задача: реализация организационно-педагогических условий развития двигательной активности детей дошкольного возраста средствами игровой ритмики;

3) контрольный этап, задача: проверить эффективность организационно-педагогических условий, провести сравнительный анализ результатов констатирующего и контрольного этапов экспериментальной работы.

**Структура работы:** выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав (теоретическая и практическая), заключения, списка использованных источников и приложения.

# **ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИЗУЧЕНИЯ РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА СРЕДСТВАМИ ИГРВОЙ РИТМИКИ**

1.1 Анализ научно-методической и педагогической литературы по проблеме развития двигательной активности детей младшего дошкольного возраста

Здоровье человека можно определить как состояние полного физиологического, психического и социального благополучия. Однако, главный источник развития и укрепления ресурсов здоровья человека состоит в систематической активности в течение всей жизни. Двигательная активность должна быть необходимой составной частью образа жизни каждого человека.

Согласно высказываниям Н.М. Амосова нормальная жизнедеятельность практически всех систем и функций человека возможна лишь при определенном уровне двигательной активности [1].

Еще в самые давние времена люди знали, что для того, чтобы лишить человека энергии, нужно лишить его двигательной активности. Гиппократом был сформулирован важнейший принцип обеспечения нормальной жизнедеятельности человеческого организма: «Гимнастика, физические упражнения, ходьба должны прочно войти в повседневный быт каждого, кто хочет сохранить работоспособность, здоровье, полноценную и радостную жизнь».

Шаталова Г.С. считает, что двигательная активность – это вид деятельности человека, при котором активация обменных процессов в скелетных мышцах обеспечивает их сокращение и перемещение человеческого тела или его частей в пространстве, суммарная величина разнообразных движений за определенный промежуток времени [55, с. 37].

Двигательная активность рассматривается специалистами как один из основных факторов, вызывающих и определяющих рост и развитие

человека, обеспечивающих возрастание адапционных резервов и экономизацию функционирования всего организма (Сеченов И.М., Павлов И.П., Аршавский И.А., Кольцова М.М., Бернштейн Н.А., Вайнбаум Я.С., Меерсон Ф.З., Айзман Р.И.).

Исследованиями показано, что во время мышечной работы активизируются не только нервно-мышечный аппарат, но и по механизму моторно-висцеральных рефлексов работа внутренних органов, нервная и гуморальная регуляция. Поэтому снижение двигательной активности ухудшает состояние организма в целом. Выполнение физических упражнений и других видов движений сопровождается функциональной активностью, которая вызывает специфические и неспецифические психофизиологические реакции. Специфические реакции характеризуются улучшением функций во время мышечной деятельности, повышением надежности всех физиологических систем в упражнениях данного вида, оптимизацией баланса расхода и восстановления биоэнергетических и структурных резервов при движениях различной интенсивности. В то же время, ограничение двигательной активности приводит к функциональным и морфологическим изменениям в организме и снижению продолжительности жизни [27].

В своих трудах Л.Г.Соколова указывает на то, что длительное ограничение двигательной активности, которое получило название гиподинамии, является опасным антифизиологическим фактором, разрушающим организм и приводящим к ранней нетрудоспособности и увяданию. Если у зрелого организма нарушения, вызванные гиподинамией, являются обратимыми, т.е. их можно ликвидировать с помощью своевременной физической тренировки, то у растущего организма повреждающий эффект гиподинамии ничем не компенсируется. Гиподинамия особенно опасна на ранних стадиях онтогенеза. Она приводит к значительному снижению темпов роста организма и угнетению биохимических процессов, включая функции генетического аппарата

клеток. При этом выявляют значительные функциональные отклонения головного мозга, выражающиеся в нарушении высшей нервной деятельности и низком уровне работоспособности мозга [45].

В детстве происходят наиболее сильные изменения в организме ребёнка. Происходит активное развитие и укрепление опорно-двигательной системы, что способствует формированию основных умений и навыков. Всё это создаёт фундамент для формирования здорового и правильного функционирования внутренних органов, мышечного каркаса, что определяет способность к полноценной двигательной активности ребёнка. Элементы такой физической активности являются основой для формирования любого вида деятельности. Поэтому так важно с дошкольного возраста способствовать формированию двигательных навыков.

Так, в научных трудах А.И. Быковой, А.В. Кенеман, И.В. Муратова, Н.В. Потехиной, Е.А. Тимофеевой показано, что двигательная активность дошкольников – естественная потребность, удовлетворение которой является важнейшим условием для формирования основных структур и функций организма, одним из способов познания мира и ориентировки в нём, условием всестороннего развития и воспитания детей [33].

Огромный пласт научных трудов, посвящённый вопросам физиологии движений, принадлежит российским физиологам, таким, как И.М. Сеченов, Н.В. Введенский, И.П. Павлов, В.М. Бехтерев, А.А. Ухтомской. Их работы получили дальнейшее развитие в творчестве П.К. Анохина, Н.А. Бернштейна, А.Н. Крестовникова.

Так, И. М. Сеченов показал, что существует тесная связь между деятельностью центральной нервной системы и мышечными движениями. Это помогло заложить основы изучения физиологии физических упражнений, проблем и механизма физического утомления, пользы активного отдыха в процессе мышечной деятельности. Впоследствии И. П. Павлов обосновал учение о высшей нервной деятельности, говоря о

единстве физиологической и психической составляющей в человеке, объяснил механизм образования и функционирования условных рефлексов. Это также сыграло большое значение при изучении значимости физических упражнений при формировании двигательных навыков [48].

Большинство отечественных исследователей отмечают, что двигательная активность детей дошкольного возраста является необходимым компонентом и условием их общего развития, в том числе и познавательного. Так, о взаимовлиянии умственной и физической деятельности говорил известный отечественный педагог, анатом и врач П.Ф. Лесгафт, выдвинувший принцип осознанности выполнения физических упражнений. Именно они, по мнению ученого, являются средством развития познавательных возможностей детей. Идеи П.Ф. Лесгафта и В.В. Гориневского в области дошкольного физического воспитания продолжил Е.А. Аркин, профессор, доктор педагогических наук, врач – гигиенист. Е.А. Аркин в доступной форме знакомил дошкольных работников с основными закономерностями высшей нервной деятельности, выявленными И.М. Сеченовым и И.П. Павловым, режимом дня, организацией жизни ребенка, указывал на важность взаимодействия детского сада и семьи. Его фундаментальный труд «Дошкольный возраст» не утратил своего значения до настоящего времени [31].

Л.И. Чулицкая, профессор, доктор медицины, углубила педагогические взгляды П.Ф. Лесгафта и В.В. Гориневского. Она опиралась на анатомо-физиологические и психологические нормы его воспитания и обучения детей. Е.Г.Леви-Гориневская, продолжая разработки предшественников, создала ряд работ по развитию навыков основных движений у детей дошкольного возраста. А.И. Быкова разработала методику развития движений ребенка, определила ее значение, содержание, организацию.

По мнению Н. А. Бернштейн и Г. Шеперд «двигательная активность – кинетический фактор, который во многом определяет развитие

организма и нервной системы наряду с генетическим фактором и влиянием сенсорной разномодальной информации. Полноценное физическое развитие, формирование правильной осанки, двигательных качеств, оптимального двигательного стереотипа через развивающее движение неразрывно связано с гармоничной последовательной организацией нервной системы, ее чувствительных и двигательных центров, анализаторов» [7, с. 45].

По мнению В.И. Ильинича и А.С. Галанова двигательная активность – это «естественная и специально организованная двигательная деятельность человека, обеспечивающая его успешное физическое и психическое развитие» [16, с. 13].

Н.А. Фомин и Ю.Н. Вавилов предлагают определять двигательную активность как естественную основу накопления резервов здоровья человека. А.А. Маркосян рассматривает двигательную активность как решающий фактор, определяющий морфологическое и функциональное развитие двигательного анализатора [54].

Т.Ю. Круцевич предлагает следующее определение двигательной активности – «неотъемлемая часть образа жизни и поведения детей, которая определяется социально-экономическими и культурными факторами и при этом зависит от организации физического воспитания, морфофункциональных особенностей растущего организма, типа нервной системы, количества свободного времени, мотивации к занятиям, доступности спортивных сооружений и мест отдыха детей и подростков» [28, с. 61].

М.Н. Кузнецова, говоря о двусторонней зависимости между физическим и нервно-психическим развитием считает, что более интенсивная двигательная активность способствует лучшему физическому развитию, а лучшее физическое развитие, в свою очередь, стимулирует двигательную активность и нервно-психическое развитие [29].

Наиболее кратким и информативным, является определение, которое предложила М.А. Рунова. По ее мнению, двигательная активность – это сумма движений, выполняемых в процессе жизнедеятельности организма. Марина Алексеевна определяет двигательную активность как естественную потребность организма в движении, от степени удовлетворения которой зависят состояние здоровья и физического развития детей. В своих исследованиях она отмечает, что оптимальный уровень двигательной активности ребенка должен полностью удовлетворять его биологическую потребность в движении и соответствовать функциональным возможностям организма, что является важнейшим условием гармоничного развития ребёнка [41].

Таким образом, проанализировав понятие «двигательная активность», представленное отечественными исследователями и его значение для развития и жизнедеятельности личности, можно сделать вывод, что проблемой двигательной активности каждого человека, в том числе и дошкольников, изучали многие педагоги, психологи, философы, физиологи и врачи. Все они говорили о неоспоримой пользе двигательной активности и считали движения важнейшим условием и средством всестороннего развития.

## 1.2 Особенности развития двигательной активности детей младшего дошкольного возраста средствами игровой ритмики

На развитие двигательной активности детей влияют как непосредственно физические упражнения, так и различные виды игровой, музыкальной и ритмической деятельности, которые мы будем рассматривать в данной работе.

По мнению ученых в обеспечении оптимального режима двигательной активности дошкольников большое значение имеет повышение интереса к двигательной деятельности. Они отмечают, что в процессе выполнения интересного дела значительно повышается

эмоциональный тонус, что приводит к более позднему наступлению утомления даже при трудной работе. Данные высказывания были подтверждены исследованиями Г.П. Юрко, С.М. Громбаха. Учитывая особенности дошкольного возраста, в котором ведущим видом деятельности является игра, многие авторы (О.И.Кокарева, Л.М.Коровина, Э.Я.Степаненкова и др.) настоятельно рекомендуют использовать ее для развития двигательной активности детей [24].

Игра с давних пор составляла неотъемлемую часть жизни человека, использовалась с целью воспитания и физического развития. Это самая свободная и естественная форма проявления деятельности детей, в которой осознается и изучается окружающий мир, открывается широкий простор для проявления своего «я» и личного творчества. Игра – это источник веселья, бодрости, радости, хорошего самочувствия, моторного настроения.

По требованиям Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (далее ФГОС ДО) следует отказаться от учебной модели в детском саду, то есть от занятий. А это требует обращения педагогов к новым формам работы с детьми, которые бы позволяли им, образно говоря, обучать дошкольников так, чтобы они об этом не догадывались. Игровые технологии сегодня широко применяются, так как игра является ведущей деятельностью в период дошкольного детства. Главная цель игровых технологий – это создание такой мотивации, чтобы дети занимались с желанием. Метод игровых технологий придает учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоение упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка [52].

Как уже было сказано (М.А. Рунова.), физическое развитие благотворно влияет на работу всех систем организма. Подвижные занятия улучшают состав крови, обмен веществ, повышают иммунитет, тренируют

сердечно - сосудистую систему. Помимо этих многочисленных положительных аспектов, нужно сказать и о влиянии физической активности на уровень познавательной деятельности детей, что экспериментально подтверждается многими исследователями.

Так, анализ современных исследований в области познавательного развития, условий активизации мыслительной деятельности дошкольников, требований ФГОС ДО к целевым ориентирам дошкольного образования (способен к волевым усилиям, может контролировать свои движения и управлять ими, любознателен и т.д.) позволил предположить наличие взаимосвязи между познавательной и физической активностью детей. Большинство отечественных исследователей отмечают, что двигательная активность детей дошкольного возраста является необходимым компонентом и условием их общего развития, в том числе и познавательного. Так, о взаимовлиянии умственной и физической деятельности говорил известный отечественный педагог П.Ф. Лесгафт, выдвинувший принцип осознанности выполнения физических упражнений. Именно они, по мнению ученого, являются средством развития познавательных возможностей детей [31].

По мнению Поздняковой Г.П., двигательная активность ребенка выступает и как условие, и как фактор его психического развития, которая сама проходит период активного развития, превращения в произвольные движения, включающие цель, вид действия, контроль, коррекцию и другие психологические компоненты произвольности. Таким образом, и в познавательной, и в двигательной деятельности главнейшим показателем является развитие произвольности: осознанность собственного поведения, действий, целеполагание, рефлексии, мотив выбора [38].

Сегодня детей с пеленок начинают готовить к школе. Это печаль нашей реальности. Родители не всегда осознают значимость поддержания двигательной активности детей и не понимают, что физическое развитие ребенка связано и с его интеллектуальным развитием. То есть чем больше

и лучше ребенок двигается, тем гармоничнее и быстрее развивается и его мозг.

Движение – это почти единственная деятельность, которая содействует работе и левого, и правого полушария головного мозга. А если объединить движение и игру – это развитие огромными шагами вперед. К сожалению, игра и движение в современном мире отодвигаются на второй план. Развивающие игры, конечно, тоже очень важны для развития ребенка, но в первую и главную очередь в его деятельности должны быть всевозможные подвижные игры [23].

Чтобы заинтересовать ребенка занятием, нужно, чтобы упражнение выглядело как игра. Для ребенка подвижные занятия должны быть приятными, непринужденными. Поэтому, мы считаем, что для решения проблемы по созданию условий эффективного формирования двигательной активности детей младшего дошкольного возраста, можно использовать игровую ритмику, которая станет основой для развития двигательных способностей детей и чувства ритма.

Ритм является основой жизни, законом организации Космоса. А «космос» в переводе с греческого означает «порядок, упорядоченная система». Упорядоченность Вселенной, Земли, их устройства и явлений, живой и неживой природы, биологического строения и процессов самого человеческого организма говорит о том, что всё вокруг нас устроено и живет по законам ритма. И даже все, что создается человеком (различные строения, произведения искусств, явления социальной жизни) также соответствует законам повторности, чередования, симметрии. Ритм является предметом изучения различных областей человеческого знания, от философии и биофизики до психологии и педагогики. Это уникальное явление в природе и человеческой жизни до сих пор не оставляет ученых равнодушными [21].

С древнейших времен до наших дней просматривается стремление человека к ритму. Народное искусство любой страны сохранило в себе

традицию синкретичного объединения двигательной, музыкальной, речевой и изобразительной ритмичности. В разные времена и в разных странах различные педагогические системы уделяли и уделяют значение ритмическому воспитанию (орхестика древних греков, системы ритмического воспитания Жака Далькроза и Карла Орфа, эвритмия в вальддорфской педагогике, лечебная, логопедическая, фонетическая ритмика, верботональный метод в сурдопедагогике и т.д.) [32].

«Широкое распространение ритмического воспитания обусловлено влиянием ритмических движений на активизацию различных анализаторных систем, становлению межанализаторных связей и развитию интегративной деятельности мозга человека. Ритмическая способность является средством пространственно-временной организации движений, деятельности и поведения ребенка», – отмечает О.Н. Гаврилушкина [15, с.29].

Генетически чувство ритма своими корнями уходит в младенческий возраст. К. Бюлер, А. Валлон, Ж. Пиаже подчеркивали тяготение ребенка к ритму, повторности элементов. Так, уже в возрасте двух месяцев ребенок производит ритмические движения пальцами – сжимание и разжимание. О развитии цепного двигательного-сочетательного рефлекса свидетельствует развитие у шести-семи месячного ребенка ритмических похлопываний предметом по предмету, повторных выбрасываний предметов и т.д. [17].

Проблема психологического содержания деятельности с точки зрения ее временной и пространственной организации привлекала внимание многих исследователей (Б.Г. Ананьев, Л.А. Венгер, Т.Н. Головина, Н.А. Бернштейн и др.) Отмечается, что формирование пространственно-временной организации деятельности ребенка базируется и очень тесно связано с движением, функциональной организацией двигательной активности.

Анализ психологического содержания ритмической способности, её генезиса и условий, обеспечивающих развитие чувства ритма в

дошкольном возрасте, показывает, что процесс его становления тесно связан с развитием моторики, восприятия, зрительно-двигательной координации, речи, эмоционально-волевой сферы. Развитие ритмической способности обеспечивает восприятие единого пространства-времени, формирование целостного образа мира у ребенка, гармонизацию психического развития детей, становление всех компонентов сознания.

Так, мы еще раз подтверждаем ценность развития чувства ритма у детей дошкольного возраста.

Напомним, что основными принципами дошкольного образования являются индивидуализация образования и поддержка инициативы детей, которые направлены на достижение интегральных характеристик развития личности ребенка как целевых ориентиров дошкольного образования. Степень развития этих характеристик зависит от условий жизни и индивидуальных особенностей конкретного ребенка, которые не противоречат бесконечной множественности вариантов развития детей. Такая корректная установка ФГОС соответствует мировому опыту дошкольного образования: не предъявление требований к детям, а возможные достижения детей как ориентиры для взрослых, которые они могут соотнести с реальным развитием воспитанников [53].

Таким образом, делая акцент на интеграцию образовательных областей, мы считаем, что использование игровых приёмов, разнообразных игровых заданий в сочетании с ритмическими движениями и соответствующей им подобранной музыкой создаст положительный эмоциональный фон и атмосферу непринужденности, в которой получится добиться поставленных целей развития двигательной активности детей.

Психологи (В.В. Медушевский, Е.В. Назайкинский, С. Сишор и др.) заметили, что ритмическое чувство первично, изначально и элементарно, поэтому оно является основным свойством музыкальности. Чувство ритма формируется у детей в онтогенезе первым по отношению к другим компонентам музыкальности. Психомоторные (двигательные) особенности

детей проявляются в тактильнокинестетическом воспроизведении эмоциональной информации и рассматриваются как важнейший фактор индивидуального развития ребенка [18].

Галянт И.Г. подчеркивает, что не одно поколение младенцев воспитывалось на «Ладушках», игрой ладонями, передающими биоритм человеческого организма. Как в природе все ритмично и гармонично (смена времён года, дня и ночи, жизни и смерти, добра и зла...), так и в «Ладушках» передаётся ритм и гармония (биение сердца, вдох-выдох, шаги...). Наше тело является первым инструментом человеческого рода, которое делает природную способность к ритму видимой и слышимой. Природный биоритм дети чувствуют и легко передают звуками своего тела (топ, хлоп, щёлк, шлёп), ударами палочек, движениями рук и тела. Следовательно, развитие метроритмических способностей ребёнка должно соответствовать природе его развития [17].

Если «ритмика» – это ритмические движения под музыку, то в основе занятий «игровой ритмики» лежит игра, такая важная для развития ребенка и такая привычная и удобная для него. Гармоничное соединение движений, музыки и игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые в свою очередь раскрепощают ребёнка, делают его поведение естественным и красивым. Игровая ритмика – увлекательные занятия, которые развивают чувство ритма и координацию.

Ребёнок учится контролировать работу мышц, делает первые попытки выразить свои эмоции через движения, получает опыт коллективной работы в общении со сверстниками. При этом, конечно, улучшается физическая форма, дыхательные функции, внимание и память занимающихся детей. Занятия проходят под весёлую ритмичную музыку, поэтому они воспринимаются детьми позитивно, что, в свою очередь, позволяет лучше усваивать материал.

### 1.3 Организационно-педагогические условия развития двигательной активности детей младшего дошкольного возраста средствами игровой ритмики

Анализ психолого-педагогической литературы, изучение особенностей двигательной активности и ритмического развития детей дошкольного возраста выявили необходимость разработать организационно-педагогические условия, которые будут оказывать эффективное воздействие на исследуемый процесс. Для обоснования педагогических условий следует обратиться к их трактовке в литературных источниках. В ходе анализа мы встретили множество мнений и пониманий.

Так, под педагогическим условием Н.М. Борытко понимает «внешнее обстоятельство, оказывающее существенное влияние на протекание педагогического процесса, в той или иной мере сознательного сконструированного педагогом, предполагающего достижение определенного результата» [10, с. 13].

Л.И. Божович считает, что педагогические условия – это «совокупность мер, направленных на повышение эффективности педагогической деятельности» [9, с. 102].

Педагогические условия по В.И. Андрееву – это «комплекс мер, содержание, методы, приемы и организационные формы обучения и воспитания» [2, с. 54].

В.А.Беликов определяет педагогические условия как «совокупность объективных возможностей содержания, форм, методов и материально-пространственной среды, направленных на решение поставленных в педагогике задач» [6, с 78].

По мнению Н.В. Ипполитовой педагогические условия – это «компонент педагогической системы, отражающий совокупность внутренних (обеспечивающих развитие личностного аспекта субъектов образовательного процесса) и внешних (содействующих реализации

процессуального аспекта системы) элементов, обеспечивающих ее эффективное функционирование и дальнейшее развитие» [22, с. 91].

Таким образом, можно сделать вывод, что педагогические условия – это совокупность внешних факторов (таких как материально-пространственная среда, меры, методы, средства, формы, возможности педагогической деятельности) и внутренних условий (личностных), направленных на повышение эффективности педагогической деятельности, эффективное функционирование и развитие педагогической системы. Грамотно выбранные и планомерно реализованные педагогические условия позволяют педагогу достичь высоких результатов в практической деятельности.

В рамках нашего исследования выделены следующие организационно-педагогические условия, обеспечивающие эффективность работы по развитию двигательной активности детей младшего дошкольного возраста:

- в образовательном процессе с детьми используется игровая ритмика как образовательная технология;
- повышается профессиональная компетентность педагогов по вопросу использования игровой ритмики в процессе двигательной деятельности детей.

Рассмотрим названные условия более подробно.

Первым условием мы обозначили использование игровой ритмики как образовательной технологии. Понятие «педагогическая технология» в последнее время широко распространено в теории обучения. Именно в этом смысле термин «технология» и его вариации («технология обучения», «образовательные технологии», «технологии в обучении», «технологии в образовании») стали использоваться в педагогической литературе и получили множество формулировок в зависимости от того, как авторы представляют структуру и составляющие образовательно-технологического процесса.

Так, термин «технология» происходит от греческого слова: «*techne*» – искусство, мастерство, умение и «*logos*» – наука, закон. Дословно «технология» – наука о мастерстве. Обратимся к некоторым определениям понятия «технология» и «педагогическая технология».

По С.И. Ожегову («Толковый словарь») «технология – это одновременно система совокупности знаний, умений, навыков, методов, способов деятельности и алгоритм, научная разработка решения каких-либо проблем» [49, с. 503].

И. П. Подласый определяет технологию как систему предложенных наукой алгоритмов, способов, средств решения поставленных задач [41].

По мнению И. П. Волкова педагогической технологией является описание процесса достижения планируемых результатов обучения. А по словам Беспалько В. П. «педагогическая технология – это проект определенной педагогической системы, реализуемой на практике» [8, с. 47].

Б.Т. Лихачев даёт следующее определение этому понятию: «педагогическая технология – совокупность психолого-педагогических установок, определяющих специальный набор и компоновку форм, методов, способов, приемов обучения, воспитательных средств; она есть организационно-методический инструментарий педагогического процесса» [30, с.31].

Понятие «образовательные технологии» является более широким, так как включает в себя кроме педагогических, еще и социальные, психолого-педагогические, социально-политические и другие аспекты.

Так, В. Н. Монахов считает, что «образовательные технологии – продуманная во всех деталях модель совместной педагогической деятельности по проектированию, организации и проведению учебного процесса с безусловным созданием комфортных условий для учащихся и учителя [37, с. 143].

По определению ЮНЕСКО образовательные технологии – это системный метод создания, применения и определения всего процесса преподавания и усвоения знаний с учётом технических и человеческих ресурсов и их взаимодействия, ставящий своей задачей оптимизацию форм образования [43].

Наиболее целесообразно характеризовать современные образовательные технологии с точки зрения ФГОС: совокупность приемов, методов и способов педагогического воздействия, способствующих достижению значимых задач учебно-воспитательного плана, которые должны реализоваться согласно разработанной системе с учетом исходных образовательных условий, компонентов индивидуализации и при этом гарантировать достижение ключевой цели воздействия. ФГОС предъявляет четкие требования к использованию образовательных технологий.

Реализация любой образовательной технологии осуществляется на основе следующих принципов:

- гуманизации, т.е. приоритетности личностного, индивидуального развития ребенка в организации образовательного процесса дошкольной образовательного учреждения (далее – ДОУ);
- целостности образа мира, реализуемого через создание интеграции содержания образования;
- учета возрастных и индивидуальных особенностей ребенка на основе использования основных новообразований возраста в ходе организации здоровьесберегающего педагогического процесса;
- учета и развития субъектных качеств и свойств ребенка, интересов и направленности ребенка на конкретные виды деятельности, поддержание его активности, самостоятельности, инициативности;
- комфортности на основе субъектного взаимодействия в образовательном процессе, в ходе которого ребенок может выбирать такой вид деятельности, где он бы смог максимально реализоваться;

– педагогической поддержки, основным критерием которой является удовлетворенность ребенка самой деятельностью и ее результатами, снятие эмоциональной напряженности;

– профессионального сотрудничества и сотворчества, т.е. профессиональное взаимодействие воспитателей и специалистов в процессе организации здоровьесберегающего образовательного процесса.

Таким образом, образовательная технология является интегральным феноменом, вбирающим в себя комплекс действий, затрагивающим изменения в содержании образования, в организационных формах, методах, средствах педагогического процесса, в управлении и руководстве организаций учебно-познавательной деятельности субъектов образования.

Структура образовательной технологии состоит из трех частей:

1. Концептуальная часть – это научная база технологии, т.е. психолого-педагогические идеи, которые заложены в ее фундамент.

2. Содержательная часть – это общие, конкретные цели и содержание учебного материала.

3. Процессуальная часть – совокупность форм и методов учебной деятельности детей, методов и форм работы педагога, деятельности педагога по управлению процессом усвоения материала, диагностика обучающего процесса.

Таким образом, если некая система претендует на роль технологии, она должна соответствовать всем перечисленным выше требованиям.

Взаимодействие всех субъектов открытого образовательного пространства (дети, педагоги, родители) ДОУ осуществляется на основе современных образовательных технологий.

Вторым условием является повышение профессиональной компетентности педагогов по вопросу использования игровой ритмики в процессе двигательной деятельности детей младшего дошкольного возраста.

Рассмотрим слово «компетентность» как понятие. И обратимся к определениям некоторых ученых:

Компетентность (лат. – надлежащий, способный) – совокупность знаний, умений в определенной деятельности (С.И.Ожегов) [49].

Щукин А.Н. утверждает, что в наши дни «компетенция» как понятие стало одним из ключевых в дидактике, что обусловлено его ролью и задачами обновления в образовании. Как считают специалисты: «в современных условиях язык компетенций более адекватен для оценки результатов образования» [57].

Общество сейчас предъявляет более высокие требования к качеству дошкольного образования, и рассматривает его как одно из условий, которое обеспечивает успешное обучение ребёнка на следующих ступенях образовательной системы.

Если говорить о специфике дошкольного возраста, то нужно отметить, что роль педагога в развитии базовой личностной культуры ребёнка, а также в обеспечении его эмоционального благополучия и создании психолого-педагогических условий для развития индивидуальных способностей детей, очень важна. Поэтому необходимо, чтобы на этом возрастном этапе с детьми работали профессионально - компетентные педагоги, которые в полной мере осознавали бы самоценность периода дошкольного детства.

Существует много различных определений сущности профессиональной компетентности педагога. Так, например, Э.Ф.Зеер рассматривает профессиональную компетентность как «интегральное качество личности, включающих систему необходимых знаний, умений и навыков, достаточных для выполнения определённого вида профессиональной деятельности» [22, с. 64].

В.И. Байденко определяет компетентность специалиста как проявление им стремления и способности на практике реализовать свой

потенциал для успешной творческой деятельности в профессиональной и социальной сферах [8].

С точки зрения В.А. Сластёнина профессиональная компетентность педагога выражает единство его теоретической и практической готовности к осуществлению педагогической деятельности [48].

В.С. Лазарев рассматривает компетенцию как целостное интегративное образование и выделяет в ней четыре компонента: когнитивный, ориентировочный, операциональный и опыт [30].

Профессиональная компетентность определяется готовностью педагога дошкольного образования решать профессиональные задачи, его умением опираться на имеющиеся у него знания, уровнем умений и навыков, а также опытом практической деятельности. Для того, чтобы получить целостное представление о сущности профессиональной компетентности педагога дошкольной образовательной организации на современном этапе, обратимся к действующим нормативным документам, регламентирующим его деятельность. В частности, в Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования отмечается, что важнейшей целью дошкольного образования является личностное развитие ребёнка, его позитивная социализация.

Для достижения этой цели педагоги должны владеть компетенциями, необходимыми для создания социальной ситуации развития детей:

- обеспечение эмоционального благополучия;
- поддержку индивидуальности и инициативы детей;
- создание условий для позитивных, доброжелательных отношений между детьми;
- построение вариативного развивающего образования, ориентированного на уровень развития ребёнка;
- взаимодействие с родителями по вопросам образования ребёнка, непосредственного вовлечения их в образовательную деятельность.

Таким образом, ФГОС ДО определяет качественно новые требования к тому, как будет организован образовательный процесс. Стремление педагога быть субъектом субъектной модели взаимодействия с ребёнком позволит ему занять активную позицию в образовательном процессе - не просто осваивать предлагаемую взрослым информацию, а познавать мир, вступая с ним в активный диалог. Становление личностной позиции ребёнка в деятельности, общении и познании делает возможным развитие таких качеств, как активность, самостоятельность, инициативность.

ФГОС ДО требует от педагога готовности к организации вариативного развивающего образования, ориентированного на зону ближайшего развития ребёнка. Следовательно, педагог должен быть готов к реализации ключевого принципа стандарта – поддержке разнообразия детства, выстраиванию индивидуальной траектории развития каждого ребёнка. Ему необходимо обладать способностью конструировать образовательный процесс на основе специфических детских видов деятельности: игровой, коммуникативной, познавательно-исследовательской, двигательной, трудовой, музыкальной, конструктивной и т.д. [52].

Если обратиться к области нашего исследования, то повышение компетентности педагогов безусловно является важным критерием и для эффективного развития двигательной активности детей младшего дошкольного возраста.

В нашем исследовании мы опираемся на программу А.И. Бурениной «Ритмическая мозаика», где автор определяет задачи по повышению компетенции и дает некоторые советы по совершенствованию умений педагогов: «успех в музыкально-ритмическом развитии детей зависит в первую очередь от того, насколько сам педагог увлечен движением под музыку и владеет выразительным движением» [12, с. 22].

Бывает так, что взрослые со временем утрачивают ловкость, гибкость, грациозность движений, и даже самую потребность в них. При

этом появляется желание посидеть и понаблюдать за детьми, а не двигаться вместе с ними. В результате значительно снижается не только двигательная активность взрослых, но и детей, поскольку педагоги стремятся использовать в работе больше спокойных игр и заданий, не требующих интенсивных движений. Таким образом, со временем педагоги не в состоянии показать детям пример в танцах и играх, а дети, не имея достаточной тренировки в движениях, также становятся неловкими. Можно привести и обратный пример, когда педагог по ритмике сам прекрасно владеет движением и нацелен на эффективный результат в обучении детей, но при этом не уделяет достаточного внимания развитию менее одаренных воспитанников, от которых сразу трудно добиться эффекта в исполнении движений.

Чтобы этого не происходило, автор предлагает путь к решению этой проблемы – проводить совместные занятия детей и взрослых, развивающие и тренирующие как детей, так и педагогов, формируя у педагогов осознанное отношение к самому процессу движения, умение анализировать глубинные процессы, внешне проявляющиеся в мимике и пантомимике [12].

Таким образом, программа «Ритмическая мозаика» ориентирована на совершенствование как исполнительских способностей взрослых, так и на развитие педагогического мышления, расширение кругозора, привитие общей и музыкальной культуры. А также ставит для педагогов наиболее актуальные задачи:

1. Совершенствование двигательных навыков и умений:

– развитие и совершенствование всех видов движений, которые предлагаются детям, умение выполнять их легко и выразительно, максимально артистично и в соответствии с музыкой;

– обогащение двигательного опыта (использование разнообразных исходных положений, двигательных комбинаций).

2. Совершенствование музыкальности:

– развитие умения анализировать форму и содержание музыкального произведения, слышать и видеть разнообразные варианты исполнительской интерпретации через восприятие изменения характера музыки.

– освоение обширного и разнообразного музыкально-ритмического репертуара (не менее 50 композиций, а желательно до 100 и более пластических миниатюр).

### 3. Совершенствование творческих способностей:

– развитие творческого мышления, воображения и фантазии;

– развитие способности «видеть» и ясно представлять музыкальный образ, способы его пластической интерпретации;

– развитие способности к педагогической импровизации в процессе интеграции музыкального движения с другими видами художественно-творческой деятельности;

– воспитание потребности вести постоянный творческий поиск, вносить новое в свою работу из других областей науки и искусства (например, фольклора, классического искусства, изучения наследия музыкантов и педагогов и т.д.); постоянно заниматься в творческих группах, студиях и объединениях;

– развитие художественного вкуса на основе постоянного пополнения впечатлений в театрах, музеях, в общении с творческими людьми.

### 4. Совершенствование психолого-педагогических знаний и умений:

– развитие профессиональной рефлексии, т.е. умения адекватно анализировать результаты собственной деятельности, собственного творчества, а также эффективности работы других педагогов;

– совершенствование умения диагностировать музыкальное, психомоторное развитие детей, пользуясь педагогическими методами исследования;

- развитие умения оценивать проявления детей в движениях под музыку, точно определяя параметры и критерии оценки;
- умение предоставлять детям инициативу в творческих проявлениях, наблюдать и замечать в них оригинальность и одаренность, а также и тревожные симптомы;
- умение организовать опытно-экспериментальную работу в образовательном учреждении, анализировать и обобщать ее результаты;
- развитие коммуникативной культуры, умений пропагандировать педагогические знания среди родителей и других педагогов.

Автор подчеркивает, что для педагогов важно владеть музыкально-ритмическим материалом не только как средством эстетического и двигательного развития детей, но и как своеобразным психотренингом. Поскольку движения, мимика – это внешние проявления внутреннего состояния ребенка, необходимо научиться понимать и адекватно оценивать эти проявления, а также, если нужно, и корректировать их, подбирая специальные двигательные упражнения и музыку [11].

В компетентность педагога входит умение правильно подобрать репертуар и движения, которые необходимо использовать при проведении игровой ритмики с детьми младшего дошкольного возраста. В программе «Ритмическая мозаика» А.И. Буренина выделяет определенные требования при подборе музыкального репертуара.

Так, подбирая музыку, нужно стремиться к тому, чтобы она была высоко-художественной, воспитывала вкус ребенка, обогащала его музыкальные впечатления и при этом вызывала моторную реакцию и была удобной для двигательных упражнений. По доступности музыка для движения должна быть:

- 1) небольшой по объему (для младших – от 1,5 минут, для старших до 3-4-х минут);

2) для младших дошкольников – умеренной по темпу (умеренно быстрая или умеренно медленная), тогда как для старших она разнообразная (быстрая, медленная, с замедлениями и ускорениями);

3) музыка должна быть двух или трехчастной (контрастная по звучанию), для младших – с четкой, ясной фразировкой и для старших детей – разнообразной по форме (вальс, вариации и т.д.);

4) детям должны быть понятны: характер, музыкальный образ, настроение музыкального произведения (для малышей – музыка изобразительного характера: «дождик», «ветер качает деревья», «медведь косолапый» и т.д., а для старших более сложная по художественному образу, настроению).

При подборе музыки должны использоваться музыкальные произведения, разнообразные по жанру (танцевальные, колыбельные, песни, маршевые мелодии) и по характеру (веселые, спокойные, задорные, грустные, торжественные, шуточные, изящные и т.д.).

Для ритмических композиций, необходимо подбирать разнообразную музыку по стилю и жанру, включать такие произведения, как:

1) детские песни современных российских композиторов: Струве Г., Шаинского В., Савельева Б., Гладкова Г. и др.;

2) мелодии народного жанра: «Калинка», «Ах, вы, сени» и др.;

3) мелодии эстрадного жанра: Фр. Гойи «Сиртаки», «Цыганские напевы», пьесы А. Петрова, музыка в исполнении оркестра П. Мориа: «Под музыку Вивальди», «Жаворонок» и т.д.;

4) произведения классиков: «В пещере горного духа» Григ Э., Рахманинов С. «Итальянская полька», Сен-Санс К. «Аквариум», «Менуэт» Боккерини Л., Ф. Шуберт «Вечерняя серенада», и др.

Стоит отметить, что для развития пластической импровизации эффективнее использовать «живое» звучание музыки. Оно более эмоционально воздействует на ребенка.

А.И. Буренина также указывает на то, что «разнообразие музыкальных жанров и стилей развивает кругозор детей, воспитывает у них интерес к музыкальному искусству, выявляет индивидуальные предпочтения к музыке, формирует художественный вкус, закладывает фундамент музыкальной культуры личности» [11, с. 3].

Что касается движений при проведении игровой ритмики с детьми младшего дошкольного возраста А.И. Буренина выделяет следующие требования:

Во-первых, движения в ритмической пластике должны соответствовать музыке. Также они должны быть:

1) доступными для двигательных возможностей детей (для координации движений, ловкости, точности, пластичности);

2) игровой образ должен быть понятным по содержанию (для младших – это мир игрушек, окружающей природы, герои популярных мультфильмов; для старших – герои волшебных сказок, переживания различных эмоциональных состояний и др.);

3) разнообразными, нестереотипными, а также включать разные исходные положения: стоя, сидя, лежа, на четвереньках, на коленках и т.д.

Во-вторых, при выборе параметров характеристики доступности ритмической композиции в целом необходимо учесть: координационную сложность движений, объем движений, переключаемость движений и интенсивность нагрузки.

Интенсивность нагрузки должна зависеть от темпа музыкального произведения и от подбора движений. Самым нагрузочным является темп 150-160 акцентов в минуту, что соответствует быстрому бегу, прыжкам. Также, нагрузочными являются подскоки, галопы, прыжки, приседания, которые выполняются в умеренно - быстром темпе.

Определение сложности и доступности музыкально-ритмических композиций для детей, безусловно, относительно. Педагог должен соотнести все характеристики с индивидуальными возможностями

конкретного ребенка. Но важно также ориентироваться и на средние показатели уровня развития детей в группе.

### Выводы по первой главе

Многие ученые занимались проблемой развития двигательной активности детей дошкольного возраста. Именно в этот период закладывается здоровье человека на всю жизнь. Игры, музыка и ритмика являются важными элементами в становлении двигательного режима ребёнка. А в младшем дошкольном возрасте дети только начинают развиваться в данном направлении, и наша главная цель – помочь им в этом. Двигательные навыки приобретаются как в физическом воспитании, так и в процессе игровой и музыкально-ритмической деятельности, где так же важно уделять внимание систематическим упражнениям на занятиях.

Все педагоги знают, сколько радости доставляют детям музыкально-двигательные упражнения и даже просто произвольные движения или игры под музыку. Дети чрезвычайно чувствительны к ритму, а музыка даёт детям мощные эмоциональные импульсы и вызывает разнообразные двигательные реакции. Поэтому умелое использование педагогом этой непосредственной эмоциональной восприимчивости детей к ритму ведет к созданию нужного на занятии эмоционального фона. Музыкально-ритмическая деятельность непосредственно развивает двигательный анализатор у детей и формирует культуру тела, которая является необходимым условием их гармонического развития. А также помогает ребенку развивать чувство ритма, умение эмоционально изображать персонажей в игре, учиться владеть своим телом и координировать движения, согласовывая их с движением других детей.

Таким образом, мы выявили наиболее значимые организационно-педагогические условия развития двигательной активности детей младшего дошкольного возраста, а именно:

– в образовательном процессе с детьми используется игровая

ритмика как образовательная технология;

– повышается профессиональная компетентность педагогов по вопросу использования игровой ритмики в процессе двигательной деятельности детей;

## **ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ИЗУЧЕНИЮ РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА СРЕДСТВАМИ ИГРОВОЙ РИТМИКИ**

### **2.1 Изучение уровня двигательной активности детей младшего дошкольного возраста**

В первой главе нашей работы мы проанализировали научную литературу по проблеме исследования, определили организационно-педагогические условия, благодаря которым, по нашему мнению, будет повышаться эффективность развития двигательной активности детей младшего дошкольного возраста.

Целью экспериментальной работы стало изучение возможностей использования игровой ритмики в работе по развитию двигательной активности детей младшего дошкольного возраста.

Экспериментальная работа осуществлялась в естественных условиях воспитания и обучения на базе МАДОУ «Детский сад №23 города Челябинска».

Так как на развитие двигательной активности детей влияют не только непосредственно физические упражнения, но и различные виды игровой, музыкальной, танцевальной и ритмической деятельности, то на констатирующем этапе эксперимента для изучения уровня двигательного развития детей младшего дошкольного возраста мы использовали разнообразные игровые задания в сочетании с ритмическими, танцевальными движениями и соответствующей им подобранной музыкой. Диагностика была проведена по методике А.И. Бурениной в рамках программы «Ритмическая мозаика».

Педагогическое диагностирование детей осуществлялось в процессе их движений под музыку во время выполнения обычных и специально

подобранных заданий, за основу для которых берется музыкальный материал из программы А.И. Бурениной «Ритмическая мозаика».

Ведущим методом диагностики выступает наблюдение за детьми в процессе выполнения ими определенных движений под музыкальную композицию из репертуара «Ритмической мозаики». В ходе наблюдения нами оценивались следующие параметры:

- 1) музыкальность,
- 2) эмоциональность,
- 3) творческие проявления,
- 4) координация движений, гибкость, пластичность.

Важнейшим показателем уровня двигательного и музыкально-ритмического развития ребенка в младшем возрасте является интерес к самому процессу движения под музыку, выразительность движений и умение передавать в пластике характер музыки, игровой образ. При недостаточной координации, ловкости и точности движений (что в этом возрасте встречается довольно часто) выразительность пластики детей выявляет творческую одаренность, музыкальность. Разнообразие выполняемых движений, соответствие их темпу, ритму, форме музыкального произведения свидетельствуют о высоком уровне музыкального и двигательного развития ребенка.

Музыкальность – способность отражать в движении образы и основные средства выразительности, а также менять их в соответствии с фразами, характером, темпом и ритмом музыки. Оценивание происходит в процессе самостоятельного исполнения движений без показа педагога.

В процессе оценки мы использовали следующую систему:

2 балла – умение передавать характер музыки, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, менять движения на каждую часть музыки;

1 балл – в движениях выражается общий характер музыки, начало и конец музыкального произведения совпадают не всегда;

0 балл – движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, началом и концом произведения.

Эмоциональность – выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств исходя из музыки и содержания композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревогу и т.д.). Эмоциональные дети часто подпевают во время движения, что-то приговаривают, после выполнения упражнения ждут от педагога оценки. У неэмоциональных детей мимика бедная, движения невыразительные. Оценивается этот показатель по внешним проявлениям.

По тому, какое место ребенок занимает в зале (если предлагается встать на любое место) и насколько этот выбор постоянен, можно оценивать проявление экстраверсии или интроверсии. Если ребенок постоянно встает поближе к педагогу, чтобы его было видно, то это характеризует его как экстраверта, и наоборот, если ребенок всегда старается спрятаться за спину других, то, скорее всего, его можно определить как интроверта.

В процессе оценки мы использовали следующую систему:

2 балла – передает в движениях и мимике разнообразные чувства, соответствующие характеру музыки и содержанию композиции;

1 балл – мимика и пантомимика недостаточно активны, движения недостаточно выразительные;

0 балл – мимика бедная, движения невыразительные, низкий интерес к движениям под музыку.

Творческие проявления – умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные, оригинальные.

Оценка конкретизируется в зависимости от возраста и полученных навыков ребенка. Творческая одаренность проявляется в особой выразительности движений, нестандартности пластических средств и увлеченности ребенка самим процессом движения под музыку. Степень выразительности, оригинальности также оценивается педагогом в процессе наблюдения.

В процессе оценки мы использовали следующую систему:

2 балла – выразительно и увлеченно выполняет движения под музыку, использует собственные, оригинальные движения;

1 балл – повторяет движение по показу, не используя вариации движений из собственного опыта;

0 балл – затрудняется двигаться под музыку.

Координация движений, гибкость и пластичность.

Координация движений – точность, ловкость движений, координация рук и ног при выполнении упражнений (в ходьбе, общеразвивающих и танцевальных движениях); правильное сочетание движений рук и ног при ходьбе и других общеразвивающих видах движений. Гибкость и пластичность – подвижность суставов, гибкость позвоночника, позволяющие исполнять несложные упражнения, мягкость, плавность и музыкальность движений рук. У детей 4-го года жизни оценивается правильное и точное исполнение ритмических композиций 1-го уровня сложности.

В процессе оценки мы использовали следующую систему:

2 балла – движения отличаются хорошей координацией, гибкостью и пластичностью;

1 балл – движения недостаточной гибкие и пластичные, средний уровень координации;

0 балл – неловкость и скованность в движениях, низкий уровень координации.

Результаты диагностики двигательных и музыкально-ритмических способностей младших дошкольников представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Результаты диагностики уровня двигательной активности детей младшего дошкольного возраста

№ испытуемого	Параметры, баллы				Итого	Уровень
	1	2	3	4		
Ребенок 1	0	1	0	1	2	н
Ребенок 2	1	1	0	0	2	н
Ребенок 3	1	1	0	1	3	с
Ребенок 4	0	0	1	1	2	н
Ребенок 5	2	1	1	0	4	с
Ребенок 6	1	1	0	1	3	с
Ребенок 7	0	2	2	1	5	с
Ребенок 8	0	1	1	1	3	с
Ребенок 9	1	1	1	1	4	с
Ребенок 10	0	0	0	0	0	н
Ребенок 11	2	1	2	2	7	в
Ребенок 12	1	1	0	0	2	н
Ребенок 13	0	0	1	0	1	н
Ребенок 14	2	2	0	1	5	с
Ребенок 15	1	2	1	0	4	с
Ребенок 16	0	1	0	1	2	н
Ребенок 17	2	0	0	1	3	с
Ребенок 18	1	1	2	1	5	с
Ребенок 19	1	2	2	1	6	в
Ребенок 20	1	0	0	1	2	н

При анализе полученных результатов, суммировались все баллы каждого ребенка. Таким образом мы определили уровень двигательных и музыкально-ритмических способностей каждого ребенка и группы в целом. Показатели оценки уровня способностей детей младшего дошкольного возраста представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Показатели оценки уровня двигательной активности детей младшего дошкольного возраста

Уровень	Характеристика
Низкий уровень (0-2 б.)	Неуверенно выполняет задания. Интерес к заданиям низкий. Движения неточные, слабая координация рук и ног при выполнении упражнений. Движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, началом и концом произведения. Мимика бедная, движения невыразительные.
Средний уровень (3-5 б.)	Уверенно выполняет большинство заданий, но не всегда проявляет усилия и интерес к процессу. Недостаточно точное сочетание движений рук и ног. В движениях выражается общий характер музыки, темп, начало и конец музыкального произведения совпадают не всегда. Мимика и пантомимика недостаточно активная.
Высокий уровень (6-8 б.)	Уверенно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет задания. Интерес к заданиям высокий, стойкий. Достаточно правильное и точное исполнение ритмических композиций 1-го уровня сложности. Передаёт характер музыки, самостоятельно начинает и заканчивает движение вместе с музыкой, меняет движения на каждую часть музыки; Передаёт в мимике, позе, жестах разнообразные чувства. Импровизирует под музыку, придумывает собственные, оригинальные движения.

Представим данные диагностики на рисунке 1.

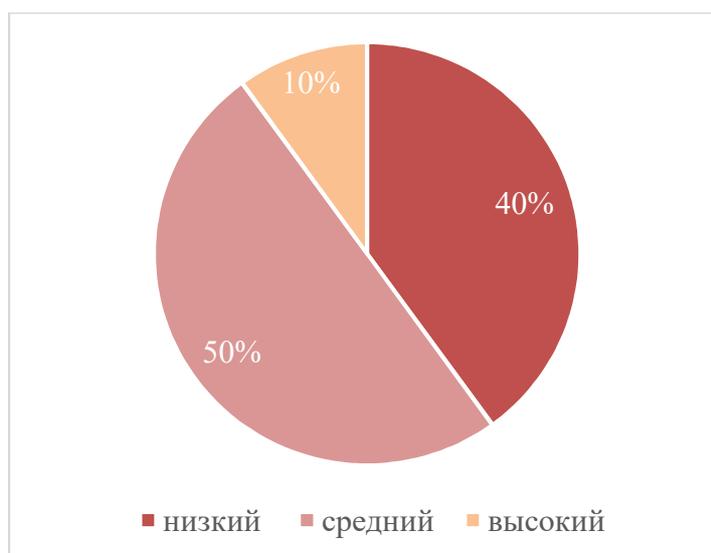


Рисунок 1 – Результаты диагностики уровня двигательной активности детей младшего дошкольного возраста

Результаты эксперимента: 8 детей (40%) показали низкий уровень, 10 детей (50%) - средний уровень, 2 детей (10%) - высокий уровень.

Также на констатирующем этапе эксперимента, в рамках программы А.И. Бурениной нами была разработана анкета для изучения профессиональной компетентности педагогов в вопросе использования игровой ритмики как образовательной технологии и возможностях её реализации в режимных моментах детей дошкольного возраста. (Приложение 1). Всего в анкетировании приняло участие 12 педагогов. Результаты анкетирования представлены в таблице 3. Наглядно результаты можно увидеть на рисунке 2.

Таблица 3 – Результаты изучения профессиональной компетентности педагогов в вопросе использования игровой ритмики как образовательной технологии

Участники	№ вопроса, баллы										Итого
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Педагог 1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	3
Педагог 2	0	0	0	1	0,5	0	0	1	0	1	3,5
Педагог 3	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	7
Педагог 4	0	0	1	0	1	1	0	0	0	1	4
Педагог 5	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	7
Педагог 6	1	1	1	0,5	0,5	1	1	1	0	1	8
Педагог 7	0	0	0	1	0,5	0	0	1	0	1	3,5
Педагог 8	0	1	0	1	1	0	1	1	0	1	6
Педагог 9	1	0	1	0	0	1	0,5	1	0	1	5,5
Педагог 10	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	4
Педагог 11	0	1	0	1	1	0	1	0	0	1	5
Педагог 12	1	0	1	0	0	0	0	1	0	1	4

Анкетирование показало, что воспитатели недостаточно знакомы с содержанием музыкально-ритмического развития дошкольников. Но на вопрос «как вы считаете возможно ли использование материала, предоставленного в программе «Ритмическая мозаика» не только на

музыкальных занятиях, но и воспитателем в группе в режимных моментах?» все участники анкетирования предположили ответ «да». Следовательно, педагоги нуждаются в повышении компетентности по вопросу организации игровой ритмики в их профессиональной деятельности с детьми дошкольного возраста.

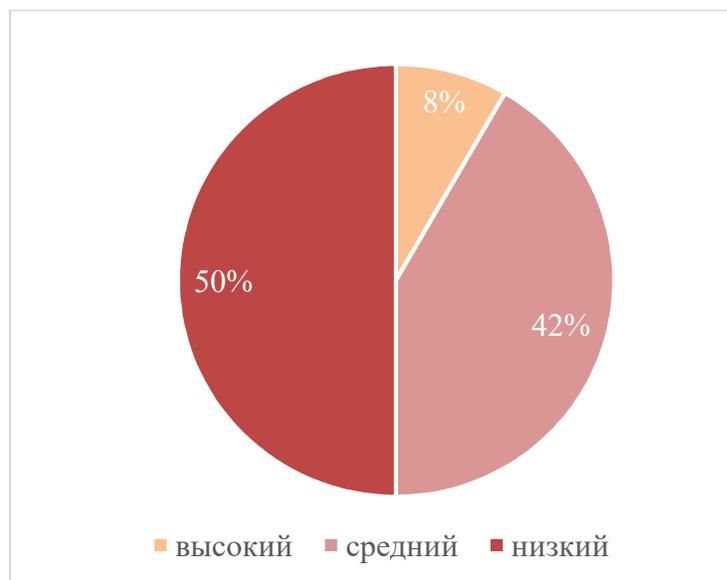


Рисунок 2 – Результаты изучения профессиональной компетентности педагогов в вопросе использования игровой ритмики как образовательной технологии

Таким образом, результаты констатирующего этапа эксперимента свидетельствуют о недостаточно высоком уровне развития двигательной активности и музыкально-ритмических способностей детей младшего дошкольного возраста, а также необходимости повышения компетентности педагогов по вопросу использования игровой ритмики в их профессиональной деятельности с детьми дошкольного возраста. Следовательно, мы можем утверждать о необходимости реализации выдвинутых организационно-педагогических условий, а именно: в образовательном процессе с детьми используется игровая ритмика как образовательная технология; повышается профессиональная компетентность педагогов по вопросу использования игровой ритмики в процессе двигательной деятельности детей.

## 2.2 Реализация организационно-педагогических условий развития двигательной активности детей младшего дошкольного возраста средствами игровой ритмики

На формирующем этапе, исходя из результатов констатирующего эксперимента, мы наметили дальнейшую работу по реализации выделенных в 1 главе организационно -педагогических условий.

Исходя из данных констатирующего этапа, мы сформировали задачи формирующего этапа эксперимента:

1. Составить и реализовать перспективный план работы по развитию двигательных и музыкально-ритмических навыков с детьми младшего дошкольного возраста на период эксперимента.

2. Составить и реализовать перспективный план работы с педагогами по повышению их компетенции в вопросе использования игровой ритмики как образовательной технологии для эффективного развития музыкально-ритмических и двигательных навыков детей младшего дошкольного возраста.

Работа по реализации первой задачи осуществлялась на основе программы А.И. Бурениной «Ритмическая мозаика». Развитие двигательной активности и музыкально-ритмических способностей детей осуществлялось в соответствии с возрастными особенностями. Дети младшего дошкольного возраста чрезвычайно непосредственны и эмоциональны. Так, движения под музыку доставляют им большую радость, но возрастные особенности строения тела (короткие ноги и руки, большая голова, короткое туловище), протекания нервных процессов и их зрелости, сформированности сказываются на двигательных возможностях. Движения малышей еще недостаточно точные и координированные, плохо развито чувство равновесия, поэтому объем и разнообразие двигательных упражнений невелики и все они носят, как правило, игровой характер.

Перспективный план по двигательному и музыкально-ритмическому развитию детей младшего дошкольного возраста приведен в таблице 5.

Таблица 5 – Перспективный план по развитию двигательной активности детей младшего дошкольного возраста

Период	Программное содержание	Репертуар
Сентябрь	- развитие координации движений рук и ног в процессе ходьбы, быстроты реакции, умения сочетать движения с музыкой и словом; - развитие чувства ритма, выразительности движений, воображения;	Веселые путешественники (Музыка М.Старокадомского) Плюшевый медвежонок (Музыка В.Кривцова)
Октябрь	- развитие выразительности пластики, точности и ловкости движений, музыкального слуха; - развитие координации, точности движений, выразительности пластики, умения вслушиваться в слова и музыку, точно передавая все нюансы песенки в движениях;	Чебурашка (Музыка В.Шаинского) Рыбачок (Музыка М.Старокадомского, песня «Любитель-рыболов»)
Ноябрь	- развитие координации движений, чувства ритма, образного восприятия музыки; - развитие музыкальности, выразительности движений, способности к импровизации, воображения и фантазии;	Цыплята (Народная Азербайджанская песня) Игра «Птички и ворона» (Музыка А. Кравцович)
Декабрь	- развитие музыкального слуха, быстроты реакции, памяти, выразительности движений; - развитие координации движений, чувства ритма, образного восприятия музыки;	Разноцветная игра (Музыка Б. Савельева) Кузнечик (Музыка В. Шаинского)
Январь	- развитие мягкости, плавности движений рук, формирование навыка пружинить ногами во время маховых движений руками; развитие музыкального слуха, выразительной пластики, воображения; - развитие точности и ловкости движений, формирование навыка пружинящей ходьбы, умения координировать движения с музыкой, воспитание творческого воображения;	Белочка (Музыка В. Шаинского) Едем к бабушке в деревню (Грузинская песня)
Февраль	- развитие чувства ритма, координации движений, чувства равновесия, выразительной пластики, умения перестраиваться в пространстве (в круг, в рассыпную); - развитие музыкальности, выразительности движений, способности к импровизации, воображения и фантазии;	Лошадки (Музыкально-ритмическая композиция) Игра «Птички и ворона» (Музыка А. Кравцович)

Продолжение таблицы 5

Период	Программное содержание	Репертуар
Март	- развитие чувства ритма, выразительности, точности и координации движений; - развитие чувства ритма, точности и координаций движений;	Куклы-неваляшки (Музыка З. Левиной) Поросята (Музыка Дж. Уотта)
Апрель	- развитие мягкости, плавности движений рук, музыкальности и выразительности движений; - развитие музыкального слуха, быстроты реакции, памяти, выразительности движений;	Белые кораблики (Музыка В. Шаинского) Разноцветная игра (Музыка Б. Савельева)
Май	- развитие чувства ритма, выразительности движений, воображения; - развитие координации, музыкальности, выразительности движений, способности к импровизации, воображения и фантазии.	Плюшевый медвежонок (Музыка В. Кривцова) Игра «Птички и ворона» (Музыка А. Кравцович)

Музыкально-ритмические игры и упражнения формирующего этапа:

1. «Веселые путешественники» (Музыка М. Старокадомского)

Задачи: развитие координации движений рук и ног в процессе ходьбы, быстроты реакции, умения сочетать движения с музыкой и словом.

Рекомендуется использовать как вводную часть непосредственно образовательной деятельности, на зарядке, в играх на прогулке или выступлениях на празднике.

2. «Рыбачок» (Музыка М. Старокадомского, песня «Любитель рыболов»)

Задачи: развитие координации, точности движений, выразительности пластики, умения вслушиваться в слова и музыку, передавая все нюансы песенки в движениях.

Рекомендуется включать в комплекс общеразвивающих упражнений, в комплекс бодрящей гимнастики после дневного сна, а также в корригирующей гимнастики на укрепление мышц спины, голеностопного сустава.

### 3. «Чебурашка» (Музыка В.Шаинского)

Задачи: развитие выразительности пластики, точности и ловкости движений, музыкального слуха.

Рекомендуется включать в музыкальные занятия, а также в комплекс общеразвивающих движений на физкультурных занятиях, утренней или бодрящей гимнастике.

### 4. «Плюшевый медвежонок» (Музыка В.Кривцова)

Задачи: развитие чувства ритма, выразительности движений, воображения.

Рекомендуется включать в непосредственно образовательной деятельности по художественно-эстетическому, физическому развитию, утреннюю и бодрящую гимнастику, в играх на прогулке, на праздниках.

### 5. «Куклы-неваляшки» (Музыка З.Левиной)

Задачи: развитие чувства ритма, точности и координаций движений.

Рекомендуется включать в музыкальные, музыкально-ритмические занятия, а также в программы праздничных утренников и развлечений.

### 6. «Разноцветная игра» (Музыка Б.Савельева)

Задачи: развитие музыкального слуха, быстроты реакции, памяти, выразительности движений.

Рекомендуется включать в непосредственно образовательной деятельности, в играх на прогулке, в программу праздничного утренника или досуга.

### 7. «Кузнечик» (Музыка В.Шаинского)

Задачи: развитие координации движений, чувства ритма, образного восприятия музыки.

Рекомендуется включать в непосредственно образовательной деятельности, утренней или бодрящей после дневного сна гимнастике, в играх на прогулке, досугах и развлечениях.

### 8. «Белочка» (Музыка В.Шаинского)

Задачи: развитие мягкости, плавности движений рук, формирование навыка пружинить ногами во время маховых движений руками; развитие музыкального слуха, выразительной пластики, воображения.

Рекомендуется использовать в непосредственно образовательной деятельности, в играх на прогулке, а также в программах праздничных утренников и развлечений.

9. «Едем к бабушке в деревню» (Грузинская песня)

Задачи: развитие точности и ловкости движений, формирование навыка пружинящей ходьбы, умения координировать движения с музыкой, воспитание творческого воображения.

Рекомендуется включать в комплекс общеразвивающих движений, в играх на прогулке, утренней или бодрящей гимнастике.

10. «Лошадки» (музыкально-ритмическая композиция)

Задачи: развитие чувства ритма, координации движений, чувства равновесия, выразительности пластики, умения перестраиваться в пространстве (в круг- в рассыпную).

Рекомендуется использовать в непосредственно образовательной деятельности по физическому, музыкальному развитию, на утренней зарядке, в играх на прогулке, тематических развлечениях.

11. «Поросята» (Музыка Дж. Уотта)

Задачи: развитие чувства ритма, точности и координаций движений.

Рекомендуется использовать в непосредственно образовательной деятельности, на устроенной или бодрящей после сна гимнастике, в играх на прогулке, в программе досуга и развлечениях.

12. «Птички и Ворона» (Музыка А.Кравцович)

Задачи: развитие музыкальности, выразительности движений, способности к импровизации, воображения и фантазии.

Рекомендуется использовать как физминутку, использовать на прогулке, развлечениях, самостоятельных играх детей.

### 13. «Цыплята» (Азербайджанская народная песня)

Задачи: развитие координации движений, чувства ритма, образного восприятия музыки.

Рекомендуется включать в непосредственно образовательной деятельности, а также в играх на прогулке, досугах, развлечениях и праздничных утренниках.

### 14. «Белые кораблики» (Музыка В. Шаинского)

Задачи: развитие плавности, мягкости движений рук, музыкальности и выразительности движений.

Рекомендуется использовать в непосредственно образовательной деятельности по музыкальному развитию, как динамическую паузу, в комплексе общеразвивающих упражнений, на утренней и бодрящей после сна гимнастике.

Более подробно данный материал представлен в Приложении 2.

Начиная работу с детьми, прежде всего, следует организовать взаимодействие с педагогами и совместными усилиями решать проблему. Так, для реализации второй задачи мы составили перспективный план работы с педагогами по повышению компетентности в вопросе использования игровой ритмики как образовательной технологии. Данный план представлен в таблице 4.

Таблица 4 – Перспективный план работы с педагогами по повышению компетентности в вопросе использования игровой ритмики как образовательной технологии

П/п	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1	Консультация для педагогов «Использование игровой ритмики как образовательной технологии»	12.10.20 – 23.10.20	Музыкальный руководитель Старший воспитатель
2	Семинар-практикум «Использование игровой ритмики в различных формах организации педагогического процесса»	26.10.20 – 07.11.20	Музыкальный руководитель Старший воспитатель

Продолжение таблицы 4

П/п	Мероприятия	Сроки	Ответственные
3	Консультация «Подбор репертуара и движений для организации игровой ритмики с детьми младшего дошкольного возраста»	12.04.20 – 23.04.20	Музыкальный руководитель Старший воспитатель
4	Мастер-класс «Изготовление нестандартного оборудования для игровой ритмики»	26.05.20 – 07.05.20	Музыкальный руководитель Старший воспитатель

Подробно данные мероприятия представлены ниже.

1. Консультация для педагогов «Использование игровой ритмики как образовательной технологии».

Цель: познакомить педагогов с понятием и содержанием игровой ритмики как эффективном средстве развития двигательной активности детей дошкольного возраста.

Теоретический материал консультации раскрывает понятие и содержание игровой ритмики в работе с детьми дошкольного возраста, её значимость в развитии двигательной активности детей.

Огромный потенциал содержит в себе игровая ритмика, как форма деятельности дошкольников. Так, на развитие двигательной активности детей влияют различные виды игровой, музыкальной, танцевальной и ритмической деятельности. Игровая ритмика – это разнообразные игровые задания в сочетании с ритмическими, танцевальными движениями и соответствующей им подобранной музыкой, которые создают такой положительный фон и атмосферу непринужденности, в которой получится добиться поставленных целей развития двигательной активности детей.

Игровая ритмика в работе с дошкольниками включает приобретение опыта в двигательной деятельности, связанной с выполнением упражнений под музыку, направленных на развитие таких физических качеств, как координация; способствующих правильному формированию опорно-

двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движений, крупной и мелкой моторики обеих рук, овладение навыками подвижных музыкальных игр, слушания музыкальных произведений, танцевальными навыками.

Для данной деятельности целесообразно использование элементов театральных костюмов для взрослых и детей (различных животных, героев сказок, тематических персонажей), атрибутов к танцам, играм и упражнениям (разноцветные флажки, цветные платочки, осенние листья, цветы, снежки, султанчики, шапочки-маски и т.п.), игрушки (в соответствии с содержанием игр), музыкальные инструменты, погремушки и т.д.

Целью работы по двигательному и музыкально-ритмическому развитию детей младшего дошкольного возраста является: воспитание интереса и потребности в движениях под музыку; развитие слухового внимания, умения выполнять движения в соответствии с характером и темпоритмом музыки; обогащение слушательского и двигательного опыта, умение осмысленно использовать выразительные движения в соответствии с музыкально-игровым образом.

Анализ научной литературы позволяет выделить программу Бурениной А.И. «Ритмическая мозаика», которая позволяет использовать предлагаемый репертуар не только на музыкальных и физкультурных занятиях, но и на утренней зарядке, бодрящей гимнастике после дневного сна, на вечерах досуга, на занятиях по развитию речи, изобразительной деятельности, в повседневной деятельности, самостоятельных играх, на прогулке и т.д. Это позволяет каждому педагогу определять место его использования и в соответствии с этим «конструировать» из отдельных композиций необходимую форму занятий с детьми.

В рамках данной программы в работе с детьми решаются следующие задачи:

- 1) развитие музыкальности;
- 2) развитие двигательных качеств и умений;
- 3) развитие ориентировки в пространстве;
- 4) развитие творческих способностей;
- 5) развитие и тренировка психических процессов;
- 6) развитие нравственно-коммуникативных качеств личности.

Для самих педагогов также актуальными являются следующие задачи:

- 1) совершенствование двигательных навыков и умений;
- 2) совершенствование музыкальности;
- 3) развитие творческих способностей;
- 4) совершенствование психолого-педагогических знаний и умений.

2. Семинар-практикум «Использование игровой ритмики в различных формах организации педагогического процесса».

Цель: познакомить воспитателей с возможностями использования материала, представленного в программе «Ритмическая мозаика», в режимных моментах детской деятельности.

Теоретический материал семинара раскрывает суть, исследуемой темы, и рассматривает некоторые рекомендации, относительно использования репертуара в тех или иных видах деятельности с детьми младшего возраста.

Если рассматривать интеграцию различных видов деятельности в педагогическом процессе, то программа «Ритмическая мозаика», позволяет использовать предложенный репертуар как на музыкальных и физкультурных занятиях, так и на утренней зарядке, пробуждающей после дневного сна, гимнастике, на развлечениях, на занятиях по развитию речи, изобразительной деятельности, в повседневной деятельности, самостоятельных играх, на прогулке и т.д. Таким образом, педагог сам определяет место использования игровых музыкальных упражнений, и в

соответствии с этим может «конструировать» из отдельных композиций необходимую форму занятий с детьми (как бы составлять «узор ритмической мозаики»). Такой подход дает возможность использовать данный материал не только как средство развития музыкальных и двигательных способностей детей на занятиях ритмикой, но и как игровой тренинг психических процессов (внимания, памяти, воли, творческого воображения и фантазии), а также как средство расслабления, переключения внимания или повышения психофизического тонуса и т.д. – в самых разнообразных формах организации педагогического процесса в детском саду.

Средствами игровой ритмики можно снять умственное напряжение, взбодрить, раскрепостить, развеселить, повысить внимание. Поэтому, упражнения игровой ритмики являются эффективной психогимнастикой, средством коррекции состояния детей и их поведения. Например, когда проводятся занятия с умственной активностью и малой подвижностью, в качестве физкультминуток можно использовать игровые, танцевальные композиции («Чебурашка», «Веселые путешественники», «Танцуйте сидя» и др.) На занятиях, темой которых является природа – творческие задания на отображение пластического образа природы «Упражнение с осенними листьями», «Дети и природа» и т.д.).

Снять психическое напряжение, расправить плечи, выпрямить спину, успокоить дыхание помогают такие композиции, как «Белые кораблики», «Красный сарафан», «Мельница». Использование композиций на основе быстрой, веселой музыки, таких, как «Поросята», «Кузнечик», «Калинка», позволяет поднять настроение детей, активизировать их внимание.

Таким образом, можно использовать композиции в самых разных вариантах: как вводную часть занятия («Поросята», «Озорники», «Упражнение с листьями») либо заключительную (игра «Найди себе

пару»). Главное – это активизировать внимание детей, пробудить и поддержать у них интерес к движениям и игре под музыку, к творчеству.

Для примера возьмем из представленного в программе репертуара музыкально-ритмическую игру «Белочка». Для начала детей следует познакомить с животным грызуном через беседу, рассмотрение иллюстраций, чтение художественной литературы и рисование по данной теме. А затем, например на прогулке, используя музыкально-ритмическую композицию «Белочка» (музыка В. Шаинского), поиграть с детьми, войдя в образ белочек. При выполнении определенных движений, прописанных в программе к данной композиции, развиваются мягкость и плавность движений рук, формируется навык пружинить ногами во время маховых движений руками. При этом создаются условия для развития у детей музыкального слуха и воображения.

А при выполнении танцевально-игрового упражнения «Медведи», необходимо обратить внимание детей не только на медленные, неуклюжие шаги зверя, но и на положение его лап. Если медведь идёт по лесу без предмета, то лапы свисают перед грудью. Если медведь несёт бочку с медом, тогда руки широко расставлены. На вторую музыкальную фразу медведь останавливается и достаёт лапой мёд из бочки, выполняя наклонные движения. Затем «облизывает» лапы. Игровой образ знаком детям младшего дошкольного возраста, но при выполнении танцевальных композиций требуется показ педагога. После выполнения движений вместе с педагогом, можно предоставить детям проявить своё танцевальное творчество в импровизационных движениях. При этом медведи могут быть разные: торопливые, задумчивые, грустные, весёлые, смелые, напуганные и т.д. В каждом образе можно продиагностировать внутреннее эмоциональное состояние и выражение настроения каждого ребёнка.

Композиция «Волшебный цветок» подходит для использования на занятиях, а также, и в процессе слушания песни, как пластическая

импровизация на эту тему. Дети пытаются представить, как выглядит «волшебный» цветок, как колышутся на ветру его стебелек и листья, и показывают это в движении, рисовании или аппликации.

Участникам семинара предлагается выполнить игровые ритмические упражнения: «Белочка», «Медведи», «Волшебный цветок».

Также можно включать ритмические композиции в занятия и вечера досуга, которые имеют общую игровую тему, такие как «Путешествия», или «Дни рождения», и тогда двигательные композиции под музыку можно сочетать с аттракционами, загадками, математическими играми и другими видами занимательных заданий. Например, если проводить с детьми веселое развлечение в «осеннем лесу», то после композиции «Белочка» можно провести игру «Собери шишки»: отгадать загадки и отправиться в путь, используя композицию «Веселые путешественники», встретить других веселых обитателей этого леса например, птичек и, исполнить вместе с ними общую веселую игру «Птички и Ворона».

Для удобства в планировании участникам семинара предлагается проанализировать репертуар «Ритмической мозаики» по темам и по возможностям включения в различные формы организации педагогического процесса. А также сделать картотеку ритмических игр.

Данный семинар-практикум представлен в Приложении 3.

3. Консультация «Подбор репертуара и движений для организации игровой ритмики с детьми младшего дошкольного возраста».

Цель: научить педагогов подбирать репертуар и движения для организации игровой ритмики с детьми младшего дошкольного возраста.

Идя от простого к сложному, в начале работы с младшими дошкольниками уделяется внимание освоению образно-игровых движений. На этих же упражнениях начинается развитие элементарных двигательных качеств: пластичности, ловкости, умений исполнять махи, пружинные, плавные движения, а также основных видов движений (бег,

прыжки, ходьба и пр.). Например, такие игровые упражнения, как «Зайчик», «Белочка», «Мячик», тренируют умение легко прыгать на двух ногах; «Лисичка» – это «мягкая», пружинящая ходьба, «Мячик покатился» – бег; «Мишка» – ходьба, переваливаясь с ноги на ногу, ходьба на четвереньках; лежа на спине, обхватив руками ноги, согнутые в коленях – кататься с боку на бок; «Собачка» – ходьба на четвереньках, бег; «Кошечка» – стоя на четвереньках, выгибать и прогибать спину (развитие гибкости), «умывается», ходит на полупальцах и т.д. Эти движения могут предлагаться без музыки, в игре или при обыгрывании стихотворений, а также в композициях («Плюшевый медвежонок», «Белочка», «Мячик» и др. из репертуара «Ритмической мозаики»). Образно-игровые упражнения развивают не только пластичность, выразительность движений, но и тренируют ловкость и точность, координацию, и, что очень важно, развивают воображение детей, их эмоции, умение «оживлять» игровой персонаж, животное, игрушку и т.д. Для младших дошкольников на основе игровых упражнений вводятся и все остальные движения: общеразвивающие, основные, плясовые. Развитие основных и общеразвивающих видов движений, тренирующих разнообразные двигательные качества умения, требует систематической работы, поэтому композиции, построенные на таких упражнениях, следует включать не только в музыкальные и физкультурные занятия, но и, например, в утреннюю зарядку, или в бодрящую гимнастику после дневного сна. В предлагаемом репертуаре наиболее сложные виды движений многократно повторяются, это не выглядит однообразным, так как повторение происходит в разных произведениях, а значит и в разных ситуациях, разным темпе и ритме. Такое многократное повторение позволяет детям «схватить» движение по показу, освоить его и автоматизировать.

С самых первых занятий ритмикой важно приучать детей слушать музыку, начинать и заканчивать движение в соответствии с началом и

концом звучанием аккомпанемента. Тем самым мы тренируем слуховое внимание, волю ребенка, произвольность движений. Используются различные методические приемы – это словесные указания, привлечение внимания к звучанию музыки, характеру вступления и заключения, зрительные сигналы и т.д.). Важно обращать внимание детей на характер исполнения, «вхождение в образ», на необходимость после окончания звучания какое-то мгновение выдержать паузу, ощутить пережитое в музыке. Это относится ко всем композициям – и простейшим, типа «Белочка» или «Чебурашка», и к более сложным, с философским звучанием – например, «Цыганские напевы», «Красный сарафан» и др.

В процессе освоения двигательных упражнений дети постепенно начинают ориентироваться в пространстве зала. При этом важно в начале дать детям возможность найти место для себя, встать свободно там, где хочется, и чтобы другим было удобно. На первых порах детям нужно помочь, лучше всего словом. Это может быть прямое указание (где кому удобнее встать, чтобы не мешать остальным) или образное сравнение («рассыпались горошком»). Научить детей самостоятельно ориентироваться в пространстве зала, свободно располагаться и становиться враспынную – сложная задача, и для этого понадобится много времени (может, не один год) и терпения.

Построение парами, друг за другом, по кругу также лучше всего проводить в процессе разучивания игр, плясок, хороводов, где эти построения логичны и естественны, а внимание детей сконцентрировано и регулируется музыкой. Для того, чтобы детям легче было перестроиться в процессе движения, можно использовать и зрительные ориентиры: узор ковра, мебель в зале, расположение окон, стен и пр. При этом важно правильно обозначать направление движения – «направо», «налево», «вперед», «назад», то есть связать «мышечное чувство» направления движения со словом.

Таким образом, формирование умения ориентироваться «на себе» (правая-левая рука, нога), «от себя» (направо, налево, вперед, назад) закладывается в младшем дошкольном возрасте и продолжается в последующие годы.

4. Мастер-класс «Изготовление нестандартного оборудования для игровой ритмики».

Цель: научить педагогов создавать из подручных материалов атрибуты для развития музыкально-ритмических и двигательных способностей детей дошкольного возраста.

Чтобы исполнение игровых ритмических упражнений было более эффектно, эмоционально и выразительно, детям предлагается атрибутика, элементы костюмов. А так как композиции имеют яркий художественный образ, можно вместе с детьми придумать, какие атрибуты необходимо изготовить, как они должны выглядеть (шапочки зверей, ленты в качестве водорослей и т.д.).

Многие упражнения и игры проводятся с предметами, которые оказывают своеобразное воздействие на ребенка, способствуют сознательному управлению движениями, помогают приобретать движениям плавность или резкость, четкость, силу и т.п. Активные действия с предметами в процессе упражнений содействуют и познанию цвета, веса, формы, качества материала и других свойств предмета. Также дети приучаются аккуратно и бережно обращаться с ними, организованно и быстро брать и класть их на место, уступать товарищу предмет, который хотелось бы взять самому, оказывать помощь воспитателю в подготовке.

Выполняя упражнения с одним и тем же оборудованием, дети быстро теряют к нему интерес. Для того, чтобы заинтересовать детей, вызвать желание выполнять те или иные движения, найти эмоциональный отклик у детей, нужно уметь усовершенствовать и разнообразить оборудование. Изготовить их можно самостоятельно и без значительных

финансовых затрат. Это открывает педагогу большие горизонты для реализации идей и одновременно необычайно развивает нестандартное мышление у детей. Имея нестандартное оборудование, педагог может моделировать занятия, разнообразить праздники и развлечения.

В итоге представленного мастер-класса педагоги, используя предложенный подручный материал, изготавливают шапочки «поросят», которые в дальнейшем они смогут использовать в игровой ритмике.

### 2.3 Анализ результатов экспериментальной работы

Констатирующий этап экспериментальной работы показал недостаточный уровень сформированности двигательной активности детей младшего дошкольного возраста. Вследствие этого экспериментальная работа была направлена на реализацию гипотезы исследования.

Целью контрольного этапа эксперимента явилось повторное изучение уровня сформированности двигательных и музыкально-ритмических способностей детей младшего дошкольного возраста, а также профессиональной компетентности педагогов в вопросе использования игровой ритмики как образовательной технологии.

Определение уровня сформированности двигательных и музыкально-ритмических способностей младших дошкольников на контрольном этапе осуществлялось на основе того же диагностического инструментария, что и на констатирующем этапе. Наблюдение осуществлялось по той же схеме, критерии и показатели остались без изменений. В таблице 6 представлены результаты повторной диагностики уровня двигательной активности детей младшего дошкольного возраста. Для наглядности результаты данной диагностики переведены в проценты и отображены на рисунке 3.

Таблица 6 – Результаты диагностики уровня двигательной активности детей младшего дошкольного возраста

№ испытуемого	Параметры, баллы				Итого	Уровень
	1	2	3	4		
Ребенок 1	1	1	0	1	3	с
Ребенок 2	1	1	0	1	3	с
Ребенок 3	1	1	0	2	4	с
Ребенок 4	0	0	1	1	2	н
Ребенок 5	2	1	1	1	5	с
Ребенок 6	2	1	0	2	5	с
Ребенок 7	1	2	2	2	7	в
Ребенок 8	1	1	1	2	5	с
Ребенок 9	2	1	1	2	6	в
Ребенок 10	0	1	0	1	2	н
Ребенок 11	2	2	2	2	8	в
Ребенок 12	1	1	0	1	3	с
Ребенок 13	0	1	1	1	3	с
Ребенок 14	2	2	0	2	6	в
Ребенок 15	1	2	1	1	5	с
Ребенок 16	1	1	0	1	3	с
Ребенок 17	2	1	0	2	5	с
Ребенок 18	2	1	2	2	7	в
Ребенок 19	2	2	2	2	8	в
Ребенок 20	1	0	0	2	3	с

Результаты эксперимента: 2 детей (10%) показали низкий уровень, 12 детей (60%) - средний уровень, 6 детей (30%) - высокий уровень.

Таким образом, результаты контрольного этапа эксперимента свидетельствуют о повышении уровня развития двигательной активности детей младшего дошкольного возраста. Сравнительные результаты констатирующего и контрольного этапов представлены на рисунке 5.

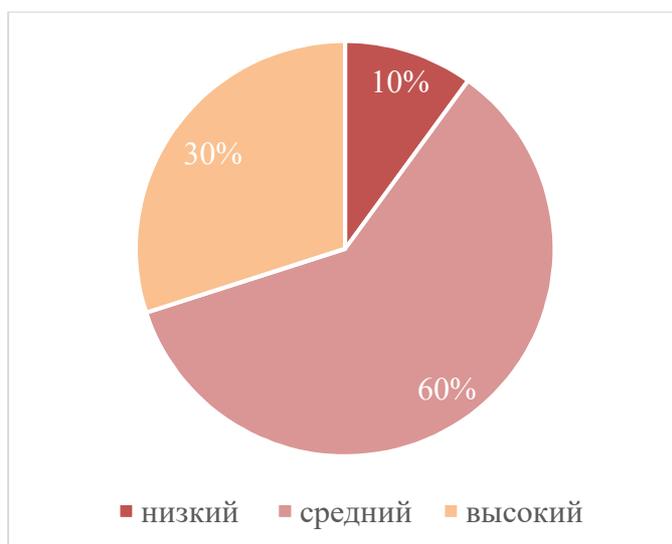


Рисунок 3 – Результаты диагностики уровня двигательной активности детей младшего дошкольного возраста

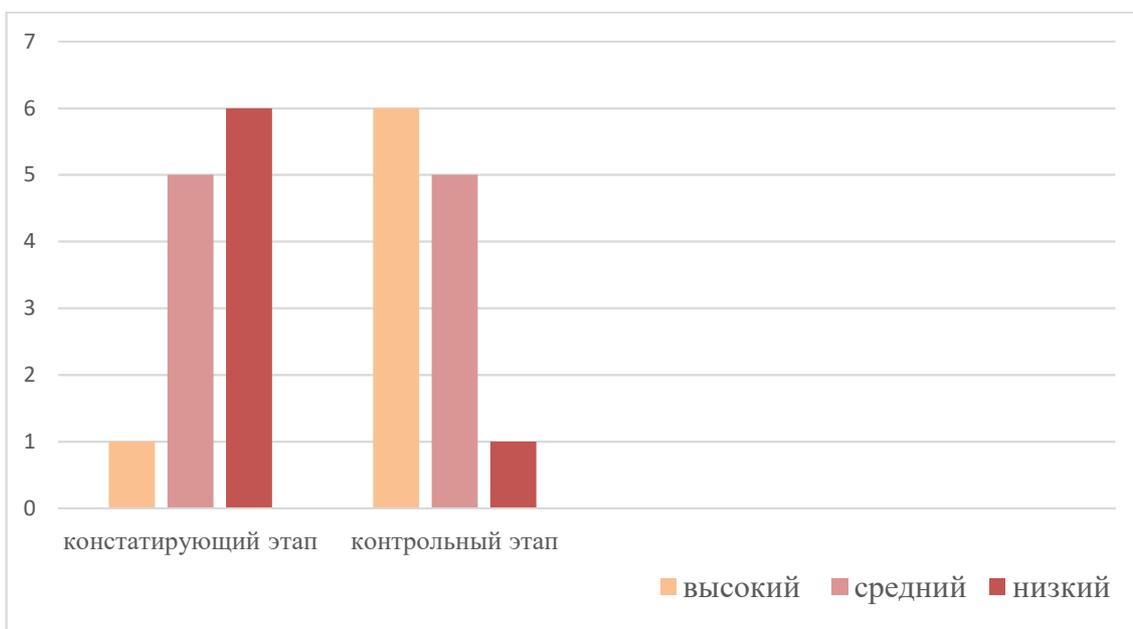


Рисунок 5 – Сравнительные результаты уровней двигательной активности детей младшего дошкольного возраста «до» и «после» проведения формирующего этапа

Также нами повторно было организовано анкетирование для изучения профессиональной компетентности педагогов в вопросе использования игровой ритмики как образовательной технологии, результаты которого представлены в таблице 7. Для наглядности результаты анкетирования переведены в проценты и отображены на рисунке 4.

Таблица 7 – Результаты изучения профессиональной компетентности педагогов в вопросе использования игровой ритмики как образовательной технологии

Участники	№ вопроса, баллы										Итого
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Педагог 1	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	6
Педагог 2	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	7
Педагог 3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
Педагог 4	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	7
Педагог 5	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	9
Педагог 6	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
Педагог 7	0	1	0	1	0	0	0	1	0	1	4
Педагог 8	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	9
Педагог 9	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	8
Педагог 10	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	7
Педагог 11	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	8
Педагог 12	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	7

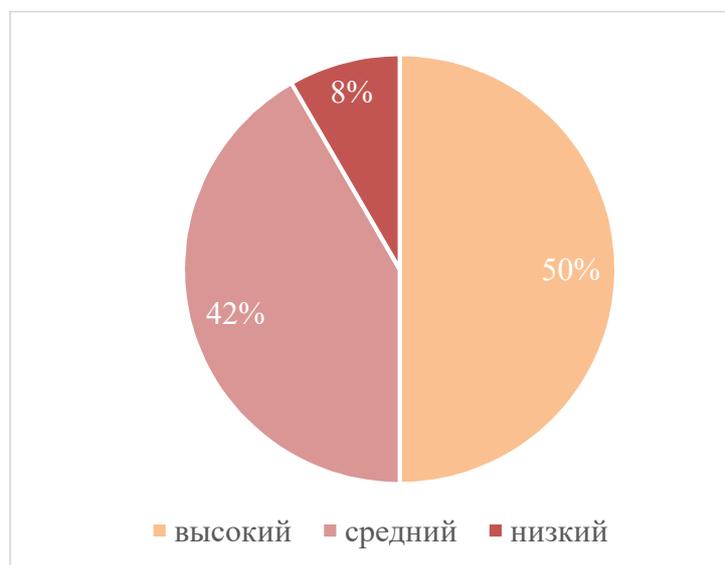


Рисунок 4 – Результаты изучения профессиональной компетентности педагогов в вопросе использования игровой ритмики как образовательной технологии

По результатам повторного анкетирования была выявлена положительная динамика уровня профессиональной компетентности педагогов в вопросе использования игровой ритмики как образовательной технологии. Сравнительные результаты констатирующего и контрольного этапов представлены на рисунке 6.

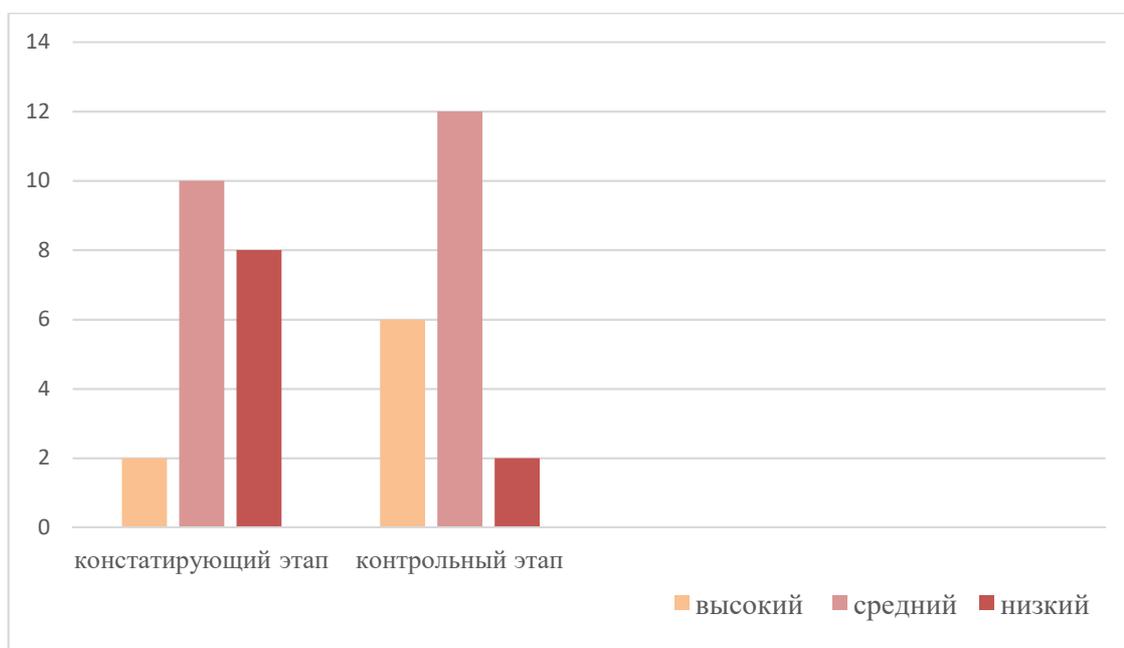


Рисунок 6 – Сравнительные результаты уровней профессиональной компетентности по вопросу использования игровой ритмики как образовательной технологии

Таким образом, результаты экспериментальной работы по развитию двигательной активности детей младшего дошкольного возраста средствами игровой ритмики дали положительную динамику развития не только их двигательных способностей, но и музыкальности, творческих проявлений, гибкости и пластичности. Также выявлена положительная динамика уровня компетенции педагогов по вопросу использования игровой ритмики как образовательной технологии в работе с детьми младшего дошкольного возраста. Следовательно, эффективность выдвинутых организационно-педагогических условий гипотезы подтверждена.

## Выводы по второй главе

Для подтверждения гипотезы исследования была организована экспериментальная работа на базе МАДОУ «Детский сад №23 г. Челябинска» в группе младшего дошкольного возраста, которая проходила в три этапа.

На констатирующем этапе по результатам диагностики было выявлено, что уровень двигательных и музыкально-ритмических способностей детей является недостаточным. Так, 8 из 20 детей показали низкий уровень (40%), 10 средний уровень (50%) и всего 2 детей высокий уровень (10%). Это послужило основанием для реализации выдвинутых нами организационно-педагогических условий на формирующем этапе исследования, где в работе с детьми была использована игровая ритмика. Сравнивая результаты констатирующего и контрольного этапа было выявлено, что уровень двигательных и музыкально-ритмических способностей детей повысился. Так, показатель с низким уровнем уменьшился до 2 детей (10%), средний уровень у 12 детей (60%) и уже 6 детей показали высокий уровень (30%). Это позволяет сделать вывод о том, что игровая ритмика является эффективным средством развития двигательной активности детей младшего дошкольного возраста, а также их чувства ритма, музыкальности, эмоциональности и творчества.

Также работа с педагогами по вопросу использования игровой ритмики как образовательной технологии дала положительный отклик. В результате анкетирования на контрольном этапе было выявлено повышение уровня их компетентности по данному вопросу. Воспитатели готовы использовать игровую ритмику в режимных моментах деятельности детей.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Теоретическое изучение проблемы исследования и результаты экспериментальной работы подтвердили корректность выдвинутой гипотезы и позволили сформировать выводы о том, что игровая ритмика как образовательная технология содержит в себе огромный потенциал в развитии двигательной активности детей младшего дошкольного возраста. Так, на развитие двигательной активности детей влияют не только непосредственно физические упражнения, но и различные виды игровой, музыкальной, танцевальной и ритмической деятельности. Поэтому использование разнообразных игровых заданий в сочетании с ритмическими, танцевальными движениями и соответствующей им подобранной музыкой создаст такой положительный фон и атмосферу непринужденности, в которой получится добиться поставленных целей развития двигательной активности детей.

Анализ научной литературы позволил нам выделить программу А.И. Бурениной «Ритмическая мозаика», которая позволяет использовать предлагаемый репертуар не только на музыкальных и физкультурных занятиях, но и в режимных моментах: на утренней зарядке, бодрящей гимнастике после дневного сна, на вечерах досуга, на занятиях по развитию речи, изобразительной деятельности, в повседневной деятельности, самостоятельных играх, на прогулке и т.д. Это позволяет каждому педагогу определять место его использования и в соответствии с этим «конструировать» из отдельных композиций необходимую форму деятельности с детьми.

Таким образом, использование игровой ритмики в работе с детьми младшего дошкольного возраста актуально как для развития их двигательных способностей, так и чувства ритма, музыкальности, эмоциональности и творчества. Игра даёт возможность ребенку войти в образ, передать характер, настроение и чувства героев, музыки, своих

собственных. Отметим, что такой подход является и игровым тренингом психических процессов (внимания, памяти, воли, творческого воображения и фантазии), а также средством расслабления, переключения внимания или повышения психофизического тонуса и т.д. Игровая ритмика может быть использована в самых разнообразных формах организации педагогического процесса в детском саду.

Мы подтвердили гипотезу, о том, что, процесс развития двигательной активности детей младшего дошкольного возраста будет эффективным, если реализуются следующие организационно-педагогические условия:

- в образовательном процессе с детьми используется игровая ритмика как образовательная технология;
- повышается профессиональная компетентность педагогов по вопросу использования игровой ритмики в процессе двигательной деятельности детей.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Амосов Н.М. Раздумья о здоровье / Амосов Н.М. – 3-е изд., доп. и перераб. – Москва : Физкультура и спорт, 1987. – 230 с.
2. Ананьев Б.Г. Особенности восприятия пространства у детей / Б.Г. Ананьев, Е.Ф. Рыбалко. – Москва : Просвещение, 1964. – 304 с.
3. Андреев В.И. Диалектика воспитания и самовоспитания творческой личности / В.И. Андреев. – Казань : Изд-во КГУ, 1988. – 238 с. – ISBN 5-7464-0029-7.
4. Байденко В.И. Выявление состава компетенций выпускника вузов как необходимый этап проектирования ГОС ВПО нового поколения: Методическое пособие / В.И. Байденко. – Москва : Исследовательский центр проблем качества подготовки специалистов, 2006. – 72 с. – ISBN 5-7563-0324-3.
5. Бекина С.И. Музыка и движение: упражнения, игры и пляски для детей 3-4 лет. Из опыта работы муз. руководителей дет. садов / С.И. Бекина, Т.П. Ломова, Е.Н. Соковнина – Москва : Просвещение, 1981. – 158 с.
6. Беликов В. А. Философия образования личности: деятельностный аспект: монография / В. А. Беликов. – Москва : Владос, 2004. – 357 с. – ISBN 5-691-01301-7.
7. Бернштейн Н.А. Очерки по физиологии движений и физиология активности / Н.А. Бернштейн. – Москва : Медицина. – 1966. – 349 с.
8. Беспалько В.П. Слагаемые педагогических технологий / В.П. Беспалько. – Москва : Педагогика, 1989. – 192 с. – ISBN 5-7155-0099-0.
9. Божович, Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте : монография, цикл статей / Л.И. Божович. – Санкт-Петербург : Питер, 2009. – 400 с. – ISBN 978-5-91180-846-4.

10. Борытко Н.М. Педагогические технологии: Учебник для студентов пед. вузов / Н.М. Борытко, И.А. Соловцова, А.М. Байбаков. – Волгоград : Изд-во ВГИПК РО, 2006. – 59 с. (Сер. «Гуманитарная педагогика». Вып. 2.) – ISBN 5-7087-0019-X.
11. Буренина А. И. Коммуникативные танцы-игры для детей: учеб. пособие / А.И. Буренина. – Санкт-Петербург : Издательство «Музыкальная палитра», 2004. – 36с.
12. Буренина А. И. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста «Ритмическая мозаика» / А.И. Буренина – 2 изд., испр. и доп. – Санкт-Петербург : ЛОИРО, 2000. – 220 с. – ISBN 5-8290-0362-7.
13. Вильчковский Э.С. Развитие двигательной функции у детей / Э.С. Вильчковский – Киев : Здоровье, 1983. – 205 с.
14. Выготский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте / Л.С. Выготский. – Санкт-Петербург : Союз, 1997. – 96 с. – ISBN 5-87852-033-8.
15. Гаврилушкина О.П. Воспитание и обучение умственно отсталых дошкольников : Кн. для воспитателя / О.П. Гаврилушкина, Н.Д. Соколова. – Москва : Просвещение, 1985. - 72 с.
16. Галанов А. С. Психическое и физическое развитие ребенка от 3 до 5 лет : Пособие для работников дошкольных образовательных учреждений и родителей. / А.С. Галанов. – 3-е изд., испр. и доп. – Москва : Аркти, 2006. – 96 с. – ISBN 5-89415-163-5.
17. Галянт И.Г. Ритмическая организация жизненного пространства детей как основа музыкально-творческого развития / И.Г.Галянт. – Вестник ЧГПУ. – 2015. – №3. – С. 80-89.
18. Галянт И.Г. Развитие двигательной активности у детей младшего дошкольного возраста средствами игровой ритмики / И.Г. Галянт, Е.С. Антонова. – сб. статей VII Международной науч.-практ.

конф. – Пенза : МЦНС «Наука и Просвещение», – 2021. – С. 93-95. – ISBN 978-5-00159-873-2.

19. Галянт И.Г. Музыкальное развитие детей 2-8 лет: методическое пособие для специалистов ДОО / И.Г. Галянт. – 2-е изд. – Москва : Просвещение, 2017. – 120 с. – ISBN 978-5-09-046406-2.

20. Гогоберидзе А.Г. Музыкальное воспитание и развитие ребенка в детском саду: современный взгляд на проблему / А.Г.Гогоберидзе. В.А. Деркунская // Детский сад от А до Я., 2010. – №3. – С. 37-45.

21. Жак-Далькроз Э. Ритм / Э. Ж-Далькроз. – Москва : Классика – XXI, 2001. – 248 с. – ISBN 5-89817-031-6.

22. Зеер Э.Ф. Модернизация профессионального образования: компетентностный подход : учеб. пособие для студентов / Э. Ф. Зеер, А. М. Павлова, Э. Э. Сыманюк. – Москва : Изд-во Московского психолого-социального ин-та, 2005. – 215 с. – ISBN 5-89502-723-7.

23. Змановский Ю.Ф. Здоровый дошкольник. Социально-оздоровительная технология XXI века : пособие для исследователей и практ. работников / Ю.Е. Антонов, М.Н. Кузнецова, Т.Ф. Саулина. – 3-е изд., испр. и доп. – Москва : АРКТИ, 2003 (Домодедово : ДПК). – 75 с. – ISBN 5-89415-088-4.

24. Игра дошкольника / Л. А. Абрамян, Т.В. Антонова, Л.В. Артемова [и др.]. – Москва : Просвещение, 1989. – 286 с. – ISBN 5-09-001125-7.

25. Ильинич В.И. Физическая культура студента: учебник для высших учебных заведений / В.И. Ильинич. – Москва : Гардарики, 2000. – 448 с. – ISBN 5-8297-0010-7.

26. История педагогики и образования. От зарождения воспитания в первобытном обществе до конца XX в. : Учебное пособие для педагогических учебных заведений / А.И. Пискунов, Р.Б. Вендровская,

В.М. Кларин [и др.] – 2-е изд., испр. и дополн. – М.: ТЦ «Сфера», 2001. – 512 с. – ISBN 5-89144-142-Х.

27. Кобяков Ю.П. Концепция норм двигательной активности человека. // Теория и практика физической культуры, 2003, № 11, – С. 20-23.

28. Круцевич Т.Ю. Теория и методика физического воспитания. Том 2. Методика физического воспитания различных групп населения / Т.Ю. Круцевич – Киев : Олимпийская литература, 2003. – 391 с. – ISBN: 9967-13-359-1.

29. Кузнецова М.Н. Система комплексных мероприятий по оздоровлению детей дошкольных образовательных учреждений : пособие для медработников и воспитателей / М.Н. Кузнецова. – 2 изд., испр. и доп. – Москва : АРКТИ, 2003. - 64 с. – ISBN 5-89415-213-5.

30. Лазарев В.С. Деятельностный подход к проектированию целей педагогического образования / В.С. Лазарев, Н.В. Коноплина // Педагогика. – 2000. – №3. – С. 27-34.

31. Лесгафт, П.Ф. Психология нравственного и физического воспитания / П.Ф. Лесгафт. – Воронеж : МОДЭК ; Москва : Институт практической психологии, 1998. – 416 с. – ISBN 5-89112-038-0.

32. Леонтьева О.Т. Карл Орф / О.Т. Леонтьева – Москва : Музыка, 1964. – 160 с.

33. Маркосян А.А. Вопросы возрастной психологии и физиологии / А.А. Маркосян. – Москва : Просвещение, 2014. – 271 с. – ISBN 5-82084-048-6.

34. Маханева М. Д. Здоровый ребенок: рекомендации по работе в детских садах и начальной школе : Методическое пособие / М.Д. Маханева – Москва : Аркти, 2004. – 262 с. – ISBN 5-89415-381-6.

35. Михайлова М. А. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. В помощь музыкальным руководителям, воспитателям и родителям: учеб. пособие / М. А. Михайлова. – М.: Академия, 2001. – 68 с.
36. Музыкально-двигательные упражнения в детском саду / Е. Раевская, С. Руднева, Г. Соболева, З. Ушакова. – Москва : Просвещение, 1991. – 222 с.
37. Педагогика : Учебное пособие для студентов педагогических учебных заведений / В.А. Сластёнин, И.Ф.Исаев, А.И.Мищенко, Е.Н.Шиянов. – 3-е изд. – Москва : Школа - Пресс, 2000. – 512 с. – ISBN 5-88527-171-2.
38. Позднякова Г. П. Двигательная активность как условие и фактор развития субъектности детей дошкольного возраста / автореф. дис. ... канд. псих наук. – Москва. 2006. – 24 с.
39. Пуртова Т.В. Учите детей танцевать : учеб. пособие для студентов / Т.В. Пуртова, А.Н. Беликова, О.В. Кветная. – Москва. : Гуманитар.-изд. центр ВЛАДОС, 2003 – 254 с. – ISBN 5-691-00814-5.
40. Подласый И. П. Педагогика : учеб. пособие для высш. пед. учеб. заведений / И. П. Подласый. – Москва : Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС : Просвещение, 1996. – 630 с. – ISBN 5-09-007344-9.
41. Рунова М. А. Двигательная активность ребенка в детском саду : пособие для педагогов дошкольных учреждений, препод. и студ / М. А. Рунова ; – Москва : Мозаика-Синтез, 2004. – 256 с. – ISBN 5-86775-057-4.
42. Рунова М.А. Движение день за днем. Комплексы физических упражнений и игр для детей 5-7 лет с использованием вариативной физкультурно-игровой среды / М.А. Рунова. – Москва : ЛИНКАПРЕСС, 2007. – 96 с. – ISBN 978-5-8252-0055-2.

43. Селевко Г.К. Современные образовательные технологии: Учебное пособие / Г.К. Селевко – Москва: Народное образование, 1998. – 256 с. – ISBN 87953-127-9.
44. Синяпкина Е. И. Моделирование игрового пространства в ДОУ с учетом требований ФГОС / Е. И. Синяпкина // Молодой ученый : 2016. – № 14 (118). – С. 566-569. – URL: <https://moluch.ru/archive/118/32847/> (дата обращения: 07.03.2021).
45. Соколова Л. Г. Концепция формирования физической культуры в высших учебных заведениях / Л.Г. Соколова. – Москва : Физкультура и спорт, 2013. – 421 с.
46. Суворова Т. И. Танцевальная ритмика для детей : учебное пособие : выпуски 1-6 / Т. И. Суворова. – Санкт-Петербург : Русская коллекция, 2014. – 247 с. – ISBN 978-5-901440-98-8.
47. Сухарев А.Г. Двигательная активность и здоровье подрастающего поколения / А.Г. Сухарев. – Москва : Знание, 1976. – 72 с.
48. Танцевальная мозаика : хореография в детском саду / Слуцкая С. Л. - Москва : Линка-Пресс, 2006. – 269 с. – ISBN 5-8252-0049-5.
49. Толковый словарь русского языка : 100000 слов, терминов и выражений / С. И. Ожегов – 28-е изд., перераб. – Москва : Мир И образование, 2015. –1375с. – ISBN 978-5-94666-657-2.
50. Тютюнникова Т.Э. Уроки музыки. Система обучения К. Орфа / Т.Э. Тютюнникова. – Москва: АСТ, 2000. – 94 с.
51. Уварина Н.В. Основы развития творчества : учеб. пособие / Н.В. Уварина. – Челябинск: ИИУМЦ Образование, 2004. – 113 с.
52. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования: приказ №1155 от 17 октября 2013г. Министерства Образования и науки Российской Федерации. – Москва : Просвещение, 2014. – 31 с.

53. Фирилева Ж.Е. «Са-фи-дансе». Танцевально-игровая гимнастика для детей : Учеб.-метод. пособие для педагогов дошкол. и шк. учреждений / Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина. – Санкт-Петербург : Детство-пресс, 2000. – 321 с. – ISBN 5-89814-068-9.

54. Фомин Н.А. Физиологические основы двигательной активности / Н.А. Фомин, Ю. Н. Вавилов. – Москва : Физкультура и спорт, 1991 – 224с. – ISBN 5-278-00338-3.

55. Шаталова Г.С. Философия здоровья / Г.С. Шаталова, Ю.А. Шаталов – Москва : Вектор, 2014. 192 с. – ISBN: 978-5-9684-2173-9.

56. Шутова Н.В. Эмоционально-телесное постижение музыки как средство психомоторного развития детей дошкольного возраста / Н. В. Шутова // Детский сад от А до Я., 2010. – № 3. – С. 59-65

57. Щукин А.Н. Компетенция или компетентность // Русский язык за рубежом. – 2008. – № 8. – С.14–20.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 1

### Анкета для педагогов (анонимно)

#### «Развитие двигательной активности детей младшего дошкольного возраста средствами игровой ритмики»

Анкетирование проводится с целью определения компетентности педагогов дошкольной образовательной организации в вопросах использования материала программы А.И. Бурениной «Ритмическая мозаика» для развития двигательной активности детей младшего дошкольного возраста.

1. На что нацелена программа А.И. Бурениной «Ритмическая мозаика»?

- А) общее гармоничное развитие
- Б) духовное и физическое развитие
- В) психическое развитие
- Г) все перечисленные

Ответ (г)

2. Какой музыкальный материал используется в программе «Ритмическая мозаика»?

- А) детские песни
- Б) народные мелодии
- В) эстрадные мелодии
- Г) классические произведения

Д) все перечисленные

Ответ (д)

3. В каком возрасте ребенок должен самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, строиться в шеренгу и колонну, в несколько кругов?

- А) 3-4 года
- Б) 5-6 лет

В) 7 лет

Ответ (б)

4. Выберите задачи, которые актуальны для педагогов в работе с детьми по ритмической гимнастике:

А) совершенствование двигательных навыков и умений

Б) совершенствование музыкальности

В) развитие творческих способностей

Г) совершенствование психолого-педагогических знаний и умений

Д) все перечисленные

Ответ (д)

5. Музыкально-ритмическое содержание является средством:

А) эстетического развития детей

Б) двигательного развития детей

В) психотренингом

Г) все перечисленные

Ответ (г)

6. В каком возрасте важнейшим показателем уровня музыкально - ритмического развития ребенка является интерес к самому процессу движения под музыку, выразительность движений и умение передавать в пластике характер музыки, игровой образ?

А) 3-4 года

Б) 5-6 лет

В) 7 лет

Ответ (а)

7. Выберите из представленного программу по музыкально-ритмическому развитию детей дошкольного возраста.

А) «Цветные ладошки» (Лыкова И.А.)

Б) «Истоки» (Л.А. Парамонова)

В) «Ладушки» (Каплунова И.М.)

Г) «Цвет творчества» (Дубровская Н.В.)

Д) все перечисленные

Ответ (в)

8. Какие задачи реализуются содержанием программы по ритмической гимнастике в работе с детьми дошкольного возраста?

А) развитие музыкальности

Б) развитие двигательных качеств и умений

В) развитие умений ориентироваться в пространстве

Г) развитие и тренировка психических процессов

Д) развитие нравственно-коммуникативных качеств личности

Е) развитие творческих способностей

Ж) все перечисленные

Ответ (ж)

9. Кто из представленных педагогов является основателем метода - ритмическая гимнастика:

А) Н.Г.Александрова

Б) Э.Ж. Далькроз

В) В.А.Гринер

Г) Н.А. Ветлугина

В) все перечисленные

Ответ (б)

10 Как вы считаете возможно ли использование материала, предоставленного в программе «Ритмическая мозаика» не только на музыкальных занятиях, но и воспитателем в группе в режимных моментах? (утренней зарядке, бодрящей гимнастике после дневного сна, на вечерах досуга, в самостоятельных играх, на прогулке, и т.д.)

А) да

Б) нет

В) затрудняюсь ответить

## ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Игры и музыкально-ритмические упражнения формирующего этапа:

### 1. Веселые путешественники (Музыка М.Старокадомского)

*Задачи:* развитие координации движений рук и ног в процессе ходьбы, быстроты реакции, умения сочетать движения с музыкой и словом.

*Рекомендуется* использовать как вводную часть непосредственно образовательной деятельности, на зарядке, прогулке или выступлении на празднике.

### ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П.- (исходное положение). Дети стоят друг за другом.

1 фигура

*1 куплет*

Ходьба друг за другом бодрым шагом

*Прпев:*

И.П. – стоя лицом в круг.

На слова «Тра-та-та»-три хлопка справа у головы.

Повторение - три хлопка слева.

На слова «Мы берем с собой кота» на 4-х прыжках руки вниз.

На слова «чижика» - наклон вперед, руки назад «хвостиком»

«собаку» - слегка присесть, руки перед собой, согнуты в локтях, кисти опущены,

«Петьку-забияку» - шаг на месте, одновременно маховые движения руками, согнутыми в локтях,

«обезьяну» - наклон вправо, руки согнуты в локтях, ладони вперед,

«попугая» - наклон в том же положении влево,

«вот» - руки вперед, «компания какая» - руки опустить.

Повторение последней фразы - движения те же, в конце - шаг на месте.

2 фигура

*2 куплет.*

*Запев* - ходьба топающим шагом, вращение согнутыми в локтях руками («паровозик»)

На повторение музыки изменить направление движения, руки «держат руль»- имитация езды на автомобиле.

*Прпев* - движения те же.

3 фигура

*3 куплет*

*Запев:* поскоки по кругу друг за другом (для детей 3-3,5 лет вместо поскоков - ходьба).

Начиная со слов «Нам солнышко светило» дети 4-4,5 лет одновременно с поскоками выполняют маховые скрещивающиеся

движения руками над головой («ветерок»). Эти движения можно выполнять враспынную и к припеву остановиться лицом к зрителям.

*Припев:* движения те же.

На последний аккорд - прыжок на месте, руки вверх.

## 2. Рыбачок

(Музыка М. Старокадомского, песня «Любитель- рыболов»)

*Задачи:* развитие координации, точности движений, выразительности пластики, умения вслушиваться в слова и музыку, точно передавая все нюансы песенки в движениях.

*Рекомендуется* включать в комплекс общеразвивающих упражнений на физкультурном занятии, в комплекс бодрящей гимнастики после дневного сна, а также в корригирующей гимнастики на укрепление мышц спины, голеностопного сустава.

Я сажу на берегу,  
Громко песенку пою  
Рыбка песню слушает,  
Червячка не кушает.  
ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. – сидя по-турецки, лицом в круг.

1 фигура

*1 куплет.*

*Вступление* – «закидывают удочку»

*Запев:* сидя с вытянутыми руками («держат удочку»), слегка раскачиваются в такт музыке.

*Припев:*

И.П. – сидя на полу, ноги прямо, руки сзади в упоре.

На слова «тра-ля-ля» ударяют носком правой ноги слева и справа от левой ноги (через ногу) – 8 раз.

На повторение музыки – то же другой ногой.

Возвращаются в И.П.

2 фигура

*2 куплет*

*Запев:*

1 фраза – наклон вправо, достать правым локтем правое колено (один раз)- выпрямиться,

2 фраза – то же влево,

3-4 фразы – наклон вперед, достать локтями пол и выпрямиться – 2 раза.

*Припев:* повторить движения припева 1-го куплета.

3 фигура.

*3 куплет*

*Запев:*

И.П. – сидя на полу, ноги прямо, руки сзади в упоре.

1-2 фразы – поочередно вытягивать носки вперед,  
3-4 фразы – одновременно вытягивать носки вперед,  
*Привев:* движения соответственно повторяются.

*Проигрыш:*

И.П. – сидя на полу, ноги вместе.

Имитация гребли на лодке.

На слова «Вся рыба расплывается» сесть руки в упор. На последний такт (слова «тра-ля») лечь на спину.

### 3. Чебурашка (Музыка В.Шаинского)

*Задачи:* развитие выразительности пластики, точности и ловкости движений, музыкального слуха.

*Рекомендуется* включать в музыкальные занятия, а также в комплекс общеразвивающих движений на физкультурных занятиях, утренней или бодрящей гимнастике.

Я не кукла, не зверюшка  
А забавная игрушка.  
Очень славная мордашка,  
Мое имя - Чебурашка!  
ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. – стоя, руки опущены.

*Вступление-* покачивание головой в ритме музыки.

#### 1 фигура

*Занев:* приподнимание плеч с полуоборотом направо и налево, слегка приподнимаясь на носках.

*Привев:*

На слова «Теперь я» – наклон направо – вперед, руки вперед, ладони вверх,

«Чебурашка» – выпрямиться, руки вниз

«Мне каждая» – те же движения налево,

«Дворняжка» – выпрямиться, руки отпустить,

«При встрече» – правую руку вперед, ладонь вверх,

«сразу» – левую руку также вперед,

«лапу» – наклон вперед с вытянутыми руками,

«подает» – выпрямится, руки отпустить.

На повторение музыки движения повторяются.

#### 2 фигура

*2 куплет*

И.П. – стоя, руки внизу.

Повороты туловища вправо- влево, руки расслабленные, болтаются (тряпочные куклы).

*Привев:* движения повторяются соответственно музыке (как в 1 фигуре)

### 3 фигура

3 куплет

И.П. – стоя, руки согнуты в локтях, ладони у головы («уши как у Чебурашки»)

Наклоны туловища вправо – влево в соответствии с музыкой (2 раза вправо и 2 раза влево попеременно)

*Приве:* движения повторяются соответственно музыке (как в 1 фигуре)

### 4. Плюшевый медвежонок (Музыка В.Кривцова)

*Задачи:* развитие чувства ритма, выразительности движений, воображения.

*Рекомендуется* включать в непосредственно образовательной деятельности по художественно-эстетическому, физическому развитию, утреннюю и бодрящую гимнастику, в играх на прогулке, на праздничном утреннике как сюрпризный танец или в инсценировке.

#### ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

*Вступление:* опуститься на четвереньки (превратиться в Мишку)

1 фигура

*Запев:* ходьба на четвереньках в свободных направлениях.

*Приве:*

И.П. – стоя, ноги на ширине плеч во второй обратной позиции (носки направлены внутрь), руки перед грудью (поза медведя)

1 фраза: на слова «Я добрый Мишка плюшевый» – 4 раза топнуть правой ногой;

2 фраза: на слова «игрушечный медведь» – то же другой ногой.

3 фраза- на слова «послушайте» – правую руку к правому уху

4 фраза: «послушайте» левую руку к левому уху,

«как я умею» – показать на себя обеими руками,

«петь» – руки вперед.

*Приве:* на слова «Ры-ра-ры-ру» раскачиваться из стороны в сторону и затем перейти на топот в такт музыке.

2 фигура

И.П. – лежа на спине, руками обхватить согнутые в коленях ноги (в группировку)

Качание на спине в разных направлениях.

*Приве:* те же движения

3 фигура

1 фраза – кружение на шагах (вперевалочку)

2 фраза – в другую сторону

*Приве:* движения повторяются.

Заключение.

«Мишка кашляет» – похлопать себя по груди

В конце сесть на пол, ноги врозь.

5. Куклы - неваляшки  
(Музыка З.Левиной)

*Задачи:* развитие чувства ритма, точности и координаций движений.

*Рекомендуется* включать в музыкальные, музыкально-ритмические занятия, а также в программы праздничных утренников и развлечений.

Куколки красивые,  
В пляске - не ленивые,  
Мы не спим и не сидим.  
Очень весело звеним.  
Дружно наклоняемся,  
Всем ребятам нравимся.  
ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

На *вступление* дети становятся врассыпную у центральной стены.

1 фигура

1 куплет

*Запев:* И.П. – стоя, ноги во второй позиции (слегка расставлены), руки внизу.

1-4 такты – качаются вправо - влево (4 раза в каждую сторону)

5-8 такты – идут топающим шагом вперед, руки полочкой.

*Прпев:* на слова «Мы - милашки» и т.д. – поочередной выставление правой и левой ноги на пятку (на сильную долю). Одновременно полуоборот корпуса направо и налево. Руки внизу. Ладонки раскрыты.

На слова «яркие рубашки» – кружение на месте на шагах (за руками вправо)

2 фигура

2 куплет

*Запев:* повторение движений первого куплета.

На топающем шаге (на слова «днем и ночью мы стоим») перестраиваются в круг.

*Прпев:*

И.П. – стоя в кругу лицом к центру.

Движения повторяются соответственно музыке.

3 фигура

3 куплет

*Запев:* на сильную долю кланяются вперед – на слово «ох», на слово «раз»- выпрямляются; на слова «начинаем перепляс» – перестраиваются топающим шагом врассыпную

*Прпев:* повторение движений в соответствии с музыкой.

4 фигура

4 куплет

Повторение движений 3-го куплета. Только стоя врассыпную лицом к зрителю. Движения исполняются с ускорением в соответствии с темпом музыки.

#### 6. Разноцветная игра (Музыка Б.Савельева)

*Задачи:* развитие музыкального слуха, быстроты реакции, памяти, выразительности движений.

*Рекомендуется* включать в музыкальные и физкультурные занятия. Композиция может быть включена в программу праздничного утренника или досуга. Удобна для исполнения детьми разного возраста.

*Рекомендуется* включать в непосредственно образовательной деятельности, на прогулке, в программу праздничного утренника или досуга.

#### ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

*Вступление:* дети становятся парами, свободно располагаясь в зале.

##### 1 фигура

*Запев:*

И.П. – стоя, ноги в в 1-ой позиции (пятки вместе, носки врозь), руки согнуты в локтях, над головой, кисти соединены «домиком».

1-4 такты – наклоны туловищем вправо-влево на «пружинке»

5-8 такты – полуобороты туловищем вправо-влево, руки перед лицом, кисти сжаты, как «бинокль» у глаз.

*Припев:* на слова «никому про наш секрет не говори...» грозят друг другу пальцем правой руки (на «пружинке»); на слова «а стекляшек разноцветных набери...» – руками перед собой выполняют движения «как лепят пирожки» на «пружинке»;

«ты зажмурься...» – закрыть глаза обеими руками;

«и три раза повернись...» – повернуться на месте на носках;

«а теперь...» – правая рука вниз

«глаза открой...» – левая рука вниз,

«и удивись» – приподнять плечи («удивиться»).

В соответствии со словами эти движения повторить 2 раза.

##### 2 фигура

И.П. – сидя на пятках, руки в упоре перед собой.

*Запев:*

1-4 такты: вращение тазом, стоя на коленях, носки оттянуты (как «хвостики»).

5-8 такты: сидя на пятках, имитация движений «кошка умывается»

*Припев:* повторить движения на припев 1 фигуры.

##### 3 фигура

*Запев:* ходьба по кругу друг за другом

*Припев:* повторить движения предыдущих фигур.

На повторение припева (в третий раз) дети идут вперед в свободных направлениях, «грозь» при этом пальцем, затем повторяют те же движения лицом к зрителю.

### 7. Кузнечик (Музыка В.Шаинского)

*Задачи:* развитие координации движений, чувства ритма, образного восприятия музыки.

*Рекомендуется* включать в непосредственно образовательную деятельность, на утренней гимнастике или бодрящей после дневного сна, в играх на прогулке, досугах и развлечениях.

Прыгал, прыгал он по травке  
И не трогали козявки  
Но случилась с ним беда-  
Лягушка съела прыгуна.  
ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. – стоя, руки на поясе, ноги в 1-ой позиции.

*Вступление:*

1 фраза – правой ногой ударить носком по полу,

2 фраза – то же левой ногой,

3-4 фразы – движения повторяются,

5 фраза – счет «раз» – прыжком ноги врозь, руки в стороны, счет «два» – прыжком, ноги вместе, руки вниз

6 фраза – шаг на месте

7-8 фразы- движения повторяются.

1 фигура

*Запев:* счет «раз» – полуоборот направо, руки в стороны, правую ногу на пятку;

Счет «два» – вернуться в И.П.

Счет «три» – то же влево

Счет «четыре» – вернуться в И.П.

На повторение музыки движения повторяются.

*Припев:* повторить движения как на вступление.

2 фигура

*Запев:*

1 фраза – кивок головой – (раз-и два-и) –2 раза,

2 фраза – поворот головы направо-прямо и налево-прямо (на «на пружинке» – три-и четыре-и),

3-4 фразы – движения повторяются.

*Припев:* повторить движения как на вступление.

3 фигура

*Запев:*

1 фраза – на слова «но вот пришла»- присесть, руки на колени, локти в стороны (имитация «Лягушки»);

«лягушка» – выпрямиться, руки согнуты в локтях, ладони вперед, полуоборот направо, правую ногу на пятку

2 фраза: движения повторяются с поворотом в другую сторону.

Повторить все движения 2 раза в соответствии с музыкой.

*Приве:* повторить движения как на вступление.

## 8. Белочка

(Музыка В.Шаинского)

*Задачи:* развитие мягкости, плавности движений рук, формирование навыка пружинить ногами во время маховых движений руками; развитие музыкального слуха, выразительной пластики, воображения.

*Рекомендуется* использовать в непосредственно образовательной деятельности, в играх на прогулке, а также в программах праздничных утренников и развлечений.

А я с рыженьким хвостом

Но живу не под кустом

Прыгаю по веткам,

Несу орешки деткам.

Приходите в гости в лес,

Сколько он таит чудес!

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. стоя, ноги в 1-ой позиции, руки внизу.

*Вступление:* «Превращаемся в белочку»

1-2 такты – согнуть в локте левую руку,

3-4 такты – согнуть правую руку,

5-8 такты – 3 «пружинки»

1 фигура

*Запев*

1 фраза – кивок головой направо (ноги слегка пружинят)

2 фраза – то же на лево,

3 фраза – три хлопка справа (на слова «щелк- щелк-щелк»),

4 фраза – то же слева (на слова «щелк- щелк-щелк»),

*Проигрыш:*

1-2 фразы – кружение на носках на месте в позе «белочки»

3 фраза – три хлопка (на слова «щелк- щелк-щелк»),

4 фраза – то же слева (на слова «щелк- щелк-щелк»),

*Приве:*

И.П. – стоя, ноги в 1-ой позиции, руки внизу

На слова «Я печальной не бываю» – качание руками вперед- назад, ноги пружинят.

На слова «ля-ля» – мах правой рукой вправо-вверх, и на «ля» отпустить вниз

На повторение – то же левой рукой.

Все движения повторить 2 раза в соответствии с музыкой.

### *Проигрыш*

1 фраза – кружение на носках на месте (напрво),

2 фраза – 3 «пружинки»

2 фигура

*Запев:* движения повторяются соответственно музыке. Только на слова «прыг-прыг-прыг» – прыжки на двух ногах на месте.

Далее все движения повторяются.

*Проигрыш:* движения повторяются

3 фигура.

Движения повторяются, только на слова «скок- скок- скок»- три прыжка на двух ногах вперед.

9. Едем к бабушке в деревню

(Грузинская пень)

*Задачи:* развитие точности и ловкости движений, формирование навыка пружинящей ходьбы, умения координировать движения с музыкой, воспитание творческого воображения.

*Рекомендуется* включать в музыкальные занятия, а также в комплекс общеразвивающих движений на физкультурных занятиях, утренней или бодрящей гимнастике, либо использовать в конце физкультурного или музыкально-ритмического занятия.

### ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. – стоя, руки согнуты в локтях.

1 фигура

1-8 такты: дети «едут на лошадке» – идут друг за другом пружинящим шагом, «цокают» языком.

2 фигура

9-16 такты: дети расходятся таким ж шагом врассыпную. В конце фразы садятся на пол на пятки.

3 фигура

17-24 такты: И.П. – сидя на пятках, руки впереди («держат вожжи»).

Пружинят на пятках, «цокают»

4 фигура

24-32 такты – дети «смотрят» вдаль- правую руку «под козырек», встать на колени, затем опуститься на пятки, далее то же другой рукой. Всего 4 раза (2 правой и 2 раза левой рукой).

5 фигура

33-40 такты: дети «салятся в телегу» – И.П. – сидя, ноги согнуты в коленях, стопы вместе на полу, руки сзади в упоре. Дети ритмично переводят ноги на носки и на пятки (пристукивая пятками о пол), чередуя попеременные движения (8 раз) и постукивая пятками обеих ног одновременно (8 раз)

6 фигура

И.П. – лежа на спине, руки под головой.

40-44 такты – левая нога согнута в колене, правая нога сверху на левой. Раскачивание стопой в разные стороны.

45-48 такты – повторить то же, поменяв положение ног. С концом музыки закрыть глаза – «засыпают».

## 10. Лошадки

(музыкально-ритмическая композиция)

*Задачи:* развитие чувства ритма, координации движений, чувства равновесия, выразительности пластики, умения перестраиваться в пространстве (в круг- врассыпную).

*Рекомендуется* использовать в непосредственно образовательной деятельности по физическому, музыкальному развитию, на утренней зарядке, в играх на прогулке, тематических развлечениях.

### ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

*Вступление.*

Звучит фонограмма: ржание лошади, цокот копыт. Педагог спрашивает: «Кто там скачет на лошадке?» Дети отвечают.

#### 1 фигура

Музыка А (1-е предложение)

И.П. – руки впереди, кисти сжаты в кулак («держатся за поводья»);

1-2 фраза: пружинные приседания в такт музыке, руки подтягиваются к груди (имитация езды на лошади);

3 фраза: 3 раза ударить о пол носком правой ноги, на счет «4»- поставить ногу в И.П.

4 фраза: то же левой ногой;

5-6 фраза: повторение движений 1-2 фраз.

Повторение музыки А (2-е предложение)

1 фраза: 2 раза согнуть правую ногу в колене, руки «на себя»;

2 фраза: то же левой;

3-4 фразы – повторить движения 3-4 фраз 1-ого предложения;

5-6 фразы – повторение 1-2 фраз 1-ого предложения.

#### 2 фигура:

Музыка В

И.П. – руки за спиной. Ходьба друг за другом с высоким подниманием колен. Постепенно перестраиваются в круг.

#### 3 фигура

Музыка А

1 предложение: повторение движений 1 фигуры

2 предложение:

1-2 фразы – расходятся врассыпную

3-4 фразы – повторение движений 1 фигуры.

*Заключение:* - «Тпрр-р-у» – руки на себя.

## 11. Поросята

(Музыка Дж. Уотта)

*Задачи:* развитие чувства ритма, точности и координаций движений.

*Рекомендуется* использовать в непосредственно образовательной деятельности, на устроенной или бодрящей гимнастике, в играх на прогулке, в программе досуга и развлечениях.

### ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

#### 1 фигура

Музыка А

И.П. – полуприсед, ноги слегка расставлены, руки согнуты в локтях, кисти развернуты вперед.

1-2 фразы – идут по кругу

3 фраза – останавливаются, показывают «нос» направо, затем налево и кружатся на месте:

4 фраза – повторение движений 3 фразы;

5 фраза – прыгают на месте на правой ноге, левую согнуть в колене и обхватить ее руками;

6 фраза – те же движения, только поменять ноги;

7 фраза – идут к центру (поза, как в И.П.) – 4 шага, затем остановиться, наклон вперед и сказать 3 раза «Хрю- хрю-хрю»;

8 фраза – 4 шага спиной назад, также остановиться с наклоном вперед и сказать 3 раза «хрю-хрю-хрю».

#### 2 фигура

Музыка В

Движения, имитирующие бросание снежков – в такт музыке.

#### 3 фигура

Музыка А

1 фраза – «отряхивают снег» с рукавов, туловища;

2 фраза – падают на пол, опрокидываются на спину, машут руками и дрыгают ногами;

3-4 фразы – поднимаются и идут друг за другом до конца музыки, как в 1 фигуре (1 фраза).

### 12. Птички и Ворона

(Музыка А.Кравцович)

*Задачи:* развитие музыкальности, выразительности движений, способности к импровизации, воображения и фантазии.

*Рекомендуется* использовать как физминутку, использовать на прогулке, развлечениях, самостоятельных играх детей.

### ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

Музыка А

Выбегают Птички – импровизация под музыку (летают, клюют, прыгают на полянке и т.д.)

Музыка В

Появляется Ворона, все Птички прячутся в «домики»- находят свободный обруч и сидят в нем на корточках. Ворона ходит по «полянке»,

тоже ищет зернышки и всматривается в «домики», где притаились Птички. Ведущий забирает 2-3 обруча.

Музыка С

Ворона уходит, а Птички бегают вокруг своих обручей.

С повторением музыки движения повторяются. На музыку В Птички снова прячутся в «домики», но не всем хватает места, поэтому только самые быстрые занимают свободные места, а остальные садятся на стульчики (выходят из игры).

Так повторяется 2 раза.

### 13.Цыплята

(Азербайджанская народная песня)

*Задачи:* развитие координации движений, чувства ритма, образного восприятия музыки.

*Рекомендуется* включать в музыкальные и физкультурные занятия, а также вечера, досуги и праздничные утренники

*Рекомендуется* включать в непосредственно образовательной деятельности, а также в играх на прогулке, досугах, развлечениях и праздничных утренниках.

### ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

*Вступление*

Птичница жестом зовет Курочек и Цыплят, те постепенно сбегаются на площадку, «чистят перышки» и т.д. (движения произвольные).

1 фигура

1 куплет

Бег стайкой за Птичницей (мелкий семенящий бег. Руки прямые сзади- «крылышки»).

На повторение музыки- бег в другую сторону.

*Приве.*

И.П. – стоя, руки внизу.

1 фраза – наклон вниз. Выпрямиться. Плавно дугообразно поднимая руки. Согнутые в локтях, вправо-вверх, кисти отвести направо (голова направо);

2 фраза – то же влево

Повторить эти движения 4 раза.

На слова «Ой мои...» – поднять согнутую в колене правую ногу. Носок оттянут, поднять «крылья» (маховые движения руками).

«Вы цыплятки» – ногу и руки опустить, покачать головой.

На повторение музыки и слов движения соответственно повторяются, только левой ногой

На слова «вы пушистые комочки» – кружение на носках на месте, руки внизу, кисти слегка отведены («хвостики»).

2 фигура

Повторяются те же движения. Только по кругу (сначала в одну сторону, потом -в другую)

*Привев:* движения повторяются соответственно музыке и тексту.

3 фигура

Бег врассыпную («ищут зернышки»),

*Заключение.* Прыжки на прямых ногах с продвижением вперед, корпус слегка наклонен вперед. Руки отведены назад («крылышки»).

14. Белые кораблики

(Музыка В. Шаинского)

*Задачи:* развитие плавности, мягкости движений рук, музыкальности и выразительности движений.

*Рекомендуется* использовать в непосредственно образовательной деятельности по музыкальному развитию, как динамическую паузу, в комплексе общеразвивающих упражнений, на утренней и бодрящей после сна гимнастике.

Все плывут, плывут куда-то,

В небе белые, как вата

То причудливо сольются,

Белой птицей обернутся,

То растают, словно дым,

Станут пятнышком одним

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. – стоя, ноги в 1 позиции. Руки внизу;

*Вступление.*

1 фраза – руки плавно через стороны вверх;

2 фраза – руки через стороны вниз;

3-4 фразы – движения повторяются;

5 фраза – шаг вперед, закрыть голову руками (спрятаться за облачко)

6 фраза – шаг назад в И.П.

7-8 фразы – движения повторяются

1 фигура

1 куплет

*Запев*

1 фраза – правую руку плавно через сторону вверх (оставить в этом положении)

2 фраза- тоже левой рукой

3-4 фразы – руки скрестить над головой и плавно через стороны вниз. Движения повторяются 3 раза соответственно музыке

2 фигура

2 куплет

*Запев:*

1 фраза – присесть, руками коснуться пола

2 фраза – встать

3-4 фразы – движения повторяются

5 фраза – присесть, руки соединить над головой «домиком»

6 фраза – выпрямиться

7-8 фразы – движения повторяются.

*Проигрыш:* руки плавно через стороны вверх и вниз в соответствии с музыкой

3 фигура

3 куплет

1-2 фразы – имитация плавания брасом – 4 раза

3-4 фразы – повторение движений 1-4 фраз 1 фигуры – 2 раза.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 3

### Семинар-практикум «Использование игровой ритмики в различных формах организации педагогического процесса»

Цель: познакомить воспитателей с возможностями использования материала, представленного в программе «Ритмическая мозаика», в режимных моментах детской деятельности.

План семинара-практикума.

#### 1. Теория.

«Использование игровой ритмики в различных формах организации педагогического процесса»

#### 2. Практика.

Выполнение движений под музыку с педагогами ДОО:

1) игровые ритмические композиции «Белочка», «Медведи», «Волшебный цветок»;

2) композиции с использованием шапочек поросят и вороны – «Поросята», «Птички и Ворона».

Ход семинара-практикума.

Сегодня Если рассматривать интеграцию различных видов деятельности в педагогическом процессе, то программа «Ритмическая мозаика», позволяет использовать предложенный репертуар как на музыкальных и физкультурных занятиях, так и на утренней зарядке, пробуждающей после дневного сна, гимнастике, на развлечениях, на занятиях по развитию речи, изобразительной деятельности, в повседневной деятельности, самостоятельных играх, на прогулке и т.д. Таким образом, педагог сам определяет место использования игровых музыкальных упражнений, и в соответствии с этим может «конструировать» из отдельных композиций необходимую форму занятий с детьми (как бы составлять «узор ритмической мозаики»). Такой подход дает возможность использовать данный материал не только как средство

развития музыкальных и двигательных способностей детей на занятиях ритмикой, но и как игровой тренинг психических процессов (внимания, памяти, воли, творческого воображения и фантазии), а также как средство расслабления, переключения внимания или повышения психофизического тонуса и т.д. – в самых разнообразных формах организации педагогического процесса в детском саду. Примерный план использования репертуара из программы Бурениной А.И. «Ритмическая мозаика» приведен в таблице 3.1.

Таблица 3.1 – Примерное планирование использования репертуара по программе Бурениной А.И. «Ритмическая мозаика»

Виды организационной деятельности	Репертуар
НОД по экологическому воспитанию	«Упражнение с осенними листьями», «Дети и природа»
НОД по физическому развитию	«Разноцветная игра» «Кузнечик», «Поросята», «Птички и Ворона»
Утренняя гимнастика	«Едем к бабушке в деревню», «Веселые путешественники»
Гимнастика после сна	«Плюшевый медвежонок», «Чебурашка», «Рыбачок»
Динамическая пауза	«Белые кораблики», «Цыплята», «Разноцветная игра»
Развлечения	«Плюшевый медвежонок», «Белочка», «Лошадки», «Птички и Ворона», «Куклы-неваляшки»

Средствами игровой ритмики можно снять умственное напряжение, взбодрить, раскрепостить, развеселить, повысить внимание. Поэтому, упражнения игровой ритмики являются эффективной психогимнастикой, средством коррекции состояния детей и их поведения. Например, когда проводятся занятия с умственной активностью и малой подвижностью, в качестве физкультминуток можно использовать игровые, танцевальные композиции («Чебурашка», «Веселые путешественники», «Танцуйте сидя»

и др.) На занятиях, темой которых является природа – творческие задания на отображение пластического образа природы «Упражнение с осенними листьями», «Дети и природа» и т.д.).

Снять психическое напряжение, расправить плечи, выпрямить спину, успокоить дыхание помогают такие композиции, как «Белые кораблики», «Красный сарафан», «Мельница». Использование композиций на основе быстрой, веселой музыки, таких, как «Поросята», «Кузнечик», «Калинка», позволяет поднять настроение детей, активизировать их внимание.

Таким образом, можно использовать композиции в самых разных вариантах: как вводную часть занятия («Поросята», «Озорники», «Упражнение с листьями») либо заключительную (игра «Найди себе пару»). Главное – это активизировать внимание детей, пробудить и поддержать у них интерес к музыке, к творчеству, развитию воображения.

Для примера возьмем из представленного в программе репертуара музыкально-ритмическую игру «Белочка». Для начала детей следует познакомить с животным грызуном через беседу, рассмотрение иллюстраций, чтение художественной литературы и рисование по данной теме. А затем, например, на прогулке, используя музыкально-ритмическую композицию «Белочка» (музыка В. Шаинского), поиграть с детьми, войдя в образ белочек. При выполнении определенных движений, прописанных в программе к данной композиции, развиваются мягкость и плавность движений рук, формируется навык пружинить ногами во время маховых движений руками. При этом создаются условия для развития у детей музыкального слуха и воображения.

Так при выполнении танцевально-игрового упражнения «Медведи», необходимо обратить внимание детей не только на медленные, неуклюжие шаги зверя, но и на положение его лап. Если медведь идёт по лесу без предмета, то лапы свисают перед грудью. Если медведь несёт бочку с медом, тогда руки широко расставлены. На вторую музыкальную фразу

медведь останавливается и достаёт лапой мёд из бочки, выполняя наклонные движения. Затем «облизывает» лапы. Игровой образ знаком детям младшего дошкольного возраста, но при выполнении танцевальных композиций требуется показ педагога. После выполнения движений вместе с педагогом, можно предоставить детям проявить своё танцевальное творчество в импровизационных движениях. При этом медведи могут быть разные: торопливые, задумчивые, грустные, весёлые, смелые, напуганные и т.д. В каждом образе можно продиагностировать внутреннее эмоциональное состояние и выражение настроения каждого ребёнка.

Композиция «Волшебный цветок» подходит для использования на занятиях, а также, и в процессе слушания песни, как пластическая импровизация на эту тему. Дети пытаются представить, как выглядит «волшебный» цветок, как колышутся на ветру его стебелек и листья, и показывают это в движении, рисовании или аппликации.

*Участникам семинара предлагается выполнить игровые ритмические упражнения: «Белочка», «Медведи», «Волшебный цветок»*

Чтобы исполнение игровых ритмических упражнений было более эффектно, эмоционально и выразительно, детям предлагается атрибутика, элементы костюмов. А так как композиции имеют яркий художественный образ, можно вместе с детьми придумать, какие атрибуты необходимо изготовить, как они должны выглядеть (шапочки зверей, ленты в качестве водорослей и т.д.).

*Педагоги, используя предложенные атрибуты: шапочки поросят, Вороны, выполняют ритмические композиции:*

*1. «Поросята»*

*2. «Птички и Ворона»*

Также можно включать ритмические композиции в любой непосредственно образовательной деятельности, режимных моментах, игровой и досуговой деятельности, которые имеют общую игровую тему,

такие как «Путешествия», или «Дни рождения», и тогда двигательные композиции под музыку можно сочетать с аттракционами, загадками, математическими играми и другими видами занимательных заданий. Например, если проводить с детьми веселое развлечение «В осеннем лесу», то после композиции «Белочка» можно провести игру «Собери шишки»: отгадать загадки и отправиться в путь, используя композицию «Веселые путешественники», встретить других веселых обитателей этого леса например, птичек и исполнить вместе с ними общую веселую игру «Птички и Ворона».

Для удобства в планировании участникам семинара предлагается проанализировать репертуар «Ритмической мозаики» по темам и по возможностям включения в различные формы организации педагогического процесса. А также сделать картотеку ритмических игр.