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

Колледж ФГБОУ ВО«ЮУрГГПУ»

ТАНЦЕВАЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИИ ДВИЖЕНИЙ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ

Выпускная квалификационная работа
Специальность 49.02.01 Физическая культура
Форма обучения заочная

Работа рекомендована к защите
«20» мая 2025 г.
Заместитель директора по УР
_____ Расщектаева Д.О.

Выполнила:
Студент(ка) группы ЗФ- 418-263-4-1
Шарифуллина Наталья Александровна
Научный руководитель:
преподаватель колледжа
Подскребышев Егор Александрович

Челябинск
2025

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ 4
ГЛАВА I ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИИ ДВИЖЕНИЙ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ ПОСРЕДСТВОМ ТАНЦЕВАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ 7
1.1 Значение танцевальной деятельности в развитии координации детей 6 – 7 лет 7
1.2 Особенности развития координации движений у детей старшего дошкольного возраста. 19
1.3 Средства и методы танцевальной деятельности используемых в процессе развития координации движений старших дошкольников 26
Выводы по первой главе 32
ГЛАВА II ОПЫТНО - ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ПОДБОРУ И ПРИМЕНЕНИЮ СРЕДСТВ ТАНЦЕВАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЛЯ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА 33
2.1 Организация и методы исследования 33
2.2 Применение комплекса музыкально ритмической гимнастики для развития координации движения у старших дошкольников 41
2.3 Анализ результатов 49
Выводы по второй главе 56
ЗАКЛЮЧЕНИЕ 58
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК 61
ПРИЛОЖЕНИЕ А 65
ПРИЛОЖЕНИЕ Б 66
ПРИЛОЖЕНИЕ В 67
ПРИЛОЖЕНИЕ Г 68
ПРИЛОЖЕНИЕ Д 70

ВВЕДЕНИЕ

Формирование здоровья детей, полноценное развитие их организма - одна из основных проблем в современном обществе. Медики, родители и педагоги повсеместно констатируют отставание, задержки, нарушения, отклонения, несоответствия нормам в развитии детей, неполноценность их здоровья [7].

Это касается в первую очередь нервной системы, её опорно-двигательного аппарата. Поэтому задача, стоящая сегодня перед педагогами и воспитателями, руководителями детских творческих коллективов заключается в поиске и использовании специальных методик, которые позволяют подойти к вопросу развития детей (физического, психологического, интеллектуального) более продуктивно, применяя новые технологии [2].

Танцевальные движения имеют большое значение для развития детей дошкольного возраста. Они способствуют развитию моторики, координации движений, гибкости и силы тела. Также танцевальные движения развивают ритмическое чувство, музыкальность и творческое мышление у детей.

Согласно Федеральному государственному образовательному стандарту дошкольного образования (далее ФГОС ДО) планируемые результаты освоения танцевальных движений включает в себя то, что: ребёнок к шести годам проявляет интерес и/или с желанием занимается музыкальной; проявляет музыкальные и художественно-творческие способности; ребёнок к семи годам в достаточной мере владеет танцевальными движениями [30].

Проблемой нашего исследования является развитие координаций движений у детей старшего дошкольного возраста.

В российской педагогике проблема развития танцевальных движений получила всестороннее освещение в трудах Т.П.Завьяловой, Б.А.Ашмарина, Н.Н. Кожуховой [10;1;13].

В настоящее время существует необходимость в выборе педагогических условий, которые бы предоставляли детям возможность развивать свои танцевальные навыки.

В тоже время следует отметить, что далеко не все проблемы развития координаций движений у детей старшего дошкольного возраста уже удалось решить.

Исходя из актуальности проблемы и недостаточной разработанностью её в практике, мы определили тему нашего исследования: «Танцевальная деятельность как средство развития координации движений старших дошкольников».

Цель данной работы – теоретически обосновать и экспериментально проверить положительное влияние танцевальной деятельности на уровень развития координации движений у детей старшего дошкольного возраста.

Объект исследования: процесс развития координаций движений детей старшего дошкольного возраста.

Предмет исследования: танцевальная деятельность как средство развития координации движений старших дошкольников.

Гипотеза: мы предполагаем, что развитие координации у старших дошкольников будет эффективнее, если использовать следующие задачи

Задачи исследования:

1. Рассмотреть влияние танцевальной деятельности в педагогическом аспекте.
2. Выявить особенности развития координаций движений у детей старшего дошкольного возраста.
3. Изучить психолого – педагогические условия использования танцевальной деятельности в процессе развития координации движений старших дошкольников.

4. Организовать методическое сопровождение исследования.

5. Применить музыкально - ритмическую гимнастику для развития координации у детей старшего дошкольного возраста.

6. Проанализировать результаты проведенного исследования.

Методологическую основу и теоретическую базу исследования данной работы составляют концептуальные идеи использования танцевальной деятельности в развитии координации движений старших дошкольников.

Методы исследования: изучение учебной, методической, научной литературы; изучение продуктов деятельности; педагогический эксперимент; количественная и качественная обработка результата исследования.

Практическая значимость работы заключается в том, что разработанные методические рекомендации могут быть использованы воспитателями детского сада, студентами, при прохождении педагогической практики, для эффективного и качественного воспитания детей старшего дошкольного возраста.

База исследования: МАДОУ «Детский сад № 473» г.Челябинска.

Структура работы: выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, библиографического списка и приложений.

ГЛАВА I . ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИИ ДВИЖЕНИЙ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ ПОСРЕДСТВОМ ТАНЦЕВАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1.1 Значение танцевальной деятельности в развитии координации детей 6 – 7 лет

Танцевальная деятельность – это вид музыкальной деятельности, в котором содержание музыки, ее характеры, образы передаются в движении. Музыка в танце – это «исходный момент», основа, а танцевальные движения – это средство передачи музыки. В танцевальной деятельности ребенок передает музыкальный образ посредством определенным образом согласованных движений.

Танцевально-игровой образ выступает результатом танцевальной деятельности детей, и он должен обладать такими характеристиками, как музыкальность и выразительность [4].

Создание музыкально-игрового образа в любом танце – бальном, эстрадном, народном – эмоционально окрашено. В любом танце утверждаются определенные черты характера, определенные отношения между танцующими. Поэтическая задумчивость одного танца сменяется необузданной веселостью другого и сдержанностью и величавостью третьего и т. п. Представление о танцевальном образе у детей старшего дошкольного возраста складывается постепенно.

Исследования танца как вида творческой деятельности человека проведены нами с помощью метода системной классификации категорий и понятий, разработанного П.И.Пидкасистым. Этот метод позволил научно обосновать теоретическую модель танца с определением структуры танца и выделением следующих понятийных семантем танца. Структура танца точно отражает его пространственно-временную и социальную организацию. Структуру танца определяют поза, ритм, па, жест и его

имитация. Это позволяет преподавателю физической культуры или тренеру работать с точными структурными компонентами, которые до этого никогда и ни кем не были выделены в физической культуре и спорте. Преимущество точных знаний, по сравнению с приблизительными знаниями, очевидно [25].

В широком понимании танец - это вид творческой деятельности человека, предназначенный для игрового воздействия на самого исполнителя или для зрелищного эффекта, достигаемого путем имитации жестов, ритмической смены поз и па, служащих образным языком, способным выражать эмоциональное состояние человека.

Танец, по существу, охватывает эволюцию всей культуры человеческого общества, все исторические типы танца. Его условно назовем «культурологический танец», и он успешно может быть привлечен в систему массового физического воспитания. Игровые танцы, т.е. проводимые непосредственно в интересах участников, относятся к первому (широкому) типу танца [4].

В узком понимании танец - это вид творческой человеческой деятельности, в которой обязательно используются особые па, т.е. такие ритмические сочетания поз, которые обладают функциональным и эстетическим единством. Танец условно назовем «танец художественного па», зрелищный или эстетический танец. Зрелищные танцы, т.е. предназначенные для публики, принадлежат соответственно ко второму (узкому) типу танца. Привлечение этого типа танца в массовую физическую культуру может быть, но в весьма ограниченных и неразвернутых формах. Подобное типологическое классификационное разделение танца на «игровой», т.е. проводимый непосредственно в интересах самих участников, и «зрелищный» (хореографический), исполняемый для зрителей, точно отражает и качество исполнения, которое определяется нами как примитивное или как совершенное, независимо от профессионального статуса исполнителя [19].

Оба типа танца социально значимы, но имеют существенные различия: первый - преимущественно функциональный, второй - эстетический. В области общеразвивающих упражнений игровой танец практически доступен каждому, и потому он должен стать важным компонентом массовой физической культуры, отвечающим, согласно природе танца, за психофизическое и социальное становление личности воспитанника. К исполнителям же эстетического танца предъявляются особые требования, в том числе и в области специальных упражнений.

Специфика этих требований в хореографическом искусстве разработана основательно. Здесь уместно провести аналогии между физической культурой и спортом, между танцем игровым и хореографическим. Физическая культура и игровой танец, как широкие понятия, в целом направлены на физическое развитие, коррекцию и совершенствование природы человека, а спорт и хореография - это их узкие области, предназначенные для достижения особой результативности. Поэтому с позиций физической культуры игровые танцы должны рассматриваться функциональными инновационными методами с широким технологическим спектром воздействия [21].

Онтогенез, природа танца заключена в специфических отношениях тела и души (духа), т.е. в особой организации физической и психической сущности человека. Душа как уровень развития и состояния внутреннего, психического мира человека, его сознания и подсознания обретает в танце телесное воплощение. Обладая собственной природой и выразительными средствами, танец близок по своей двигательной природе отдельным видам физического воспитания, а по эстетическим параметрам - музыкальному воспитанию.

В каждой разновидности танца содержатся (в той или иной пропорции) две основные социальные ориентации в его преподавании и исполнении:

- телесно-культурная (телесная);

- духовно-культурная (духовная).

Под телесно - культурным направлением танца подразумевается ориентация, связанная преимущественно с физическим развитием человека, его здоровьем [19].

Сюда относятся: физкультурные танцы (гимнастические, акробатические и другие); коррекционные танцы, содействующие устранению таких недостатков, как плоскостопие, нарушение осанки; профилактические танцы, способствующие улучшению осанки, психофизического состояния, работе внутренних органов, органов дыхания.

К телесной ориентации танца относятся музыкально-ритмические движения для утренней гимнастики в детском саду и ритмика, «если под ритмикой понимать занятия по развитию умения передавать движениями ритм музыки».

К группе «тренинговые танцы» относятся абстрагированные формы классического или народно-сценического экзерсиса, спортивных тренировок, преследующие цели технического совершенства исполнения и инструментальной точности канонизированных форм движения [21].

Игровой массовый танец, благодаря простоте движений и свободе композиций доступный самому широкому кругу детей, не стал распространенным явлением из-за отсутствия занятий в расписании образовательных учреждений. Поэтому дополнительный урок физкультуры может быть представлен именно игровым танцем.

Дисциплина «Танец» в программах детского сада отсутствует. Правда, в разделе «Эстетическое воспитание» на музыкальных занятиях включены «музыкально-ритмические движения» («ритмика»). В ритмику для разных возрастных групп введены упражнения, танцевальные движения, игры, хороводы, пляски, танцы. Из такого соподчинения можно принять, что объем понятия «ритмика» более полный и вбирает в себя перечисленные системы движений. Здесь также возникает необходимость

в определении четкости позиций и в выяснении соподчиненности понятий «ритмика» и «танец» [19].

Ритмика как «система физических упражнений, строящихся на основе музыки, предназначенная для ритмического воспитания» стала одним из средств эстетического воспитания в музыкальных, театральных, хореографических учебных заведениях, а также в детских учреждениях.

В области движения развитие ритмики проходило в таких направлениях, как воспитание чувства ритма и темпа в разновидностях массовой физической культуры. Она нашла выражение в системе художественного движения, ритмопластики, аэробики, ритмической гимнастики, а также во всевозможных течениях танца «модерн» которому присущи ритмическая виртуозность движений, полиритмическая изощренность группового исполнения, эмоциональная сухость и рациональная графичность рисунка [29].

Разделение видов танца на «игровой» и «зрелищный», в том числе «хореографический», позволяет глубже осознать многозначность танца. Обычно узкое понимание феномена танца, ограничение его природы хореографическими формами препятствуют активному использованию танца в детском саду и школе как уникального специфического языка в психофизической организации детей, не имеющего аналогий.

Для игрового танца продуктом является сам процесс (сочинительская и исполнительская деятельность, в которой могут меняться условия, движения, связи), а для зрелищного - форма.

Поставленный концертный танец становится товаром, обладающим потребительной и меновой стоимостью. Зрелищный танец можно оценить (например, в баллах) по разработанным критериям (оригинальность композиции, качество исполнения и др.), в то время как для оценки самого процесса игрового танца нужен качественно иной подход [29].

При подготовке хореографического танца педагог может выразить результат занятия фразами типа: «Разучили три движения русского танца»

или «Отрабатывали разученные движения». «Разучили», «отрепетировали» и т.д. означает, что какому-то фрагменту или сочинению придана окончательная форма, содержание которой требует наличия определенного качества.

Оценка результативности игрового танца основана, в первую очередь, на тех качественных изменениях, которые происходят с ребенком в процессе самой творческой деятельности. Эти оценки индивидуальны и отражают прирост его смыслозначимой деятельности: «Я изменился в том-то», «Мне интересно потому-то», «Я открыл в себе то-то» и т.д. Учитель, занимающийся с ребенком, создает условия, развивает и направляет деятельностный процесс игрового танца, значимый в культуре детства для каждого участника [24].

Деятельность в этих типах танца облекается в разные результаты. В зрелищном танце конечный результат труда постановщика и исполнителя оценивается реакцией и восторгом зрителей по поводу уровня мастерства и искусства исполнения. В данном случае хореограф транслирует свой продукт, свой практический опыт, материализуя в исполнителях свое образное художественное мышление. Разучивая танец, исполнитель воспринимает мир глазами хореографа, его пластикой, его художественной фантазией.

В игровом танце деятельность участника становится творчеством созидания своего «Я». Играя своими смыслами, интересами и т.д., он создает свой мир, свой психофизический и социальный образ, материализует свое образное художественное мышление. В игровом танце происходит целостное видение (чувствование) образа, в то время как в зрелищном танце хореограф передает исполнителю фрагментарное видение образа (роли). Игровой танец является продуктом созидания и мастерства каждого субъекта. Ребенок как субъект творческой деятельности, живущий своей действительной жизнью, осознает ее особым

образом в игровом танце. Через собственное «Я» он овеществляет свою инициативу, свою жизненную силу [24].

Игровой танец искренен и является для ребенка жизненно важным процессом. Сам творческий акт деятельности - фактор огромного социального значения. Игровой танец делает наглядным то, что происходит внутри ребенка. Его «Я» становится зримым и познаваемым для него самого и для других в силу того, что тело становится средством воплощения его психического мира, его души, что крайне редко приходится наблюдать на общепринятых уроках физической культуры.

Историческое развитие танца доказывает первичность возникновения игрового танца и вторичность хореографического. Поэтому просчет в преподавании хореографического танца как в детском саду, так и в школе заключается в том, что ребенка начинают обучать определенным правилам и канонам, а он еще не научился играть со своим телом и душой, не почувствовал собственной телесной и духовной самоценности, не имеет самоощущения творческой деятельности [18].

К недостаткам некоторых учителей физической культуры можно отнести и их ограниченное сотворчество с детьми. Транслируя намеченную программу занятия, они обращают недостаточно внимания на детей-лидеров, которые интуитивно подают соматические сигналы, достойные творческого педагогического развития.

Современная практика физического воспитания детей показывает, что острой проблемой остается внедрение игрового коллективного танца, которым могут заниматься все дети, то есть танца в широком культурологическом понимании [25].

Обладая собственной оригинальной природой, танец как вид творческой деятельности близок различным видам физической культуры, а по эстетическим параметрам - духовной культуре. Поэтому танец в системе общего образования может быть представлен:

– самостоятельным разделом физической культуры и спортивных тренировок, поскольку формирует культуру личности на основе развития и имитации произвольных движений и т.д.;

– танцминутками, включенными в уроки, основная деятельность детей на которых - физическая, двигательная (уроки труда, физкультуры);

– танцминутками, включенными в уроки художественного цикла (изобразительная деятельность, музыка);

– как компонент других аудиовизуальных уроков, таких как литература, математика, русский язык, природоведение и др.

Целесообразно использовать игровые танцминутки на уроках вербального типа. Их включение направлено на раскрепощение личности ребенка, на снятие физического перенапряжения, на предупреждение утомления [25].

Аудиовизуальное обучение, при существующем «сидячем» режиме детей, приводит организм ребенка к физиологическому утомлению, а организация напряженных визуальных занятий в школе и дома - к зрительному переутомлению. Даже тогда, когда ребенок, сидя за партой, поглощен очень интересным занятием длительное время, в его организме происходит рассогласование таких важных систем жизнеобеспечения, как дыхание и кровообращение. В сидячей позе ребенок, наклоняясь над партой, сжимается, что приводит к задержке и изменению частоты дыхания, учащению пульса. Подобное напряжение организма проявляется во всем, даже пальцы ног ребенка сжимаются. Игровые же танцминутки способны восстанавливать его оптимальную мышечную деятельность [25].

Танцевальная деятельность детей способствует развитию воображения и формированию особенностей процессов восприятия, включению в работу обоих полушарий мозга. Исходя из психических закономерностей процессов возбуждения и торможения, психологи и педагоги отмечают, что механизмы внимания ученика начальных классов

еще не сформированы и ему трудно быть сосредоточенным длительное время.

Танцминутки выступают здесь «разгрузочным», переключающим внимание ребенка, фактором. На наш взгляд, с целью решения психофизических и социальных проблем воспитанников, этот важный физический компонент жизнедеятельности детей следует разрабатывать на научной основе, исходя из сензитивных периодов их развития [24].

В качестве итоговых выводов утверждаем следующее:

– В системе детского воспитания и обучения используются разные знаковые системы: аудиальные (музыка), зрительные (изобразительное искусство), речевые (литература и др.). В программы желательно включение танца, как обладающего собственной природой феномена, специфической по своему строению кинезической знаковой системы.

– Танец рассматривается как вид творческой деятельности человека, что в широком понимании выходит за рамки традиционного представления танца как вида, ограниченного эстетическими параметрами.

– Четкое определение структуры танца делает возможным его целенаправленное моделирование в системе воспитания и образования с решением значительного спектра личностных и социальных проблем воспитанников.

– Социально-культурные ориентации в сочинении и исполнении танца (телесно-культурная и духовно-культурная) направлены на коррекцию и формирование физически здоровой и духовно развитой личности.

– Классификационное разделение таких основных понятий, как «танец», «пляска», «хоровод», «ритмика», «хореография» и других, способствует оптимальному применению каждого типа танцевальной деятельности в системе воспитания и образования, устраняет

терминологическую и понятийную путаницу, в том числе и в системе физического воспитания и спорта.

– Разделение танцевальной деятельности на игровой и зрелищный типы позволяет акцентировать различные уровни освоения танца: культурологический, функциональный, эстетический. Это расширяет область применения танца как средства, способствующего активному формированию личности.

– Наряду с «эстетическим танцем» следует активнее обращаться к «культурологическому танцу», в большей степени доступному воспитанникам для творчества.

– Уроки игрового массового танцевального творчества, введенные как один из разделов физической культуры, могут быть основаны и на духовно-культурной ориентации (что не означает уменьшения значимости телесной ориентации). Они способны развивать патриотические чувства, восстанавливать и пропагандировать национальные формы танца, фольклора.

– Игровое танцевальное творчество педагога с детьми, включенное в «учебную» и «трудовую» деятельность, уменьшает нервные нагрузки, позволяет постепенно, без усилий усваивать значительный пласт физической и социальной культуры.

– Целенаправленная разработка танца в качестве пространственно-временной социальной модели дает возможность его применения как корригирующего фактора. На этой основе возможно, например, моделирование «терапевтических танцев» с широким спектром воздействия. В соответствии с возрастом ребенка функциональные разновидности танцев могут сыграть положительную роль в развитии моторики, ритмичности и координации, обеспечить эмоциональное благополучие.

– Участие ребенка в игровом танце дает оперативную информацию о его физическом и эмоциональном благополучии, позволяет

произвести своевременную оценку действий и поведения ребенка по методикам, разработанным на основе структурных компонентов танца. Это позволяет осуществлять квалифицированный прогноз его дальнейшего развития и воспитания.

– Культурологический игровой танец позволяет использовать его как наглядную чувственную кинезическую модель для развития у детей различных представлений, а также применять как функциональное средство коррекции, разностороннего обучения и воспитания.

– Основные положения и программы по введению в педагогическую практику детского игрового танцевального творчества рассчитаны на лиц со средним общим, средним специальным или высшим образованием, в том числе и на специалистов по физической культуре [16].

Введение «игрового танца» в систему общего образования предполагает расширение профессиональных знаний и умений учителя физического воспитания, воспитателя и школьного педагога, включение их интересов и проблем, которые можно решать с помощью феномена игрового танца, в совместную деятельность с детьми

Один из видов музыкальной деятельности, который в большей степени способствует развитию творчества - является музыкальное движение.

Музыкальные движения - это наиболее продуктивный вид музыкальной деятельности с точки зрения формирования у дошкольников музыкального творчества и творческих качеств личности.

Организуя работу по развитию координационных способностей детей в условиях ДОО возникла необходимость в оказании большего внимания музыкально-ритмическим и танцевальным движениям.

Главная линия - линия образных музыкально-двигательных этюдов, которые способствуют коррекции личности, ее раскрепощению. Перед ребенком ставятся задачи воплощения того или иного образа, при этом используется не только пантомима, но и язык жестов и мимики.

Вторая линия - овладение основными движениями: различными видами ходьбы, бега, прыжков, техники движений.

Третья линия - танцевальные движения и танцы, особое внимание в них - общение.

Четвертая линия - ориентировка в пространстве.

Пятая - основная - индивидуальное творческое проявление детей в движении - импровизация.

Лучшие варианты, отобранные самими детьми, становятся основой групповых композиций [24].

Музыкально-ритмическое и танцевальное творчество, его формирование и развитие - одна из интереснейших проблем, привлекающая внимание педагогов. Изучение этой проблемы, насущно в связи с тем, что главное условие творческого развития общества - человек, способный к творческому созиданию.

Обучение детей музыкально-ритмическим движениям и развитие у них на этой основе творческих способностей требуют от педагога не только знания соответствующей методики, но и предполагают наличие у него правильного представления о танце как художественной деятельности, виде искусства [28].

Как всякий вид искусства, танец отражает окружающую жизнь в художественных образах. С древних времен народ выражал, осмысливал в движениях свои представления о природе, жизни, взаимоотношениях между людьми. Известно, что в повседневном общении люди пользуются не только языком слов, но и языком движений.

По движениям, их характеру, динамике, размаху, по осанке человека можно судить о его эмоциональном состоянии, отношении к окружающим. Каждая «единица» языка движений несет какую-либо информацию, т.е. имеет некоторое значение. Возможность раннего знакомства детей с танцем и их первого активного приобщения к этому виду художественной деятельности предоставляется в детском саду. Здесь предусматривается

достаточно широкое использование музыкально-ритмических и танцевальных движений в эстетическом воспитании детей и формировании у них творчества. И действительно, в музыкально-ритмических и танцевальных движениях становление творческих способностей у дошкольников может проходить чрезвычайно плодотворно. Это обусловлено сочетанием в единой деятельности музыки, движения и игры (драматизации) - трех характеристик, каждая из которых способствует развитию у детей творчества и воображения [21].

Для формирования и развития у дошкольников музыкально-двигательного творчества чрезвычайно благоприятен сюжетный танец. Это очень яркая и выразительная форма детской художественной деятельности, которая вызывает живой интерес у детей (исполнителей и зрителей). Привлекательность сюжетного танца обусловлена его особенностями: образным перевоплощением исполнителей, разнохарактерностью персонажей и их общением между собой в соответствии с сюжетным развитием [21].

Таким образом, благодаря этим особенностям в нем создается своеобразная игровая ситуация, побуждающая детей к творчеству, и, следовательно, способствующая его развитию.

1.2 Особенности развития координации движений у детей старшего дошкольного возраста.

Анализ психолого-педагогической литературы и опыт учителей-практиков, музыкальных работников, психологов, врачей позволяет утверждать, что развитие танцевальных на каждом возрастном этапе происходит различно.

В старшем дошкольном возрасте дети уже сравнительно хорошо управляют своими движениями, их действия под музыку более свободны, легки и четки, они без особого труда используют танцевальную импровизацию. Ребята в этом возрасте произвольно владеют навыками

выразительного и ритмического движения. Развивается слуховое внимание, более ярко проявляются индивидуальные особенности детей. Они могут передать движениями разнообразный характер музыки, динамику, темп, несложный ритмический рисунок, изменять движения в связи со сменой частей музыкального произведения со вступлением [23].

Детям доступно овладение разнообразными движениями (от ритмичного бега с высоким подъемом ноги и подскоков с ноги на ногу до шага польки, полуприседа и т.д.). Творческая активность детей развивается постепенно путем целенаправленного обучения, расширения музыкального опыта, активизации чувств, воображения и мышления. Реакция детей на прослушанное представляет собой творческое отображение музыки в действии. В этом возрасте эмоции, вызванные музыкой создают определенную двигательную активность, задача педагога заключается в том, чтобы направить ее в нужное русло, подобрав для этого интересный и разнообразный музыкально-танцевальный материал.

Двигаться, как подсказывает музыка - строгий закон, который следует неуклонно соблюдать на всем протяжении занятия. Движения должны вытекать из музыки, согласовываться с ней, отражая не только ее общий характер, но и конкретные средства выразительности. Развитие ребенка старшего дошкольного возраста, становление его личности зависит в большей степени от его способности к действию, его адекватности все осложняющемуся процессу приспособления [22].

Новые условия жизни, в которые попадает ребенок в данном возрасте, приводят к усложнению возникающих перед организмом двигательных задач и откликающееся на него обогащение координационных ресурсов школьника. Двигательные задачи делаются более сложными в прямом смысле: возрастает разнообразие реакций, требующихся от организма. К самим этим реакциям предъявляются более высокие требования в отношении дифференцированности и точности; усложняется смысловая сторона движений, действий и поступков ребенка.

Усложнение двигательных задач, неминуемо требующих разрешения со стороны индивида, совершается не само по себе и отнюдь не плавно и постепенно; наоборот, перемены в образе жизни приводят к накоплению все больших масс качественно новых координационных проблем с не встречающимися ранее и не имевшими возможности войти в обиход особыми чертами смысловой культуры, двигательного состава, потребного сенсорного контроля и т.д.[25].

Двигательный анализатор человека достигает очень высокого совершенства: человеку доступны такие тонкие и точные двигательные акты, как письмо, рисование, игра на музыкальных инструментах, и т.д., требующие дифференцированных реакций многих мышечных групп.

Структурные и двигательные особенности двигательного анализатора, заключающиеся в том, что он имеет чрезвычайно богатые связи решительно со всеми структурами центральной нервной системы (проекционными, ассоциативными и т.д.) и принимает участие в их деятельности, дают повод предполагать особое значение двигательного анализатора в развитии деятельности мозга.

Морфологическая структура двигательного анализатора человека чрезвычайно сложна. Мышцы связаны с центральной нервной системой посредством проприоцептивных моторных безусловно-рефлекторных дуг. Возбуждение, возникающее при растяжении и сокращении мышц, передается по афферентным волокнам в спинной мозг, в нем по задним столбцам достигает больших полушарий и, наконец, передается в заднюю центральную и теменную область [11].

Передняя центральная извилина мозга ребенка является областью двигательных проекций. Раздражение коры мозга в том или другом пункте передней центральной извилины вызывает сокращение соответствующих мышечных групп, а значит - движение.

Двигательная система человека включает в себя две части: пассивную (жесткий сочленный скелет) и активную (поперечнополосатую мускулатуру со всем ее оснащением).

Пассивный двигательный аппарат составляется из костных сочленных звеньев, располагающихся преимущественно вдоль оси органов (аксиально) и образующих кинематические цепи со многими степенями свободы. Пассивная часть не может обеспечить устойчивости системы без постоянного, активного участия мускулатуры.

Активная часть двигательного аппарата представляет собой сложную систему нервно-мышечных образований, в которой все элементы многократно связаны друг с другом и образуют гетерогенную морфологическую структуру [11].

Развитие двигательных функций в онтогенезе ребенка совершается очень медленно - на протяжении многих месяцев и лет. В исследованиях психологов, как отечественных, так и зарубежных, очень большое место уделяется вопросу о том, является развитие моторики ребенка следствием естественного созревания или же это есть результат научения.

Анализ природы движений начинается с вопроса о том, какие из них следует относить к врожденным, а какие - к выработанным. В отношении первых фактор созревания будет, естественно, решающим, в то время как в отношении условно-рефлекторных двигательных актов определяющим фактором будет научение. В сущности, все движения сначала появляются как врожденные и лишь в ходе развития ребенка они приобретают условно-рефлекторный характер, т.е. приводятся в связь с раздражителями, с которыми они ранее не были связаны, или вырабатываются новые комбинации из нескольких движений [2].

Общее развитие моторики у детей старшего дошкольного возраста течет в направлении постоянного овладения координационными возможностями, которые создались у ребенка в результате окончательного анатомического созревания двигательной сферы.

У подрастающего ребенка мало-помалу вступают в строй высшие уровни, прогрессивно налаживаются точные и силовые движения (появляется точность в метании, лазании, легкоатлетических, танцевальных движениях). Однако двигательное богатство детей данного возраста бывает лишь при свободных движениях. Стоит заставить ребенка производить точные движения, он сразу начинает утомляться и стремиться убежать к играм, где движения свободны. Неспособность к точности зависит от недоразвития корковых механизмов мозга и от недостатка выработки формул движения [2].

Таким образом, в этом возрасте преобладает выразительная, изобразительная и обиходная моторика. Кажущаяся двигательная не утомляемость ребенка связана с тем обстоятельством, что он не производит продуктивных рабочих действий, требующих точности и преодоления сопротивления, а, следовательно, и большой затраты энергии.

При обиходных, а тем более при выразительных и изобразительных движениях, почти не связанных с сопротивлением, движение совершается, естественно, т.е. начинаются, проходят и заканчиваются соответственно физиологическим и механическим свойством двигательного аппарата в соответствующем темпе и ритме, с плавными, мягкими переходами от сокращения отдельных мускульных групп к их расслаблением и обратно. Отсюда грациозность детских движений. В частности, темп, ритм уже хорошо развиты в этом возрасте, но сила движений довольно мала.

Общее развитие моторики детей старшего дошкольного возраста направлено к постепенному овладению теми координационными возможностями, которые создались у ребенка в результате окончательного созревания анатомического моториума [1].

Ж.К.Холодов отмечает, что « вместе с усовершенствованием двигательного аппарата несколько уменьшается богатство движений, но налаживаются мелкие точные движения впоследствии постепенного развития корковых компонентов» [33].

Однако могут встречаться среди детей старшего дошкольного возраста очень различные относительные степени развития отдельных координационных уровней. Есть дети, отличающиеся большим изяществом и гармонией телодвижений, руки которых, в тоже время необычайно беспомощны и не умеют справиться с наиболее примитивными заданиями при письме. Другие обладают исключительной точностью мелких движений (при письме буквы округлые, ровные, не вылезают за строку), однако, такие дети могут быть мешковаты, неловки, спотыкаются на ровном полу, роняют стулья.

Развитие двигательного навыка и умения представляет собой не пассивное «отдавание» воздействиям, идущим из вне, а активную психомоторную деятельность, образующую и внешнее оформление и самую сущность двигательного упражнения. Формирование двигательного навыка представляет собой целую цепь последовательно сменяющих друг друга фаз разного смысла и качественно различных механизмов [2].

Среди множества двигательных функций развивающихся в старшем дошкольном возрасте особое место занимают функции движения пальцев рук. Именно этому аспекту в рамках данной дипломной работы позднее будет уделено наибольшее внимание. Двигательные функции пальцев рук оказывают огромное влияние на развитие всей высшей нервной деятельности ребенка. Действия ребенка с предметами оказывает большое влияние на развитие функций мозга.

Усиление двигательного компонента эффекторного звена игровых, пищевых и других реакций усиливает основной рефлекс. Построение каждого движения определяется характером тех сигналов, которые его вызвали, и осуществляется как процесс координации элементов данного движения.

Е.Н.Вавилова считает, что координация любого двигательного акта - от самого элементарного до такого сложного как письмо и артикуляция, - определяется образом или представлением ожидаемого результата

действия. Представление о действии, является «ведущей инвариантой», определяющей по ходу перестройку программы двигательного акта [6].

В научной литературе по психологии, физиологии, педагогики принято различать два основных вида движений: произвольное и непроизвольное. Безусловно, оба вида свойственны детям младшего школьного возраста. Непроизвольные, более простые, полностью воспроизводят врожденные двигательные реакции. Произвольные, сложные движения, сразу формируются как заученные, они представляют собой множество приобретаемых на жизненном опыте навыков, умений.

В сложных двигательных актах элементы произвольного и непроизвольного движения переплетаются очень тесно и очень трудно их отдифференцировать. В случае многократного повторения эти компоненты превращаются во «вторичные механизмы» (например, при изучении танцевального движения, игре на музыкальном инструменте) и начинают осуществляться без активного участия коры головного мозга [2].

В исследованиях психологов отмечается три основных черты произвольных действий:

1) они свободны от внешних стимулов;

2) направлены на достижение какой-либо цели;

3) предвосхищают будущее (поскольку цель должна быть достигнута в будущем). Именно поэтому психологи пришли к мысли, что произвольные движения не детерминированы внешними воздействиями и побудительной силой их развития является принятое человеком решение.

«Непроизвольное можно сделать произвольным, но достигается это при помощи второй сигнальной системы», говорил Л.С.Выготский [8].

Л.С.Выготский писал о том, что высшие, человека формы регуляции движения рождаются в социальном общении людей. Индивидуальное развитие произвольных движений начинается с того, что ребенок научается подчинять свои движения словесно сформулированным требованиям взрослых. Знакомясь с окружающим миром, ребенок учится

различать множество предметов и явлений, их пространственные, временные и причинные отношения. Информация, полученная им от анализаторских систем, в том числе и от двигательной, подвергается сортировке, анализу, объединению, разно-модальные ощущения сливаются в образы предметов [8].

Этот процесс М.М.Безруких назвал предметным мышлением. Развитию предметного мышления у ребенка в старшем дошкольном возрасте во многом способствует развитие его двигательной моторики. В работах Сеченова обращается внимание на то, что каждый рефлекс содержит движение: движение мышц управляющих глазом, движение в руках и ногах и т.д. Значит, процесс выделения соответствующих рефлексов в мозге и последующая их интеграция в целостный образ предмета подразумевает широкое участие двигательного анализатора [2].

Таким образом, двигательная система оказывает огромное воздействие на весь организм ребенка в целом, но особенно существенно его влияние на деятельность мозга. Формы и пути этого влияния очень разнообразны. Развитие двигательной моторики детей в старшем дошкольном возрасте представляется в рамках вышесказанного, несомненно актуальным.

1.3 Средства и методы танцевальной деятельности используемых в процессе развития координации движений старших дошкольников

Ведущим условием развития у дошкольников танцевальных движений является осознанное отношение детей к средствам танцевальной выразительности и овладение языком танцевальных движений.

С.Д. Бойченко рассматривает понятие «деятельность», в широком смысле, как «…практическое преобразование человеком объективного мира, в результате которого происходит переход объекта в его субъективную форму - в образ, который лежит в основе ориентировки человека в мире» [5].

В работах Б.А.Ашмарина человеческая деятельность разделяется по различным направленностям и признакам, к примеру: по эмоциональному напряжению, по способу осуществления, по форме и времени проведения, по пространственной характеристике, по физиологическим механизмам. В последствии, автором дается уточнение: «главное, что отличает одну деятельность от другой, состоит в различии их предметов. Ведь именно предмет деятельности и придает ей определенную направленность» [1].

Развитие творческого потенциала детей дошкольного возраста возможно благодаря построению педагогом активной работы, средством которой выступает – хореография (танцевальная деятельность), основной формой и предметом которой является танец.

По мнению Н.Н.Кожуховой, которая обобщила в своей работе представление о данном термине разных авторов, именно танец является деятельностью, формирующей эстетические впечатления ребенка, влияя на его разум, чувства, волю, создавая «золотой запас впечатлений», утверждая нравственный идеал, возбуждая «умные эмоции» (Л.С. Выготский) [13;8].

Более емкое, но не менее точное определение понятия «танец» встречается в работе Л.И.Пензулаевой, которая указывает, что это один из подвидов входящий в хореографическое искусство, способствующий формированию художественного «Я» ребенка дошкольного возраста и являющегося средством музыкально- пластического и физического воспитания [24].

В своей работе автор особо отмечает значимое влияние танцевальной деятельности на развитие чувства ритма, правильное восприятие музыки, укрепление мышц, скоординированность, и выразительность движений дошкольников. Рассматривая изучаемую тему, через призму педагогики и психологии, стоит отметить, что на сегодняшний день проблеме физического воспитания не уделяется достаточного, должного внимания [18].

Козлова С.А. писала, что физические (двигательные) способности – это совокупность биологических и психических свойств человека (ребенка), отражающая его физическую готовность осуществлять активную двигательную деятельность [14].

На сегодня дошкольное образование выступает как целостная система, центральное место в которой отведено как содержанию и формам работы, так и непосредственному процессу взаимодействия всех участников образовательных отношений.

М.А.Рунова, рассматривая вопрос организации педагогических условий, говорит, что это такие условия, которые определяют «качественную характеристику основных факторов, процессов и явлений образовательной среды» [27].

Л.В.Яковлева, рассуждая об успешности организации работы по формированию координации движений у дошкольников, сформулировала следующие условия:

1) повышение осведомленности и интереса родителей по вопросу развития координации движений у детей дошкольного возраста;

2) повышение компетентности педагогов по организации работы по развитию координации движений у детей дошкольного возраста в танцевальной деятельности;

3) пополнение развивающей предметно-пространственной среды, способствующей развитию координации движений у старших дошкольников в танцевальной деятельности [35].

Рассматривая каждое условие более подробное, в первую очередь обратимся к вопросу повышения осведомленности и интереса родителей по развитию координации движений у дошкольников.

Э.Я.Степаненкова выделяет четыре ключевые направления при работе с родителями:

– информационно-аналитические (общения с родителями являются сбор, обработка и использование данных о семье);

– познавательные (обогащение родителей знаниями по формирования основ физической культуры детей дошкольного возраста);

– наглядно-информационные (ознакомление родителей с условиями, содержанием и методами воспитания детей в условиях ДОО);

– досуговые (неформальные отношения между педагогами и родителями, родителями и детьми) [29].

Вторым, но не менее значимым, является вопрос повышения компетентности педагогов в ходе осуществления работы по развитию координации движений у детей дошкольников в танцевальной деятельности.

С.О.Филиппова трактует понятие «профессиональная компетентность педагога» как общую способность мобилизовать свои знания и умения и быть способным использовать их в реальной практической работе [31].

В процессе проведения работы по развитию координации движений на танцевальных занятиях важнейшим условием выступает постепенность в усложнении задач, наличие большого разнообразия движений и ускоренного темпа.

П.И.Пидкасистый выстроил определенную последовательность при проведении общеразвивающих упражнений по ориентировке в пространстве:

– движения рук в поле зрения ребенка (разные варианты упражнений с вытягиванием рук вперед, помахиванием перед собой и пр.);

– движения рук, находящихся частично в поле зрения (поднимание вверх, в стороны, назад - со сгибанием, вращением в суставах - в каком-либо одном направлении);

– движения туловища в лицевой, боковой и затем горизонтальной плоскости;

– движения ног вперед, в стороны, назад;

– движения разных частей тела по направлению к каким-либо конкретным предметам, затем по слову в названном направлении;

– движения разных частей тела по направлению к другому ребенку.

Упражнения на ориентировку во времени следует преподавать в следующем порядке:

1) упражнения, подкрепленные словесным описанием педагога. При этом указания, команды и паузы выдерживаются в определенном ритме, с использованием акцентирования;

2) упражнения в сопровождении музыки [25].

Л.Г.Горькова в своих трудах говорит, что на танцевальном занятии по развитию координации движений педагогом используются следующие методы:

1) стандартно-повторного упражнения. Освоение новых за счет повторения уже знакомых действий;

2) вариативного упражнения. Наличие все возможной вариативности и интерпретации проводимых упражнений;

3) игровой. Изменение условий проведения упражнений: продолжительность, место, двигательные действия;

4) соревновательный. Специально подобранные комплексы упражнений с дополнительной соревновательной-мотивацией [9].

Согласно А.Н.Зиминой, обращаясь к ее программе «Музыкальное образование в детском саду», существуют конкретные виды музыкально-ритмических движений:

– Игры (сюжетные, несюжетные).

– Пляски (импровизации, с фиксированными движениями).

– Упражнения (совершенствующие основные движения, образные, подготовительные упражнения, композиция) [12].

Третьим условием выступает наполнение развивающей предметно-пространственной среды, способствующей развитию координации движений у старших дошкольников в танцевальной деятельности.

На занятиях танцевальной деятельности музыкальное сопровождение становится делом первостепенной важности, с помощью него ребенок учится не просто определять характер музыки, но и подстраивать на его основе свои движения.

К предметно-пространственной среде также можно также отнести музыкально танцевальный зал, оборудованный необходимым для педагогического процесса материалом (музыкальные инструменты, магнитофон, микрофон).

Наполнение среды в музыкально-танцевальном зале подразумевает наличие музыкальных игрушек (балалайка, гармошка, клавиатура пианино, неваляшка, музыкальный волчок), игрушек-самоделок: (шумовые коробочки, палочки для отстукивания ритма, кубики для отстукивания ритма, шумелки из пробок), костюмов, используемых для постановок и музыкальных игр.

Таким образом, изучив психолого-педагогическую литературу по данной проблеме, в своей исследовательской работе мы будем использовать взгляды авторов, а именно:

– повышение осведомленности и интереса родителей по вопросу развития координации движений у детей дошкольного возраста;

– повышение компетентности педагогов в области организации работы по развитию координации движений у детей дошкольного возраста в танцевальной деятельности;

– пополнение развивающей предметно-пространственной среды, способствующей развитию координации движений у старших дошкольников в танцевальной деятельности;

– игры (сюжетные, несюжетные); пляски (импровизации, с фиксированными движениями);

– упражнения (совершенствующие основные движения, образные, подготовительные упражнения, композиция).

Выводы по первой главе

Таким образом, мы пришли к выводу, что танцевальная деятельность способствует всестороннему развитию ребенка, его ритмических движений и более успешной работе мозга. Танцевальные движения помогают сформировать координацию движений, правильную осанку, укрепить мышцы спины и улучшить подвижность суставов.

Кроме того, занятия танцами помогают наиболее ярко раскрыт характер и индивидуальность ребенка, а также развить такие качества, как целеустремленность, организованность, трудолюбие.

Так как в танцевальной деятельности используются сложно координационные элементы мы считаем, что танцевальная деятельность благоприятно влияет на развитие координационных способностей, укрепляет здоровье и улучшает самочувствие.

ГЛАВА II. ОПЫТНО - ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ПОДБОРУ И ПРИМЕНЕНИЮ СРЕДСТВ ТАНЦЕВАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЛЯ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

2.1 Организация и методы исследования

Практическая часть исследования проводилась в 2024-2025 учебном году на базе муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения детский сад № 473 г. Челябинска (далее МАДОУ «д/с №473 г.Челябинска») находится по адресу: Челябинская область, г.Челябинск, ул. 40-летия Победы, 10А.

В исследовании участвовали дети старшей группы, в количестве 16 человек: 7 девочек и 9 мальчиков, возраст которых 5-6 лет (см.Приложение А)

Исследование проходило с апреля 2025 года по май 2025 года.

Целью опытно-практической работы является создание условий для развития координации движений у детей старшего дошкольного возраста посредством танцевальной деятельности.

Этапы проведения опытно-практической работы:

1 этап — диагностика актуального уровня развития координации движения у детей старшего дошкольного возраста; обработка результатов диагностики – (апрель 2025г.)

2 этап — практическая работа с детьми старшей группы по повышению уровня развития координации движений посредством танцевальной деятельности, а именно музыкально – ритмической гимнастики – (апрель – май 2025г.)

В начале этого этапа была организована подготовка к практической работе, которая заключалась в планирование практической работы по танцевальной деятельности для повышения уровня развития координации у старших дошкольников.

3 этап — итоговая диагностика (май 2025г.) обработка результатов и сравнение их с результатами первичной диагностики.

Методы исследования, используемые при реализации опытно-практической работы: наблюдение, беседа, анализ деятельности детей, регистрация числовых характеристик результатов диагностики, качественный и количественный анализ, сравнительный анализ результатов входной и итоговой диагностики, обобщение выводов.

Цель первого этапа: осуществление диагностики актуального уровня развития координации движений у детей старшего дошкольного возраста.

В соответствии с целью были поставлены следующие задачи:

- подобрать диагностические методики для изучения уровня развития координации движений у детей старшего дошкольного возраста;

- провести с детьми входную диагностику актуального уровня развития координации движений у детей старшего дошкольного возраста;

- выявить исходный уровень развития координации движений у детей старшего дошкольного возраста.

При отборе диагностических средств учитывались экономичность, надежность методик, их соответствие возрастным особенностям детей и возможность включения в воспитательно-образовательный процесс детского сада.

Для определения уровней развития координационных способностей были использованы тесты, предложенные М. А. Руновой [27].

Методика определения уровня развития координации движений по М.А. Руновой является комплексной, так как координационные способности – это совокупность двигательных способностей, определяющих быстроту освоения новых движений, а также умения адекватно перестраивать двигательную деятельность при неожиданных ситуациях. Основными компонентами координационных способностей являются способности к ориентированию в пространстве, равновесию, реагированию в меняющейся обстановке, дифференцированию параметров

движений, способности к ритму, перестроению двигательных действий, вестибулярная устойчивость, произвольное расслабление мышц [27].

Задание 1 – Челночный бег 3 раза по 10 м

Цель: определение способности быстро и точно перестраивать свои действия в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки.

Материал и оборудование: секундомер, кубики (5 шт.).

Процедура проведения: ребенок встает у контрольный линии, по сигналу «марш» (в этот момент воспитатель включает секундомер) трехкратно преодолевает десятиметровую дистанцию, на которой по прямой линии расположены кубики (5 шт.). Ребенок обегает каждый кубик, не задевая его.

Обработка результатов: фиксируется общее время бега.

Критерии и уровни:

Уровни обозначаются:

«В» – высокий (показатели выше 12,5 - 9,9 сек.);

«С» – средний (показатели находятся в пределах 12,5 - 9,9 сек);

«Н» – низкий (показатели ниже 12,5 - 9,9 сек).

Таблица 1 - Результаты входной диагностики по заданию «Челночный бег 3х10»

Уровень развития координационных способностей	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Количество детей / % от общего количества детей в группе	2 чел./ 12%	8 чел./ 50%	6 чел./ 38%

Задание 2 – Статическое равновесие

Цель: выявление координационных возможностей детей.

Материал и оборудование: секундомер.

Процедура проведения: ребенок встает в стойку — носок сзади стоящей ноги вплотную примыкает к пятке впереди стоящей ноги – и

пытается при этом сохранить равновесие. Ребенок выполняет задание с открытыми глазами, руки на поясе.

Обработка результатов: время удержания равновесия фиксируется секундомером. Из двух попыток фиксируется лучший результат.

Критерии и уровни:

Уровни обозначаются:

«В» – высокий (показатели выше 20-35 сек.);

«С» – средний (показатели находятся в пределах 20-35 сек.);

«Н» – низкий (показатели ниже 20-35 сек.).

Возрастной уровень детей 5-6 лет:20-35 сек.

Таблица 2 - Результаты входной диагностики по заданию«Статическое равновесие»

Уровень развития координационных способностей	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Количество детей / % от общего количества детей в группе	1 чел./ 7%	9 чел./ 56%	6 чел./ 37%

Задание 3 – Подбрасывание и ловля меча

Цель: выявление уровня развития координации и ловкости.

Материал и оборудование: мяч диаметром 15-20 см, секундомер.

Процедура проведения: ребенок принимает исходное положение (ноги на ширине плеч) и двумя руками подбрасывает вверх мяч диаметром 15-20 см как можно большее количество раз, не сходя с места и ловит его.

Обработка результатов: ребенку предлагается сделать 2 попытки. Фиксируется лучший результат (количество раз, когда ребенок поймал мяч).

Критерии и уровни:

Уровни обозначаются:

«В» – высокий (показатели выше 20-40 раз);

«С» – средний (показатели находятся в пределах 20-40 раз);

«Н» – низкий (показатели ниже 20-40 раз).

Таблица 3 - Результаты входной диагностики по заданию «Подбрасывание и ловля мяча»

Уровень развития координационных способностей	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Количество детей / % от общего количества детей в группе	1 чел./ 6%	7 чел./ 44%	8 чел./ 50%

Задание 4 – Отбивание мяча от пола

Цель: определение уровня развития ловкости, скорости реакции, устойчивости позы.

Материал и оборудование: мяч диаметром 15-20 см, секундомер.

Процедура проведения: ребенок стоит в исходном положении (ноги на ширине плеч) и одной рукой отбивает мяч от пола максимальное количество раз (руки можно чередовать). При выполнении задания не разрешается сходить с места. Даются две попытки.

Обработка результатов: фиксируется лучший результат из двух попыток отбивания мяча от пола.

Критерии и уровни:

Уровни обозначаются:

«В» – высокий (показатели выше 10-20 раз);

«С» – средний (показатели находятся в пределах 10-20 раз);

«Н» – низкий (показатели ниже 10-20 раз).

Таблица 4 - Результаты входной диагностики по заданию «Отбивание мяча от пола»

Уровень развития координационных способностей	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Количество детей / % от общего количества детей в группе	1 чел./ 5%	5 чел./ 32%	10 чел./ 63%

Задание 5 – Прыжки через скакалку

Цель: определение уровня развития ловкости, гибкости, выносливости.

Материал и оборудование: скакалка, секундомер

Процедура проведения: принимается исходное положение: ноги вместе, руки внизу, в руках скакалка. Затем ребенок прыгает вперед через скакалку.

Обработка результатов: воспитатель считает количество прыжков. Делается две попытки, засчитывается лучший результат.

Критерии и уровни:

Уровни обозначаются:

«В» – высокий (показатели выше 5-15 раз);

«С» – средний (показатели находятся в пределах 5-15 раз);

«Н» – низкий (показатели ниже 5-15 раз).

Таблица 5 - Результаты входной диагностики по заданию «Прыжки через скакалку»

Уровень развития координационных способностей	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Количество детей / % от общего количества детей в группе	2 чел./ 11%	9 чел./ 57%	5 чел./ 32%

Задание 6 – Гибкость

Цель: определение уровня подвижности всех звеньев опорнодвигательного аппарата, эластичности мышц и связок).

Материал и оборудование: гимнастическая скамейка.

Процедура проведения: ребенок становится на гимнастическую скамейку (поверхность скамейки соответствует нулевой отметке). Задание: наклониться вниз, стараясь не сгибать колени (при необходимости их может придерживать один из воспитателей).

Обработка результатов: регистрируется тот уровень, до которого дотянулся ребенок кончиками пальцев. Если ребенок не дотягивается до

нулевой отметки (поверхности скамьи), то результат засчитывается со знаком минус.

Критерии и уровни:

Уровни обозначаются:

«В» – высокий (показатели выше 6-8 см.);

«С» – средний (показатели находятся в пределах 6-8 см.);

«Н» – низкий (показатели ниже 6-8 см.).

Таблица 6 - Результаты входной диагностики по заданию «Гибкость»

Уровень развития координационных способностей	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Количество детей / % от общего количества детей в группе	3 чел./ 19%	8 чел./ 50%	5 чел./ 31%

Таким образом, анализируя результаты входной диагностики, получились следующие результаты, которые представлены в таблице 7.

Таблица 7 - Обобщенные результаты входной диагностики

Имя ребенка	Челночный бег	Статическое равновесие	Подбрасывание и ловля мяча	Отбивание мяча от пола	Прыжки через скакалку	Наклоны вперед из положения стоя	Общий результат
1. Коля М.	В	С	В	В	С	В	В
2.Никита Ш.	С	С	С	Н	С	С	С
3. Маша В.	Н	Н	Н	Н	С	С	Н
4.Вера А.	Н	Н	Н	Н	Н	Н	Н
5. Леша В.	В	В	С	С	В	В	В
6. Миша П.	С	С	С	Н	С	В	С
7. Дамир К.	С	С	С	Н	Н	С	С
8. Полина Г.	Н	Н	Н	Н	С	С	Н
9. Катя Б	Н	Н	Н	Н	Н	Н	Н
10.Дима К.	С	С	Н	С	В	С	С
11.Ира Е.	С	Н	Н	Н	С	Н	Н
12. Макар С.	С	С	С	С	С	С	С
13. Лена Ф.	Н	Н	Н	С	Н	С	Н
14.Елисей П.	С	С	С	Н	С	Н	С
15.Марк Т.	С	С	С	Н	Н	С	С
16. Юля О.	Н	С	Н	С	С	Н	С

Теоретическое изучение проблемы и результаты первичной диагностики позволили представить данные в процентном соотношении:

Высокий уровень- 12% (2 чел.)

Средний уровень- 50% (8 чел.)

Низкий уровень- 38% (6 чел.)

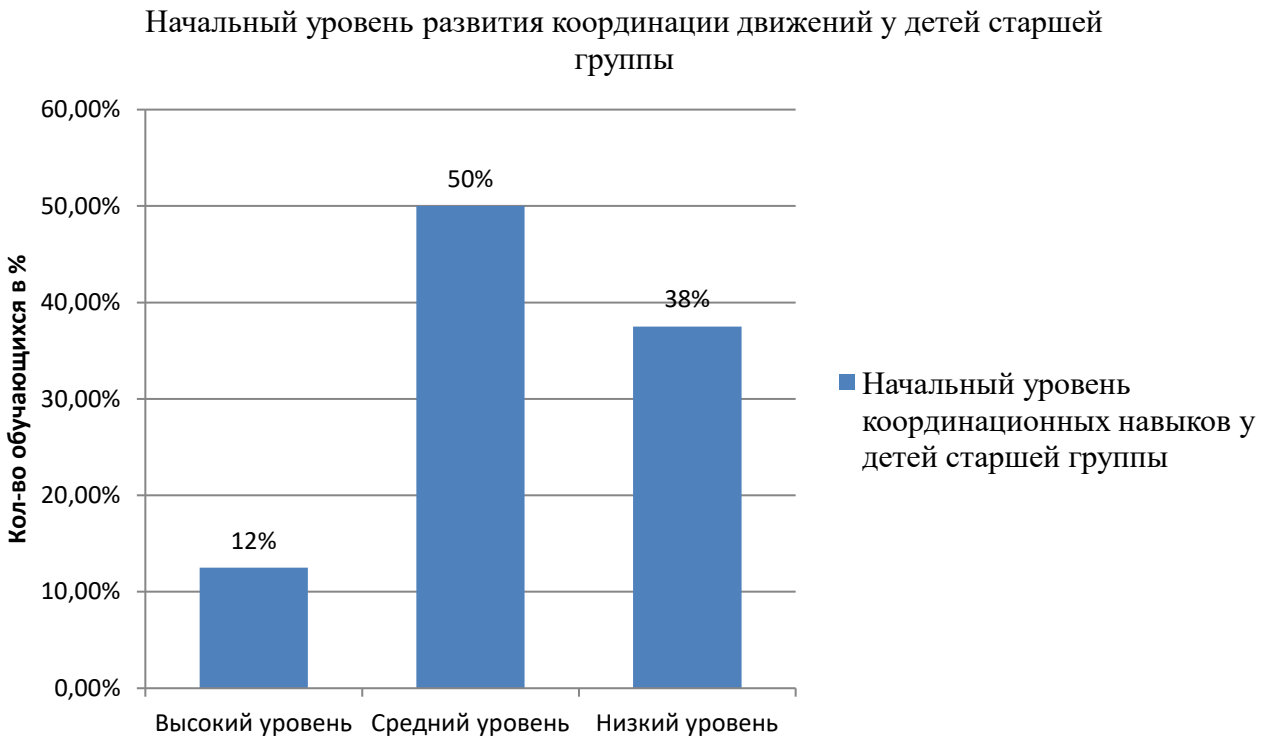

Рисунок 1 – Начальный уровень развития координации движений у детей старшей группы

Таким образом, был проведен анализ качества развития координационных навыков у детей старшей группы МАДОУ «Д/с № 473 г.Челябинска». Из чего следует сделать вывод, что уровень развития координации у детей находится на среднем уровне, но в некоторых заданиях дети показатели низкий уровень, например челночный бег, подбрасывание и ловля мяча, отбивание мяча от пола. Поэтому необходимо продолжить работу по развитию координации движений детей 5-6 лет с помощью танцевальной деятельности.

2.2 Применение комплекса музыкально ритмической гимнастики для развития координации движения у старших дошкольников

На втором этапе целью практической работы явилось проведение работы по повышению развития координации движений детей старшего дошкольного возраста посредством танцевальной деятельности, а именно музыкально – ритмической гимнастики.

Задачи:

1. подобрать 4 комплекса музыкально - ритмической гимнастики для детей старшего дошкольного возраста для развития координации движений;

2. провести подобранные комплексы музыкально - ритмической гимнастики с детьми старшего дошкольного возраста.

Опытно-практическая работа проводилась ежедневно в период преддипломной практики с апреля 2025г. по май 2025 г. в течение четырех недель.

Были подобраны 4 комплекса музыкально – ритмических движений, проводились в виде «ритмических блоков», используемых как часть физкультурных занятий (1 раз в неделю) и при проведении утренней гимнастики (1 раз в неделю).

Главными задачами физического воспитания детей является укрепление организма, развитие и совершенствование движений. Выполнение физических упражнений под музыку является наиболее эффективной формой создания у детей правильного понимания характера движений. Для дошкольного возраста упражнения, выполненные с музыкальным сопровождением, являются основными, базовыми при овладении двигательной культурой, так как они способствуют формированию правильной осанки, красивой походки, развитию ритмичности и музыкальности, координации движений.

При организации практической работы методика проведения музыкально - ритмической гимнастики полностью соответствовала структуре, принятой в методической литературе по воспитанию детей старшего дошкольного возраста.

В середине первой недели был предложен комплекс ритмической гимнастики «Вместе весело шагать», цель которой закрепление координации движений, умение четко и ритмично выполнять упражнения под музыку у детей старшего дошкольного возраста посредством упражнений, выполняемых под музыку (см.Приложение Б).

Задачи:

- развитие координации движений
- формировать умение ориентироваться в пространстве;
- развить воображение, фантазию;
- воспитывать у детей активность и самостоятельность, коммуникативные способности.

Музыкально - ритмическая гимнастика была организована в физкультурном зале в виде физкультурного занятия. Дети были построены в шеренгу и выполняли указания под музыку: перестроение в колонну, ходьба в колонне по одному, ходьба с высоким подниманием бедра, ходьба приставным шагом вправо и влево под музыку «Настоящий верный друг» муз. Б. Савельев, сл. М. Пляцковский.

Затем детям была предложена игра-упражнение «Я ведущий!» (бег в колонне друг за другом, по сигналу – бег врассыпную). По сигналу называется имя ведущего и все дети стоятся за ним. Данное упражнение выполняется под музыку «Дважды два – четыре» муз. В. Шаинского, сл. М. Пляцковского.

В основной части для детей была включена композиция «Вместе весело шагать» (муз. В. Шаинский, сл. М Матусовский), где дети выполняли знакомые им упражнения: ходьбу на месте, приседания, руки вперед (4 раза), а также упражнения: руки в стороны, руки вверх, руки

перед собой, руки опустить вниз, поворот туловища направо за рукой, руки в стороны, маховое скрещивающееся движения руками вверху, маховое скрещивающееся движения руками внизу, круговое маховое движение руками и прыжки.

В заключительной части дети перестроились в колонну по одному, ходьба друг за другом под композицию «Дружба это не работа» муз. В. Осошник, группа «Барбарики».

В ходе данного комплекса музыкально - ритмической гимнастики использовались словесные, практические, игровые и наглядные методы, а также такие приемы как: показ способов действий, художественное слово, указания, педагогическая оценка, объяснение, упражнения. В нем не присутствовал дидактический материал, но присутствовало техническое оснащение в виде музыкального центра, дети выполняли словесные указания.

Более активными показали себя на этом занятии Коля М. , Дима К., Миша П. и Юля О. Им с легкостью дались упражнения в вводной части, такие как: разные виды ходьбы и игра - упражнение «Я ведущий», а также и упражнения основной части: повороты туловища, моховые движения руками, прыжки и приседания.

С трудностью давался комплекс «Вместе весело шагать» Вере А., Маше В. и Ире Е. Детям сложно было менять виды ходьбы, а также в основной части ребята не смогли сориентироваться в какую сторону делать повороты и махи руками.

Благодаря комплексу «Вместе весело шагать» дети совершенствовали навык ориентировки в пространстве, дифференцирование параметров движений, способности к ритму.

В конце второй недели была проведена музыкально - ритмическая гимнастика «Мы здоровые ребята», цель которой закрепление координации движений, умение четко и ритмично выполнять упражнения

под музыку у детей старшего дошкольного возраста посредством упражнений, выполняемых под музыку (см.Приложение В).

Задачи:

- развитие координации движений
- формировать умение ориентироваться в пространстве;
- развить воображение, фантазию;
- воспитывать у детей активность и самостоятельность, коммуникативные способности.

Музыкально - ритмическая гимнастика была организована в физкультурном зале в виде утренней гимнастики. Данный комплекс детям был знаком, как и сами упражнения. Дети построились в шеренгу (под слова обручи, мячи и палки, ленты длинные, скакалки, нас подружит с физкультурой, станем мы стройней фигурой, и, конечно, здоровей, ловче, крепче и сильней).

Затем дети выполняли ходьбу на носках с разными положениями рук, на носках руки перед грудью, согнуты в локтях под музыку «День с зарядки начинай» (муз. Ю. Кудинов, сл. Е. Щепотьева). После «Упражнение пробежка» (муз. Ю. Кудинов, сл. Е. Щепотьева) непрерывный бег в течение 2-3 минут. Под композицию «Когда мои друзья со мной» (муз. В. Шаинского, сл. М. Танича) перестроение в колонны для выполнения музыкально-ритмической композиции.

В основной части под музыкально-ритмическую композицию «Аэробика» (муз. Ю. Чичкова) дети выполняли знакомые упражнения, а именно шаг с перекатом на месте (8 раз), бег на месте, одновременно руками выполнить круговое движение (8раз), руки согнуты. руки вправо – вверх, кулаки разжать, руки к плечам, сжать кулаки (8 раз), бег на месте, круговое движение руками, маховое скрещивающееся движения руками внизу, круговое маховое движение руками. Затем дети легли на живот опора на локти, ноги согнуты в коленях, поочередно опускаются вниз. Заключительным упражнением в основной части было сидя на пятках,

руки внизу, подняться на колени, выполняя «моталочку», опуститься на пятки.

В заключительной части дети перестроились в колонну по одному, ходьба друг за другом под композицию «Если хочешь быть здоров закаляйся» (муз. В. Соловьева - Седова, сл. В. Лебедева-Кумача).

В ходе данного комплекса музыкально - ритмической гимнастики использовались словесные, практические и наглядные методы, а также такие приемы как: показ способов действий, художественное слово, указания, педагогическая оценка, объяснение, упражнения. В нем не присутствовал дидактический материал, но присутствовало техническое оснащение в виде музыкального центра, дети выполняли словесные указания.

В данном комплексе музыкально - ритмической гимнастики дети проявили средний уровень, но можно выделить Никиту Ш., Колю М., а также Лешу В. Мальчики показали выносливость, они без затруднений непрерывно бегали 2 минуты в вводной части, в основной для них был легок бег на месте, бег по кругу и на протяжение всей гимнастки дети были активны. Также можно выделить Елисея П., Катю Б и Дамира К. Дети внимательно слушали темп музыки, команды воспитателя и старались четко выполнять их. Трудно дался комплекс Полине Г., Ире Е. В основной части девочки быстро устали, сложно давались упражнения, связанные с координацией движений.

Благодаря комплексу «Мы здоровые ребята» дети совершенствовали навык четко выполнять упражнения по команде, а также способность к ритму, вестибулярную устойчивость. У детей формировалась выносливость.

В середине третьей недели был предложен комплекс музыкально - ритмической гимнастики «Воздушная кукуруза», цель которой закрепление координации движений, умение четко и ритмично выполнять

упражнения под музыку у детей старшего дошкольного возраста посредством упражнений, выполняемых под музыку (Приложение Г).

Задачи:

- развитие координации движений

- формировать умение ориентироваться в пространстве;

- развить воображение, фантазию;

- воспитывать у детей активность и самостоятельность, коммуникативные способности.

Музыкально – ритмическая гимнастика была организована в физкультурном зале в виде ритмических блоков. Дети были построены в шеренгу и выполняли указания под музыку: вот вам первая игра – вспомнить ваши имена тому, чье имя назовется, самым первым встать придется!

После этого дети идут друг за другом, произносится имя ребенка, названный бежит вдоль всей колонны и становится ведущим (знакомая игровая ходьба «Встань первым!»). Затем бег с преодолением препятствий («Флик-фляк» муз. В. Ковтун). Перестроение в колонны для выполнения музыкально-ритмической композиции («По секрету всему свету» муз. В. Шаинского, М. Танич).

Под музыкально-ритмическую композицию «Воздушная кукуруза» (муз. Тома Спенсера) дети выполняют знакомый комплекс ОРУ, где задействуются мышцы плеч и плечевого пояса, туловища и ног. После дети перестраиваются в колонну по одному, ходьба друг за другом по залу под музыку «Шарики воздушные» сл. и муз. А. Петряшевой.

В ходе данного комплекса музыкально - ритмической гимнастики использовались словесные, практические и наглядные методы, а также такие приемы как: показ способов действий, художественное слово, указания, педагогическая оценка, объяснение, упражнения. В нем не присутствовал дидактический материал, но присутствовало техническое

оснащение в виде музыкального центра, дети выполняли словесные указания.

На данном занятии все дети были активны и заинтересованы. Отметить можно Колю М., Елисея П., Лешу В. Дети выполняли команды воспитателя, самостоятельно выполняли общеразвивающие упражнения в основной части, что нельзя сказать о Вере А. и Кате Б. Девочки с трудом выполняли упражнения на равновесие и не могли сразу четко выполнять указания воспитателя.

Благодаря комплексу «Воздушная кукуруза» дети совершенствовали навык четко выполнять упражнения по команде с последующим самостоятельным выполнением, выносливость, координацию движений и равновесие.

В начале четвертой недели был проведен комплекс музыкально - ритмической гимнастики «Зарядка кота Леопольда», цель которой закрепление координации движений, умение четко и ритмично выполнять упражнения под музыку у детей старшего дошкольного возраста посредством упражнений, выполняемых под музыку (Приложение Д).

Задачи:

- развитие координации движений
- формировать умение ориентироваться в пространстве;
- развить воображение, фантазию;
- воспитывать у детей активность и самостоятельность, коммуникативные способности.

Музыкально - ритмическая гимнастика была организована в физкультурном зале в виде утренней гимнастики. Дети были организованы в шеренгу и заинтересованы зарядкой благодаря загадке (Я – артист известный, с именем чудесным. Одеваюсь, словно франт. У меня на шее бант).

В подготовительной части дети выполняли такие задания как: ходьба на месте, ходьба друг за другом, ходьба приставным шагом с хлопком,

ходьба с высоким подниманием колена, ходьба друг за другом на носках. Все задания выполнялись под знакомую детям музыкально-ритмическую композицию «Кошки-мышки» (песня Гр. Гладкова).

В основной части под композицию «Если добрый ты» (муз. Б. Савельев, сл. М. Пляцковский) дети выполняли упражнения: – правую/левую ногу на пятку и ударить носком этой ноги 3 раза, ноги широкая стойка, руки вытянуты в стороны, коснуться пальцами правой руки кисти левой, потом наоборот, маховые скрещивающиеся движения руками над головой, круговые маховые движение руками, наклон туловища вперед – повороты туловища вправо/влево расслабленными руками, постепенно поднимать руки вверх, кисти разноименно поочередно сгибаются и разгибаются, через стороны так же опускаются, выставляя правую ногу на пятку – «растянуть гармошку». Дети выполняли упражнения с легкостью, ведь они им были знакомы

В заключительной части включается песня «В доме 8/16» из мультфильма про Кота Леопольда муз. Б. Савельева, сл. А. Хайта (перестроение в колонну по одному, ходьба друг за другом).

В ходе данного комплекса музыкально - ритмической гимнастики использовались словесные, практические и наглядные методы, а также такие приемы как: показ способов действий, художественное слово, указания, педагогическая оценка, объяснение, упражнения. В нем не присутствовал дидактический материал, но присутствовало техническое оснащение в виде музыкального центра, дети выполняли словесные указания.

В ходе музыкально - ритмической гимнастики можно выделить Марка Т., Лену Ф., Диму К., Колю М., Лешу В. и Полину Г. Дети были активны и заинтересованы, показали свои коммуникативные способности, быстро и четко выполняли упражнения в основной части комплекса.

Юля О., Маша В., Вера А. и Дамир К. с трудном выполняли упражнения, связанные с выносливостью и им тяжело было ориентироваться на музыку.

Благодаря комплексу «Зарядка кота Леопольда» дети совершенствовали навык четко выполнять упражнения по команде, а также ориентироваться на музыку, присутствующая в том или ином упражнении. У детей формировалась выносливость и координация движений.

Таким образом, благодаря разнообразию комплексов музыкально - ритмической гимнастики дети старшей группы в течение 4 недель совершенствовали и формировали такие качества, умения и навыки как: выносливость , координация движений, скорость, ориентировка в пространстве, равновесие, реагирование, дифференцирование параметров движений, способности к ритму, перестроение двигательных действий, вестибулярная устойчивость умение выполнять указания воспитателя, а также выполнять движения четко в соответствии с характером музыки.

В ходе проведения музыкально - ритмической гимнастики было выявлено, что дети быстрее и легче воспринимают указания и выполняют их, в этом помогало музыкальное сопровождение, что придавало игровой момент.

2.3 Анализ результатов

Цель третьего этапа исследования: определение эффективности работы по развитию координации движений у детей старшего дошкольного возраста посредством танцевальной деятельности, а именно музыкально - ритмической гимнастики.

Для решения поставленной цели были определены следующие задачи:

1) Провести итоговую диагностику развития координации движений детей старшего дошкольного возраста.

2) Проанализировать полученные результаты, сравнить их результатами первичной диагностики и выявить динамику роста определяемых уровней.

3) Сделать заключение об эффективности проведенной работы по развитию координации движений посредством танцевальной деятельности, а именно музыкально - ритмической гимнастики детей старшего дошкольного возраста.

На итоговой диагностике использовались те же диагностические задания, что и на первичной диагностике. Ниже представлены результаты итоговых диагностики по каждому заданию.

Задание 1 – Челночный бег 3 раза по 10 м

Цель: определение способности быстро и точно перестраивать свои действия в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки.

Таблица 8 - Результаты итоговой диагностики по заданию «Челночный бег 3х10»

Уровень развития координационных способностей	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Количество детей / % от общего количества детей в группе	4 чел./ 25%	9 чел./ 56%	3 чел./ 19%

Задание 2 – Статическое равновесие

Цель: выявление координационных возможностей детей.

Таблица 9 - Результаты итоговой диагностики по заданию «Статическое равновесие»

Уровень развития координационных способностей	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Количество детей / % от общего количества детей в группе	2 чел./ 12%	11 чел./ 69%	3 чел./ 19%

Задание 3 – Подбрасывание и ловля меча

Цель: выявление уровня развития координации и ловкости.

Таблица 10 - Результаты итоговой диагностики по заданию «Подбрасывание и ловля мяча»

Уровень развития координационных способностей	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Количество детей / % от общего количества детей в группе	3 чел./ 19%	7 чел./ 44%	6 чел./ 37%

Задание 4 – Отбивание мяча от пола

Цель: определение уровня развития ловкости, скорости реакции, устойчивости позы.

Таблица 11 - Результаты итоговой диагностики по заданию «Отбивание мяча от пола»

Уровень развития координационных способностей	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Количество детей / % от общего количества детей в группе	1 чел./ 5%	8 чел./ 50%	7 чел./ 45%

Задание 5 – Прыжки через скакалку

Цель: определение уровня развития ловкости, гибкости, выносливости.

Таблица 12 - Результаты итоговой диагностики по заданию «Прыжки через скакалку»

Уровень развития координационных способностей	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Количество детей % от общего количества детей в группе	3 чел./ 19%	8 чел./ 50%	5 чел./ 31%

Задание 6 – Гибкость

Цель: определение уровня подвижности всех звеньев опорнодвигательного аппарата, эластичности мышц и связок).

Таблица 13 - Результаты итоговой диагностики по заданию «Гибкость»

Уровень развития координационных способностей	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Количество детей / % от общего количества детей в группе	4 чел./ 25%	7 чел./ 44%	5 чел./ 31%

После обработки данных были получены следующие результаты итоговой диагностики, которые представлены в таблице 14.

Таблица 14 - Обобщенные результаты итоговой диагностики

Имя ребенка	Челночный бег	Статическое равновесие	Подбрасывание и ловля мяча	Отбивание мяча от пола	Прыжки через скакалку	Наклоны вперед из положения стоя	Общий результат
1. Коля М.	В	С	В	В	С	В	В
2.Никита Ш.	С	С	С	Н	С	С	С
3. Маша В.	С	С	Н	С	С	С	С
4.Вера А.	Н	Н	С	С	Н	Н	Н
5. Леша В.	В	В	С	С	В	В	В
6. Миша П.	В	В	В	С	С	В	В
7. Дамир К.	С	С	С	Н	Н	С	С
8. Полина Г.	С	С	Н	Н	С	С	Н
9. Катя Б	Н	Н	Н	Н	Н	Н	Н
10.Дима К.	С	С	Н	С	В	С	С
11.Ира Е.	С	Н	Н	Н	С	Н	Н
12. Макар С.	В	С	В	С	В	В	В
13. Лена Ф.	С	С	Н	С	Н	С	С
14.Елисей П.	С	С	С	Н	С	Н	С
15.Марк Т.	С	С	С	Н	Н	С	С
16. Юля О.	Н	С	Н	С	С	Н	С

Результаты итоговой диагностики позволили представить данные в процентном соотношении:

Высокий уровень- 25% (4 чел.)

Средний уровень- 62% (10 чел.)

Низкий уровень- 13% (2 чел.)

На рисунке 2 графически представлено данное процентное соотношение.

Рисунок 2 — Итоговый уровень развития координации движений у детей старшей группы

Анализируя результаты проведенной диагностики видно, что все дети, принявшие участие в опытно-практической работе, повысили свои навыки в координации движений, благодаря проведению музыкально – ритмической гимнастики.

Обобщая данные, полученные в ходе первичной и итоговой диагностики, можно сделать вывод, что практическая работа прошла успешно, комплексы музыкально - ритмической гимнастики повысили уровень развития координации движений у детей старшей группы МАДОУ «Д/с №473 г.Челябинска». Сравнение результатов представлено в таблице 15.

Таблица 15 - Сравнительный анализ результатов входной и итоговой диагностики

	Входная диагностика		Итоговая диагностика	
	Количество детей	Процентное соотношение	Количество детей	Процентное соотношение
Высокий уровень	2 чел.	12%	4 чел.	25%
Средний уровень	8 чел.	50%	10 чел.	62%
Низкий уровень	6 чел.	38%	2 чел.	13%

По итоговым результатам тестов для определения развития координационных способностей, предложенных М.А. Руновой, количество детей со среднем уровнем увеличилось на 12% (2 человека) и стало составлять 62% (10 человек), также увеличилось количество детей с высоким уровнем на 13% (2 человека) и составило 25% (4 человека) и с низким уровнем стало меньше на 25% (4 человека) и составило 13% (2 человека), чем при первичной диагностике [28].

Анализируя индивидуально детей можно сказать, что Маша В. улучшила свои показатели в челночном беге, статическом равновесии и в отбивании мяча от пола, изменив свои показатели с низкого уровня на средний. Миша П. повысил свой уровень со среднего до высокого в челночном беге, статическом равновесии, подбрасывании и ловле мяча. Полина Г. улучшила свои показатели в челночном беге, статическом равновесии, перейдя с низкого уровня на средний. Макар С. повысил свой уровень со среднего до высокого уровня в челночном беге, в подбрасывании и ловли мяча, прыжках через скакалку и наклонах вперед из положения стоя. Лена Ф. улучшила свои показатели в челночном беге, статическом равновесии, увеличив свой уровень с низкого до среднего.

На рисунке 3 графически представлено сравнение показателей уровней развития координации движений в начале и по окончанию практической работы.

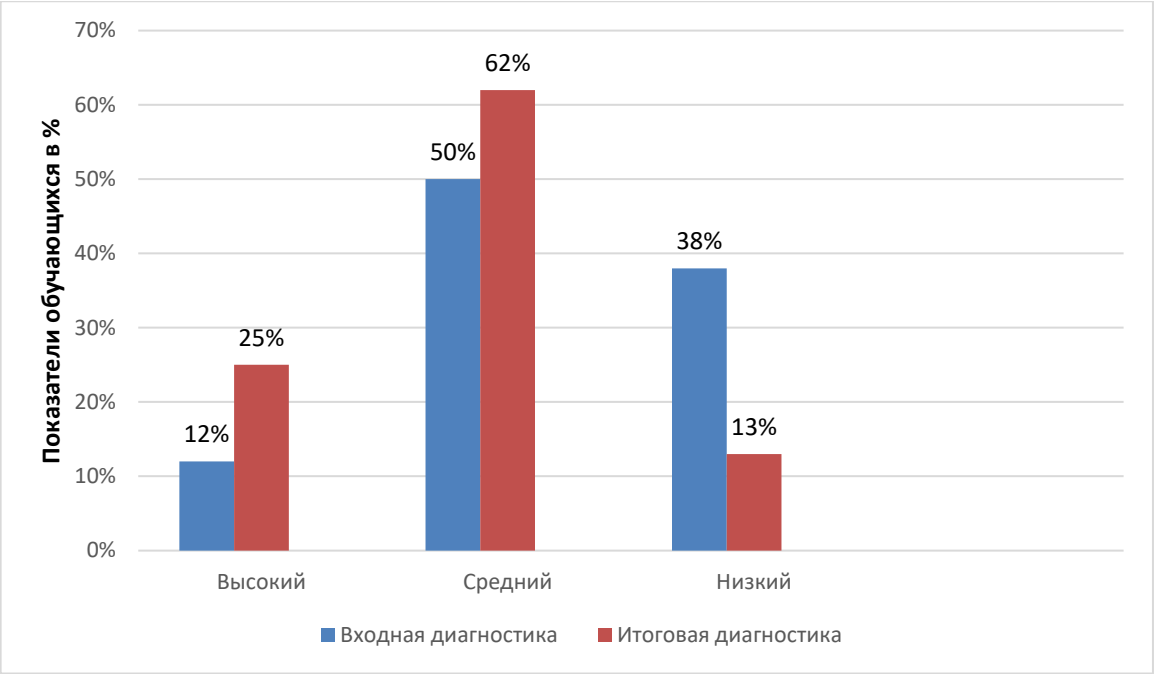

Рисунок 3 – Показатели уровней развития координации движений у старших дошкольников на первичной и итоговой диагностике.

Из всего выше сказанного следует, что благодаря проведенной работе, которая длилась 4 недели, дети улучшили свою координацию движений с помощью танцевальной деятельности, а именно комплексов музыкально - ритмической гимнастики. Данные в доказательство этому можно увидеть в таблице 15 и рисунке 3.

Таким образом, способность правильно координировать свои движения, залог того, что ребенок будет верно выполнять все предложенные ему движения. А от того, как правильно выполняются упражнения зависит и степень нагрузки на какую-либо часть тела, и точность исполнения, и собственно развитие всего организма в целом.

Поэтому работу по формированию координационных движений следует проводить на занятиях, которые будут детям интересны, а сложность по своей сути не будет отвлекать детей от работы. К занятиям такого рода и относится музыкально - ритмическая гимнастика.

Выводы по второй главе

Таким образом, результаты проведенного исследования свидетельствуют о благоприятном влиянии на развитие координационных способностей детей старшего дошкольного возраста танцевальная деятельность, а именно музыкально – ритмическая гимнастика, проводимая в следующих педагогических условиях:

- систематическое проведение занятий в режиме дня;

- соответствие комплексов музыкально - ритмической гимнастики и музыкального сопровождения возрастным и индивидуальным возможностям детей;

- использование комплексов общефизического действия на физкультурных занятиях, в виде ритмических блоков, а также на утренней гимнастике;

- соблюдение последовательности выполнения упражнений: от простых упражнений к более сложным;

- сочетание практических, наглядных и словесных методов обучения движениям;

Развивающий эффект систематических занятий музыкально - ритмической гимнастикой выразился в достоверно более высоких приростах показателей на итоговой диагностике в упражнениях на ориентацию в пространстве, перестроение движений, статическое равновесие, согласованность движений рук и ног и в целом на координацию движений.

На этапе входной диагностики был определен уровень развития координации движений у детей старшей группы и установлено, что в основном дети умеют средний и низкий уровень развития, что говорит о не до конца сформированный координационных способностях детей.

Результаты итоговой диагностики опытно-практического исследования зафиксировали позитивные изменения, произошедшие в

развитии физических качеств у детей испытуемой группы, что выразилось в повышении уровня развития таких качеств и умений как: выносливость, ловкость, координация движений, быстрота, ориентировка в пространстве. Количество детей с высоким уровнем повысилось с 12% до 25%, со средним с 50% до 62, а низкий уровень понизился с 38% до 13%.

Предлагаемые в работе комплексы музыкально - ритмической гимнастики могут быть использованы в практической деятельности инструкторов по физической культуре ДОУ, рекомендованы воспитателям и родителям.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Анализ научной и методической литературы по проблеме исследования позволяет говорить о том, что в теории и методике физического воспитания дошкольников имеется достаточное количество публикаций и специальных исследований, в которых определяются цели, задачи, содержание и значение развития двигательных способностей. Всеми авторами отмечается положительное влияние развития координации движений на физическую подготовленность детей старшего дошкольного возраста.

На основании анализа научного материала было выявлено, что под координационными способностями принято называть способность быстро, точно, целесообразно, экономно решать двигательные задачи.

Рассмотрев понятие «танцевальная деятельность» в психолого-педагогической литературе мы пришли к выводу, что танцевальная деятельность – это вид музыкальной деятельности, в котором содержание музыки, ее характеры, образы передаются в движении. Музыка в танце – это «исходный момент», основа, а танцевальные движения – это средство передачи музыки. В танцевальной деятельности ребенок передает музыкальный образ посредством определенным образом согласованных движений.

Выявили особенности развития координации движений у детей старшего дошкольного возраста, и пришли к выводу, что в старшем дошкольном возрасте дети уже сравнительно хорошо управляют своими движениями, их действия под музыку более свободны, легки и четки, они без особого труда используют танцевальную импровизацию. Развивается слуховое внимание, более ярко проявляются индивидуальные особенности детей. Они могут передать движениями разнообразный характер музыки, динамику, темп, несложный ритмический рисунок, изменять движения в связи со сменой частей музыкального произведения со вступлением.

Изучив психолого – педагогические условия использования танцевальной деятельности в процессе развития координации движений старших дошкольников, мы определили, что ведущим условием развития у дошкольников танцевальных движений является осознанное отношение детей к средствам танцевальной выразительности и овладение языком танцевальных движений.

На этапе входной диагностики был определен уровень развития координации движений у детей старшей группы и установлено, что в основном дети умеют средний и низкий уровень развития, что говорит о не до конца сформированный координационных способностях детей.

Результаты проведенного исследования свидетельствуют о благоприятном влиянии на развитие координационных способностей детей старшего дошкольного возраста занятий музыкально - ритмической гимнастикой. Развивающий эффект систематических занятий ритмической гимнастикой выразился в достоверно более высоких приростах показателей на итоговой диагностике в упражнениях на ориентацию в пространстве, перестроение движений, статическое равновесие, согласованность движений рук и ног и в целом на координацию движений.

Предлагаемые в работе комплексы музыкально - ритмической гимнастики могут быть использованы в практической деятельности инструкторов по физической культуре ДОУ, рекомендованы воспитателям и родителям.

Полученные результаты исследования показали, что использование комплексов музыкально - ритмической гимнастики могут находить широкое применение в ДОУ. В процессе занятий повышается уровень координационных способностей детей, обеспечиваются лучшие условия для формирования умений управлять своими движениями, то есть действовать целенаправленно и продуктивно. В результате всей проводимой работы дети стали лучше ориентироваться в окружающем

пространстве, у детей повысилась естественная активность, движения стали более точные, динамичные.

Следовательно, исследование развития координации движений посредством танцевальной деятельности, а именно музыкально - ритмической гимнастики имеет не только теоретическое, но и практическое значение.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Ашмарин, Б.А. Педагогика физической культуры [Текст]: учеб. пособие / Б.А. Ашмарин, Л.К. Завьялов, Ю.Ф. Курамшин. — Санкт-Петербург: Ленинградский государственный областной университет, 1999. — 352 с.

2. Безруких, М.М. Возрастная физиология. Физиология развития ребенка [Текст]: учебное пособие / М.М. Безруких, В.Д. Сонькин, Д.А. Фарбер. — М.: Академия, 2003. - 416 с.

3. Бернштейн, Н.А. О ловкости и ее развитии [Текст] / Н.А. Бернштейн. — М.: Физкультура и спорт, 1991. — 288 с.

4. Боген, М.М. Обучение двигательным действиям [Текст] / М.М. Боген. — М.: Физкультура и спорт, 1985. — 192 с.

5. Бойченко, С.Д. О некоторых аспектах концепции координации и координационных способностей в физическом воспитании и спортивной тренировке [Текст] / С.Д. Бойченко, Е.Н. Карсеко, В.В. Леонов. — Минск: Белорусская государственная академия физической культуры, 2003. — 12 с.

6. Вавилова, Е.Н. Развивайте у дошкольников силу, ловкость, выносливость [Текст]: пособие для воспитателя детского сада / Е.Н. Вавилова. — М.: Просвещение, 1981. — 98 с.

7. Васильков, А.А. Теория и методика физического воспитания [Текст]: учебник / А.А. Васильков. — Ростов на Дону: Феникс, 2008. — 381 с.

8. Выготский, Л.С. Воспитание детей, педагогика, детская психология [Текст] /Л.С. Выготский. — М.: Педагогика, 2014. — 129 с.

9. Горькова, Л.Г. Занятия физической культурой в ДОУ [Текст] /Л.Г. Горькова, Л.А. Обухова. — М.: Просвещение, 2012. — 46 с.

10. Завьялова, Т.П. Теория и методика физического воспитания и развитие ребенка дошкольного возраста [Текст]: учеб. пособие для

среднего профессионального образования/ Т.П. Завьялова, И.В. Стародубцева. — М.: Юрайт, 2020. — 350 с.

11. Запорожец, А.В. Развитие произвольных движений // Избранные психологические труды. В 2 т. Т. 2. М., 1986.

12. Зимина, А.Н. Музыкальные игры и этюды в детском саду. Пособие для музыкального руководителя. М., Просвещение, 1991.

13. Кожухова, Н. Н. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка [Текст] / Н.Н. Кожухова, Л.А. Рыжкова, М.М. Борисова, В.В. Горелова. — М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2019. — 312 с.

14. Козлова, С.А. Дошкольная педагогика [Текст]: учеб.пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений / С.А. Козлова, Т.А. Куликова — М.: Издательский центр «Академия», 2001. — 416 с.

15. Колодницкий, Г.А., Кузнецов В.С. Физическая культура. Ритмические упражнения, хореография и игры: Методическое пособие / Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов. М.: Дрофа, 2003. 96 с.: ил.

16. Комплексная образовательная программа дошкольного образования «Детство» [Текст] / под редакцией Т.И. Бабаева, А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцева и др. — СПб.: ООО «Издательство «Детство-Пресс», 2019. — 352 с.

17. Королева, Э.А. Ранние формы танца. - Кишинев, 1987. .Коц Я.М. Организация произвольного движения. М., 1975.

18. Леонтьев, А.Н. Психическое развитие ребенка в дошкольном возрасте / А.Н. Леонтьев // Вопросы психологии ребенка дошкольного возраста: сб. статей. - М., 1995. -С.13 -25

19. Луговская, А. Ритмические упражнения, игры и пляски. Для детей дошкольного и младшего школьного возраста. М., «Советский композитор», 1991.

20. Майорова, Л.Т., Лопина Н.Г. Закономерности развития координационных способностей у детей 4-7 лет. // Современные научные исследования и передовой опыт решения проблем физического и

психического здоровья дошкольников. / под ред. В.И.Усакова. - Красноярск, 1996г. - с.37-40.

21. Микляева, Н. В. Физическое развитие дошкольников [Текст] /. Н.В. Микляева. — М.: ТЦ Сфера, 2015. — 144 с.

22. Мухина, В.С. Детская психология: Учебник для студентов педагогических институтов. М.: Педагогика. 1999.

23. От рождения до школы: Образовательная программа дошкольного образования / Под редакцией Н.Е. Веракса, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – 4-е изд., перераб. — М.: Мозаика–Синтез, 2018. — 352 с.

24. Пензулаева, Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. [Текст] / Л.И. Пензулаева. – М.: Мозаика — Синтез, 2011. — 58 с.

25. Пидкасистый, П.И. Педагогика [Текст]: учебное пособие для вузов/ П.И. Пидкасистый. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2006. — 502 с.

26. Полтавцева, Н.В., Физическая культура в дошкольном детстве [Текст]: пособие для инструкторов физкультуры и воспитателей работающих с детьми 5-6, 6-7 лет / Н.В.Полтавцева, Н.А.Гордова. — М.: Просвещение, 2004. — 137 с.

27. Рунова, М.А.Двигательная активность ребенка в детском саду [Текст]: Пособие для педагогов дошкольных учреждений, преподавателей и студентов педвузов и колледжей / М.А Рунова. — М.: Мозаика-Синтез, 2004. — 256 с.

28. Снигур, М.Е. Организация и проведение музыкально-ритмической гимнастики в дошкольном учреждении в условиях реализации ФГОС [Текст]: учебно-метод. пособие / М.Е. Снигур, Н.Н. Безноско, Е.Ю. Князева — Сургут : РИО СурГПУ, 2014. — 50 с

29. Степаненкова, Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка [Текст]: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Э. Я. Степаненкова. — М.: «Академия», 2006. — 368 с.

30. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования [Текст]: официальный текст — М.: ТЦ Сфера, 2019. — 30с.

31. Филиппова, С.О. Физическое воспитание и развитие дошкольников [Текст]: учебное пособие для студ. сред.пед. учеб. заведений / под ред. С.О.Филипповой. — М.: Просвещение, 2015. — 201с.

32. Фомин, А.С. Многофункциональная природа танца и проблемы его изучения // Проблемы танцевальной педагогической деятельности: Психолого-педагогические, региональные и методологические аспекты: Первый Сибирский научно-практический конгресс «Танцы народов Сибири». 10--17.08.2002, г. Новосибирск. Новосибирск: Изд-во ЦЭРИС, 2002.

33. Холодов, Ж.К Теория и методика физического воспитания и спорта [Текст]: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов — М.: «Академия», 2001. — 480 с.

34. Шарманова, С. Морское царство. Применение сюжетных занятий на основе ритмической гимнастики в физическом воспитании детей дошкольного возраста: Учебное пособие\ Под ред. А.И.Федорова. – Челябинск, 1996.

35. Яковлева, Л.В. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет [Текст]: пособие для педагогов дошк.учреждений / Л.В. Яковлева, Р.А. Юдина. — М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2004г. — 115 с.

ПРИЛОЖЕНИЕ А

Список детей, принявших участи в реализации опытно-практической работы

Имя ребёнка	Возраст (полных лет)	Имя ребенка	Возраст (полных лет)
1. Коля М.	6 лет	9.Катя Б.	6 лет
2. Никита Ш.	5 лет	10. Дима К.	6 лет
3.Маша В.	6 лет	11.Ира Е.	5 лет
4.Вероника А.	5 лет	12. Макар С.	6 лет
5.Леша В.	6 лет	13.Лена Ф.	6 лет
6. Миша П.	5 лет	14 Елисей П.	5 лет
7.Дамир К.	6 лет	15.Максим Т.	6 лет
8.Полина Г.	6 лет	16.Юля О.	5 лет

ПРИЛОЖЕНИЕ Б

Комплекс музыкально - ритмической гимнастики под песню «Вместе весело шагать» (музыка В. Шаинского, слова М. Матусовского):

Задачи комплекса — развитие чувства ритма, координации, точности и ловкости движений, гибкости и пластичности.

1. Вступление. Идут на месте.
2. Припев. Маршируют по кругу друг за другом.
3. 1-й куплет:

- 1-й такт — руки в стороны;
- 2-й такт — руки вверх;
- 3-й такт — руки перед собой;
- 4-й такт — опустить руки вниз. Повторить 4 раза.

4. Припев. Боковой галоп по кругу.
5. 3-й куплет:

- исходное положение (и. п.) — руки на поясе, ноги на ширине плеч;
- 1-й такт — наклон вперёд, руки вытянуть вперёд;
- 2-й такт — вернуться в и. п.;
- 3-й такт — наклон вниз, коснуться ладонями пола;
- 4-й такт — вернуться в и. п.. Повторить 4 раза.

6. Припев. Маршировать по кругу.
7. Проигрыш:

- 1–8-й такты — прыжки, ноги в стороны;
- 9–16-й такты — кружение на поскоках вокруг себя.

8. Припев. Идут на месте с хлопками над головой.

Комплекс можно включать в физкультурные, музыкально-ритмические занятия, спортивные досуги и праздники, утреннюю и бодрящую гимнастику.

ПРИЛОЖЕНИЕ В

Комплекс музыкально - ритмической гимнастики «Мы здоровые ребята»

Задачи комплекса — развитие чувства ритма, координации, точности и ловкости движений, гибкости и пластичности.

1. «Крепкие руки». Исходное положение (и. п.): ноги слегка расставить, руки согнуты в локтях, прижаты к бокам, кулачки у плеч. Руки с силой вытянуть вверх, кулачки не разжимать. Вернуться в и. п.. Сохранять устойчивое положение. Повторить 4 раза.

2. «Мы — сильные». И. п.: ноги врозь, руки на пояс. Наклон вперёд, руки вниз. Вернуться в и. п.. Наклон — выдох. Повторить 3–4 раза.

3. «Крепкие ноги». И. п.: ноги слегка расставить, руки на пояс. Слегка сгибать и выпрямлять ноги («пружинка»). После 2–3 движений отдых. Дыхание произвольное. Повторить 2–3 раза.

4. «Отдохнём». И. п.: ноги слегка расставить, руки за спину. 2–3 раза потопать правой, потом левой ногой. Сделать 4–6 подпрыгиваний. Дыхание произвольное. Повторить 3 раза, чередуя с ходьбой.

5. «Мы — молодцы». И. п.: ноги врозь, руки вниз. Руки в стороны, глубокий вдох носом. Вернуться в и. п., на выдохе произнести «а-а-ах». Повторить 3 раза.

ПРИЛОЖЕНИЕ Г

Комплекс ритмической гимнастики «Воздушная кукуруза» выполняется под музыку Тома Спенсера.

Задачи комплекса — развитие чувства ритма, координации, точности и ловкости движений, гибкости и пластичности.

Исходное положение (И. п.) — стоя, ноги врозь, руки внизу. Вступление — пружинно приподниматься на носках и опускаться на пятки в ритме музыки (на каждый счёт).

1. Фигура:

- на «раз-и» — поворот головы направо;
- на «два-и» — голова прямо;
- на «три-и» — поворот головы налево;
- на «четыре-и» — голова прямо;
- на «пять-и» — повернуть голову направо, описав подбородком полукруг;
- на «шесть-и» — то же налево;
- на «семь-и-восемь-и» — круговое движение головой. Повторить движения 2 раза.

2. Фигура:

- на «раз-и-два» — правое плечо отвести назад;
- на «три-и-четыре-и» — левое плечо отвести назад;
- на «пять-и-шесть-и-семь-и-восемь-и» — вращательные движения плечами и лопатками назад — 4 раза. Повторить эти движения 2 раза.

3. Фигура:

- И. п. — стоя, ноги врозь, руки на поясе. На «раз-и» — оборот туловища направо, левый локоть вперёд. На «два-и» — встать прямо;
- на «три-и» — поворот туловища налево, правый локоть вперёд;
- на «четыре-и» — встать прямо;

– на «пять-и-шесть-и» — то же влево. Повторить движения 2 раза.

4. Фигура:

И. п. — стоя, прямые руки вперёд. На «раз-и» — мах правой ногой вперёд, достать носком правой ноги кисти левой руки;

– на «два-и» — встать прямо;

– на «три-и» — мах левой ногой;

– на «четыре-и» — встать прямо;

– на «пять-и-шесть-и» — коснуться 2 раза согнутым коленом правой ноги локтя левой руки;

– на «семь-и восемь-и» — то же левой ногой. Повторить движения 2 раза.

5. Фигура:

– на «раз-и» — плавно опуститься на колени, потянуться вверх, прогнуться;

– на «два-и» — сесть на пятки в группировку, руки назад;

– на «три-и-четыре-и — восемь-и» — повторить эти движения (всего 4 раза).

6. Фигура:

И. п. — сесть на пол, ноги вместе. На «раз» — наклон туловища вперёд к носкам, руками развести как при плавании «брассом»;

– на «и» — вернуться в И. п.. Повторить 4 раза.

– На «пять-и» — лечь на спину;

– на «шесть-и» — сесть, наклон вперёд, достать пальцами носки ног. Повторить 2 раза.

7. Фигура:

И. п. — сидя на полу, ноги прямые вместе. На «раз-и-два-и» — потянуться 2 раза правой рукой к носку;

– на «три-и-четыре» — то же

ПРИЛОЖЕНИЕ Д

Комплекс музыкально - ритмической гимнастики «Зарядка кота Леопольда».

Задачи комплекса — развитие чувства ритма, координации, точности и ловкости движений, гибкости и пластичности.

1. Упражнение «Ухо — нос». Левая рука берётся за кончик носа, правая — за правое ухо. По команде нужно отпустить ухо-нос, хлопнуть в ладоши и поменять положение рук «с точностью наоборот».

2. Ходьба на носках, пятках, змейкой, лёгкий бег, ходьба, перестроение в 2 колонны.

3. Вступление. И. п. — первая позиция, руки на пояс. Нужно поставить правую ногу на пятку и 3 раза ударить носком правой ноги о пол, не отрывая пятки от пола. Затем повторить то же левой ногой (по 2 раза каждой).

4. И. п. — ноги слегка расставлены, руки внизу. На 1, 2, 3 — руки плавно через стороны вверх, ноги пружинят, на 4 — хлопок над головой. Плавно опустить руки вниз (повторить 2 раза).

5. И. п. — ноги слегка расставлены, руки в стороны. Нужно коснуться правой рукой кисти левой руки, развести руки в стороны. Затем повторить то же левой рукой. Повторить 4 раза.

6. Наклон вперёд, правая рука вперёд, левая в сторону. Нужно выпрямиться. Затем выполнить наклон вперёд, левая рука вперёд, правая в сторону и тоже выпрямиться.

7. Правую ногу на пятку, полуоборот направо, руки в стороны, кисти в кулаках (держат гармошку). Нужно приставить ногу, руки прижать к груди (играть на гармошке). Затем выполнить повороты туловища вправо — влево, расслабленные руки болтаются (повторить 2 раза).

8. Мыши показывают коту «нос», поворачиваются направо и налево. Кот идёт мягким кошачьим шагом вперёд, показывает свой бант, затем назад. Нужно покружиться на месте и застыть в галантной позе.

9. Заключительная ходьба с выполнением упражнений для рук. Нужно сжимать и разжимать кулаки, руки постепенно поднимать вверх, выполнять волнообразные движения рук перед грудью, встряхивать ладони, руки согнуты в локтях перед собой, сжать ладони в замок.

Комплекс музыкально - ритмической гимнастики «Зарядка кота Леопольда» может быть адаптирован для разных возрастных групп, его цель — развитие точности, ловкости, координации движений, чувства ритма, способности к импровизации.