

Министерство образования и науки Российской Федерации  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г.ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра Теории, истории и педагогики искусства

# **РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИИ ДВИЖЕНИЙ НА ЗАНЯТИЯХ ПО РИТМИКЕ В ДЕТСКОМ САДУ**

АВТОРЕФЕРАТ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ  
БАКАЛАВРА

Студентки 5 курса 531 группы Института искусств  
Направление подготовки 51.03.02 «Народная художественная культура»  
Профиль «Руководство хореографическим любительским коллективом»

**Филиппичевой Дарьи Николаевны**

Научный руководитель:

Докт. иск, проф.

\_\_\_\_\_ А.И. Демченко

Зав. кафедрой:

Докт. пед. наук, проф.

\_\_\_\_\_ И. Э. Рахимбаева

Саратов 2018 год

*Введение.* Современное общество много внимания уделяет состоянию здоровья подрастающего поколения. Век гаджетов, компьютеров, смартфонов и пр. не дает возможности развивать двигательную активность ребенка, способствует развитию зависимости от разнообразных технических средств, что отрицательно сказывается на физическом развитии детей.

Поэтому введение в учебно-воспитательный процесс различных образовательных учреждений физической подготовки, а также ритмики способствует правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Этим объясняется то, что перед педагогом-хореографом стоит задача поиска и использования в работе специальных методик, которые позволяют развивать детей (физически, психологически, интеллектуально) более продуктивно, применяя новые технологии.

Большую роль в развитии координации движений дошкольников играет ритмика, благодаря ее общедоступности, силе эмоционального воздействия, возможности развития музыкальных способностей через привлекательную и активную деятельность.

Цель исследования: рассмотреть особенности развития координации движений дошкольников на занятиях по ритмике в детском саду.

Достижение цели автором осуществлялось последовательно и выразилось в решении ряда соответствующих задач:

1. Рассмотреть координацию движений как важную составляющую физического развития дошкольников.
2. Представить ритмику как форму организации работы по развитию координации движений дошкольников в детском саду.
3. Изучить формы и методы организации работы по развитию координации движений дошкольников на занятиях по ритмике в детском саду.
4. Разработать методические рекомендации по организации работы по развитию координации движений дошкольников на занятиях по ритмике в детском саду.

Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка литературы и приложения.

*Основное содержание работы.* В первой главе рассмотрены теоретические основы развития координации движений на занятиях по ритмике в детском саду. Первый параграф посвящен координации движений как важной составляющей физического развития детей дошкольного возраста. Во втором параграфе представлена ритмика как форма организации работы по развитию координации движения дошкольников в детском саду.

Координация движений представляет собой согласование во времени и пространстве работу отдельных мышечных групп. При этом достигается определенный двигательный эффект через преодоление, согласно Н. А. Бернштейну, излишних уровней независимости двигательного аппарата.

Периферический двигательный аппарат человека представляет собой сложные кинематические цепи с разнообразной и богатой подвижностью. Процесс координации движений направлен на преодоление избыточных степеней свободы движущегося органа.

Необходимость координации движений мышц диктуется и важными динамическими факторами. Каждое звено кинематической цепи обладает весом и инертной массой, что вызывает комплекс реактивных сил, передающихся на все остальные ее звенья. Мышечное усилие есть функция двух переменных: физиологического состояния и наличной длины мышцы. Эфферентные импульсы, поступающие по нерву к мышце и возбуждающие ее, не могут однозначно определить движение органа. Поэтому для регулирования эффекторного процесса используются сенсорные сигналы о положении кинематических цепей и о мере растяжения мышц. На основе полученной с периферии информации центральная нервная система оценивает величину рассогласования между полученными и заданными параметрами движения и вносит требуемые коррективы в координацию движения. Процесс координации движения - это циклическое и круговое взаимодействие

рецепторных и эффекторных механизмов (рефлекторное кольцо — по Бернштейну).

Понятие «координационные способности» выделяется из общего и менее определенного понятия «ловкость», широко распространенного в обиходе и в литературе по физическому воспитанию. Под координационными способностями следует понимать, во-первых, способность целесообразно строить целостные двигательные акты, во-вторых, способность преобразовывать выработанные формы действий или переключаться от одних к другим, соответственно, требованиям меняющихся условий. Эти особенности в значительной мере совпадают, но имеют и свою специфику. Нетрудно представить себе, допустим, ученика, который успешно справляется с разучиванием новой комбинации движений, но оказывается не в состоянии качественно продемонстрировать ее, как только внезапно меняется условие выполнения.

В дошкольном возрасте закладывается основа для развития двигательных способностей, а также происходит усвоение знаний, умений и навыков при выполнении упражнений на координацию. Этот возрастной период является важным в жизни ребенка, т.к. развитие координационных способностей происходит активно и быстро.

Для развития координации движения хорошо использовать разнообразные физические упражнения, но лишь тогда, когда они несут элементы нового и несут для учеников значительную координационную трудность. Когда навык становится автоматическим, то роль тех или иных физических упражнений в развитии координации движений снижается.

Считается, что важными характеристиками двигательного навыка является его прочность, устойчивость и длительность сохранения. Зная это, можно всегда правильно и рационально построить учебный процесс. Различные научные исследования содержат данные о том, что ученики обычно тратят огромное количество времени для того, чтобы освоить то или иное трудное движение, но, научившись делать его, сохраняют этот навык надолго.

Ритмика и хореография – это не одно и то же. Каждый из этих видов занятий имеет свою специфику, своё программное содержание, свой репертуар. Отдельные элементы хореографии включаются в урок ритмики, но полностью один предмет другой заменить не может.

Воспитание эмоциональной отзывчивости на музыку, целостное восприятие ее содержания и характера не исключает дифференцирования отдельных средств музыкальной выразительности, доминирующих в том или в другом музыкальном произведении (темповых, динамических и регистровых изменений, метроритмических соотношений, особенности структурного построения в связи с развитием музыкальных образов, которые могут быть наиболее естественно и логично отражены в движении).

Программа курса ритмики включает как работу над музыкально-ритмическими навыками, так и навыками выразительного движения, которые очень тесно друг с другом соприкасаются, и разделить которые можно только условно, да и то только в учебных целях.

Музыкально-ритмические навыки лежат в основе упражнений с музыкальными заданиями. Они помогают детям разобраться в ритмическом строении музыкальных произведений, учат понять многообразие характера музыки, смены темпа, динамических и регистровых изменений, показывать метроритмические особенности через движение, анализировать форму произведений. Именно в этом состоит особенно тесная связь ритмики с теорией музыки и сольфеджио, хоровым пением, игрой на музыкальных инструментах.

Навыки координации способствуют тренировке и совершенствованию движений, которые в процессе занятий приобретают ритмичность, свободу, выразительность, скоординированность, пластичность. Часть их берется из области физкультуры (основные движения, гимнастические упражнения с предметами и без них, построения и перестроения), часть – из танца (элементы народных и балльных танцев, движение характерного танца, отдельные элементы современных танцев), или из области сюжетно-образной

драматизации. Когда идет работа над навыками координации и выразительного движения, то наибольшее влияние уделяется взаимосвязи движения и музыки.

Значительное место отводится заданиям, развивающие художественно-творческие способности учащихся, воображение, инициативу, самостоятельность.

Важен правильный подбор музыкальных произведений для занятий. На ритмике звучат произведения русской и зарубежной классики, народная музыка, сочинения современных, отечественных и зарубежных композиторов. Художественная ценность музыки, ее разнообразие и действенность, доступность восприятию учащихся - основные требования, которые необходимы, учитывать при подборе музыкального материала для занятий.

Занятия ритмикой направлены на воспитание организованной, творческой, гармоничной личности.

Вторая глава так же состоит из двух параграфов. В первом параграфе изучены формы и методы организации работы по развитию координации движений дошкольников на занятиях по ритмике в детском саду. Во втором параграфе подробно освещаются методические рекомендации по развитию координации движений на занятиях по ритмике в детском саду.

Выбор форм и методов организации работы по развитию координации движений на занятиях по ритмике в детском саду играют важную роль в организации работы.

При обучении ритмике используются традиционные методы: наглядный, словесный и практический. Рассмотрим их подробнее.

К словесным методам относятся такие, как объяснение, анализ, пример взрослого, описание. Показ как метод воспитания используется при первичном знакомстве с предметом деятельности. Педагогу важно определить объект показа и создать условия для того, чтобы внимание детей было сосредоточено на том, что им показывают, предлагают послушать.

При использовании этих методов очень важно, чтобы педагог умел показывать детям свои чувства, свое отношение, владел способами выражения чувств. Бесстрастный, неэмоциональный педагог не сможет пробудить в ребенке чувства, отношения. Важная профессиональная черта педагога-хореографа детей дошкольного возраста, да и педагога вообще, - артистичность.

К практическим методам можно отнести показ, наблюдение, упражнение, объяснение, метод поисковых ситуаций. Интересны и эффективны творческие задания. Творческие задания можно использовать и при обучении детей танцевальным движениям, в театрализованных играх, при создании музыкально-игровых образов, в рисовании при подборе материалов для изображения и др. Это очень эффективный педагогический прием, так как он всегда вызывает у детей положительный эмоциональный настрой и интерес. Но творческие задания и всякое проявление творчества обязательно должны сочетаться с обучением навыкам художественной выразительности. Если ребенок не владеет навыками рисования, он не сможет создать что-то творческое при всей условности понимания данного термина применительно к дошкольникам.

Традиционно в детском саду принято выделять четыре формы организации ритмической деятельности: музыкальные занятия, самостоятельная хореографическая деятельность детей, хореография в повседневной жизни и на праздниках.

Работа по развитию координации движений в детском саду тесно связана со всеми сторонами воспитательного процесса, поэтому формы ее организации очень разнообразны:

1. Разнообразные виды игр: дидактические, подвижные, сюжетно-ролевые, игры-драматизации. Игра в осуществлении развития движений детей в ДОО выступает в качестве средства интеграции всех видов искусства и художественно-творческой деятельности детей (Г.Г. Григорьева, Т.Н.

Доронова, С.Г. Якобсон). Кроме того, мотивы игровой и художественно-творческой деятельности детей сходны.

## 2. Занятия.

Основной задачей занятий по развитию координационной деятельности является формирование у детей структуры самой деятельности. Например, обучение детей музыкально-ритмическим движениям. В соответствии с этим структура занятий с детьми дошкольного возраста повторяет ход развертывания танцевальной деятельности детей — имеет три части: разминочную, исполнительскую и оценочную. Эти части присутствуют на всех занятиях, но характер и длительность каждой из них меняется в зависимости от целей, программного содержания занятий, уровня подготовки детей.

## 3. Праздники и развлечения.

Одной из форм развития координации движений детей являются праздники. Они подразделяются на концерты, театрализованные действия, спектакли, фольклорные праздники на основе народных традиций, комплексные занятия, экскурсии с выступлениями детей, тематические занятия, утренники.

По мнению А.И. Бурениной, С.И. Мерзляковой, Т. Тютюнниковой и др., в практике современных ДООУ существует четыре формы организации детских утренников, которые отличаются как по построению, так и по методике подготовки и проведения.

Первой формой вышеназванные педагоги называют «затейничество», в основе которого лежит игровая идея, «затяя», соответствующая содержанию праздника, разворачивающаяся в определенном сюжете.

Вторая форма — наиболее популярная в настоящее время — «концерт самодеятельности», демонстрирующий «talанты», индивидуальные возможности юных артистов.

Третья форма — «театрализованное представление», в основе которого — игра-драматизация по мотивам авторской, народной сказки или

вымышленного сюжета. В отличие от первой формы, где главное — сюрприз и импровизация, игра-драматизация вырастает из репетиций, которые надо понимать не как «повторение выученного», а как «поиск действий и взаимодействий», «вхождение в образ».

И, наконец, четвертая форма организации праздников, по мнению авторов, строится на основе фольклорных праздников и подчиняется культурно-историческим традициям. Содержание наиболее типичных из них (Масленица, Рождество, Святки) раскрыто в многочисленных публикациях. При подготовке таких утренников важно не исказить смысл фольклорных праздников и подобрать соответствующий репертуар. Лучшими источниками репертуара, по мнению А.И. Бурениной, С.И. Мерзляковой и Т. Тютюнниковой, являются материалы, подготовленные специалистами-этнографами и искусствоведами (Г.М. Науменко, Н. Шангиной и др.).

Опираясь на собственный опыт работы в детском саду, можно отметить, что в работе педагога-хореографа на занятиях ритмикой можно использовать разнообразные элементы всех современных направлений ритмических занятий. Это повысить интерес детей к занятиям, развивать фантазию и творческие способности, совершенствовать координацию движений ребенка. Во всех упражнениях важно правильно и конкретно ставить перед ребенком задачу и добиваться ее выполнения, не доставляя ему излишнего нервного напряжения.

При построении занятия по ритмике важно использовать общеразвивающие упражнения (плавные, ритмичные, быстрые и медленные) упражнения на гибкость (разнообразные сочетания движения рук, ног и корпуса), упражнения под музыку с ускорением темпа и резкой сменой темпа, упражнения на расслабление мышц (приседания, прыжки, махи ногами и пр.).

В знакомых и любимых играх можно использовать такой прием, как игра на внимание «Найди ошибку» или «Что я пропустила?», особенно, если ребята переутомились или испытывают сильное возбуждение, или необходимо переключить их внимание с одного вида деятельности на другой.

Система тренировочных музыкально-ритмических упражнений известного швейцарского музыканта-педагога Э. Жака-Далькроза, развивающих память, музыкальный слух, внимание, пластичность, ритмичность, в наши дни получила широкое признание. Он считал, что все это развивается лучше, если делать это раньше и в доступной для детей форме.

Используя новые формы и направления в ритмике, можно разнообразить и структуру каждого занятия, выбирая основные линии, не уходить от основных задач и этапов.

Обучать ритмике необходимо всех детей, несмотря на их готовность к выполнению тех или иных упражнений.

Ученые и педагоги-практики установили, что работа в области ритмики помогает найти выход отрицательным эмоциям, снимает нервное напряжение, поднимает настроение, развивает энергичность, инициативу, координацию движений и способность свободно ими управлять.

Постоянные занятия ритмикой в детском саду помогают повышению эффективности физического развития детей, улучшению их осанки, укреплению мышц и связок, совершенствованию движения. Постепенно все начинают легче и грациознее двигаться, становятся раскованными, приобретают свободу, координацию, выразительность движений. Все это требует известных усилий, но и доставляет большую радость, удовлетворяя потребность в эстетических переживаниях и впечатлениях.

При организации работы по ритмике в детском саду необходимо опираться на такие принципы деятельности, как систематичность, постепенность и последовательность.

Ритм в музыкально-ритмическом движении, как широкое понятие, включает совершенствование и чередование музыкальных образов в небольших построениях, строение произведения, темповые, динамические, регистровые, метроритмические соотношения. Это позволяет в процессе занятий ритмикой научить детей лучше воспринимать музыку и воспроизводить в движении музыкально-ритмической основы произведения.

Координация движений формируется и развивается в играх, хороводах, плясках, танцах, упражнениях, драматизациях, понятных и увлекательных для детей.

### 1. Музыкальная игра.

Игра считается наиболее активной творческой деятельностью. Она помогает выразить в движении эмоциональное содержание музыки. Как правило, в игре проходит в соответствии с сюжетом, правилами, при этом дети получают интересные музыкально-учебные задания, которые помогают эффективному усвоению необходимых по программе навыков.

### 2. Пляски, танцы, хороводы.

Детские пляски, танцы, хороводы, а также включение элементов народных и классических танцевальных движений в занятия – важная составляющая занятий по ритмике.

Дети, используя знакомые элементы танцев, построений, упражнений, комбинируют их по-новому, придумывают новую пляску. Также в работе используются плясовые хороводы, связанные с народными песнями, при исполнении которых дети иллюстрируют сюжет песни плясовыми движениями. Интерес у детей вызывает и включение в занятия детского «бального танца» с элементами вальса. Часто в работу педагог-хореограф включает и характерный танец, в котором простые движения исполняет какой-либо герой в характерной манере (например, танец снежинок).

В плясках используются чаще всего такие движения, которые дети могут легко запомнить и исполнить.

### 3. Упражнения.

Обязательным для выучивания разнообразных движений являются упражнения и тренировки. Педагог помогает ребятам справиться с трудностями при выполнении тех или иных движений. Некоторые упражнения нужны для совершенствования выразительности исполнения, лучшей передачи образа, а также в совершенствовании поскоков, бега, отдельных танцевальных элементов.

Использование правильной структуры занятия помогает повысить эффективность образовательного процесса и к концу года, применяя простые движения и легкие комбинации, дети показывают артистизм в исполнении небольших сюжетных танцев и миниатюр.

*Заключение.* Проведя анализ проблемы развития координации движений у детей дошкольного возраста можно подчеркнуть, что координация движений представлена в работах ученых как двигательная способность, которая развивается посредством самих движений. И чем большим запасом двигательных навыков обладает ребенок, тем богаче будет его двигательный опыт и шире база для овладения новыми формами двигательной деятельности.

Малая подвижность отражается на функционировании многих систем организма школьника, особенно на сердечно-сосудистой и двигательной. При длительном сидении за партой или учебным столом дыхание становится менее глубоким, обмен веществ понижается, происходит застой крови в нижних конечностях, что ведет к снижению работоспособности всего организма, и особенно, мозга: снижается внимание, ослабляется память, нарушается координация движений.

Ритмика играет важную роль в формировании координации движений у детей дошкольного возраста в детском саду. К занятиям ритмикой рекомендуется приступать с самого раннего возраста. Дети подвижны, они ярче и эмоциональнее воспринимают музыку через движение, она пробуждает у них светлые и радостные чувства. Ребёнок получает огромное удовлетворение от свободных и лёгких движений, от сочетания музыки с пластикой тела, у него повышается жизненный тонус.