

Ритмопластика

С древнейших времен известно воздействие сочетания ритмических движений и музыки на состояние здоровья человека. Движения, выполняемые под музыку, применялись в воспитании детей еще в Древней Греции. Считалось, что такие занятия приносят духовное и физическое здоровье.

У всех детей есть способности к музыке и движению, у всех есть желание двигаться и выражать себя в пластических импровизациях. Детям предлагается освоить все возможное разнообразие пластических средств. Это и основные, общеразвивающие движения, разнообразные танцевальные движения и жесты. Знакомство с танцевальными элементами связано с высокой выразительностью и эмоциональностью.

Отмечено положительное влияние танцевальной ритмопластики на психическое самочувствие ребенка, совершенствование координации движений, формирование красивой походки и правильной осанки. Эти занятия повышают коммуникативную активность, доброжелательность, внимательность к другим и уверенность в себе. Игровые композиции (игровые и ритмические танцы) обогащают детей яркими образными движениями, создают условия эмоциональной разрядки, улучшают внимание детей.

Задача педагога - показать каждому ребенку, что он может, что у него получается, и что движение под музыку приносит радость. Для этого не нужно ориентировать детей на достижение определенного результата.

Задача приобщения детей к совместному движению под музыку вместе с педагогом является очень важной.

Занятия проводятся в форме игрового общения, то есть педагог перед детьми не ставит определенную задачу, а сразу старается увлечь детей музыкой, игровыми образами.

Особое внимание уделяется созданию радостной и непринужденной обстановки, способствующей воспитанию у детей уверенности в собственных возможностях.

Программа позволяет:

- Развивать гибкость, ловкость, точность, пластичность, выносливость.
- Способствовать развитию мышечного корсета, формированию правильности осанки, красивой походки, профилактике плоскостопия.
- Развивать координацию движений - умение ориентироваться в пространстве.
- Обогащать двигательный опыт разнообразными видами движений.
- Развивать способности воспринимать музыку, чувствовать ее настроение, характер, понимать содержание.
- Развивать музыкальный слух, чувство ритма.
- Развивать уверенность в себе.
- Воспитывать организованность, заботливое отношение друг к другу и желание объединяться для коллективных композиций.

Программа разработана для детей 2-3 лет.