

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 ДВИГАТЕЛЬНОЙ МОТОРИКИ У ДОШКОЛЬНИКОВ НА ЗАНЯТИЯХ ПО РИТМИКЕ

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

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

Институт искусств

Янгазовой Лилии Александровны

Научный руководитель  
Профессор, доктор пед. наук

И.Э. Рахимбаева 6.06.16

И.Э. Рахимбаева

подпись, дата

Зав. кафедрой  
Профессор, доктор пед. наук

И.Э. Рахимбаева 6.06.16

И.Э. Рахимбаева

подпись, дата

Саратов 2016 год

**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. Это касается в первую очередь опорно-двигательного аппарата.

Объясняется это тем, что медики, родители и педагоги обращают внимание на те или иные нарушения в деятельности организма детей только тогда, когда отклонения от нормы становятся значительными и заметными, не уделяя достаточного внимания их профилактике. Так, в деятельность педагогов редко включаются развивающие методы работы с детьми. Практически не разработаны подходы обучения с позицией развивающей предметно-двигательной среды ребёнка.

Поэтому задача, стоящая сегодня перед 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.

Анализ специальной литературы по психологии, педагогике, физиологии, физической культуре, обобщённый опыт психологов, педагогов-практиков позволил определить, что формирование двигательных качеств у ребёнка, оптимального двигательного стереотипа через развивающее движение посредством новых, удовлетворяющих данным требованиям методик одна из важнейших задач современного образования.

Большую роль в развитии двигательной моторики дошкольников принадлежит ритмике, благодаря ее общедоступности, силе эмоционального воздействия, возможности развития музыкальных способностей через привлекательную и активную деятельность.

Недостаточность разработанности проблемы развития двигательной моторики дошкольников на занятиях по ритмике позволяет считать выбор темы актуальным.

**Цель исследования:** рассмотреть особенности развития двигательной моторики детей шести-семи лет на занятиях по ритмике.

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

1. Рассмотреть психолого-физиологические особенности развития координации движений у дошкольников.

2. Представить особенности формирования моторно-двигательных функций и их влияние на общее развитие детей шести-семи лет.

3. Дать анализ ритмике и ее роли в формировании двигательной моторики у детей дошкольного возраста.

4. Разработать методические рекомендации по развитию двигательной моторики у дошкольников на занятиях по ритмике.

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

В первой главе рассмотрены теоретические основы развития двигательной моторики у дошкольников. Первый параграф посвящен психолого-физиологическим особенностям развития координации движений у дошкольников. Во втором параграфе представлены особенности формирования моторно-двигательных функций и их влияние на общее развитие детей шести-семи лет.

Вторая глава так же состоит из двух параграфов. В первом параграфе дан анализ ритмике и ее роли в формировании двигательной моторики у детей дошкольного возраста. Во втором параграфе подробно освещаются методические рекомендации по развитию двигательной моторики у дошкольников на занятиях по ритмике.

Работу завершает список использованной литературы и приложения.

**Основное содержание работы.** В первой главе «Теоретические основы развития двигательной моторики у дошкольников» два параграфа. В первом параграфе «Психолого-физиологические особенности развития координации движений у дошкольников» отмечено, что в дошкольном возрасте (3-7 лет)

происходит дальнейшее физическое развитие и совершенствование интеллектуальных возможностей ребенка. Движения его становятся свободными, он хорошо разговаривает, мир его ощущений, переживаний и представлений богаче и разнообразнее.

Увеличение роста детей в этот период происходит неравномерно – вначале он замедляется до 4–6 см в год, а затем на 6–7-м году жизни ускоряется до 7–10 см в год (период так называемого первого физиологического вытяжения). В этот период особенно важно правильное и обдуманное воздействие на ребенка, на формирование его мышечной и костной ткани, методами физической культуры.

К 5–6 годам позвоночник ребенка соответствует форме его у взрослого человека. Однако окостенение скелета в этом возрасте не закончено, в нем еще много хрящевой ткани. Дети в этот период очень подвижны, у них бурно развивается мышечная система, что обуславливает значительную нагрузку на скелет ребенка. Поэтому необходим постоянный контроль за позой ребенка, его движениями и играми. Одновременно важно и воздействие методами физической культуры на указанный процесс развития. Постель ребенка не должна быть слишком мягкой или неровной, он должен пользоваться только детской мебелью.

Важно, что физические нагрузки в этом возрасте необходимы, но они должны быть посильными, и приучать к ним, в ходе физического воспитания необходимо постепенно и осторожно.

Координация движений – это 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. Нам известно, что координационная способность человека достигает высокого уровня развития к 6-7 годам жизни. Отмечено также, что дети, занимающиеся спортом, добиваются виртуозности движений, которым их обучают. Это дает

основание считать возможным тренировать и совершенствовать координацию движений.

Ученые-физиологи указывают на большое значение педагогического воздействия как фактора, формирующего взаимодействие процессов возбуждения и торможения в коре головного мозга. Важнейшим показателем тренированности центральной нервной системы, считают они, являются рост подвижности, уравновешенности, а также концентрации (как во времени, так и в пространстве) возбудительных и тормозных процессов. Все это создает благоприятные условия для координированной работы центральной нервной системы, а также всего нервно-мышечного аппарата. В ходе тренировки постоянно формируются и уточняются различные формы отношений между нервными центрами мышечных групп, и чем выше тренированность человека, тем более совершенными становятся эти отношения.

Рассматривая этот вопрос с точки зрения освоения спортивной техники, ученые считают, что в учебно-тренировочные занятия следует включать максимально разнообразные движения. С тем чтобы обеспечить наилучшее развитие координационных возможностей.

Таким образом, используя активную двигательную деятельность как форму тренировки, мы можем ускорить и усовершенствовать процесс развития координации движений. Однако следует помнить, что это должен быть не хаотический набор движений, а правильно и строго организованный педагогический процесс, в котором физические упражнения выполнялись бы с определенными нагрузкой и дозировкой соответственно возрасту занимающихся.

При формировании того или иного двигательного навыка всегда важно выяснить его прочность, устойчивость и длительность сохранения. Это позволит правильно строить педагогический процесс. В научной литературе имеются данные, которые говорят о том, что дети, как правило, затрачивают много времени на овладение тем или иным сложным движением, но, овладев им, сохраняют двигательный навык надолго.

Во втором параграфе «Формирование моторно-двигательных функций и их влияние на общее развитие детей 6-7-летнего возраста» отмечается, что развитие ребенка младшего школьного возраста (дети 6-7 лет), становление его личности зависит в большей степени от его способности к действию, его адекватности все осложняющемуся процессу приспособления. 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.

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.

Вторая глава «Развитие двигательной моторики у дошкольников на занятиях по ритмике» также два параграфа. В первом параграфе «Ритмика и ее

роль в формировании двигательной моторики у детей дошкольного возраста» рассматривается ритмика как предмет, который представляет собой единство непосредственной (интуитивной) и осознанной реакции движением на музыку.

Сознательное отношение к ритму приводит ученика к более живому и полному восприятию не только музыки, но и искусства вообще.

Ритмика - единственный предмет из цикла музыкально-теоретических дисциплин, позволяющий не только понять, но и «пропустить через себя» самые различные элементы музыкальной речи. Таким образом, можно сказать, что ритмика в определенной степени является музыкальной теорией, претворяемой в практике движением.

Однако целью данного предмета отнюдь не является движение как таковое, цель — передача музыки через движение. Обладая огромной силой эмоционального воздействия, музыка помогает найти поразительно точные и яркие движения, выражающие всю гамму чувств, вложенных композитором в свое произведение.

Регламентируя движения во времени и пространстве, музыка учит управлять своим телом. Только свободное владение телом может дать возможность добиться подлинно музыкального исполнения.

Ритмика помогает зазвучать уникальному музыкальному инструменту — человеческому телу.

В неразрывной связи с созданием музыкального образа состоит работа над технической стороной исполнения. Первое условие верного ощущения движения — органичность, естественность, непринужденность. Полная двигательная свобода, раскрепощенность - вот залог успеха.

«Раскрепостить» ребенка двигателью - это значит снять «зажимы» и с психики. Чувство свободы, рожденное как гармония между слуховым восприятием и телесным воплощением, приносит огромную радость, возбуждает волю и укрепляет веру в собственные возможности.

Как показала практика, самый верный путь к решению поставленной задачи — это работа над ритмическими рисунками различных мелодий, включающими

в себя определенные, наперед заданные ритмические структуры.

Как известно, ритмический рисунок — это соотношение длительностей последовательного ряда звуков. Понятие «ритмический рисунок» равнозначно понятию «ритм» в узком значении этого слова. (Музыкальный ритм в широком смысле слова есть «временная и акцентная сторона мелодии, гармонии, фактуры, тематизма и всех других элементов музыкального языка» .)

Ритм не может рассматриваться изолированно от всей музыкальной ткани, тем более что в нашем конкретном случае речь идет о передаче ритма мелодии.

Во втором параграфе «Методические рекомендации по развитию двигательной моторики у дошкольников на занятиях по ритмике» показано, что анализ психолого-педагогической литературы и опыт учителей-практиков, музыкальных работников, психологов, врачей позволяет утверждать, что развитие танцевальных способностей на каждом возрастном этапе происходит различно. В младшем возрасте ребенок эмоционально откликается на музыку, что выражается в мимике, жестах. Но движения еще не точны и порой не согласованы с музыкой.

На четвертом году жизни дети начинают чувствовать смену контрастных частей музыки, могут выполнять и усваивать небольшие музыкальные задания. Они еще плохо ориентируются в пространстве, по этому педагог учит их двигаться в соответствии с ярко-контрастным характером музыки, в медленном и быстром темпе, реагировать на начало и окончание звучания музыки, исполнять простейшие движения, передавать не сложные имитационные движения игровых образов (птички летают, лошадки скачут, зайчики прыгают).

На пятом году жизни у детей уже есть опыт слушания музыки, они могут узнавать знакомые мелодии, определять характер музыки. Движения становятся более ритмичными, четкими, согласованными с началом и окончанием звучания музыки. Дети выполняют более разнообразные движения (прямой галоп, движение парами, притоп одной ногой, выставление ноги на пятку) и могут двигаться в соответствии с контрастным характером музыки.

В возрасте 6-7 лет 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. 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.

В процессе обучения, помогая найти ребенку нужное движение, педагог своим советом, словом, собственным примером и т.д. Совпадение образного слова, музыки и движения, развивается детское воображение, ребенок точнее передает характер музыкального произведения, движения становятся свободными, исчезает скованность, появляется уверенность.

Чтобы заинтересовать учащихся танцевальным творчеством, в рамках разработанной методики, совместно с практическими занятиями проводились и теоретические. На таких занятиях давалась общая характеристика танца, отмечались его особенности. Проводились беседы об особенностях

фольклорного творчества данного народа, рассматривались иллюстрации и слайды, знакомящие детей с костюмами, использовались видеоматериалы по данной тематике. Все это необходимо для того, чтобы ввести учащихся в мир тех образов, той музыки, под которую они будут танцевать. Плавность вальса, жизнерадостность и веселость польки и галопа, зажигательность и удаль многих плясовых народных мелодий, отражающихся в движениях этих танцев, словесно описывались учителем на таких занятиях.

Большое значение придавалось слушанию и разбору музыки танца (ее характера, настроения, структурного построения, ритмическим особенностям). Музыка сообщает движениям определенный характер, придает им эмоциональную окраску. Музыкальное сопровождение должно быть ярким, эмоциональным, выразительным.

В методике развития двигательной моторики детей 6-7 лет танцевальным творчеством наиболее распространенными музыкальными композициями были круг и линейное построение.

Круг – композиция наиболее часто повторяемая в различных танцах. И это понятно, он несет смысловое объяснение для детей, круг – это солнце, это расположение вокруг костра, очага. В танце этот однородный мотив имеет ряд разновидностей: замкнутый круг, раскрытый круг, круг в круге, по общему кругу несколько кружочков.

При использовании линейной композиции особенно четко возникает требование к законам перспективы. С ними педагог должен быть хорошо знаком, чтобы избежать ошибок в построении сценической композиции. К примеру, располагая танцующих детей в линии можно достичь разного зрительного эффекта: можно сохранить равновеличественный рост, если в глубину линии поставить более высоких исполнителей; можно же уменьшая рост, при усилении этого перспективного создать впечатление уходящей в даль линии.

Безусловно, линейные мотивы, как и круговые, имеют возможность развития и за счет темпа, и перестроения, и места нахождения линии в

пространстве.

*Заключение.* Развитие ребенка дошкольного возраста (дети 6-7 лет), становление его личности зависит в большей степени от его способности к действию, его адекватности все осложняющемуся процессу приспособления. 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, неизбежно 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.

Координация движений тренируема и дети легко поддаются воздействию педагогического процесса, специально направленного на ее развитие. Выяснено, что высока степень развития координации движений оказывает положительное влияние на овладение детьми новыми двигательными формами и что координационные способности сохраняются в течение сравнительно длительного срока. Установлено, что взаимосвязи между уровнем физического развития детей и уровнем развития их координационных способностей не существует, и по этому есть основание заниматься упражнениями, направленными, на развитие координации движений, со всеми учащимися без исключения.

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 возрасте 6-7 лет представляется в рамках вышесказанного, несомненно, актуальным.

Развитие двигательной активности проходит особенно интенсивно на занятиях ритмикой благодаря ее общедоступности, силе эмоционального воздействия, сочетанию музыкальной и двигательной деятельности. Двигаться как подсказывает музыка, идти от музыки к движению, творчески отображая музыкальные впечатления, - вот основной девиз любого ритмического занятия.

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. Ребенок получает огромное удовлетворение от свободных и легких движений, от сочетания музыки с пластикой тела, у него повышается жизненный тонус.

Выполнение танцевальных упражнений обеспечивает чередование различных типов сокращения мышц голени, что способствует нормализации их тонуса, в сочетании с активизацией рефлексов походки. В движениях на пятках тонизируются мышцы передней поверхности голени, растягиваются мышцы задней поверхности; при движении на носках на оборот. В упражнениях с использованием полуприседа таз держится вертикально, действие направлено на тонизацию четырехглавой мышцы бедра, средней ягодичной мышцы, что способствует нормализации их тонуса. Положение рук на поясе с отведенными на зад плечами тонизирует фиксаторы лопаток. Упражнения также на тонизацию косых мышц живота, широчайших мышц спины, передних и задних зубчатых мышц, большой и малой круглых мышц, квадратных мышц поясницы за счет чередования их растяжения и сокращения.