**Шарова Татьяна Владимировна воспитатель МБДОУ №437 г. Нижний Новгород**

**Проект. Тема: Развитие физических качеств детей старшего дошкольного возраста в процессе музыкально-ритмического воспитания.**

**Тип:** развивающий, творческий.

**Участники:** дети старшей группы, педагог, музыкальный руководитель, родители.

**Актуальность:** В последние годы заметно возросло количество физически ослабленных детей. Кроме того ,их мышечная нагрузка уменьшается в силу объективных причин: дети стали вести малоподвижный образ жизни, практически не играют во дворах в подвижные игры, много времени проводят у телевизора и компьютера. Да и некоторые родители чрезмерно увлекаются их интеллектуальным развитием. Именно поэтому возрастет роль детского сада во всестороннем физическом развитии детей. В настоящее время в ДОУ вводятся дополнительные развивающие занятия: аэробика, ритмика, танцы.

**Продолжительность:** 1год

**Цель:** Формирование средствами музыки и ритмических упражнений, разнообразных умений, способностей и качеств личности у детей старшего дошкольного возраста.

**Ожидаемые результаты:** Положительная динамика в развитии физических качеств и музыкально-ритмических движений.

**Этапы проекта**

**Подготовительный.**

Стартовая или начальная диагностика. Её целью было выявить начальный уровень сформированности двигательных и музыкально-ритмических качеств детей. Здесь была использована диагностическая технология О.Бурениной. Она была необходима для: выявления начального уровня развития двигательных способностей ребёнка, состояние его эмоциональной сферы; проектирование индивидуальной работы; оценка эффекта педагогического воздействия.

Основными критериями явилось следующее: подготовительные упражнения; основные упражнения; музыкальные игры, танцевальные элементы, танцевальные комбинации; навыки выразительного движения, развитие музыкально-ритмических навыков; развитие творческой активности.

В процессе наблюдений был определён уровень индивидуального развития воспитанников и на этом основании подобран специальный материал (танцы, упражнения, игры) с тем, чтобы раскрыть способности каждого ребёнка. Исходя из данных начальной диагностики, были поставлены следующие задачи.

**Задачи:** Развитие двигательных качеств и умений:

- развитие ловкости, точности, координации движений;

- развитие гибкости и пластичности;

- воспитание выносливости, развитие силы;

- формирование правильной осанки, красивой походки;

- развитие умения ориентироваться в пространстве;

- обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.

Развитие творческих способностей:

- потребности самовыражения в движении под музыку;

- развитие творческого воображения и фантазии;

- развитие способности к импровизации.

Развитие и тренировка психических процессов:

- умение выражать эмоции в мимике и пантомимике;

- тренировка подвижности нервных процессов;

- развитие восприятия, воли, памяти, мышления.

Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:

- воспитание умения сопереживать другим людям и животным;

- воспитание умения вести себя в группе во время движения, формирование чувств такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми.

**Основной этап.**

Для успешной реализации такого комплекса разнообразных задач необходимо следующее условие – выбор оптимальной системы занятий, что связано с использованием в работе с детьми двух уровней работы с музыкально-ритмическим материалом. Первый уровень предполагает освоение ряда музыкально-ритмических композиций в процессе игрового сотрудничества педагога и детей без специального разучивания. Этот материал в основном исполняется по показу взрослого и включается в утреннюю зарядку, различные занятия и паузы между ними. В программы детских утренников такие композиции, как правило, не включаются. Главное- это дать детям возможность приобрести собственный целостный, чувственный опыт движения под музыку, обогатить их запасом разнообразных двигательных упражнений, облегчить и ускорить процесс формирования музыкально-ритмических навыков и умений. Ритмические композиции используются на музыкальных, физкультурных занятиях, на утренней зарядке, бодрящей гимнастике после дневного сна, вечерах досугах, на занятиях по развитию речи, изобразительной деятельности, самостоятельных играх, на прогулке. Такой подход даёт возможность использовать данный материал не только как средство развития музыкальных и двигательных способностей детей на занятиях ритмикой, но и как игровой тренинг психических процессов: внимания, памяти, воли, творческого воображения и фантазии, а так же как средство расслабления, переключения внимания или повышения психофизического тонуса. Процесс разучивания музыкально-ритмических композиций основан на сотрудничестве детей и взрослого, поэтому, на наш взгляд, наиболее оптимальной формой обучения является игровое общение с детьми, где вся дидактика скрыта, незаметна для самого ребёнка. При этом и сам педагог стремится получить удовлетворение от музыки, движений, от общения с детьми. Такой самонастрой взрослого способствует эмоциональному «заражению» установлению тёплой, дружественной атмосферы на занятиях, снятию психологических комплексов, чувства неуверенности. С детьми старшего возраста проводятся занятия основанные на гендерных особенностях детей. На этих занятиях дети делятся на «мальчиковую» и «девичью» подгруппы, подбираются определённые двигательно-игровые ситуации, которые способствуют формированию у ребят жизненно важных качеств у девочек- гибкости, ловкости, пластичности, у мальчиков- силы и выносливости, быстроты.

**Межпредметные связи**

|  |  |
| --- | --- |
| Музыкальные занятия | На музыкальных занятиях педагог предлагает детям композиции в самых разных вариантах: как вводную часть занятия, либо заключительную, в процессе слушания музыки и определения её жанра. Главное-активизация внимания детей, пробуждение и поддержание у них интереса к музыке, к творчеству, развитие творческого воображения |
| Физкультурные занятия | На физкультурных занятиях ритмические композиции могут использоваться фрагментарно или в комплексе, а также как игры. Комплекс общеразвивающих упражнений составляется на основе ритмических композиций, аналогично комплексу для утренней гимнастике. Только на занятиях могут быть даны новые упражнения с целью их разучивания и освоения.В конце занятия детям предлагаются творческие задания. |
| Утренняя гимнастика | На утренней зарядке необходимо давать детям определённую нагрузку, с учётом этого рекомендуется подбирать композиции с интенсивными по физической нагрузке(соответственно возрастным и индивидуальным особенностям детей) движениями. Желательно, чтобы дети были знакомы с упражнениями, иначе развивающий эффект снижается. |
| Занятия с высокой умственной активностью | На занятиях с высокой умственной активностью и малой подвижностью следует использовать игровые и танцевальные композиции в качестве физкультурных минуток. Педагог средствами ритмопластики за считанные минуты может снять умственную усталость, взбодрить, раскрепостить, повысить настроение, сконцентрировать внимание. |

В работе с детьми использовались следующие методы и приёмы:

1. Различные виды показа:

- подражание;

- вовлекающий показ;

- показ опережающий.

2. В развитие самостоятельности детей в исполнении композиций и др. упражнений были использованы приёмы:

- показ исполнения композиций детьми;

- показ упражнения условными жестами, мимикой;

- словесные указания.

3. В развитие творческого самовыражения в движении под музыку использовались такие приёмы:

- слушание музыки и беседы о ней, рисование , словесные описания музыкальных образов;

- подбор стихов, сказок и др. произведений;

- пластические импровизации детей ( без показа педагога);

- показ вариантов движений педагогом, а детям предлагается выбрать наиболее удачный.

Один из наиболее эффективных методов при разучивание, исполнение и придумывание музыкально-ритмических движений считается метод моделирования и схематизации, что позволяет детям быстрее запомнить композиции. В процессе работы, детей знакомили с различными видами танцев. Использовали для этого демонстрацию плакатов, рисунков, фотографий, просмотр видео.

На вечерах развлечения и праздничных утренниках дети самостоятельно исполняют наиболее яркие понравившиеся им композиции (которые они выучили с педагогом). С целью более эффективного, эмоционального и выразительного исполнения детям предлагается атрибутика, элементы костюмов. В свободной деятельности дети проявляют умение импровизировать под знакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные оригинальные «па». Полученные навыки используются в танцах инсценировках, при подготовки к праздникам, развлечениях, концертах. Выезжая летом в оздоровительный центр «Лесной» дети с удовольствием самостоятельно исполняют на праздниках наиболее яркие понравившиеся им композиции(которые они выучили с педагогом в течение года).

**Работа с родителями**

В нашей группе была создана необходимая предметно развивающая среда. Были оформлены игры, альбомы, картотека танцев, создана фонотека. Также были созданы модели движений, подготовлены атрибуты, декорации, костюмы. Работа проводилась в тесной взаимосвязи с родителями, которые оказывали активную помощь в создании атрибутов, костюмов, декораций, предметно-развивающей среды.

Согласованность действий всего педагогического коллектива, использование единого репертуара по ритмике в разных формах работы обеспечивает эффективность работы и получения положительных результатов.

**Заключительный этап**

Заключительным этапом работы явилась контрольная диагностика. Она показала положительную динамику в развитие физических качеств и музыкально-римических движений.

**Перспективы в работе**

В результате работы были намечены следующие перспективы:

* Продолжить работу по данной проблеме с учетом уровня развития детей;
* Разработать новые комплексы утренних гимнастик и побудок на основе ритмических композиций на все возрастные группы;
* Разработать систему занятий по физической культуре в нетрадиционной форме, с использованием степ-гимнастики, фитбол-гимнастики, основанную на гендерных особенностях детей;
* Продолжить совместную работу с родителями по пополнению предметной среды (изготовление декораций, атрибутов, моделей, схем, костюмов.)
* Совместно с бывшими выпускниками дошкольного учреждения провести серию концертов для детей и родителей;
* Организовать вечера досуга совместно с родителями, сотрудниками и детьми на тему «Современный танец»

**Список используемой литературы**

* Основная общеобразовательная программа МБДОУ №437 ;
* Методическое пособие «Са-фи-дансе» (танцевально-игровая гимнастика для детей».(Ж.Е.Фирилева,Е.Г. Сайкина);
* Программа Ритимческая мозаика» (автор О.Буренина);
* ОТСМ-ТРИЗ-технология ( автор Т.А. Сидорчук).