**РАЗВИТИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ ПОСРЕДСТВОМ ЗАНЯТИЙ РИТМИКОЙ**

**И. А. Штырина Детский сад № 163, г. Тверь, Россия**

**Summary.**The relationship of music and game techniques directed to the development of psychological health of older preschoolers is conducted in this article. Creativity and the preschool children in the rhythm, music is an important indicator of development.

 **Key words:** rhythmic; musical and theatrical games.

Актуальная проблема современного дошкольника – не владе-ние своим телом, эмоциями, вследствие чего затрудняются процес-сы адаптации и коммуникабельности. Занятие ритмикой служит, в первую очередь, мощным толчком для развития творческих и мыс-лительных способностей. Постепенно эти занятия прививают до-школьнику определѐнную культуру восприятия и способствуют бо-лее гармоничному развитию дошкольника как личности.

С психологической стороны выражение чувства в танце помо-гает лучшему восприятию эмоциональной сферы ребѐнка, развитию когнитивных процессов (внимание, память, восприятие, воображе-ние), развивает его творческий потенциал.

В создании системы ритмики, разработанной для детей, посе-щающих ДОУ, принимали такие педагоги и психологи как Т. С. Ба-баджан, Н. А. Метлов, Н. А. Ветлугина, С. Д. Руднева и другие.

Старшие дошкольники владеют достаточно широким кругом общих сведений об окружающей их действительности, способны произвольно управлять собственной деятельностью, создавать и обыгрывать весьма сложные этюды и музыкально-пластические импровизации. К шести-семи годам дети начинают достаточно точ-но воспроизводить мелодию и, главное, могут дать ей эстетическую оценку.

Известный учѐный Б. М. Теплов придерживался мнения, что главной составляющей занятия ритмикой служат музыкальные и театрализованные игры.

Самовыражение в музыкальных играх и упражнениях в раз-ных видах творчества способствуют раскрытию заложенных в ре-172

бѐнке от природы способностей. Основу ритмических занятий со-ставляют игровые упражнения, хороводные игры, танцевальные движения, выполненные под ритмичную музыку. Они повышают работоспособность организма, темпоритмичные, ритмопластиче-ские и речевые способности дошкольников.

На занятиях по ритмике всѐ чаще используются театрализо-ванные игры и упражнения, пальчиковая гимнастика, сюжетно-образные игры (имитационные), музыкальные игры. Сюжетно-ролевая ритмика представляет собой совокупность средств игр – драматизаций, хороводных игр, подвижных игр, обеспечивающих интеграцию по образовательным областям в соответствии с ФГТ.

В результате у дошкольников формируются не только новые знания и представления, но и развитие эмпатии, толерантности по отношению к окружающим. Главная задача педагога заключается во всестороннем развитии личности дошкольника в соответствии с его возрастными особенностями.

**Библиографический список**

1. Михайлова М. А., Воронина Н. В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. – М. : Изд-во Академии развития, 2004. –112 с.

2. Чурилова Э. Г. Методика и организация театральной деятельности до-школьников и младших школьников. – М. : Владос, 2003. –160 с.