**Ольга Коротченкова**

**Современные технологии обучения**

**на уроках ритмики для младших школьников**

Я – педагог дополнительного образования, руководитель хореографического объединения «Тедди» и меня, естественно, не может не волновать состояние здоровья моих воспитанников. Ведь здоровье складывается из физического, психического, социального, нравственного и духовного состояния человека. Моя задача создать полноценные условия для сохранения здоровья детей, развить интерес к занятиям, включающим **здоровьесберегающие технологии**, внедрить эти технологии в ежедневный образовательный процесс с целью улучшения физического здоровья, а так же здоровья психики ребенка и комфортного состояния в образовательном процессе.

Здоровье сберегающие технологии – это совокупность приемов, методов, методик, средств обучения и подходов к образовательному процессу, при котором выполняются как минимум 4 требования:

- учет индивидуальных особенностей ребенка,

- привитий знаний ребенку в умении самостоятельно защищать себя от стрессов, обид, оскорблений, обучение его средствам психологической защиты,

- не допускать чрезмерной изнуряющей физической, эмоциональной, интеллектуальной нагрузки при освоении учебного материала,

- обеспечение такого подхода к образовательному процессу, который гарантировал бы поддержание только благоприятного морально-психологического климата в коллективе.

В процессе учебных занятий у школьников снижается работоспособность, ухудшается внимание, память, в результате длительного поддержания статистической позы нарушается осанка, увеличивается тенденция к наклону головы.

На занятиях ритмикой увеличивается объем двигательной активности, который оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное состояния сердечнососудистой и нервной системы. Движение в ритме и темпе, заданной музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведет к общему оздоровлению организма.

Занятия ритмикой способствуют укреплению у детей мышечного корсета, формированию правильного дыхания, развитию моторных функций, выработки правильной осанки, походки, грации движений, вырабатываются  умения владеть своим телом, воспитываются навыки группового поведения. Все это способствует оздоровлению всего детского организма в целом. Эти цели  достигаются с помощью создания условий для комфортного самочувствия на   занятиях, составления упражнений, соответствующих  возможностям ребенка; проведения  динамических пауз для создания ситуации успеха, рациональной смены и чередования видов деятельности в связи с быстрой утомляемостью учащихся. Веду беседы с детьми о здоровом образе жизни, чтобы сформировать у ребят устойчивое понимание, что занятия хореографией – это отличный способ поддержания здоровья, развития тела.

Специальные упражнения  благотворно воздействуют на работу органов дыхания, кровообращения. Движения, совершаемые под музыку, выполняются легче, дыхательный аппарат работает более энергично, увеличивается глубина дыхания, повышается поглощение кислорода.

С помощью музыкального ритма можно установить равновесие в деятельности нервной системы ребенка, умерить слишком возбужденные темпераменты и растормозить заторможенных детей, регулировать неправильные и лишние движения. А для этого я стараюсь приспособить организм ребенка отвечать на слуховые и зрительные раздражители.

Я урок строю  таким образом, чтобы активные движения чередовались с ходьбой или упражнениями, успокаивающими дыхание. Нельзя перегружать детей бегом или подскоками, так как это может привести к чрезмерным психо-эмоциональным и сердечным    перегрузкам. К урокам ритмики я подбираю музыкально-ритмические упражнения, построенные на сочетании движений, музыки и слова, влияющие на уровень двигательной активности детей. Эти упражнения помогают добиться эмоциональной разрядки, снять умственную усталость и утомление. В конце урока провожу релаксационные упражнения, способствующие снятию мышечного и эмоционального напряжения, для чего использую спокойную музыку (например, исполняем танец падающих осенних листьев без перемещения по залу).

Особое значение на уроке ритмики я уделяю танцу, так как  это необходимо для детей с нарушениями осанки и  координации двигательного аппарата. Во время танца ребята  учатся ритмично двигаться, владеть своим корпусом, конечностями, затем с удовольствием исполняют танцы с теми движениями, которые легко у них получаются, что способствует хорошему настроению и положительному настрою к обучению. Танец, помимо того, что снимают нервно-психическое напряжение, помогают ребенку быстро и легко устанавливать дружеские связи с другими детьми.

Психологический комфорт школьников во время урока имеет большое значение. Доброжелательная обстановка, внимание к каждому, тактичное исправление ошибок, поощрение к самостоятельной мыслительной деятельности, уместный юмор помогают учащимся добиться хороших результатов в своей деятельности. «От улыбки станет всем теплей…» - в улыбающемся педагоге дети видят друга, и заниматься им нравится больше.

Очень важна на уроке и улыбка самого ребёнка. Вскоре улыбка внешняя становится улыбкой внутренней, и ребёнок уже с ней смотрит на мир и на людей.

В заключение можно сказать, что применение на уроках ритмики в начальной школе здоровьесберегающих  педагогических технологий повышает  результативность воспитательно-образовательного процесса, помогает сохранить    и укрепить здоровье учащихся, а также способствует формированию   положительных мотиваций у детей и родителей обучающихся.

**Игровые технологии** являются одной из уникальных форм обучения, которые позволяют сделать интересными и увлекательными не только работу учащихся на творческом уровне, но и будничные шаги по изучению базового материала. Тем самым я решаю одну из главных проблем педагогики – проблему мотивации учебной деятельности.

В своей практике для музыкально-ритмической подготовки танцоров я использую соответственно музыкально-ритмические упражнения в игровой форме, в воображаемой игровой ситуации. Например, танец «Пружинка» - это поездка к бабушке в деревню на поезде (выпрямление поочередно коленей, руки в это время изображают движение колес поезда), где растут деревья (вытягиваем руки вверх с наклоном вправо-влево), над которыми пролетает вертолет (руки в стороне делают вращательные движения кистями, добавляя хлопки над головой). А под деревом стоит игрушка-неваляшка (выпады на ногу вправо-влево с наклоном корпуса), которую мы отнесем в дом (движение «Ступеньки» - поочередно ставим руки на пояс, на плечи, поднимаем вверх, хлопаем в ладоши и таким же образом спускаем руки вниз, в конце хлопки по бедрам). По дороге встречаем кошечку, которая хочет с нами поиграть («царапаемся» - сгибаем фаланги пальцев). И т.д..

Провожу занятия, в которые включаю ассоциативные и подражательные движения. Упражнениям даются различные названия, это помогает детям сопоставить движение, музыку и образ, придаёт упражнению эмоциональную окраску, вызывает интерес к занятиям:

- Изобразить, как одно и то же движение может сделать молодой и старый человек, весёлый и грустный, деревянная и тряпичная кукла и т. д.

- Виды ходьбы: как идут военные, как идут спортсмены, как надо идти, когда все спят и т. д.

- Виды бега: как олень, как мышка, как лисичка и т. д.

В свою работу включаю подвижные игры, которые помогают снять излишнюю зажатость, скованность, развивают эмоциональность, образность мышления, закаляют физически (игра в снежки, сделанные из синтепона).

Для выработки чувства ритма использую игры-упражнения:

- «Ритмическое эхо» - дети должны внимательно слушать ритм и повторить его за мной. Цель – умение воспроизвести индивидуально ритмический рисунок.

- По цепочке отхлопать базовый ритмический рисунок какого-нибудь танцевального движения. Цель – вовремя вступить, четко прохлопать ритмический рисунок.

Для свободного, непосредственного исполнения танцевальных движений, для придумывания собственных движений детьми я использую игру «Дирижер» (или «Зеркало»). Цель – предоставить детям-солистам возможность действовать самостоятельно: под ритмичную музыку показывать остальным танцорам танцевальные движения из различных выученных танцев или придумывать самим.

Для развития координации прошу детей представить, что они спят (закрыли глаза) и во сне танцуют под музыку (исполняем танцевальные движения с закрытыми глазами).

Для повышения эмоционального состояния, для разрядки провожу игру «Гнездышко». Дети стоят в линиях. Звучит быстрая мелодия, ребята «летают» по танцевальному залу как орел, чайка, воробышек, лебедь и т.д.. Изменился характер музыки, она стала медленной, дети должны вернуться на свои места в линии (вернулись в свое гнездышко).

Для развития коммуникативности, смелости, решительности, твердости у мальчиков, мягкости, отзывчивости, аккуратности, стремление к красоте у девочек провожу игру «Разрешите пригласить»: класс делится на команду девочек и команду мальчиков. Мальчики должны пригласить партнершу для парного танца, с которой сегодня еще не танцевали, т.е. станцевали танец, поклонились девочке, отвели на стульчик и пригласили новую партнершу. А девочки не должны отказываться от приглашения, но имеют право выбора, если ее пригласили сразу два партнера и более (выбрав партнера по танцу, остальным говорит «извините»). Игра-танец продолжается 5-6 раз.

Для развития физических качеств, проверки степени овладения двигательными навыками, развития музыкальности (ритмичности) применяю на занятиях музыкальные игры на развитие чувства ритма – «Угадай счет», эстафета «Найди счет «1» и «4».

Использую в работе с детьми соревновательный метод. Объектом соревновательной деятельности выбираю чаще всего не результат, а качество выполнения танцевального движения. Установка на соревновательную деятельность вызывает у детей стремление максимально проявить свои силы. Соревновательный метод, используемый как в играх, так и в целом в ходе занятий, помогает выработать у ребят стремление быть самым лучшим.

Большое внимание уделяю театрализации на танцевальных занятиях. Для работы беру массовые танцы и мини-танцы преимущественно игрового и сюжетного характера, соответствующие возрасту исполнителей. Инсценировки детских песенок и сказок, танцы на сюжеты детских игр, на школьную тематику: «Песенка о лете», «Ласково жмурится солнце золотое…», «Муха-цокотуха», «Жили у бабуси два веселых гуся», «Перемена», «Я на горку шла…», «Утренняя гимнастика», «Все на футбол!», «Пчелы на цветочной поляне» и т.д.– все это работа по формированию творческого мышления через игровые технологии.

Результатом работы является то, что большинство детей старается не пропускать занятия (даже освобождённые от физкультуры не могут усидеть на месте и просят разрешения заниматься). Это говорит о том, что у ребят появляется интерес и любовь к движению.

**Информационно – коммуникативные технологии** я использую больше как вспомогательную технологию для обеспечения материально-технического оснащения и реже для проведения уроков. Деятельность танцевального коллектива предполагает постановку танцев и проведение концертных выступлений воспитанников.

Применение компьютера позволяет мне накапливать и хранить музыкальные файлы, фото- и видеоматериалы коллектива, оформлять документацию в электронном виде. Специальные программы позволяют производить монтаж и компоновку музыкального произведения, менять темп и частоту звука, создавать презентации для проведения уроков. Компьютер дает возможность активно пользоваться ресурсами Интернета: прослушивать музыкальный репертуара, знакомиться с работами хореографов, осуществлять поиск и переработку информации, поддерживать контакты и осуществлять деловое общение, пользоваться почтовыми услугами Интернета для подачи заявок на участие в смотрах, конкурсах и фестивалях.

На уроке элементы презентаций я ввожу постепенно - вначале только название танца, или того или иного движения, картинки и фото с минимальным количеством эффектов, чтобы ученики не отвлекались надолго от меня, моих объяснений и указаний. Очень сложно привлечь внимание к себе, когда на экране что-то мелькает, поэтому детей располагаю на уроке во время использования проектора спиной к экрану. На экран дети должны обращать внимание только в те моменты, когда мне это необходимо. Презентацию стараюсь не перегружать, чтобы не отвлекать ребят от основной цели урока.

Иногда на некоторых занятиях провожу знакомство с новыми танцевальными движениями на основе видеоматериала, а так же просмотр идеальных образцов танцевальной культуры. При подготовке к выступлениям использую видеосъемку с дальнейшей проработкой для анализа и сравнения, что позволяет оценить достоинства и недостатки работы. А при подведении итогов выступления, концерта или конкурса ребята просматривают свое выступление и выступления других групп танцоров. Идет обсуждение увиденного, оценка качества выступления, говорим о том, что получилось и что не получилось, и почему.

**Ольга Коротченкова**