

Ритмопластика как инновационный метод работы с дошкольниками в рамках здоровьесберегающих технологий



Главная задача дошкольного образования?

Организация безопасности жизни и здоровья,
физического развития детей



Ритмопластика –

это гимнастика с оздоровительной направленностью, основным средством которой являются комплексы гимнастических упражнений, различные по своему характеру, выполняемые под ритмическую музыку/стихотворение оформленные танцевальными движениями.



Ритмика/Хореография

Ритмопластика

Цель

формирование двигательных навыков и умений через отработку отдельных элементов упражнений

психологическое раскрепощение каждого ребенка через освоение пластических средств (ОД, танцевальные движения и др.)

Задачи

Развивать психическое и физическое здоровье

Развивать психическое и физическое здоровье
+
Психологическое и духовное здоровье

Методы

Показ, словесный метод, многократное повторение (муштра)

Пример, имитация, игра, фантазия (творческая, раскованная обстановка)

Результат

Сформированность двигательных навыков

Профилактика и коррекция имеющихся психофизических отклонений

Задачи ритмопластики:

- ✓ формировать двигательную культуру:
 - развивать общую и мелкую моторику
 - развивать физические качества (сила, скорость, быстрота реакции, точность движений)
 - способствовать формированию прямой осанки
 - коррекция походки (возможности для исправления шага, «косолапости»)
- ✓ упражнять в ориентировке в пространстве;
- ✓ повышать эмоциональный настрой дошкольников:
 - развивать коммуникативные способности (коррекция боязни взаимодействия со сверстниками/взрослыми)
 - раскрепощать в психологическом и эмоциональном плане;
- ✓ развивать дыхательный аппарат (соматические заболевания, заикание и др.)
- ✓ совершенствовать чувство ритма и музыкальности
 - развивать способность чувствовать музыкальный образ (через характер, темп, ритм музыки);

№ п/п	Раздел	Виды упражнений	Задачи
1.	Разминка	Общеразвивающие	Разогрев мышц, подготовка суставов и мышц к более сложным танцевальным движениям, формирование навыка правильной осанки.
		Фитнес упражнения	Развивать ориентировку в пространстве, силу, выносливость.
2.	Основная часть	Ритмические упражнения	Развивать чувство ритма, умение двигаться под музыку.
		Пластические импровизационные упражнения	Развивать воображение и фантазию, умение импровизировать под музыку.
		Танцевально-ритмические упражнения	Развивать представления о танце, хореографии, формировать интерес к занятиям хореографией
3.	Заключительная часть	Игровые упражнения	Развивать эмоционально-образное мышление, чувственную сферу обучающихся.
4.	Рефлексивная часть	«Шкала удовольствия» «Рисую свое настроение» «Что получилось очень хорошо»	Развивать умение оценивать и анализировать свою деятельность.

Виды занятий по ритмопластике

Театрализованная ритмопластика



Нейродинамическая ритмопластика



Методические рекомендации:

- ❑ Обучение дошкольников движениям с музыкой должно носить характер игры.
- ❑ В работе с воспитанниками с ОВЗ должны использоваться разнообразные атрибуты
- ❑ Каждое занятие с детьми должно заключать в себе что-то новое, чтобы не иссякал интерес детей, не утомлялось их внимание.
- ❑ Необходимо внимательное отношение к каждому ребенку, знание его темперамента, душевного мира, потребностей детского возраста.
- ❑ Общение с дошкольниками на занятиях по ритмопластике должно проходить в атмосфере радости — и это самое главное, так как радость — могущественное и наиболее благотворное воздействие на ребенка.
- ❑ **Главное – занятия ритмопластикой направлены на сохранение и укрепление физического и психического здоровья ребенка с ОВЗ.**



Из опыта работы



Из опыта работы



Всем отличного здоровья и настроения

