Автор:

Степанова Ирина Борисовна

музыкальный руководитель

МБУ д/с №90 «Золотое зёрнышко» г. Тольятти.

**Ритмопластика - основа всестороннего гармонического развития тела детей старшего дошкольного возраста**.

Музыкально-ритмическое воспитание, по своей природе, является комплексным, объединяющим музыку, движение и слово. Поэтому, можно сказать, что выразительные движения под музыку – это средство воспитания и развития личности ребёнка, которое способно создать благотворную почву для раскрытия потенциальных возможностей ещё маленького человека.

Известно, что с помощью музыки и движений можно установить равновесие в деятельности нервной системы ребенка, умерить слишком возбужденных и растормозить заторможенных детей, урегулировать неправильные и лишние движения.

Сегодня уже не нужно доказывать необходимость музыкально-ритмических занятий с детьми, их благотворное влияние на психоэмоциональное состояние малышей. Движение под музыку в настоящее время используют очень широко и как средство творческого, музыкального развития детей, и как инструмент их физического и психоэмоционального развития.

На разных этапах работы, мною были изучены и апробированы многие варианты методик, направленные на профилактику и коррекцию нарушений опорно-двигательного аппарата, построенные на сочетании музыки и движений: ЛФК, горизонтальный пластический балет, лечебная хореография.

Но время движется вперёд, возникают новые направления. Одним из таких направлений, которое активно используется в МБУ, является инновационный метод РИТМОПЛАСТИКА, который за сравнительно короткий срок обрёл достаточную известность и популярность среди детей.

Воспитание детей с проблемами в развитии на сегодняшний день - актуальная общечеловеческая проблема. Состояние психофизического развития ребёнка - важный фактор интеграции его в общество, адекватного реагирования на окружающее, оптимального статуса коммуникативной и когнитивной деятельности.

Основной задачей данного метода является поиск инновационных эффективных средств охраны и укрепления здоровья детей, совершенствования развития двигательной сферы детей дошкольного возраста на основе формирования у них потребности в движении, правильной организации профилактики и оздоровления, своевременной коррекции отклонений в состоянии здоровья.

Современные дети испытывают "двигательный дефицит", так как даже дошкольники большую часть времени проводят в статическом положении (за столами, телевизорами, компьютерами). Это вызывает утомление определенных мышечных групп, что влечет за собой нарушение осанки, искривление позвоночника, плоскостопие, задержку возрастного развития основных физических качеств: быстроты, ловкости, координации движений.  
Каждый родитель хочет видеть своего малыша здоровым, веселым, гармонично развитым. Мы хотим подсказать вам короткий и верный путь в достижении этих целей. Необходимо удовлетворить потребность ребенка в движении, дать возможность утолить "двигательный голод".  
 Специфической особенностью данной методики является органическая связь языка движений с языком музыки, соотнесение пластических средств выразительности с музыкой. Музыка задаёт не только темповые, ритмические, динамические характеристики движений, но и может стать основой образного содержания. Это связано с её природой: высокой эмоциональностью, абстрактностью языка, позволяющей широко толковать музыкальный образ. Воздействие музыки на развитие воображения происходит, прежде всего, в процессе её восприятия, которому присущ творческий характер. В связи с этим становится очевидным творческий характер данного вида деятельности. Главная цель ритмопластики – развитие двигательной активности ребёнка, привитие основных навыков, необходимых для дальнейшей, взрослой жизни.

Ритмопластика является одной из своеобразных форм активной терапии, средством специально подобранных методов и методик, направленных на преодоление недостатков двигательной, познавательной и эмоционально – волевой сферы детей, средствами музыкально – ритмической деятельности, построенных на сочетании движений, музыки и слова. Основными её целями являются профилактика, лечение и коррекция имеющихся отклонений в развитии ребёнка.

На занятиях ритмопластики, можно выделить четыре основных направления работы с детьми: оздоровительное, образовательное, воспитательное и коррекционно-развивающее. Занятия ритмопластикой способствуют укреплению у детей мышечного корсета, формированию правильного дыхания, развитию моторных функций, выработки правильной осанки, походки, грации движений, что способствует оздоровлению всего организма в целом.

В результате проводимой работы в МБУ с использованием ритмопластики можно сделать вывод об эффективности работы по профилактике нарушений опорно-двигательного аппарата. Индивидуально-дифференцированный подход по коррекции опорно-двигательного аппарата осуществлялся при использовании комплексов по ритмопластике.