

Теоретические аспекты развития ритмопластики у гиперактивных детей

И.А. Старкова

Самарский государственный социально-педагогический университет, Самара, Россия

Обоснование. В современной России особое внимание уделяется интеграции искусства в образовательный процесс для стимулирования личностного роста у детей. Одной из ключевых методик являются занятия ритмикой, способствующие развитию физической активности, пространственного восприятия, тактильных и зрительных навыков, что является фундаментом для всестороннего развития ребенка.

Ритмопластика представляет собой уникальную интегрированную практику, где музыкальные элементы и специальные двигательные упражнения с коррекционными аспектами служат для улучшения двигательных способностей, повышения качества движений, стимулирования личностных характеристик, саморегуляции и способности к сознательному контролю за движением и поведением. Возможно, данная методика будет полезна для работы с детьми с особенностями, так как преподаватели по ритмике чрезмерно фокусируются на развитии и усовершенствовании танцевально-двигательных навыков. Педагоги очень редко пытаются раскрыть весь потенциал ритмопластики как способности к естественному и выразительному показу своих мыслей и чувств, которые вступают в реакцию с образным содержанием музыки [2].

Цель — теоретически обосновать особенности методики ритмопластики для гиперактивных детей.

Методы. Психологи утверждают, что танец представляет собой важный способ взаимодействия души и тела. Для детей начальной школы короткий танцевальный перерыв очень важен, поскольку творческий процесс имеет социальное значение, превращая тело в средство самовыражения.

Музыкальные занятия включают элементы народных и балетных танцев, хороводов. Они являются основой для детских композиций. Движения, передающие сюжетные образы, могут включать имитацию животных, птиц, транспорта и действия, характерные для разных профессий.

Ритмика объединяет в себе игры, танцы и музицирование. К этим упражнениям добавляются танцевальные композиции, движения под динамичные ритмы и современные песни и музыкальные игры для развития внимания, творческих способностей и памяти.

Изучив программы по ритмопластике для коррекции и развития, мы отобрали упражнения и игровые задания с целью их применения в работе с гиперактивными детьми.

Задание 1. Муравьи

Цель — уметь ориентироваться в пространстве, равномерно размещаться по площадке, не сталкиваясь друг с другом, двигаясь в разных темпах. Развитие внимания.

Ход задания: По хлопку дети начинают хаотически двигаться по залу, не сталкиваясь с другими, заполняют свободное пространство.

Задание 2. Пальма

Цель — напрягать и расслаблять попеременно мышцы верхних конечностей.

Ход задания: «Выросла пальма большая-пребольшая» — правую руку вытянуть вверх, потянуться за рукой.

«Завяли листочки» — уронить кисть.

«Ветви» — уронить руку от локтя.

«И вся пальма» — уронить руку вниз.

То же самое другой рукой.

Задание 3. Буратино и Пьеро

Цель — уметь правильно напрягать и расслаблять мышцы.

Ход задания: Дети двигаются как в упражнении «Муравьи», по команде «Буратино» останавливаются в позе: ноги на ширине плеч, руки согнуты в локтях, раскрыты в сторону, кисти прямые, все мышцы напряжены. Движение возобновляется. По команде «Пьеро» — опять замирают, изображая грустного Пьеро:

голова висит, шея расслаблена, руки болтаются вниз. В дальнейшем можно предложить детям двигаться, сохраняя образы Буратино и Пьеро.

Результат. После изучения данной проблематики планируем тестировать методику на практике в Самарском спортивном лицее, чтобы подтвердить эффективность. Упражнения будут включаться в утреннюю гимнастику, динамические паузы, классные часы и проводиться на уроках физической культуры. А также дома во время подготовки к урокам.

Вывод. Изучив академическую литературу, мы пришли к выводу, что занятие этим методом положительно влияет на эмоциональное и психическое состояние ребенка, способствует развитию его личностных качеств. В результате занятий улучшаются как двигательные способности, так и способности к творческому восприятию музыки и выражению эмоций через движения.

Ключевые слова: Ритмопластика; гиперактивность; причины гиперактивности; личностное развитие; психоэмоциональное состояние.

Список литературы

1. Бердникова Г.И., Каляева Ю.А. Коррекция нарушения организационных умений у детей с гиперкинетическим синдромом // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. 2019. № 6. С. 42–49. EDN: PWEQRC doi: 10.25588/CSPU.2020.55.63.015
2. Ворожейкина А.В., Семченко А.А., Богачев А.Н. Инновационные формы обучения как средство формирования и развития личности обучающихся всех уровней образования // Современная высшая школа: инновационный аспект. 2018. Т. 10, № 1. С. 116–123. EDN: YVMXKK doi: 10.7442/2071-9620-2018-10-1-116-123

Сведения об авторе:

Ирина Алексеевна Старкова — студентка 1-го курса, группа ФФКС-623По, факультет физической культуры и спорта; Самарский государственный социально-педагогический университет, Самара, Россия. E-mail: starkova.irina@sgspsu.ru

Сведения о научном руководителе:

Марина Николаевна Кодакова — кандидат медицинских наук, доцент кафедры теоретических основ и методики физического воспитания, заместитель декана факультета физической культуры и спорта по научно-исследовательской работе; Самарский государственный социально-педагогический университет, Самара, Россия. E-mail: kodakova@sgspsu.ru