

Инсценированные, жестовые песенки–этюды как здоровьесберегающие элементы занятий в системе дополнительного образования детей

Федотова Валерия Семеновна

концертмейстер

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр детского творчества», г. Междуреченск

Leka.n.72@mail.ru

Не в том дело, что способности проявляются в деятельности,
а в том, что они создаются в этой деятельности
Б.М. Теплов

Не секрет, что в наше время научного прогресса и всеобщей компьютеризации интересы и занятия детей стали все более однообразны: промышленность предлагает уже готовые наборы для игр, где не нужно уже применять фантазию, изобретательность и ловкость пальцев. Компьютерные игры привязывают к месту, и тоже не богаты вариантами. Дети ведут малоподвижный образ жизни. И кажется, ничто не заставит их начать двигаться больше. Они удивляются и восхищаются всё меньше и меньше.

Изучение проблемы здоровья, его формирования и развития актуально сегодня в связи с тем, что главное условие прогрессивного развития общества – здоровый человек, способный к творческому созиданию. К дополнительному образованию предъявляются принципиально новые духовно-нравственные и социально-экономические требования. Именно поэтому работу по формированию здоровьесберегающего поведения необходимо начинать с раннего детского возраста, так как именно в этот период формируются основы двигательной и умственной деятельности, рациональной организации режима дня, питания, отношения к вредным привычкам и здоровому образу жизни. Эффективность этой работы можно оценить по уровню успешности применения знаний, умений и навыков в жизненных ситуациях, в проявлении индивидуальной способности ребенка к работе над сохранением здоровья. Резервы здоровья ребенка, установка на здоровьесбережение формируются, развиваются и укрепляются в процессе воспитания.

Младший школьный возраст – один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребенка, формируется личность человека. В этот период ребенок интенсивно растет и развивается, движения становятся его потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период.

В настоящее время существует много направлений для физического совершенствования и сохранения здоровья. Наиболее популярной и доступной, а также эффективной и эмоциональной формой физического развития детей в Центре детского творчества города Междуреченска является хореография, детский танец. Доступность основывается на простых общеразвивающих и танцевальных упражнениях. Эффективность - в разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечно - сосудистую, дыхательную и нервную системы человека. Эмоциональность достигается за счет выполнения образных упражнений, сюжетных композиций, которые отвечают возрастным особенностям детей. Музыкальное сопровождение дает возможность получить общее эстетическое и физическое развитие, концентрирует внимание, память, восприятие, поддерживает работоспособность, усиливая эффект выполняемых упражнений.

Центр детского творчества располагает большими возможностями для здоровьесберегающего и эстетического образования детей с учетом их возраста, способностей и интересов. Хореографический зал оборудован зеркалами, переносными хореографическими станками, музыкальным центром, цифровым пианино и спортивным инвентарем (обручи, скакалки, коврики, мячи, ленты). Все это делает занятия эффективными и интересными для обучающихся. Использование разнообразных форм и методов обучения, способствует воспитанию здоровой творческой личности.

Игра, как метод обучения, является уникальной технологией. Через развлечение и эмоциональный подъем происходит обучение, без навязывания и принуждения. Игровая деятельность связывает обучающихся между собой, а так же с взрослыми в единое целое. Участвуя в ней, дети знакомятся с окружающим миром через движения, образы, краски, звуки, эмоции, учатся держать себя в обществе. А творческое развитие ребенка, как одно из условий воспитания здоровой личности, совершенно невозможно без музыки и поэзии. Все культуры мира включают в воспитание подрастающего поколения песни, стихи, прибаутки, потешки и музыкально-ритмические движения.

Инсценированные песни оказывают большую помощь в совершенствовании речи. В процессе работы над выразительностью текста, обогащается словарь ребенка, совершенствуется культура его речи, формируется интонация голоса. Улучшается диалогическая речь, грамматика. Все это тесно связано с умственным развитием. Использование разнообразных средств выразительности речи – неременное условие развития здоровой, полноценной личности. Инсценирование песен, басен, стихотворений - это такой вид деятельности, где участвуют определенные персонажи, разворачивается какое-то действие и решается основная задача - передать игровой образ идеи, персонажа, действия. В процессе инсценировочной игровой деятельности дети учатся сочувствовать персонажам, сопереживать им, ставить себя на их место, развивать воображение.

Театрализованная деятельность обладает большим потенциалом формирования здоровьесберегающего поведения детей младшего школьного возраста. Она стимулирует развитие психических и умственных процессов, создает условия для усвоения способов укрепления и сохранения здоровья, предупреждения заболеваний, обогащает положительными впечатлениями, способствует самопознанию, реализует творческую активность формирующейся личности ребенка, позволяет познавать окружающий мир, формировать опыт поведения, создавая среду для формирования ценности здоровьесбережения.

Инсценирование произведений - это неисчерпаемый источник развития чувств, переживаний и эмоциональных открытий, способ приобщения к духовному и нравственному богатству. В результате ребенок познает мир и умом, и сердцем, выражая свое отношение к добру и злу, учится испытывать радость в преодолении трудностей общения, неуверенности в себе. Театрализованная деятельность выступает как одно из средств формирования здоровьесберегающего поведения обучающихся, развития художественных способностей, творчества, а так же формирует нравственные качества.

Инсценированные песни-игры побуждают ребенка двигаться, развивать пластику тела, тем самым улучшая кровообращение и гибкость суставов, исправляя осанку, сочувствовать персонажам, сопереживать им, развивать воображение.

Театрализованная деятельность также формирует нравственные качества, так как любое произведение имеет мораль. Трепетное и нежное отношение к маме, любовь к Родине, крепкая и бескорыстная дружба, уважение к труду и его ценность.

Пользуясь приемами инсценирования, рассмотрим песенку из репертуара инсценированных песенок.

Огород (слова *Г. Лагздынь*)

Танец- зарядка исполняется под авторскую музыку, размер 2/4.

Не ленись, моя лопатка,

Будет вскопанная грядка (дети изображают движения копания с притопыванием ногой)

Грядку граблями пригладим, (руки изображают грабельки с плавными движениями к себе)

Все комочки разобьем, (кулачки ударяют друг о друга)

А потом цветы посадим, (приседания с наклонами и выставлением рук вперед поочередно)

А потом водой польем (плавные движения руками вверх-вниз)

Огородик посажу и кругом огорожу, (руки на поясе, повороты вокруг себя)

Протопчу туда дорожку, друга в гости позову (притопывания ногами, приглашающие движения руками.)

Опыт работы показал, что участие обучающихся в инсценировании песен несет им уверенность в себе, улучшает физическое состояние, настроение, снимает стресс и напряженность мышц. Вынужденное глубокое дыхание обогащает легкие кислородом, успокаивает. Дети чувствуют себя свободнее, раскованнее, начинают больше доверять друг другу и педагогу. Под влиянием звучания веселой музыки, в сочетании с выразительным текстом, у них возникают яркие положительные эмоции, впечатления, что побуждает их выражать свои чувства в песне и танце. Такая песенка или стишок надолго сохраняется в памяти.

Применение музыкально–ритмической игровой деятельности в процессе инсценирования помогает:

- развитию эмоциональной отзывчивости;
- развитию свободы движения, координации;
- снятию мышечной заторможенности, стресса;
- ощутить чувство пространства и партнера.

Любая творческая и активная деятельность способствует развитию ребенка, если обучение приносит детям радость, если в процесс активно включается преподаватель, и если есть возможность применить полученный детьми опыт в самостоятельной импровизации, таким образом, продемонстрировав свой успех перед сверстниками, дружелюбными преподавателями и родителями.

В танцевальном искусстве внешняя красота, здоровье и совершенство неразрывно связаны с красотой внутренней. В этом единстве заключена сила его эстетического, нравственного воздействия. Только в ходе развития творческих, физических способностей, формирования здоровьесберегающего поведения начинается подлинное здоровое воспитание.

Таким образом, из вышесказанного можно сделать вывод что в процессе инсценировки ребенок, используя различные символические средства (мимику, пантомиму, пластику, речь, пение, музыкально - ритмическую деятельность) с целью получения знаний и представлений о способах укрепления и сохранения здоровья, природных и социальных факторах вреда и пользы для здоровья, осознает ценность здоровья и ответственного отношения к нему, закрепляет модель здоровьесберегающего поведения.

Подводя итог, мы видим, что инсценировка песенок эффективно помогает в развитии коммуникативных способностей:

- учит держать себя в обществе (слушать, не перебивая, говорить, обращаясь к партнеру, соблюдать личное пространство друг друга);
 - вызывает желание участвовать в праздниках и выступлениях;
 - учит чувствовать себя свободно, раскованно и доброжелательно;
- художественно–речевой, умственной и музыкально - ритмической деятельности:
- побуждает к размышлению, анализу;
 - развивает слуховое внимание, воображение, память, речь;
 - побуждает детей к подпеванию и пению;
 - приобщает к импровизации с использованием доступных средств выразительности (голос, мимика, жесты, движения);
- здоровьесбережению детей младшего школьного возраста:
- развивает мелкую моторику пальцев рук;
 - развивает двигательную активность, координацию движений;
 - стимулирует кровообращение, гибкость суставов;
 - укрепляет физическое и психическое здоровье детей,
 - закрепляет модель здоровьесберегающего поведения

Литература:

1. Вайнер, Э. Н. Формирование здоровьесберегающей среды в системе общего образования. Валеология. – 2004. - №1. – с 21 – 26
2. Дереклеева, Н. И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья. Начальная школа. – М.: «ВАКО», 2007 г.
3. Карасева, Т. В. Современные аспекты реализации здоровьесберегающих технологий. Начальная школа, 2005 - №11, с. 75.
4. Лобанова, Е. А. Здоровьесберегающие технологии на уроке музыки. Образование в современной школе. – 2005. - №9. – с. 44 – 57.
5. Митина, Е. П. Здоровьесберегающие технологии сегодня и завтра. Начальная школа, 2006, №6.с. 56.