

Нетрадиционная техника здоровьесберегающих технологий у детей дошкольного возраста «body percussion»

«Боди-перкуссия как средство развития чувства ритма у детей дошкольного возраста»

Боди-перкуссия – один из подходов в музыкально- ритмической деятельности для дошкольников, где в качестве инструмента используется всё тело. Данное направление сегодня широко используется в музыкально педагогической практике, поскольку оно помогает дошкольнику не просто услышать, а прочувствовать ритм, ощутить его внутри себя и воспроизвести. Эта техника способствует раскрепощению, налаживанию контакта с телом, творческому выражению.

Перкуссия (от лат. percussio — «постукивание»)

– **многозначное слово:**

1. Перкуссия - это группа ударных музыкальных инструментов, из которых звук извлекается ударом (*молоточком, палочкой, колотушкой и проч.*) или тряской (*покачиванием, встряхиванием, переворачиванием и проч.*) по звучащему телу (*металл, дерево, кожа, пергамент, пластик*).

2. Перкуссия в медицине— выстукивание больного (*пальцем или молоточком*) для определения по характеру звука состояния внутренних органов.

3. Музыкальное направление, в котором тело используется в качестве музыкального инструмента, по-английски называется Body Percussion (дословный перевод - *«тело-барабан»*).

Музыканты современности называли такое направление «боди-перкуссия» или телесная перкуссия – музыка нашего тела. Это коллективная музыка. И чем больше людей создает звучащие жесты, тем интересней и впечатляюще получается.

Музыка тела хороша тем, что ее может освоить каждый.

Звучащие жесты - это звуки человеческого тела, которые являются первым музыкальным инструментом.

Музыка тела доступна для детей с раннего возраста. Примеры боди-перкуссии мы видим в детских играх, песнях, танцах («Ладушки», «Танец маленьких утят» и др.). Чаще всего они направлены на развитие координации и владения собственным телом, включают в себя элементы различных музыкально-танцевальных движений.

Перкуссия тела хороша тем, что её может освоить каждый. Тело – это прекрасный развивающий инструмент, как для обычных деток, так и для детей с ООП. Экспериментируя с движениями тела, ритмические рисунки исполняются на разных его частях, тем самым как бы массируя его. Благодаря такому способу «массажа» происходит оздоровительный эффект.

Телесная перкуссия действует в трех областях:

- *на физическом уровне (речь)* она стимулирует понимание тела, контроль над движениями и мышечную силу, координацию и равновесие, имеет массажное воздействие;
- *на уровне психики (речь)* она улучшает концентрацию, память и восприятие, когнитивные способности в целом;
- *в социально-эмоциональной сфере (речь)* она помогает выстраивать отношения в группе и ведет к снижению беспокойства при социальных взаимодействиях.

Немецкий педагог и музыкант Карл Орф) в результате музыкально-педагогической работы по музыкальному воспитанию вводит 4 типа звучащих жестов:

- **хлопки** (звонкие – всей ладонью, тихие – согнутыми ладонями, потирание ладоней и др.);
- **шлепки** (по коленям, по бёдрам, по груди, по бокам);
- **притопы** (всей стопой, пяткой, носком);
- **щелчки** (пальцами в воздухе, по коленям, по надутым щекам).

На музыкальных занятиях я ввожу элементы перкуссии регулярно. Дети увлечённо их осваивают.

У воспитанников развиваются чувство ритма, слуховое внимание, улучшается координация, зрительно-моторная координация; воображение, музыкально – ритмические способности.

Будем все сейчас играть,
Будем ритмы создавать,
На меня вы посмотрите,
И потом всё повторите!

Упражнение «Птички» - сначала выполняем со словами, затем молча.

Го-лубь / хлопок в ладоши правой рукой и по груди

Во-ро-бей / хлопок в ладоши, хлопок по груди правой, затем левой рукой.

Дя-тел / хлопок в ладоши правой рукой и по груди

Со-ло-вей / хлопок в ладоши, хлопок по груди правой, затем левой рукой.

С помощью этого упражнения у детей развивается слуховое внимание, речь, зрительная память, чувство ритма.

СЛАЙД 14:

«Ехал грека через реку» способствуют повышению тонуса мышц, развитию памяти, концентрации внимания.

Ехал грека через реку /хлопок по груди правой, затем левой рукой.

Видит грека в реке рак /хлопки по коленям с чередованием правой и левой рук

Сунул грека руку в реку /скользящие движения ладошкой о ладошку, попеременно

Рак за руку грека цап / «замок»