

## Ритмическое самовыражение детей

А.Ф. Яфальян,  
О.Е. Дрень

В статье раскрывается содержание работы по развитию у детей чувства ритма как качества личности. Рассматривается влияние ритма на здоровье детей, разнообразие ритмов окружающего мира, виды ритмов и способы ритмического фантазирования детей. Определены педагогические условия, формы, методы, этапы и содержание работы по ритмическому самовыражению детей в условиях дошкольного образовательного учреждения.

*Ключевые слова:* ритмическое развитие, самовыражение детей, виды фантазирования детей дошкольного возраста, чувство ритма, ритмическое фантазирование, развитие музыкального ритма у дошкольников.

Звуки окружающего мира сопровождают ребенка целый день: включенное радио, шум потока машин, гудки, крики – всё это создает звуковую аритмичность, оказывает отрицательное воздействие на жизненные ритмы ребенка и на его здоровье. Умственное развитие ребенка также зависит от его ритмичности как качества личности. К. Бюхер, исследуя влияние трудовых песен на человека, описал изменения ритмических действий человека в процессе труда. Он утверждал, что ритмичность трудовых действий зависит от общего развития личности. Хаотичность и нерациональность движений он отмечал у людей из племен, живущих в Африке [2]. Цивилизованный человек в спокойном состоянии ритмичен, его действия целесообразны и оптимальны.

Ритмичность зависит от психического состояния и здоровья ребенка. На основе результатов многолетнего исследования проблемы ритмов в деятельности детей в обычных и коррекционных группах детского сада и начальной школы [3] мы пришли к выводу, что дети с проблемами в умственном развитии с трудом выполняют ритмические упражнения, как индивидуальные, так и групповые. Это касалось ритма трудовых действий, графического и музыкаль-

ного ритмов, т.е. ритмичности как качества личности.

Общеизвестно, что в искусстве ритм выполняет гармонизирующую функцию. Еще В.М. Бехтерев [1] отмечал, что музыкальный ритм способен установить равновесие в деятельности нервной системы ребенка, успокоить слишком возбужденных детей и активизировать медлительных, избавить их от неправильных и лишних движений. Действительно, велико значение ритмов, создаваемых педагогом в течение дня. Важно научить детей начинать день вовремя, включаться в процесс деятельности, организовывать режим дня после занятий.

При этом необходимо различать два понятия, которые в музыке имеют четкое разграничение, а в жизни постоянно подменяются. Это **ритм** и **метр**. Нередко изменения, например, времен года, смену дня и ночи, пульс сердца называют ритмами. В действительности это всего лишь метрические проявления жизни. Ритм времен года заключается в их ежегодной уникальности, неповторимости. Нет ни одной одинаковой весны: раннее тепло, ускоренное цветение, солнечные дни одного года нельзя спутать с холодными днями запоздалой весны другого года. Каждая весна уникальна, так же как и каждое сердце бьется не только с разной силой, но и с различной степенью наполненности. Полнокровные жизненные процессы – это и есть ритмы жизни.

Весь образовательный процесс пронизан динамическими (всё, что слышит ребенок) и визуальными (всё, что он видит) ритмами. К динамическим ритмам относятся все ритмы художественных произведений, которые развиваются во времени: поэзия, проза, музыка, хореография. Визуальные ритмы заложены в живописи, скульптуре, архитектуре. Если учесть, что динамическими являются не только ритмы искусства, но и жизненные ритмические процессы, то их также можно классифицировать по разным признакам: шумовые, звуковые, музыкальные; вербальные и невербальные; временные (слышимые) и пространственные (неслышимые, но воздействующие на ребенка). Ви-

зуальные ритмы тоже очень разнообразны: плоскостные и пространственные, композиционные и последовательные, цветовые и графические.

В условиях школы самовыражения [4] дети старшего дошкольного возраста включаются в разнообразные виды фантазирования: ритмическое, графическое, мелодическое, пластическое, вербальное. При этом ритм как системообразующий элемент присутствует практически во всех видах деятельности: в рисунке, в танце, в стихах, в песне. Ритмическое фантазирование является одним из основных способов сохранения и восстановления природных ритмов ребенка, освоения им визуальных и аудиальных ритмов, а также овладения ритмами мыслительных процессов. Надлежащим образом организованная педагогическая работа позволяет гармонизовать ребенка с окружающим миром, людьми и, главное, с самим собой.

В школе самовыражения при освоении визуальных ритмов дети знакомятся с пространственными, объемными (при изготовлении объемных работ) и плоскостными (в процессе изобразительной деятельности) ритмами. Аудиальные ритмы направлены на освоение шумовых, звуковых, музыкальных и речевых ритмов. Утром, с приходом детей в детский сад, работа начинается с гармонизации внутренних процессов каждого отдельного ребенка, группы детей, коллектива в целом. Ритмический настрой необходим потому, что домашние ритмы, ритмы улицы зачастую не совпадают с природными ритмами ребенка и единым ритмом в коллективе, поэтому в начале дня требуется определенная работа для создания так называемого «ритмического резонанса», который настроит детей на совместную деятельность.

Принцип ритмичности должен учитываться на любых занятиях с дошкольниками. Это позволяет детям легко и свободно включаться в любую познавательную или художественную деятельность. Благодаря тому что занятия выстраиваются в определенном ритме, повышается интерес, улучшается запоминание и значительно снижается утомля-

емость, что благотворно влияет на сохранение соматического и психического здоровья.

Для создания единого ритмического пространства в работе с детьми нужно учитывать следующие условия.

1. Ритмически организованная смена деятельности с учетом спланированного ускорения и замедления темпа работы активизирует внимание детей.

2. Чередование активизирующей и расслабляющей деятельности помогает избежать утомления.

3. Использование на протяжении занятия ритмов музыки, танца, ритмических композиций по изобразительному искусству вызывает и поддерживает у детей интерес даже к сложному материалу.

4. Применение метода «триады ритма», основанного на единстве мысли, чувства и действия («воспринимаю – переживаю – действую»), позволяет равномерно распределять нагрузку на мозг, сердце и руки ребенка.

5. Учет ритма дыхания и пульса позволяет сделать работу природосообразной. Для этого применяются дыхательные упражнения.

6. Спокойная, ритмически организованная речь педагога создает благоприятный фон и комфортные условия для общения и работы детей.

Предлагаемая нами программа ставит своей целью развитие чувства ритма у детей дошкольного возраста средствами различных видов музыкально-игровой деятельности и ритмически организованной окружающей среды. Основными в программе являются следующие направления деятельности педагога.

1. Создание ритмически организованной педагогической среды, способствующей гармонизации детей с окружающим миром.

2. Освоение ритмического самовыражения и применение в деятельности различных видов ритмов: аудиальных, визуальных, кинестетических.

3. Учет и применение специфических форм и активных методов работы с детьми по развитию чувства ритма.

Помимо традиционных видов музыкальной деятельности (пение,

слушание, движение под музыку) используются специальные, разработанные для данной программы виды активной деятельности: ритмические этюды и тренинги, ритмическое фантазирование, эвритмия, ритмопластика, ритмографика, ритмизация слова, пространстворитмия. При этом музыка играет роль главного ритмообразующего средства и сопровождает практически все задания по развитию чувства ритма, поэтому такая работа проводится прежде всего на комплексных музыкальных занятиях.

Структура занятия зависит от его содержания, от характера предложенного материала, от этапа усвоения видов фантазирования и от содержания основной программы. Вместе с тем можно выделить основные структурные компоненты занятия:

1) ритмическая установка (выбор ритма и темпа занятия);

2) ритмическая гимнастика (подготовка к освоению основного на данном занятии вида ритмической деятельности);

3) занимательная беседа (рассказ, сказка) о новом виде ритма;

4) дидактическая игра по освоению ритма;

5) творческое задание по закреплению пройденных ранее ритмов;

6) игровая ритмическая пауза, направленная на снятие напряжения и вхождение в другие виды ритма;

7) включение детей в различные виды музыкальной деятельности (слушание и пение) с использованием различных видов ритма;

7) групповые формы исполнения ритмов;

8) закрепление навыков и умений (калейдоскоп ритмов);

9) индивидуальная проверка ритмического состояния нескольких детей.

Темы занятий могут быть самыми различными: «Музыка леса», «Цветочная поляна», «Народные напевы», «Считалочки-гадалочки» и т.д., – но обязательным условием является включение в них ритмической установки, ритмической гимнастики, ритмической паузы и ритмических этюдов, заданий, упражнений, игр.

На занятиях используются разнообразные типы заданий – например, на образное самовыражение: придумать к различным движениям, позам, жестам образные названия: «Воздушные шарики», «Летающий слон», «Веселая обезьянка». В этом виде самовыражения очень важно ощутить свои переживания, состояния и воплотить их в реальный образ: сначала вербальный, затем пластический. Особое значение придается вербальному образу.

Можно рекомендовать исполнение оркестровой музыки по «партиям» (полиритмия). Совместное исполнение представляется в виде пластически звучащего оркестра: педагог помогает детям услышать музыкальные группы (ударные, духовые, скрипичные инструменты), передать характер звучания каждой группы инструментов и изобразить услышанное в движении.

Интересны для детей задания по ритмизации в процессе работы со стихами. Чтение стихов непроизвольно вызывает чувство ритма. Графическая ритмизация помогает выразить характер стихов и музыки.

Подобная работа может проводиться на занятиях ритмикой, музыкой, а также в процессе игр, развлечений, в свободное время в течение дня.

Программа делится на пять направлений: «Аудиальные ритмы», «Визуальные ритмы», «Пластические ритмы», «Пространственные ритмы», «Вербальные ритмы» [5; 6]. Каждое направление имеет свои особенности и зависит от способа восприятия окружающего мира и формы выражения чувств.

Работа по освоению ритмов проводится в три этапа:

- 1) ознакомление с ритмами;
- 2) исполнение ритмов под руководством педагога;
- 3) самостоятельное освоение ритма в других условиях.

Так, например, в первом направлении «Аудиальные ритмы» детям даются общие представления о ритмической организации звукового мира, о шумовых, звуковых ритмах природы, социальной и производственной среды, о музыкальных ритмах в доступной для по-

нимания дошкольников форме (в виде занимательных рассказов, бесед, сказок). На первом этапе дети знакомятся с разнообразными шумовыми, звуковыми и музыкальными ритмами, выполняют под руководством педагога ритмические упражнения. На втором этапе дети участвуют в индивидуальном и групповом исполнении музыкальных ритмов, предлагаемых педагогом. На третьем этапе дошкольники осваивают эвритмические методы исполнения музыки.

Занятия носят комплексный характер, при этом ритм становится главным связующим компонентом всего материала. Музыка представляет собой средство выражения ритмов окружающей жизни и внутреннего мира ребенка. Экспрессия, динамика, выразительность эмоциональных проявлений лежат в основе развития у детей чувства ритма.

Работа по данной программе, во-первых, способствует ритмизации образовательного процесса; во-вторых, облегчает адаптацию детей к окружающей образовательной среде; в-третьих, направлена на гармонизацию внутренних и внешних ритмических процессов; в-четвертых, развивает у детей музыкальное чувство ритма.

Таким образом, организуя работу по ритмическому самовыражению детей, педагог способствует их умственному развитию, быстрому вхождению в любую ситуацию, легкую переключаемость с одного вида деятельности на другой, повышению работоспособности, проявлению позитивной активности, созданию благоприятных условий для жизнедеятельности как отдельного ребенка, так и коллектива в целом.

#### Литература

1. Бехтерев, В.М. Мозг : структура, функция, патология, психика / В.М. Бехтерев // Избр. тр. : в 2-х т. – М. : Поматур, 1994. – Т. 1. – 750 с.
2. Бюхер, К. Работа и ритм / К. Бюхер. – М. : Изд-во О.П. Поповой, 1899. – 112 с.
3. Лобова, А.Ф. (Яфальян). Развитие чувства ритма у детей в музыкально-игровой деятельности / А.Ф. Лобова (Яфальян), О.Е. Дрень. – Екатеринбург : Урал. гос. пед. ун-т, 2003. – 168 с.
4. Лобова, А.Ф. (Яфальян). Школа самовыражения / А.Ф. Лобова (Яфальян). – Екатеринбург : Урал. гос. пед. ун-т, 1999. – 168 с.

5. Яфальян, А.Ф. Развитие у детей чувства времени / А.Ф. Яфальян, О.Е. Дрень. – Нижневартовск : Изд-во Нижневарт. гуманит. ун-та, 2006. – 99 с.

6. Яфальян, А.Ф. Ритмическое самовыражение детей : метод. пос. / А.Ф. Яфальян, О.Е. Дрень. – Екатеринбург : Урал. гос. пед. ун-т, 2007. – 105 с.

*Алла Федоровна Яфальян (Лобова) – доктор пед. наук, профессор, заведующая кафедрой эстетического воспитания Института педагогики и психологии детства Уральского государственного педагогического университета, г. Екатеринбург;*

*Олеся Евгеньевна Дрень – канд. пед. наук, доцент кафедры методик дошкольного и начального образования Нижневартовского государственного гуманитарного университета, г. Нижневартовск, Тюменская обл.*