



### **Значение развития пластики движений детей**

Вырастить ребёнка здоровым как в физическом, так и в психическом плане – это одна из ведущих задач, стоящих перед дошкольным учреждением. Хореографическое искусство обладает редкой возможностью разносторонне воздействовать на ребенка. Оно позволяет решать задачи физического, музыкально-ритмического, эстетического и, в целом, психического развития детей.

Занятия хореографией призваны:

- укреплять здоровье детей;
- развивать силу, выносливость, ловкость, гибкость, координацию движений, умение преодолевать трудности, закалять волю;
- способствовать становлению чувства ритма, темпа, исполнительских навыков в танце и художественного вкуса;
- формировать красивые манеры, походку, осанку, выразительность телодвижений и поз;
- избавлять от стеснительности, зажатости, комплексов;
- учить радоваться успехам других и вносить вклад в общий успех.

Хореография постоянно развивающееся искусство. На рубеже XIX—XX веков рождается новый вид танца - пластический танец.

Большой вклад в разработку системы пластического танца внесла знаменитая танцовщица А. Дункан. Она стремилась сделать танец выражением личности,

отражением неповторимой человеческой индивидуальности, инструментом самопознания. Дункан ценила в танце изначальную экспрессию человеческого тела, выражающуюся во взаиморасположении различных его частей — отсюда эпитет пластический.

Используя термин «пластика» по отношению к ритмическим занятиям с дошкольниками, мы хотим подчеркнуть, что в основе методики лежит овладение свободой движения под музыку. Если характеризовать движения, которые входят в систему упражнений, то можно сказать, что детям предлагается освоить все возможное разнообразие пластических средств: это и основные, общеразвивающие движения, разнообразные жесты, танцевальные движения и т.д. Некоторые композиции предлагаются детям как этюды, другие – как образно-игровые и ритмические танцы.

### **Игра этюд для дошкольников на развитие плавных движений рук.**

Цель: развивать выразительность жестов и пластику рук.

Каждый этюд должен сопровождаться музыкой. Для усложнения задачи используйте разные музыкальные композиции.

- «Ветерок».

Перекрестные движения рук над головой. В работе участвуют плечо, предплечье, кисть.

- «Ленточки».

Попеременные, пластичные движения руками вверх-вниз, перед грудью.

- «Волна».

Плавное движение вверх и вниз одной рукой. Она может быть отведена в сторону или вытянута вперед. «Волна» образуется за счет пластичных движений плеча, предплечья, кисти. «Волна» может плавно перетекать из одной руки в другую.

- «Поющие руки».

Из положения «руки в стороны» мягким движением

кисти направляются друг другу навстречу, словно собирая перед собой упругий воздух. Такими же пластичными движениями руки снова разводятся в стороны. Корпус при этом помогает выразительности движения, слегка наклоняясь вперед и откидываясь назад.

- «Крылья».

Плавные маховые движения руками, разведенными в стороны. Следует помнить, что при подъеме рук кисти опущены, а при опускании рук локти слегка согнуты, кисти выразительно подняты вверх.

**Упражнение для дошкольников на расслабление всего организма.**

Для полного расслабления используется музыкальное сопровождение спокойного характера.

"Птички" Дети представляют, что они маленькие птички. Летают по душистому летнему лесу, вдыхают его ароматы и любуются его красотой. Вот они присели на красивый полевой цветок и вдохнули его легкий аромат, а теперь полетели к самой высокой липе, сели на ее макушку и почувствовали сладкий запах цветущего дерева. А вот подул теплый летний ветерок, и птички вместе с его порывом понеслись к журчащему лесному ручейку. Сев на краю ручья, они почистили клювом свои перышки, попили чистой, прохладной водицы, поплескались и снова поднялись ввысь. А теперь приземлимся в самое уютное гнездышко на лесной полянке. Устроились удобно, закрыли глазки, крылышки опустили и под шум леса засыпаем.

*Педагог дополнительного образования Лукашева М.Г.*