**«ГРАНИ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО МАСТЕРСТВА В СИСТЕМЕ**

**МУЗЫКАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ»**

Номинация «ОПЫТ РАБОТЫ»

Автор: Даминдарова Эльвира Фаридовна

музыкальный руководитель МАДОУ «Детский сад №206 с татарским языком

воспитания и обучения комбинированного

вида» Советского района г.Казани

Республика Татарстан г. Казань

**Боди перкуссия как метод оздоровления детей дошкольного возраста**

**в музыкальной деятельности**

«Музыка не только фактор облагораживающий, воспитательный. Музыка - целитель здоровья».

Бехтерев Владимир Михайлович.

Здоровье человека – тема достаточно актуальная для всех времен и народов, а в 21 веке она становится первостепенной. От состояния здоровья детей во многом зависит благополучие общества. Экологические проблемы, некачественное питание, эмоциональный дискомфорт - лишь некоторые факторы, агрессивно воздействующие на хрупкие детские организмы. Несмотря на тенденцию возрождения в российских семьях здорового образа жизни, активную его пропаганду в средствах массовой информации, по данным системы здравоохранения состояние здоровья детей дошкольного возраста снижается.

Актуально значимым и востребованным сегодня становится поиск средств и методов повышения эффективности оздоровительной работы в дошкольных образовательных учреждениях. Одним из таких педагогических подходов принято считать комплекс мер по охране и укреплению здоровья детей в образовательном учреждении- здоровьесберегающие технологии.

Внедрение **здоровьесберегающих технологий** способствует воспитанию интереса ребёнка к процессу обучения, повышает познавательную активность и, самое главное, улучшает психоэмоциональное самочувствие и **здоровье детей**.

Одна из таких технологий «Боди-перкуссия», которая широко применяется в музыкальном образовании в силу своей доступности.

Для начала определим значимость слова «перкуссия».

Термин «перкуссия» (от лат. percussio — «постукивание») – многозначное слово:

* Перкуссия - это группа ударных музыкальных инструментов, из которых звук извлекается ударом (молоточком, палочкой,) или тряской (покачиванием, встряхиванием, переворачиванием и проч.) по звучащему телу (металл, дерево, кожа, пергамент, пластик).Это самая многочисленная группа музыкальных инструментов. К ним относятся бубен, маракас, колокольчики, шейкеры, конго, бонго, треугольник, трещотка, деревянная коробочка, кастаньеты и десятки других этнических ударных инструментов.
* Перкуссия в медицине— выстукивание больного (пальцем или молоточком) для определения по характеру звука состояния внутренних органов.
* Музыкальное направление, в котором тело используется в качестве музыкального инструмента, по-английски называется Body Percussion (дословный перевод - «тело-барабан»).

Body Percussion самая древняя форма музыки, вдохновленная нашим сердцебиением, пульсацией крови и дыханием. Одним из первых, кто воплотил в своём новаторском подходе к музыкальному обучению детей синтез движения, пения, игры и импровизации был немецкий педагог и музыкант Карл Орф (1895-1982).  В результате музыкально-педагогической работы  он  создал пособие по музыкальному воспитанию “Шульверк”.

   Идея К.Орфа состоит в том, что в основе обучения лежит принцип музицирования через активные движения.

«Самым первым инструментом человека было и есть его тело» - говорил Карл Орф.

    Так родилась система “bodypercussion” (с лат. «звучащие жесты»). Звучащие жесты -  это звуки человеческого тела.

Музыка тела это слияние движения и звука, она доступна для всех с раннего возраста. Примеры Body Percussion мы видим в детских играх, песнях, танцах («Ладушки», «Танец маленьких утят», считалки и др.). Чаще всего они направлены на развитие координации и владения собственным телом, включают в себя элементы различных музыкально-танцевальных направлений.

Детям нравится заниматься Body Percussion – для них естественно взаимодействовать с различными частями своего тела. На музыкальных занятиях дошкольники первоначально осваивают такие музыкальные элементы как ритм, темп и именно движения собственного тела помогают им в этом (отбивают ритм ладонями, ногой и др.).

Телесная перкуссия позволяет понять ритм на очень глубоком уровне и практиковать разные ритмические навыки. Освоение Body Percussion включает в себя постижение основных знаний по ритму, а также – развитие координации тела.

Экспериментируя с движениями тела, ритмические рисунки исполняются на разных его частях, тем самым как бы массажируя его. Благодаря такому способу «массажа» происходит оздоровительный эффект.

*Оздоровительные возможности телесной перкуссии*

Телесная перкуссия действует в трех областях:

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

Занимаясь Body Percussion, дошкольники учатся создавать музыку своими руками, а также ногами, зубами, щеками и другими частями тела.

Четыре базовых звука, которые ввёл К.Орф :

* 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).

Как только эти звуки освоены, можно создать более сложные ритмы, а также попросить детей придумывать свои собственные концовки, что позволяет экспериментировать и тем самым обогащать свой опыт музицирования различными телесными приемами. Техника "Body Percussion" помогает ребёнку не просто услышать, а прочувствовать ритм всем телом, ощутить его внутри себя. Дети – это и танцоры, и музыканты одновременно.

Таким образом, научившись выражать свое состояние с помощью звуков собственного тела и голоса, познав силу импровизации, дети получают эффективное средство для самовыражения, снятия напряжения, раскрытия собственного потенциала.

Перкуссия тела может исполняться сама по себе или в качестве аккомпанемента музыке.

Движения под музыку помогают проследить развитие музыкального образа. Все это достигается с помощью приобретенных навыков и умений согласовывать движения с музыкой, ее характером, настроением.

Мир музыки охватывает разные исторические эпохи, различные национальные традиции, сокровища музыки необычайно разнообразны. Все элементы музыкальной выразительности отражают содержание музыкального произведения, которое воспринимается детьми через органы чувств, воздействуя на различные функции и системы организма.

Происходит это в силу того, что музыка обладает специфическим свойством влиять на психику человека, его эмоциональное состояние. Одна из самых сильных возбудителей эмоций человека является ритмичная музыка. Под её влиянием активизируются психологические и физические функции человека: усиливается частота сердечных сокращений, расширяются кровеносные сосуды, повышается обмен веществ и активность органов чувств, ускоряется расщипление гликогена.

Ритмичная музыка является могучим воспитывающим и организующим средством, применении её на занятии, способствует формированию у занимающихся единого эмоционального порыва, чувства сплочённости, пробуждает активное желание выражать музыку в движении.

Известно, что музыка обладает целебными свойствами для души и тела человека. Этому свойству музыки высокую оценку давали Пифагор, Платон, Гиппократ и другие ученые Древней Греции. Аль Фараби, музыкотерапевт Древнего Хорезма, утверждал, что музыка действует на человека через главные орган его тела-головной мозг. По его мнению головной мозг регулирует работу сердца, поддерживает нервную систему и ощущения. Данные Аль Фараби были подтверждены работами В.М. Бехтерева.

Арттерапия, т.е. терапия с использованием музыки и движений, может стать эффективным методом коррекции психического состояния детей дошкольного возраста.

Целенаправленно используемая музыка при двигательной деятельности может способствовать настройке организма ребёнка на определённый темп работы, повысить работоспособность, отдалить наступление утомления, снимать нервное напряжение. Такую музыку можно назвать функциональной.

В основе благотворного влияния функциональной музыки на деятельность занимающихся лежат два фактора: положительная роль эмоционального возбуждения и способность стимулировать ритмику работы двигательного аппарата.

Музыка даёт ни с чем несравнимую возможность для развития духовной сферы человека, его творческого потенциала, особенно в детском возрасте, так как в это время организм наиболее восприимчив ко всему новому.

Для воспроизведения ритма я подбираю детские песенки, фрагменты классической музыки, а также использую в музыкальной деятельности с дошкольниками фольклорную музыку. Музыкальное развитие даёт возможность наиболее полно раскрыть все внутренние психологические качества ребенка (воображение, память, волю и др.), воспитать эмоционально-чувственную сферу психики ребёнка (тонкость, чуткость, умение через музыкальное искусство познавать глубину душевных переживаний), и, что самое главное – это постоянная возможность самореализации.

**Приемы работы с детьми в технике боди перкуссия**

* *1.Педагог, на фоне шлепков по коленям с детьми, выразительно и ритмично декламирует текст.*
* *«Эхо» текст по фразам, педагог – дети.*
* *Декламирование текста по-разному: громко, тихо, басом,* писклявым голосом *и т.д.*
* *Добавляем движения: метрические шаги в рассыпную, по кругу, с поворотами, остановками, приседаниями и т.д.*
* *Упражнения с предметами (стаканчики, палочки)*

**Этапы работы с детьми в технике боди перкуссия**

*Первый этап*

Каждый из звучащих жестов разучивается сначала отдельно, затем их объединяют друг с другом, причем начинать надо с наиболее легкого – с сочетания шлепков и хлопков

**1. Хлопки**.

Хлопки могут быть разными:

-Хлопок горстью

-Хлопок плоской ладонью.

-Возможны хлопки перед собой, а также за спиной, над головой, в ту или другую сторону.

**2. Шлепки.**

Под шлепками подразумевается упругий удар кистями рук по бедрам у колен.

1) Одновременно двумя руками.

2) Отдельные удары левой или правой рукой.

3) Перекрестные удары

**3. Щелчки.**

В каждой группе ребят можно найти таких, которые умеют щелкать пальцами. Некоторые этому могут научиться тотчас же, но не все, так как не каждая рука пригодна для этого. Важно, чтобы щелканье пальцами выполнялось без напряжения, свободно и легко.

**4. Притопы.** Можно делать притопы одной ногой или попеременно двумя, оставаясь на одном месте или продвигаясь вперед.

Наряду с притопами всей ногой можно и должно проводить и другие упражнения: удары носком (пятка остается на полу) или пяткой (носок остается на полу).

Когда звучащие жесты будут детьми освоены, постепенно можно задействовать все большее количество разных «инструментов», ставя все более сложные как ритмические, так и координационные задачи.

*Второй этап*

Предлагайте детям постепенно привыкать к простому самоаккомпанементу: вначале дайте только хлопки и притопы, затем добавьте шлепки по коленям и позже щелчки. Основной формой в этом виде деятельности является «эхо», когда дети за педагогом повторяют предлагаемую серию жестов и форма «делай как я», когда за одним ребенком повторяют все остальные.

*Третий этап*

Чтобы подготовить детей к исполнению самостоятельных композиций и ритмических формул в сопровождении Body Percussion, необходимо разучить несколько начальных, подготовительных упражнений разной степени трудности.

*Четвертый этап*

На последнем этапе, когда у детей появится достаточно «ритмических эталонов», можно предложить импровизацию. Если дети почувствовали привлекательность и оригинальность Body Percussion, то возможно использование элементов Body Percussion в качестве ритмического сопровождения как к народным, так к современным произведениям, а так же к произведениям, связанным с ритмикой танцевальных жанров.

В работе помогают нам специальные карточки помощники.

По простым обозначениям на карточке дети легко ориентируются.

Когда дети усвоили значение карточек переходим к простым упражнениям.

**Ссылка на практическую работу** <https://disk.yandex.ru/d/j19IuLo5aZKlUA>

Данное видео содержит фрагменты музыкальной деятельности детей дошкольного возраста:

* **Детская песенка-** дети младшей группы простукивают ритмический рисунок песенки хлопками, шлепками и притопами.
* **«Турецкий марш»** В.А.Моцарт- дети старшего дошкольного возраста на утренней гимнастике приседают и шлепками отбивают метрическую основу популярного музыкального произведения, что позволяет улучшить лимфатическую систему организма.
* **Татарская мелодия-** здесь представлено творчество детей, они сами придумали ритмические рисунки и с удовольствием играли на стаканчиках.
* **«Итальянская полька»** С.Рахманинов – в этом фрагменте использованы все базовые звуки Body Percussion
* **«Пиццикато»** Л.Делиб- совместная деятельность педагога и детей, где использованы базовые звуки Body Percussion и предмет
* **«Музыкальный момент»** Ф.Шуберт – использованы звучащие жесты с продвижением по кругу

В заключение хочу отметить, что применение  *Bоdy percussiоn  в работе с  детьми  дошкольного возраста* не только улучшает психоэмоциональное самочувствие и здоровье детей, но и способствует всестороннему развитию способностей: познавательные процессы; зрительно-моторную координацию; воображение, музыкально – ритмические способности.

Детям очень нравятся игры с музыкой и телом (со  звучащими жестами).

 Они с удовольствием включаются в игру, открывая новые способы извлечения звуков на собственном теле.

|  |
| --- |
| **Литература**  1.Асафьев, Б.В. О музыкально-творческих навыках у детей / Б.В. Асафьев.  - М.: Наука, 1986.  2. Баренбойм, Л.А. Музыкальное воспитание в XX веке. Элементарное  музыкальное воспитание по системе Карла Орфа [Текст] / Л.А. Баренбойм. -  М.: Всесоюзное издательство «Советский композитор», 1978. – 376 с.  3. Баренбойм, Л.А. Система детского музыкального воспитания Карла  Орфа [Текст] / Л.А. Баренбойм. - Л., 1975. – 160 с.  4. Геллер, Г. Групповая деятельность на уроках музыки [Текст] / Г. Геллер  // Музыка и время. – Ижевск: Глазовский государственный педагогический  институт имени В.Г. Короленко, 2010. № 4. С.59-64.  5. Лизунова, Г. В. Музыкально-педагогическая концепция К. Орфа в  России [Текст] / Г.В. Лизунова // Искусство в школе. – Москва:  Научтехлитиздат, 1999. № 6. С. 24-26.  6. Барабанные тренинги. Программа Вody percussion [Электронный  ресурс]. - Режим доступа: http://www.drumtrainings.ru/training/body.html  7. Гарифуллина, Р.Н. Музыкальное направление - боди перкуссия  [Электронный ресурс] / Р.Н. Гарифуллина. - Режим доступа:  https://multiurok.ru/files/muzykal-noie-napravlieniie-bodi-pierkussiia.html  8. Звучащие жесты [Электронный ресурс] // META-MUSIC.RU. - Режим  доступа: http://meta-music.ru/method/zvuchashchie-zhesty-body-percussion  9. Locklear Scott. Вody percussion [Электронный ресурс]. - Режим доступа:  http://www.crosspulse.com  10. Системы музыкального воспитания К.Орфа, З.Кодаи и Э. ЖакДалькроза [Электронный ресурс]. - Режим доступа:  https://studopedia.ru/10\_206348\_tema-sistemi-muzikalnogo-vospitaniya-korfzkodai-i-e-zhak-dalkroza.html  11. Шульверк Карла Орфа и система элементарного музыкального  воспитания детей [Электронный ресурс]. - Режим доступа:  <https://otherreferats.allbest.ru/pedagogics/00492424_0.html> |
|  |

***Приложение***

**Речевые игры в технике «боди перкуссия»**

**для детей младшего и среднего дошкольного возраста**

* **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)

Зя-блик (хлопок в ладоши правой рукой и по груди)

Со-ло-вей (хлопок в ладоши, хлопок по груди правой, затем левой рукой)

* **Игра  «Лиса»**

Уж как шла лиса домой, (Хлопок, шлепок по коленям)

Нашла книгу под сосной (Поочерёдно шлепки по коленям)

Она села на пенёк (Притопы)

И читала весь денёк. (Раскрыть ладони – смотреть в «книгу»)

* **Игра «Листопад»**

Осень, осень! Листопад! (ритмичные хлопки)

Лес осенний конопат (щелчки пальцами)

Листья рыжие шуршат (трут ладошку о ладошку)

И летят, летят, летят (качают руками)

* **Игра «Дождик»**

Дождь, дождь, дождь с утра (Хлопки чередуются со шлепками по коленям)

Веселится детвора! (Легкие прыжки на месте)

Шлеп по лужам, шлеп – шлеп! (Притопы)

Хлоп в ладоши, хлоп – хлоп! (Хлопки)

Дождик нас не поливает, (Грозят пальцем)

А скорее догоняет! (Убегают от дождика)

**Речевые игры в технике «боди перкуссия»**

**для детей старшего дошкольного возраста**

* **Игра «Осенняя сказка»**

Тихо бродит по дорожке (Хлопки согнутыми ладонями)

Осень в золотой одежке.

Где листочком зашуршит, (Потирание ладоней)

Где дождинкой зазвенит. (Щелчки пальцами в воздухе)

Раздается громкий стук: (Притопы всей стопой)

 Это дятел – тук, да тук!

Дятел делает дупло – (Притопы носком)

Белке будет там тепло.

Ветерок вдруг налетел, (Потирание ладоней)

 По деревьям пошумел,

Громче завывает, (Притопы пяткой)

Тучки собирает.

Дождик – динь, дождик – дон! (Щелчки пальцами в воздухе)

Капель бойкий перезвон.

Все звенит, стучит, поет – (Все движения вместе)

Осень яркая идет!

* **«Ехал грека через реку»**

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»)

* **Упражнение со стаканчиком «Возьми - отдай»**

Упражнение выполняется под знакомую детям музыку. Дети учатся взаимодействовать друг с другом. У детей вырабатывается быстрота реакции, внимание, терпение*,*умение действовать коллективно предметами под музыку.

* **«Весёлые палочки»**

*Данное упражнение развивает у воспитанников чувство ритма, улучшает координацию*

*(удары по спинке стула, по сиденью, палочкой  о палочку, боковой галоп)*