

**Сказочный театр физической культуры  
средствами сюжетно-ролевой ритмической  
гимнастики как фактор активизации  
развития дошкольников во всех  
образовательных областях**

Фомина Наталия Александровна,  
*доктор педагогических наук, профессор,  
проректор по научно-исследовательской работе  
Волгоградской государственной академии физической культуры,  
инструктор по ФК высшей категории в МОУ д/с 235 г. Волгограда*

1. Влияние двигательной активности ребёнка на его интеллектуальное развитие.
2. Многокомпонентность содержания и педагогические средства воздействия сюжетно-ролевой ритмической гимнастики на развитие дошкольников.
3. Интегрированное решение задач развития дошкольников во всех образовательных областях на занятиях сюжетно-ролевой ритмической гимнастикой.
4. Особенности организации педагогического процесса.

Согласно ФГОС ДО *цель* дошкольного образования — создание условий для развития ребёнка, открывающих возможности для его позитивной социализации, личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками и соответствующих возрасту видов деятельности.

**Содержание Программы дошкольного образования должно охватывать следующие направления развития и образования детей или образовательные области:**

- социально-коммуникативное развитие;
- познавательное развитие;
- речевое развитие;
- художественно-эстетическое развитие;
- физическое развитие.

**Физическое развитие включает  
приобретение опыта  
в следующих видах деятельности детей:**

- 1. двигательной**, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как **координация и гибкость**;
- способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию **равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук**, а также с правильным, не наносящим ущерба организму выполнением основных движений (**ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны**), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами;

3. становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;
4. становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

# **Влияние двигательной активности ребёнка на его интеллектуальное развитие**





**Неоправданное увеличение интеллектуальных и статических нагрузок, неизбежно нарушающих гигиенические основы режима жизни дошкольника, организм которого по своим морфофункциональным и психофизиологическим особенностям и возможностям далёк от категории школьной зрелости, может привести к **выраженным нарушениям соматического и психического ЗДОРОВЬЯ!!!****

В детском возрасте двигательная активность проявляется через естественную биологическую потребность растущего организма в движениях.



Двигательная активность дошкольника —  
главное условие его гармоничного развития

Мера двигательной активности  
дошкольников характеризуется  
**чрезвычайной вариативностью.**



**Рекомендуемые нормы двигательной  
активности для дошкольников  
(по результатам исследований ВНИИФК)**

**21-28**

**часов в неделю**

**3-4 часа в сутки**



**Рекомендуемые нормы двигательной активности  
для дошкольников  
по Н.М. Амосову и И.В. Муравову**

**40 (!)**



**часов в неделю  
до 6 часов в сутки**



**50–60%**

**от времени  
бодрствования**

**5–6 часов в**

**сутки**



**Интеллектуальный и социальный рост ребёнка, не говоря уже о его физическом развитии, в решающей степени зависит от его двигательной активности именно в первые шесть лет жизни.**



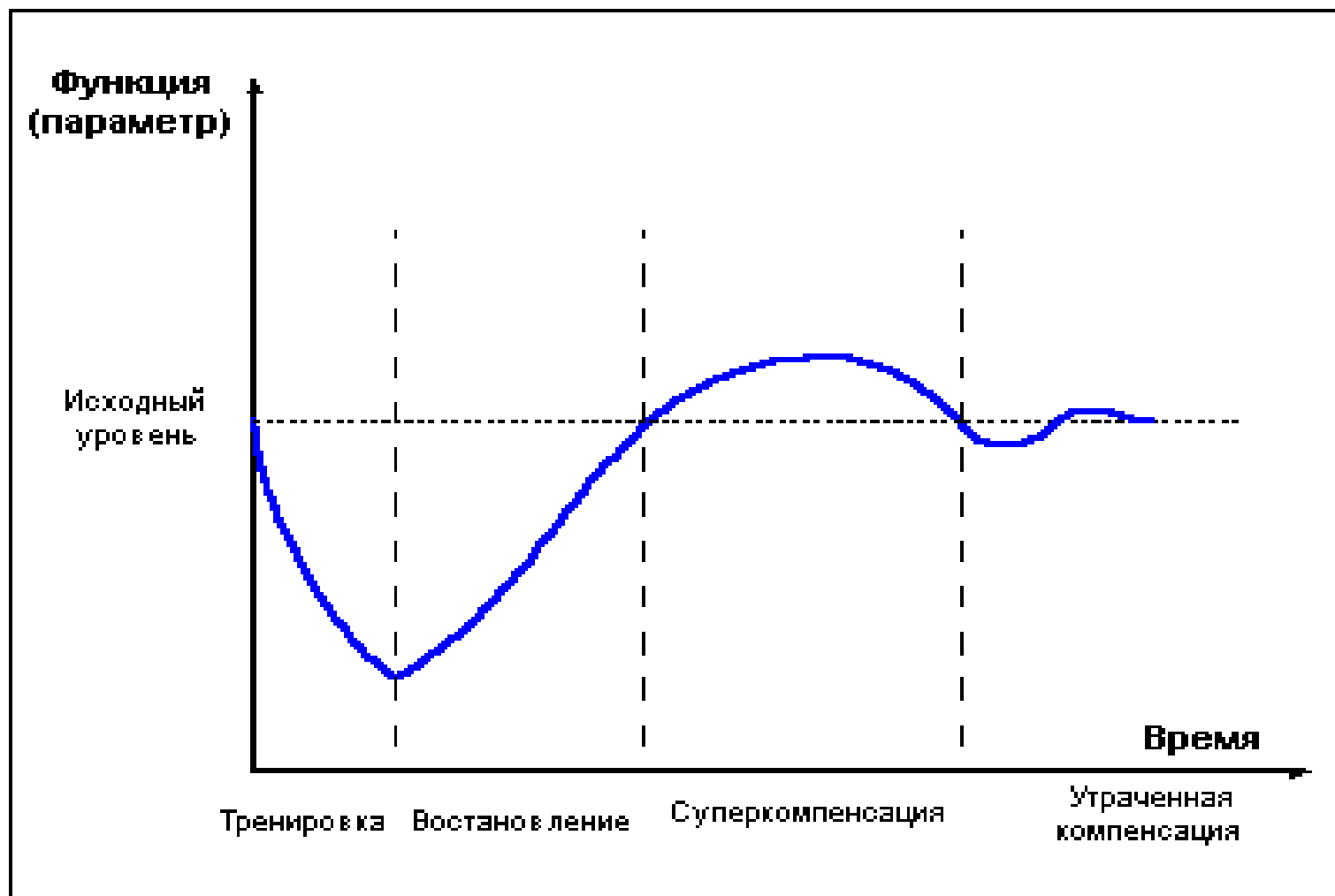
Двигательная активность дошкольника —  
главное условие его гармоничного развития

## Механизмы воздействия движения на развитие ребёнка





**Энергетическое правило двигательной активности:**  
**восстановление затраченной энергии у детей характеризуется не только возвращением к исходному уровню, но и его превышением**



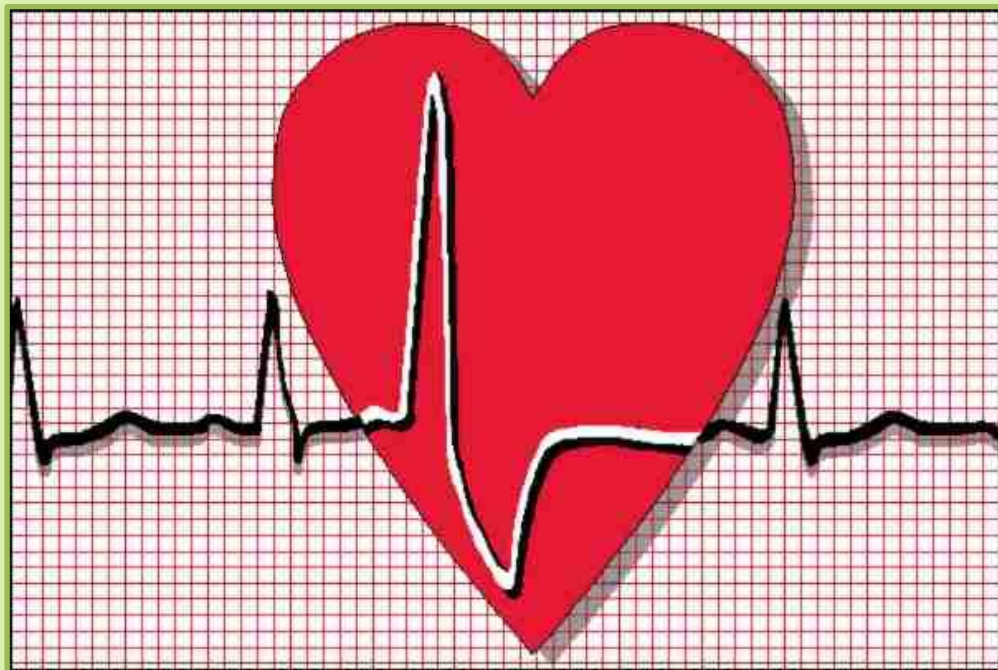
Таким образом, в результате движений происходит:

- 1) не трата, а приобретение массы тела, что обеспечивает рост;
- 2) возрастают функциональные и энергетические возможности организма, позволяющие выполнять большие по объёму и интенсивности нагрузки.

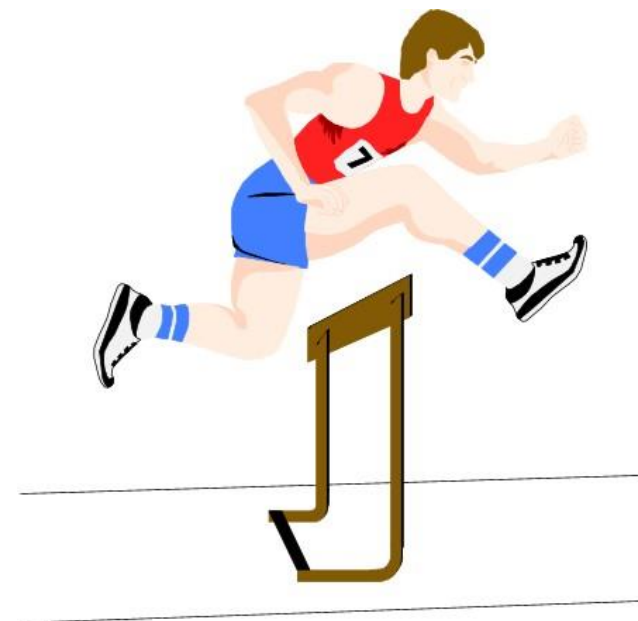


Для эффективного функционирования организма необходим постоянный приток импульсов, возникающих в рецепторах мышц **во время движения.**

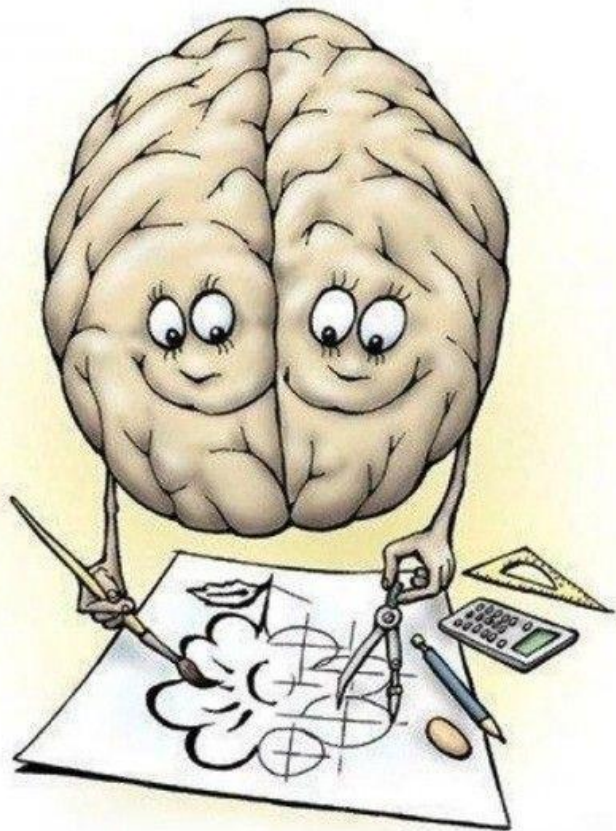
При снижении потока импульсов от работающих мышц нарушается нормальная работа всех внутренних органов, в первую очередь сердца.



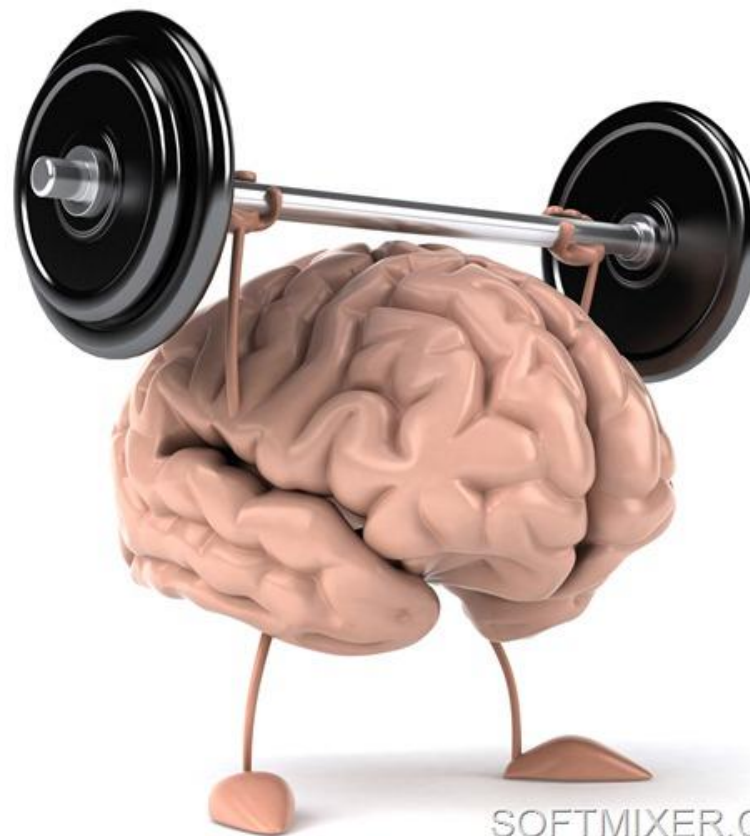
**Хорошо известно:  
чтобы стать сильным, необходимо много тренироваться,  
так как мышцы человека развиваются только в движении.**



**Также хорошо известно,  
что мозг человека, и в частности ребёнка, развивается  
только тогда, когда он работает.**



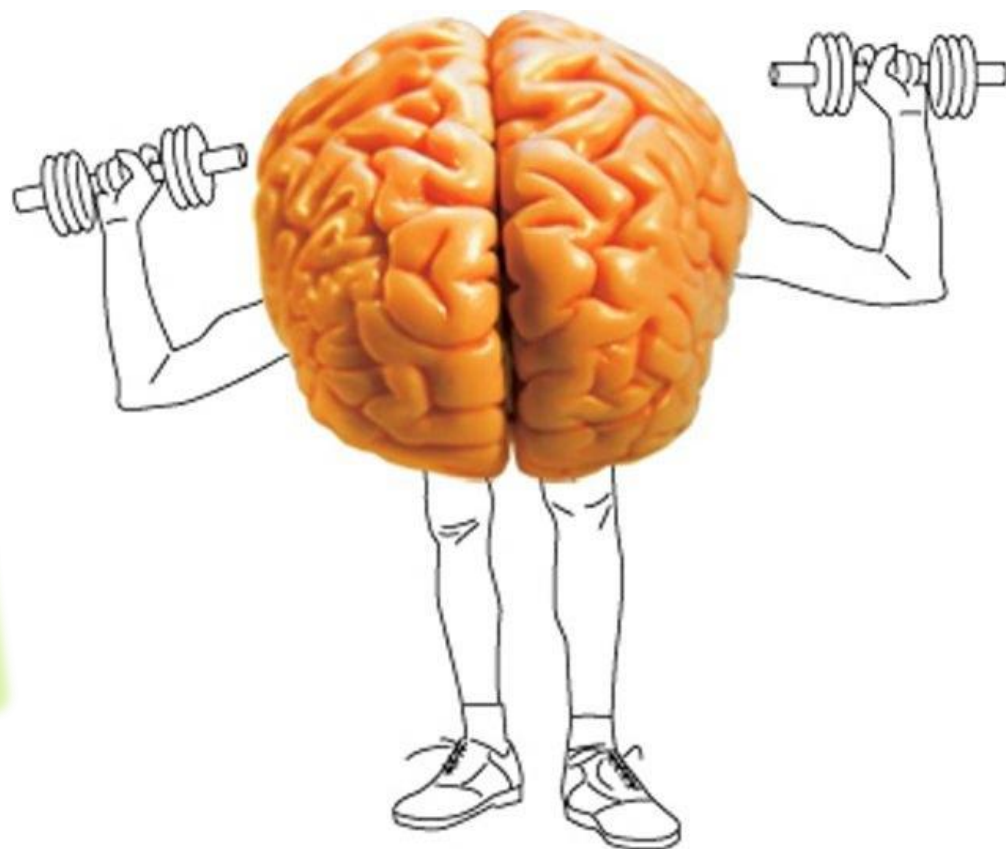
Но далеко не все знают, что **МОЗГ человека функционирует**, а значит, **развивается** не только при мыслительной деятельности (чтении, занятиях математикой), но и при выполнении любого **физического движения**.



SOFTMIXER.COM

**Человека создало движение!**

**Высокоразвитый интеллект берёт своё начало именно  
в человеческой подвижности и деятельности рук.**



**Физически более активные дети отличаются высокой степенью любознательности, что стимулирует их познавательную активность.**





**Каждый двигательный акт осуществляется в пространстве и времени, поэтому активно передвигающийся ребёнок-дошкольник получает возможность приобрести в единицу времени большой объём информации, что и способствует ускоренному формированию его психики.**



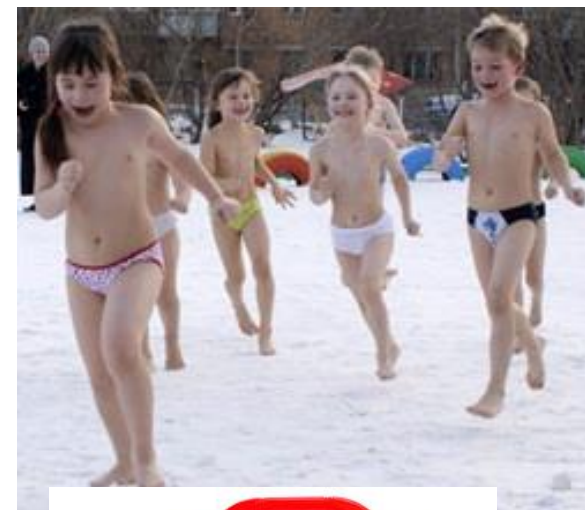
**В исследованиях Л.С. Выготского (1956), А.В. Запорожца (1967), Ж. Пиаже (1956), Дж. Брунера (1981) показано наличие прямой корреляционной связи между характером двигательной активности и проявлениями восприятия, памяти, мышления и эмоций у детей разного возраста.**

**Движения детей, в частности упражнения для пальцев рук, являются мощным стимулирующим фактором не только для своевременного возникновения речи, но и для дальнейшего её совершенствования в дошкольном возрасте.**

**Двигательная активность увеличивает словарное разнообразие детской речи, способствует более осмысленному пониманию слов, формированию понятий, что улучшает психическое развитие ребёнка.**

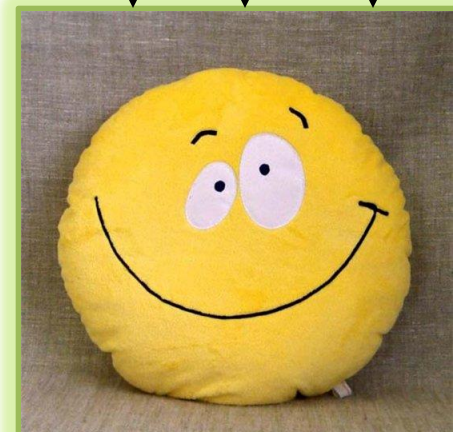


**Чтобы достичь высоких педагогических результатов в воспитании детей, необходимо развивать у них двигательные и мануальные навыки, вестибулярный аппарат, выполнять гимнастические и акробатические упражнения, обучать плаванию, проводить закаливание (нейрофизиолог Глен Доман).**





# Нейропептиды



**Двигательная активность,**

**СПОСОБСТВУЯ**  
созданию энергетической основы для роста  
и развития морфофункциональных систем организма,

**ОКАЗЫВАЯ**  
благоприятное стимулирующее воздействие  
на формирование психических функций,  
интеллекта и коммуникативных способностей ребёнка,

**ОБЕСПЕЧИВАЕТ**

**гармоничное развитие**

**оздоровительный эффект**

# **Многокомпонентный характер содержания и воздействия педагогических средств сюжетно-ролевой ритмической гимнастики**

**Известно, что ритмическая гимнастика — это выполнение физических упражнений поточным методом под музыку в полном согласовании с ней.**



Впервые термин «ритмическая гимнастика» введён швейцарским педагогом и композитором Жаком Далькрозом на рубеже XIX и XX веков.





**Американский врач Кеннет Купер во второй половине XX века обосновал оздоровительный эффект аэробики, одним из средств которой является ритмическая гимнастика.**



**Пять «китов» аэробики:**

- лыжная ходьба
- плавание
- езда на велосипеде
- бег (джоггинг)
- ходьба





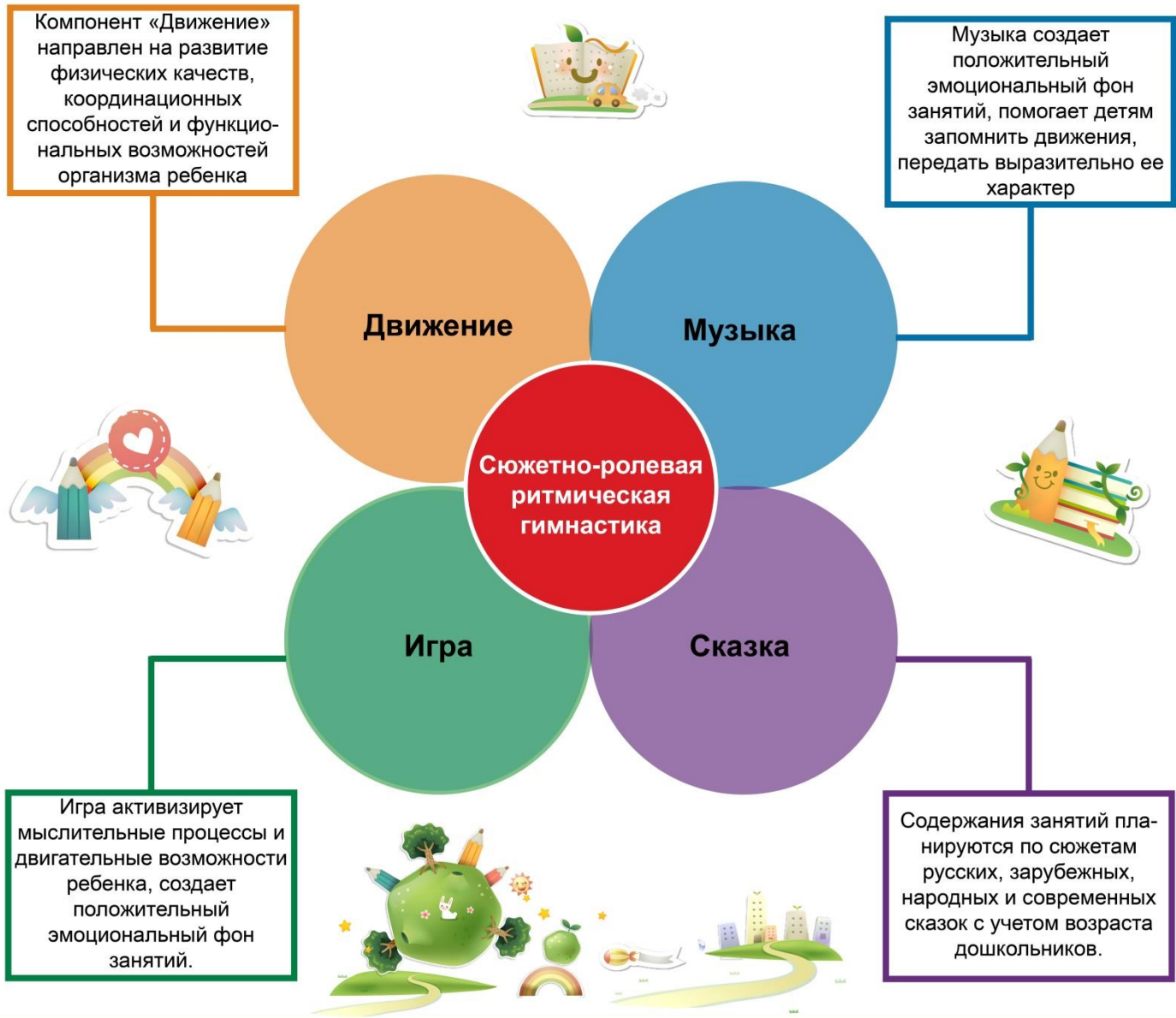
Жак Далькроз в начале века в звук движение вложил —  
В основание системы он фундамент заложил.  
Позже физиолог Купер ключ к здоровью в ней открыл —  
Аэробный механизм досконально изучил.  
Мы ж, добавив к той системе сказки вкус, игры задор,  
Музыки весёлой море и движений целый рой,  
Получили в результате педагогику занятий,  
Возведённую в квадрате.  
Интеграцией она  
Обеспечена сполна!  
Эффективней заниматься  
физкультурой в ритме танца!  
Силу, ловкость, ум, вниманье  
развивают те задания.

Сказочный театр ритмической гимнастики  
открыть нам пора!



Сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика — это выполнение **физических упражнений** поточным методом в полном согласовании с **музыкой** и содержанием **литературных произведений — сказок**, по сюжетам которых формируются комплексы упражнений.





**Движения** представлены во всём многообразии



**ОСНОВНАЯ ГИМНАСТИКА**

(бег, ходьба, прыжки, общеразвивающие упражнения, строевые упражнения, равновесия, повороты и т.д.)



**ЭЛЕМЕНТЫ ВИДОВ СПОРТА**

(акробатики, художественной гимнастики, аэробики и др.)





## УПРАЖНЕНИЯ НА СНАРЯДАХ

(скамейка, степ, фитбол, батут, шведская стенка и др.)



## УПРАЖНЕНИЯ С ПРЕДМЕТАМИ

(мяч, скакалка, обруч, гимнастическая палка, шарф, лента и др.)



## ЭЛЕМЕНТЫ ТАНЦЕВ И ХОРЕОГРАФИИ



65 лет



## СПЕЦИАЛЬНЫЕ СРЕДСТВА ДВИГАТЕЛЬНОЙ ВЫРАЗИТЕЛЬНОСТИ (жесты, пантомимика, ритмопластика)



# УПРАЖНЕНИЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ГИМНАСТИК (дыхательные, в расслаблении, элементы стретчинга и др.)



**ВАЖНАЯ ОСОБЕННОСТЬ УПРАЖНЕНИЙ:**

- отражают характер героев сказок, их действия и взаимодействия;
- помогают создать художественный образ.



Базовой структурной единицей ритмической гимнастики является **КОМПЛЕКС УПРАЖНЕНИЙ**

## **ОСНОВНЫЕ ЗАКОНОМЕРНОСТИ СОЗДАНИЯ КОМПЛЕКСА**

1. От простого движения к более сложному.
2. От менее амплитудного движения к более амплитудному.
3. От медленного к более высокому темпу выполнения упражнений.
4. Конечная поза одного упражнения является исходным положением для следующего, что обеспечивает поточный характер их выполнения, а значит, высокую моторную плотность занятий (практически 100%).
5. По физической нагрузке выделяются три части комплекса (подготовительная, основная и заключительная).
6. Пик физической нагрузки приходится на основную часть, к заключительной она снижается.
7. Упражнения различной направленности рассеяны по всему комплексу.
8. Выделяются основные движения, выполняемые с определённой дозировкой, и вспомогательные, являющиеся связующими элементами комплекса.





**Музыка** — организующее начало двигательных действий, так как любое музыкальное произведение

имеет чётко выраженную логическую структуру, в соответствии с которой выстраиваются отдельные упражнения, связки и комплекс физических упражнений в целом.



# Музыкальный период

Музыкальное предложение

Музыкальное предложение

Музыкальная фраза

Музыкальная фраза

Музыкальная фраза

Музыкальная фраза

Музыкальный такт

Музыкальный такт

Музыкальный такт

Музыкальный такт

Музыкальный такт

Музыкальный такт

Музыкальный такт

Музыкальный такт

Муз. доля

Муз. доля

Муз. доля

Муз. доля

Муз. доля

Муз. доля

Муз. доля

Муз. доля



## **Музыка, как и движение,**

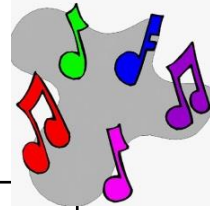
является чётким примером организационного упорядочивания бесконечного числа своих составляющих. Музыкальное произведение объединяет в себе бесконечное число звуков, систематизирует их и строит из них мелодию, так же и двигательная композиция строит и логично распределяет бесконечное число двигательных действий (физических упражнений). Когда эти два явления объединяются, синтезируются, то логику распределения физических упражнений, их характер и направленность подсказывают структура и художественный образ музыкального произведения. Структурные характеристики музыки обладают важнейшими организационными функциями.

**МУЗЫКАЛЬНОЕ ПРОИЗВЕДЕНИЕ И  
КОМПЛЕКС ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ  
с точки зрения структурного подхода имеют много общего**





## КОМПЛЕКС УПРАЖНЕНИЙ



## МУЗЫКАЛЬНОЕ ПРОИЗВЕДЕНИЕ

разворачивается во  
времени

разворачивается во  
времени

подразделяется на  
упражнения, цепочки,  
связки, композиции

делится на фразы,  
предложения, периоды

в каждом физическом  
упражнении  
просматривается  
акцентированное действие

ритм звучания  
воспринимается при чётко  
ощущаемом  
акцентируемом такте

структурной единицей  
двигательного комплекса  
является физическое  
упражнение

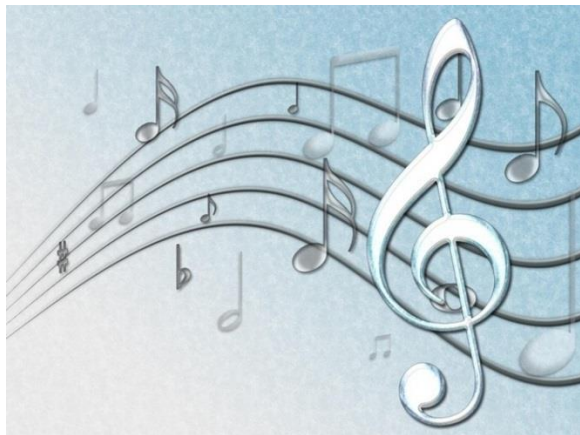
музыкальный такт –  
структурный элемент  
музыки

**МУЗЫКА** обладает эмоционально-образным содержанием,

которое  
вызывает у  
занимающихся  
ответную  
реакцию в виде  
выразительных  
движений



# Соответствие движений содержанию музыки



**СОДЕРЖАНИЕ  
МУЗЫКИ**

**СТРУКТУРНОЕ  
ПОСТРОЕНИЕ**

**ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ  
ОБРАЗ**

**ЧЁТКОЕ  
ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОЕ  
ВЫПОЛНЕНИЕ  
УПРАЖНЕНИЙ**

**ВЫРАЗИТЕЛЬНОЕ,  
ОДУХОТВОРЁННОЕ  
ВЫПОЛНЕНИЕ  
УПРАЖНЕНИЙ**

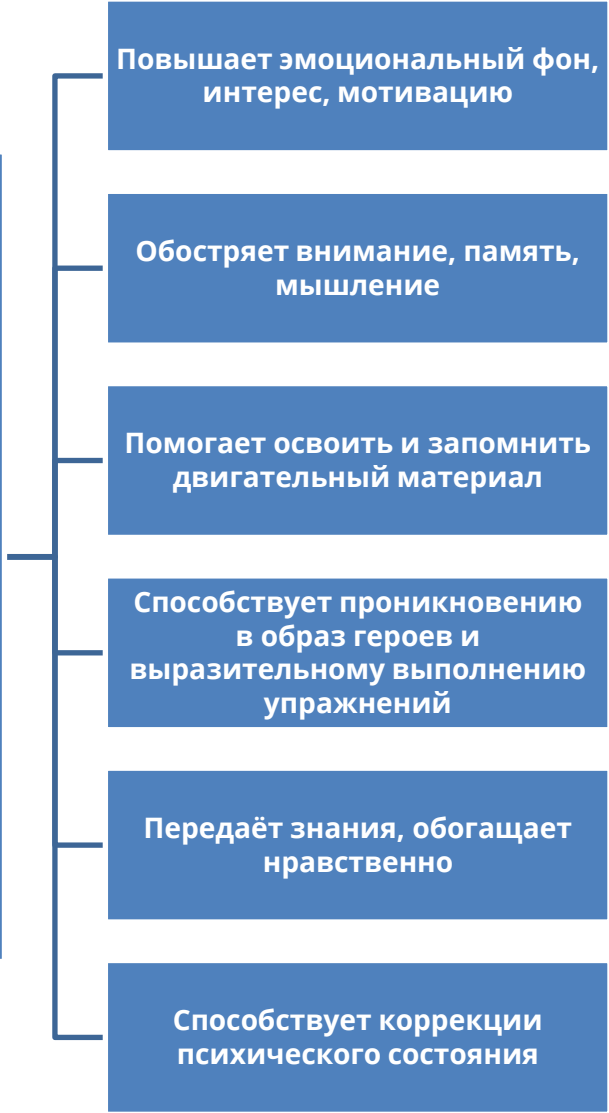
**ВЫРАЗИТЕЛЬНОЕ ДВИЖЕНИЕ  
ЯВЛЯЕТСЯ ИНТЕГРАЛЬНЫМ ПОКАЗАТЕЛЕМ  
ФИЗИЧЕСКОГО И ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА**







**Содержание сказки**



**Содержание сказки**  
**лежит в основе**  
**сюжета, по**  
**которому**  
**формируется**  
**комплекс**  
**упражнений**  
**ритмической**  
**гимнастики**



**Соотношение двигательного, музыкального и литературного материала в структуре комплекса сюжетно-ролевой ритмической гимнастики**

<b>Двигательный компонент</b>	<b>Музыкальный компонент</b>	<b>Сюжетный компонент</b>
<b>Подготовительная часть</b>	1–3 композиции	Завязка действия
<b>Основная часть</b>	4–10 композиций	Развитие действия
<b>Заключительная часть</b>	1–2 композиции	Финал действия

# **В СЮЖЕТНО-РОЛЕВОЙ РИТМИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКЕ ОСНОВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ ЯВЛЯЕТСЯ**

## **МУЗЫКАЛЬНО-ДВИГАТЕЛЬНАЯ,**

которую мы определили как процесс активного взаимодействия ребёнка-дошкольника с ценностями физической и музыкальной культуры, направленный на физическое и психическое, в том числе интеллектуальное развитие и удовлетворение природосообразных потребностей ребёнка в движении, игре и эмоциях.



## ИГРА ЯВЛЯЕТСЯ НЕОТЪЕМЛЕМОЙ ЧАСТЬЮ СЮЖЕТНО-РОЛЕВОЙ РИТМИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКИ

- **ИГРОВОЙ МЕТОД** – ОСНОВНОЙ В ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ СЮЖЕТНО-РОЛЕВОЙ РИТМИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКОЙ
- САМЫМ ЯРКИМ ЕГО ПРОЯВЛЕНИЕМ ЯВЛЯЕТСЯ МЕТОД **ИГРЫ-ДРАМАТИЗАЦИИ**, ПОЗВОЛЯЮЩИЙ РАЗЫГРЫВАТЬ СЮЖЕТ СКАЗКИ ПО РОЛЯМ

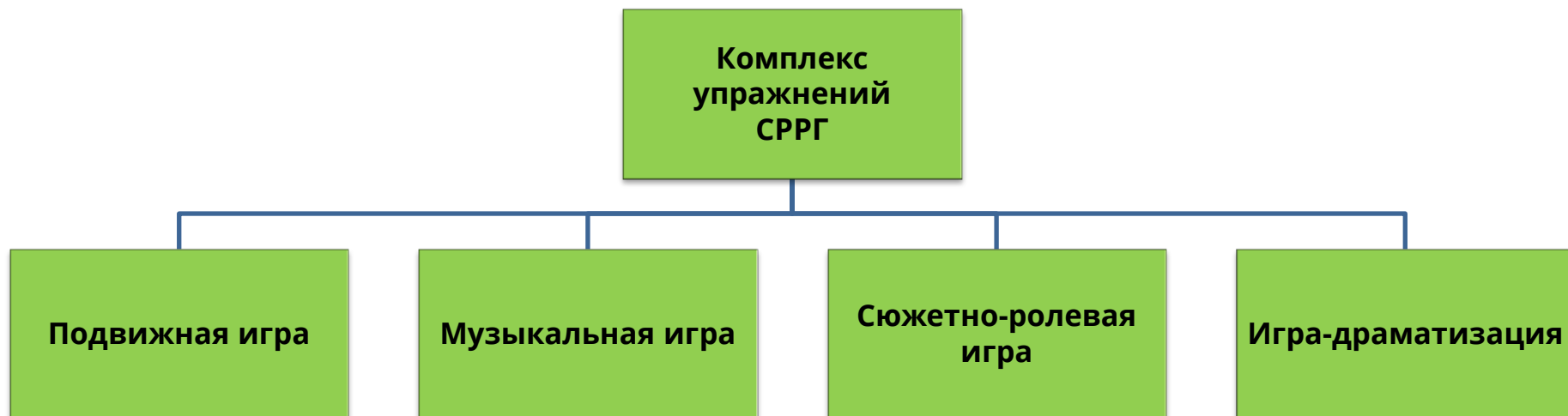




## На разных этапах изучения комплекса игра имеет свою специфику проявления

- На первом этапе (1–10-е занятие) игровой метод используется для освоения отдельных движений и создания с их помощью художественных образов действующих лиц сказки.
- На втором этапе (11–20-е занятие), после разучивания комплекса в целом, начинается игра в «театр одного актёра», когда ребёнок изображает по ходу сюжета каждого героя сказки.
- И только на третьем этапе (21–30-е занятие), после освоения и осмысления двигательных действий комплекса, переходим к ролевому разыгрыванию сюжета сказки.

С позиции игровой деятельности комплекс сюжетно-ролевой ритмической гимнастики может характеризоваться так.



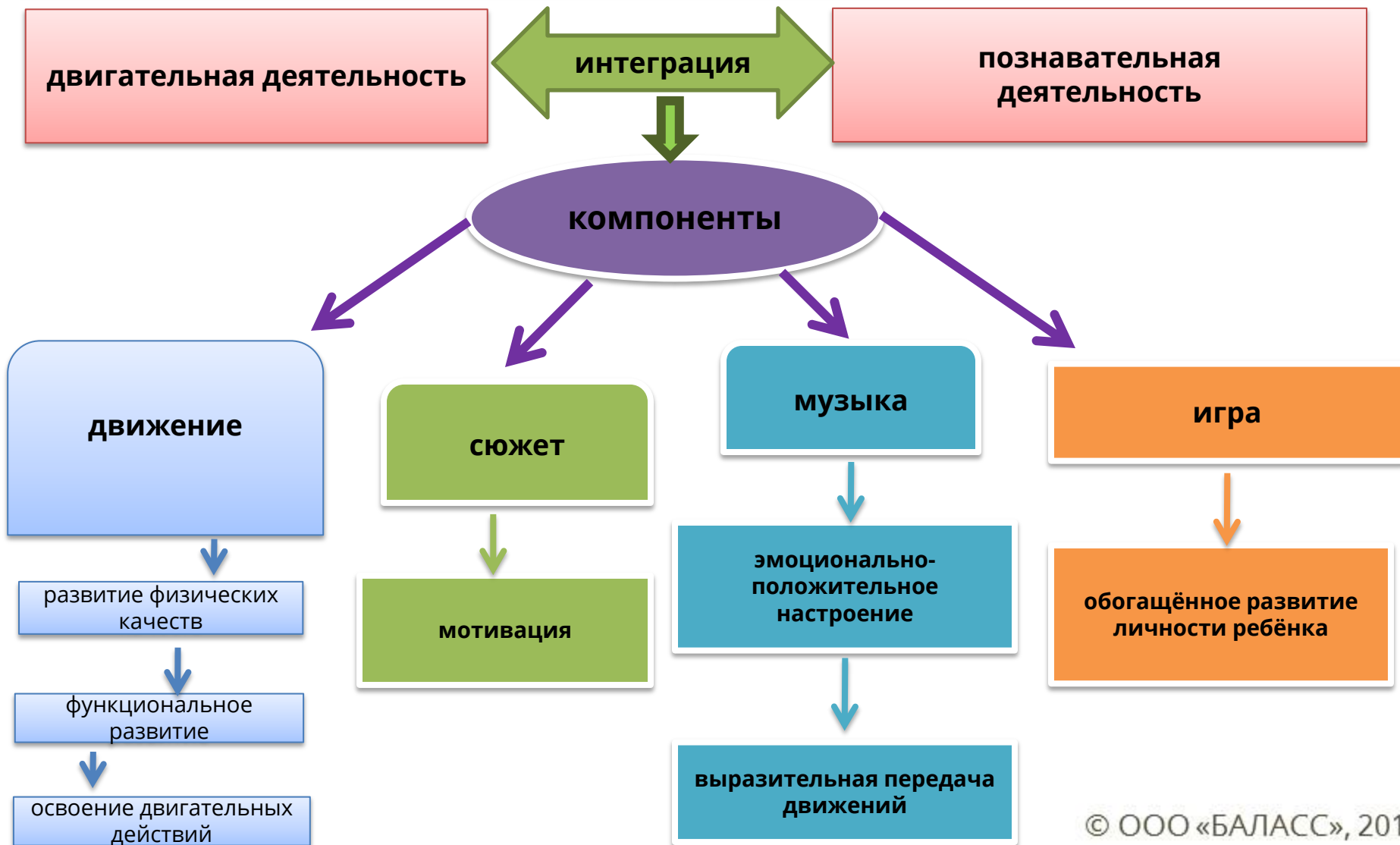
# Интегрированное решение задач развития дошкольников во всех образовательных областях на занятиях сюжетно-ролевой ритмической гимнастикой

**СРЕДСТВА СЮЖЕТНО-РОЛЕВОЙ РИТМИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКИ ОБЕСПЕЧИВАЮТ ПОЛИСЕНСОРНОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ НА ОРГАНИЗМ ЧЕРЕЗ ЗРИТЕЛЬНЫЙ, СЛУХОВОЙ, МЫШЕЧНО-СУСТАВНОЙ АНАЛИЗАТОРЫ**





## Сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика

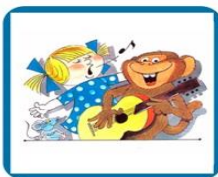


**В РАМКАХ СЮЖЕТНО-РОЛЕВОЙ  
РИТМИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКИ  
ОСУЩЕСТВЛЯЕТСЯ  
ИНТЕГРИРОВАННОЕ РЕШЕНИЕ  
ЗАДАЧ ВСЕХ ОСНОВНЫХ  
НАПРАВЛЕНИЙ РАЗВИТИЯ  
РЕБЁНКА-ДОШКОЛЬНИКА**



# Особенности организации педагогического процесса

**Перечень программ Сюжетно-ролевой ритмической гимнастики в соответствии с возрастными группами.**



Про Веру и Анфису



Волк и 7 козлят



Три поросенка



Антошка и компания



Страна Мульти-пульти



Музыкальный мир движений

**3-4 года**



Голубой щенок



Чиполлино



Путешествие в Африку



Ребята, давайте жить дружно!



Кошкин дом

**4-5 лет**



По следам бременских музыкантов



Бременские музыканты



Али-баба и 40 разбойников



Приключения Буратино

**5-6 лет**



Приключения Незнайки и его друзей



Морское путешествие веселых таракашек



Хоттабыч



Летучий корабль



Снежная королева

**6-7 лет**

I этап — формирование музыкально-литературного материала

Выбор → Анализ → Конструирование

II этап — формирование базового комплекса физических упражнений

Выбор → Анализ → Конструирование

## I этап - предварительный (1-3 занятия)

### Задачи

1. Создать мотивацию к занятиям.
2. Познакомить с литературным и музыкальным материалом.
3. Познакомить с отдельными двигательными заданиями, характеризующими героев сказки, их сюжетные действия.

### Методы

1. Беседа, рассказ, объяснение.
2. Показ (видеофильмов, слайдов, рисунков и т.д.).

### Формы

Непосредственная образовательная деятельность .

### Результат

Первые эмоциональные переживания содержания сказки, музыки, образных ритмопластических движений.  
Высокий интерес детей, стремление к дальнейшему познанию сказки, музыки и образных движений.

**II этап – ориентировочный (8–10 занятий)****Задачи**

1. Разучить комплекс.
2. Сформировать представления о технике элементов.
3. Формировать представления о передаче сюжетных образов и действий.
4. Воспитывать выразительность, музыкальность.
5. Развивать координацию и другие физические качества комплексно.

**Методы**

Игровой. Рассказ, объяснение. Показ расчленённо- и целостно-конструктивного упражнения, сопряжённого воздействия.

**Формы**

1. Основные: физкультурные занятия.
2. Малые: утренняя гимнастика; «побудка»; физкультпаузы и минутки.

**Результат**

Осмысление и создание образов персонажей сказки, представлений о характере двигательных действий, технике выполнения базовых элементов, танцевальных движений, отдельных композиций, структуре музыкального произведения и связи музыки и движений с сюжетом сказки.  
Формирование некоторых первоначальных двигательных умений.

## III этап – конструктивно-формирующий (8–10 занятий)

### Задачи

1. Закреплять технику отдельных элементов и комплекса в целом.
2. Формировать умения передавать образы и действия героев сюжета.
4. Воспитывать умение выполнять движения в согласовании с музыкой.
5. Активно развивать координацию и другие физические качества.
6. Стимулировать познавательную активность.

### Методы

Игровой. Рассказ, объяснение. Показ расчленённо- и целостно-конструктивного упражнения, сопряжённого воздействия.

### Формы

1. Основные: физкультурные занятия. 2. Малые.
3. Дополнительные: самостоятельные музыкальные игры, кружковые занятия.

### Результат

Сформированные умения в выполнении базовых упражнений, знание и относительно самостоятельное выразительное исполнение отдельных композиций.

Умение с помощью музыкально-ритмических движений передавать образы персонажей сказки, их действия, жесты, манипуляции.



## IV этап - контрольно-обобщающий (8-10 занятий)

### Задачи

1. Совершенствовать технику отдельных элементов и выполнение комплекса в целом.
2. Закреплять умения передавать образы и действия героев сюжета.
3. Совершенствовать координацию и другие физические качества.
4. Стимулировать познавательную активность, развивать фантазию, самостоятельность.
5. Формировать умение выполнять ролевые функции в театрализованном варианте.

### Методы

Игровой. Рассказ, объяснение. Показ расчленённо- и целостно-конструктивного упражнения, сопряжённого воздействия.

### Формы

Основные: физкультурные, интегрированные, театрализованные занятия.  
Малые. Дополнительные.  
Спортивные.

### Результат

Высокий уровень сформированности умений и некоторых навыков выполнения базовых упражнений, хорошее знание и относительно самостоятельное выразительное исполнение комплекса в целом. Умение с помощью музыкально-ритмических движений ярко и артистично передавать образы персонажей сказки в театрализованных вариантах занятий.

Предлагаем тестовое задание по  
теме вебинара  
*(файл будет отправлен в рассылке всем  
участникам вебинара)*



Домашнее задание и презентация по теме вебинара будут размещены на форуме «Мир “Школы 2100”» <http://world.school2100.com/> в разделе «Группы».

Домашнее задание необходимо выполнить в течение **трёх календарных дней** и прислать на e-mail: [vebinardo@school2100.com](mailto:vebinardo@school2100.com)

Для получения сертификата  
важно выполнить  
домашнее задание.

**Фомина Наталия Александровна**  
**8 917 641 94 64      fona@yandex.ru**



**БЛАГОДАРЮ ЗА ВНИМАНИЕ!**

**Контактный e-mail:** [umc@school2100.com](mailto:umc@school2100.com)

Издательство «БАЛАСС»: 8 (495) 672-00-60

УМЦ «Школа 2100»: 8 (495) 778-16-74

## Сайты Образовательной системы «Школа 2100»

Главный сайт ОС «Школа 2100»: [www.school2100.com](http://www.school2100.com)

Форум «Мир “Школы 2100”»: [world.school2100.com](http://world.school2100.com)

Электронная форма учебников ОС «Школа 2100»: [app.school2100.com](http://app.school2100.com)

## Присоединяйтесь к нашим сообществам в социальных сетях!



«ВКонтакте»  
[vk.com/school2100](http://vk.com/school2100)



YouTube  
[goo.gl/3K56nK](https://goo.gl/3K56nK)



Facebook  
[facebook.com/school2100](http://facebook.com/school2100)



Twitter  
[twitter.com/school2100](http://twitter.com/school2100)