

# Музыкально-ритмические движения и здоровье детей

Дошкольный возраст – один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребёнка, формируется личность человека.

В детском возрасте, причём в очень раннем, закладываются основы любви к музыке, этому величайшему из искусств. Через движение с музыкой идёт активный процесс приобщения ребёнка к музыке, её пониманию. Об этом говорят и специалисты, работающие с детьми.

А. Артоболовская, выдающийся музыкальный педагог, в статье «Первая встреча с музыкой» утверждает, что музыкальные способности детей проявляются и развиваются, прежде всего, через движение с музыкой. Необходимо поэтому возможно раньше начинать вовлечение детей в интересную для них, увлекательную деятельность – музыкальное движение, ритмику.

Во взаимодействии музыки и движения главная роль принадлежит музыке. А движение – это средство для передачи того, что в музыке выражено. Движение помогает ребёнку полнее и глубже понять музыкальное произведение, а музыка, в свою очередь, придаёт движениям особую выразительность. В процессе обучения детей музыкально-ритмическим движениям решается целый ряд задач:

обогащать детей музыкальными впечатлениями, содействовать накоплению слушательского опыта;

- совершенствовать естественные движения (ходьбу, бег, прыжки);

- обучать танцевальным движениям;

- совершенствовать психомоторные способности дошкольников

(развивать музыкально-ритмическое чувство, музыкальный слух, память, внимание, умение согласовывать движения с музыкой, формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества движений);

- развивать творческие и созидательные способности детей

(мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, навыки самостоятельного выражения движений под музыку, трудолюбие, лидерство, инициативу);

- развивать коммуникативные качества (чувство партнёрства, товарищества, взаимопомощи).

В процессе обучения дошкольников музыкально – ритмическим движениям решается такая важная задача, как укрепление здоровья детей. Музыкально – ритмическая деятельность способствует оптимизации роста и развития опорно – двигательного аппарата, формированию правильной осанки, развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно – сосудистой и нервной систем организма, созданию необходимого двигательного режима, положительного психологического настроения.

Таким образом, вывод напрашивается сам собой:

музыкально –  
ритмические  
движения не  
только всесторонне  
развивают детей,  
но и способствуют  
укреплению детского здоровья.

