



# СЮЖЕТНО-РОЛЕВАЯ РИТМИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА КАК ИНТЕГРИРОВАННЫЙ МЕТОД ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

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*



## Программа вебинара

1. Физическая активность как важный фактор всестороннего развития дошкольника.
2. Движение × музыка × сказка × игра × театр = сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика.
3. Интегрированное решение задач развития дошкольника во всех образовательных областях средствами сюжетно-ролевой ритмической гимнастики.
4. Особенности организации педагогического процесса на примере пособия «Сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика. Методические рекомендации к программе по физическому воспитанию дошкольников» (автор Н.А. Фомина).



# **1. Физическая активность как важный фактор всестороннего развития дошкольника**



## Физическая активность – важный фактор гармоничного развития дошкольника



**ПОМНИМ!!!**

Неоправданное  
увеличение  
интеллектуальных и  
статических нагрузок  
может привести к  
выраженным  
нарушениям  
соматического и  
психического

**здоровья  
дошкольника!!!**



## Физическая активность – важный фактор гармоничного развития дошкольника



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







# Физическая активность – важный фактор гармоничного развития дошкольника



Мера двигательной активности дошкольников характеризуется чрезвычайной вариативностью.





## Физическая активность – важный фактор гармоничного развития дошкольника



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



21–28 часов в неделю

3–4 часа в сутки



# Физическая активность – важный фактор гармоничного развития дошкольника



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

40 (!) часов в неделю;

до 6 часов в сутки.







# Физическая активность – важный фактор гармоничного развития дошкольника



Общепринятые сегодня  
нормы: **50-60%**  
от времени бодрствования,  
**5-6** часов в сутки.





## Физическая активность – важный фактор гармоничного развития дошкольника



Интеллектуальный и социальный рост ребёнка, не говоря уже о его физическом развитии, в решающей степени зависит от его двигательной активности именно в первые 6 лет жизни. (Американский педагог, нейрофизиолог Глэн Доман)



## Физическая активность – важный фактор гармоничного развития дошкольника

Каковы механизмы воздействия движения на психофизическое развитие ребёнка?

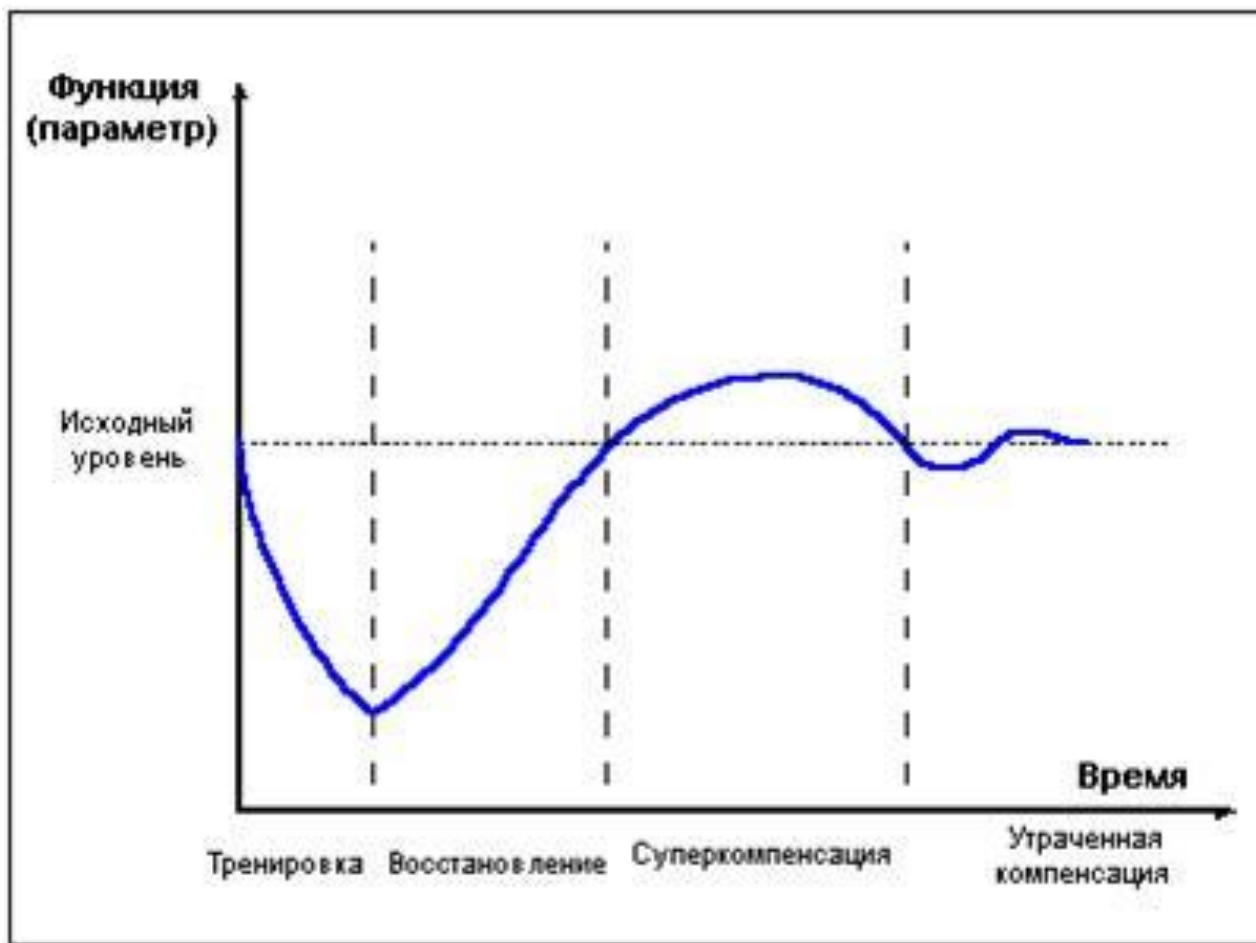






## Физическая активность – важный фактор гармоничного развития дошкольника

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





## Физическая активность – важный фактор гармоничного развития дошкольника

Это значит, в результате движений происходит:

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



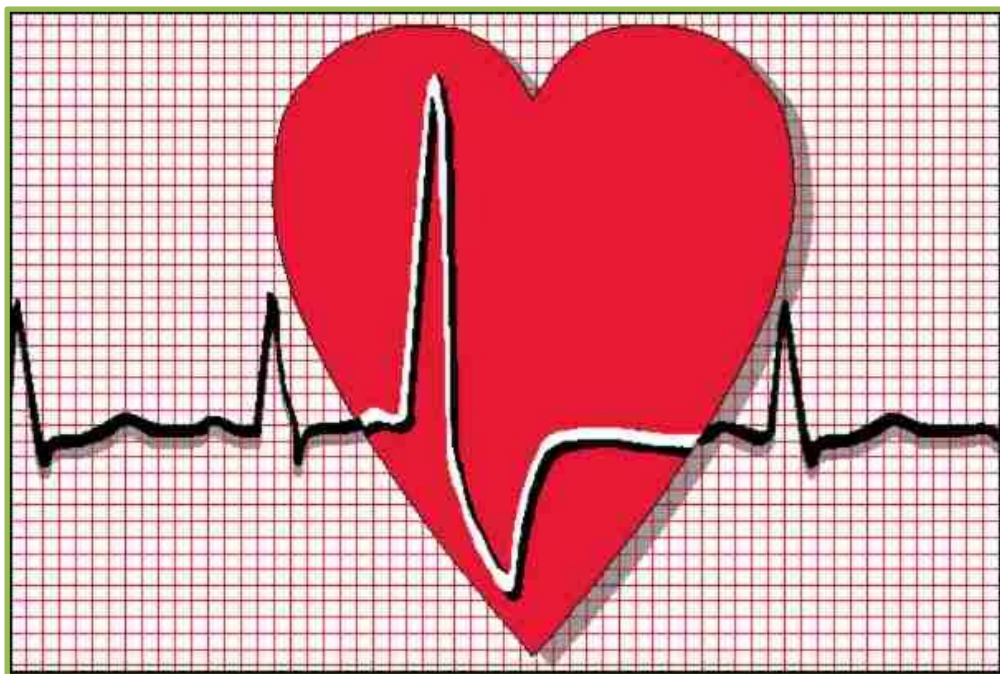




## Физическая активность – важный фактор гармоничного развития дошкольника

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.



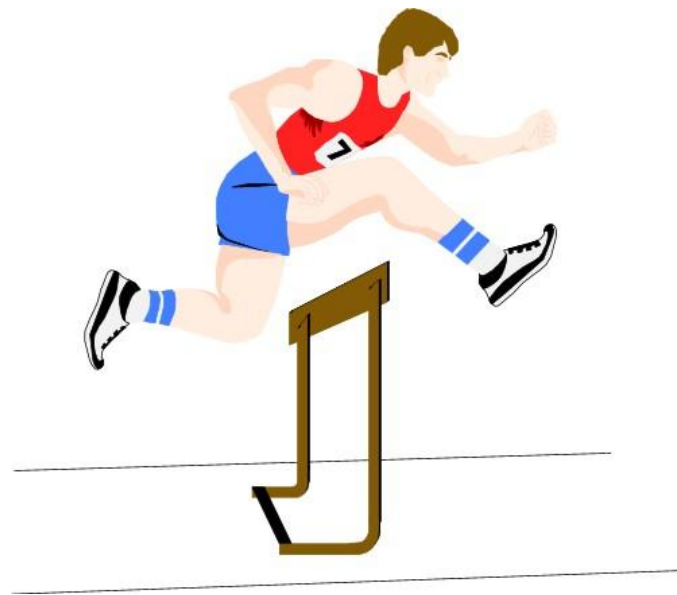


# Физическая активность – важный фактор гармоничного развития дошкольника



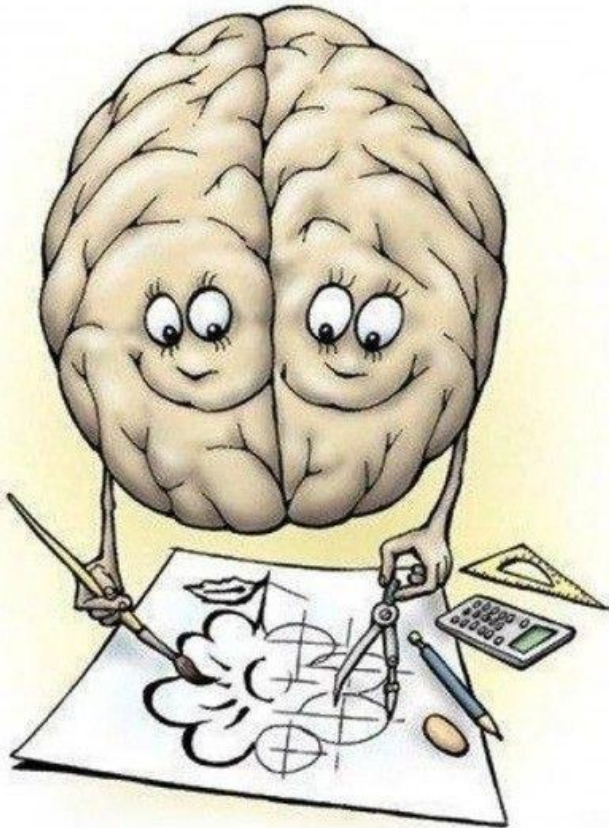
Хорошо известно!

Чтобы стать сильным,  
необходимо много  
тренироваться, так как мышцы  
человека развиваются только в  
движении.



Хорошо известно!

Мозг человека развивается  
только тогда, когда он работает.



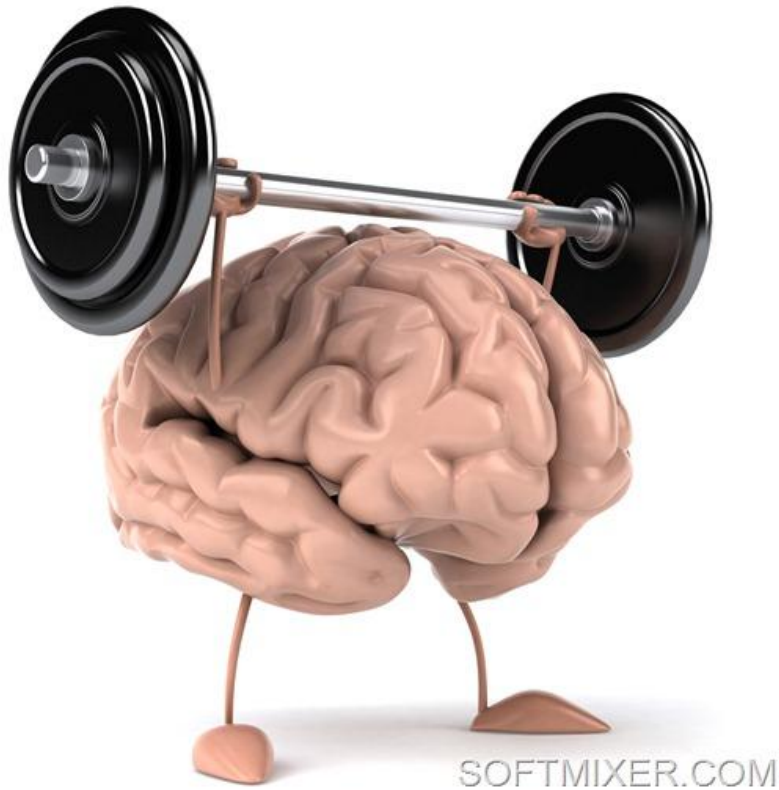




## Физическая активность – важный фактор гармоничного развития дошкольника

**Но далеко не все знают!**

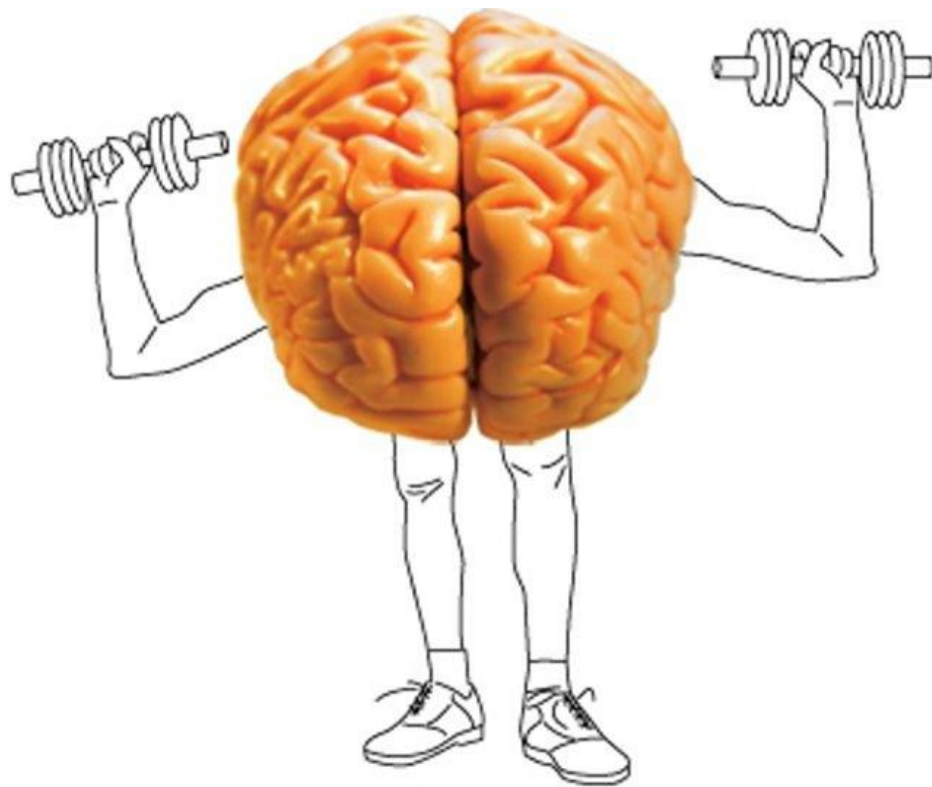
Мозг человека функционирует, а значит, развивается не только при мыслительной деятельности — чтении, занятиях математикой, но и при выполнении любого физического движения.





## Физическая активность – важный фактор гармоничного развития дошкольника

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







## Физическая активность – важный фактор гармоничного развития дошкольника



### Неоспоримый факт

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





## Физическая активность – важный фактор гармоничного развития дошкольника



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.

Активно передвигающийся ребёнок получает возможность приобрести в единицу времени больший объём информации, что способствует ускоренному формированию его психики.



## Физическая активность – важный фактор гармоничного развития дошкольника



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

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



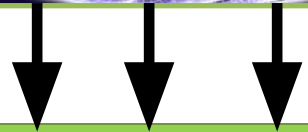
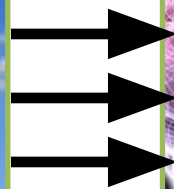
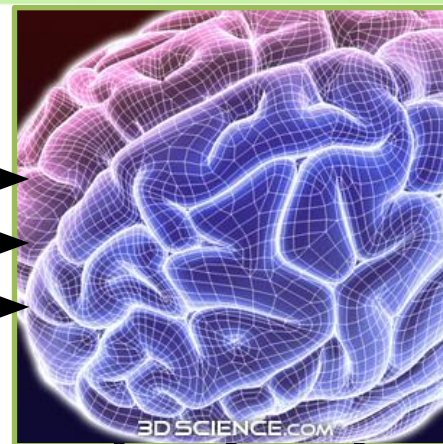


## Физическая активность – важный фактор гармоничного развития дошкольника

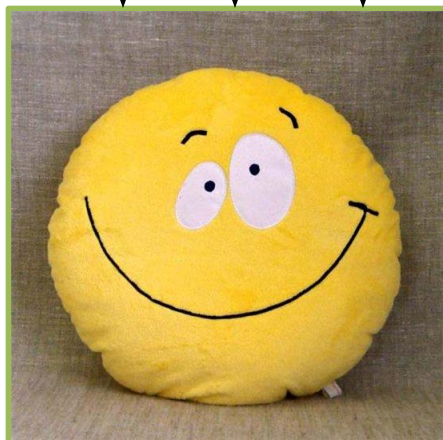


Чтобы достичь высоких педагогических результатов в воспитании детей, необходимо развивать у них двигательные и мануальные навыки, вестибулярный аппарат, выполнять гимнастические и акробатические упражнения, обучать плаванию, проводить закаливание. (Педагог, нейрофизиолог Глен Доман)

# Физическая активность – важный фактор гармоничного развития дошкольника



Нейропептиды







# Физическая активность – важный фактор гармоничного развития дошкольника

Физическая (двигательная) активность

**СПОСОБСТВУЕТ**

созданию энергетической основы для роста  
и развития морфофункциональных систем организма

**ОКАЗЫВАЕТ**

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

**ОБЕСПЕЧИВАЕТ**

Гармоничное развитие

Сохранение здоровья



**2. Движение × музыка × сказка ×  
игра × театр = сюжетно-ролевая  
ритмическая гимнастика**



Движение × музыка × сказка × игра × театр =  
сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика



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 заданья.





Движение × музыка × сказка × игра × театр =  
сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика



**Ритмическая гимнастика** на практике

– это:

выполнение комплекса физических упражнений поточным методом под музыку в полном согласовании с ней.



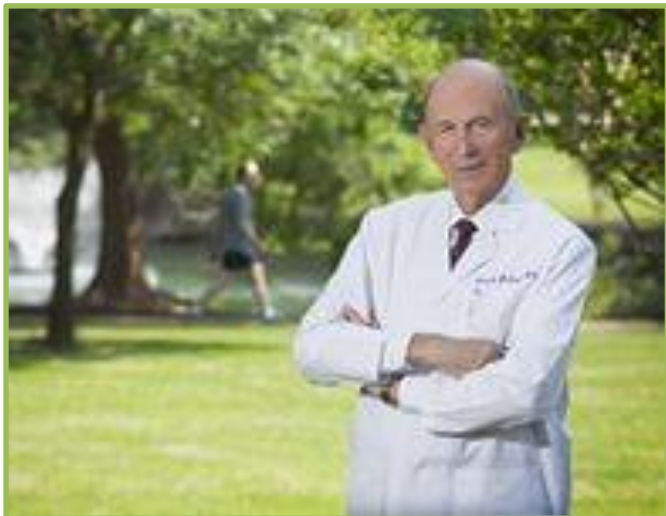
Движение × музыка × сказка × игра × театр =  
сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика

Впервые термин «Ритмическая гимнастика»  
введён швейцарским педагогом и композитором  
Эмилем Жак-Далькрозом на рубеже XIX–XX  
веков.





Движение × музыка × сказка × игра × театр =  
сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика



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
- ходьба





Движение × музыка × сказка × игра × театр =  
сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика



Сказочный театр ритмической гимнастики открыть нам  
пора!  
Физкульт-УРА! УРА! УРА!



## Сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика

на практике – это выполнение комплексов физических упражнений поточным методом в полном согласовании с музыкой и содержанием сказок, по сюжетам которых они формируются.







**Театр** как яркое проявление игры-драматизации способствует проникновению в образ героев и выразительному выполнению упражнений, эмоциональному развитию детей

**Игра** активизирует мыслительные процессы и двигательные возможности ребенка, создаёт положительный эмоциональный фон занятий

**Музыка** организует двигательные действия детей и эмоционально воздействует, вызывая у них ответную реакцию в виде выразительных движений

**Сказка** знакомит с литературой, обогащает духовно, закладывает нравственные начала



**Движение** способствует развитию морфофункциональных систем, психических функций, интеллектуальных и коммуникативных способностей ребёнка





Движение × музыка × сказка × игра × театр =  
сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика



**ДВИЖЕНИЯ** представлены во всём многообразии





Движение × музыка × сказка × игра × театр =  
сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика



### **Основная гимнастика**

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





Движение × музыка × сказка × игра × театр =  
сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика



### **Элементы видов спорта**

(акробатики, художественной гимнастики, аэробики и др.)





Движение × музыка × сказка × игра × театр =  
сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика



**Упражнения на снарядах**  
(скамейка, шведская стенка, степ-платформа, фитбол, батут и др.)



Движение × музыка × сказка × игра × театр =  
сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика



### **Упражнения с предметами**

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



Движение × музыка × сказка × игра × театр =  
сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика



**Элементы танцев**  
(народных, балльных, современных)





Движение × музыка × сказка × игра × театр =  
сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика



**Элементы классической хореографии**





Движение × музыка × сказка × игра × театр =  
сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика



**Специальные средства двигательной  
выразительности**  
(жесты, пантомимика, ритмопластика)



Движение × музыка × сказка × игра × театр =  
сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика



**Упражнения оздоровительных гимнастик**  
(дыхательных, стретчинга, восточных и др.)





Движение × музыка × сказка × игра × театр =  
сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика



**Важная особенность движений:** отражают характер героев сказок, их действия и взаимодействия, помогая создать художественный образ







Движение × музыка × сказка × игра × театр =  
сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика



## МУЗЫКА как организующее начало двигательных действий



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



Движение × музыка × сказка × игра × театр =  
сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика



Комплекс ритмической гимнастики и музыкальное произведение с точки зрения структурного подхода имеют много общего.



Движение × музыка × сказка × игра × театр =  
сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика

	<b>КОМПЛЕКС УПРАЖНЕНИЙ</b>		<b>МУЗЫКАЛЬНОЕ ПРОИЗВЕДЕНИЕ</b>
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 акцентированном такте	
структурной единицей двигательного комплекса является физическое упражнение		музыкальный такт – структурный элемент музыки	





## МУЗЫКА как эмоциональный фактор воздействия

Обладая эмоционально-образным содержанием, музыка вызывает у детей рефлексию (ответную реакцию) в виде выразительных движений.





Движение × музыка × сказка × игра × театр =  
сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика



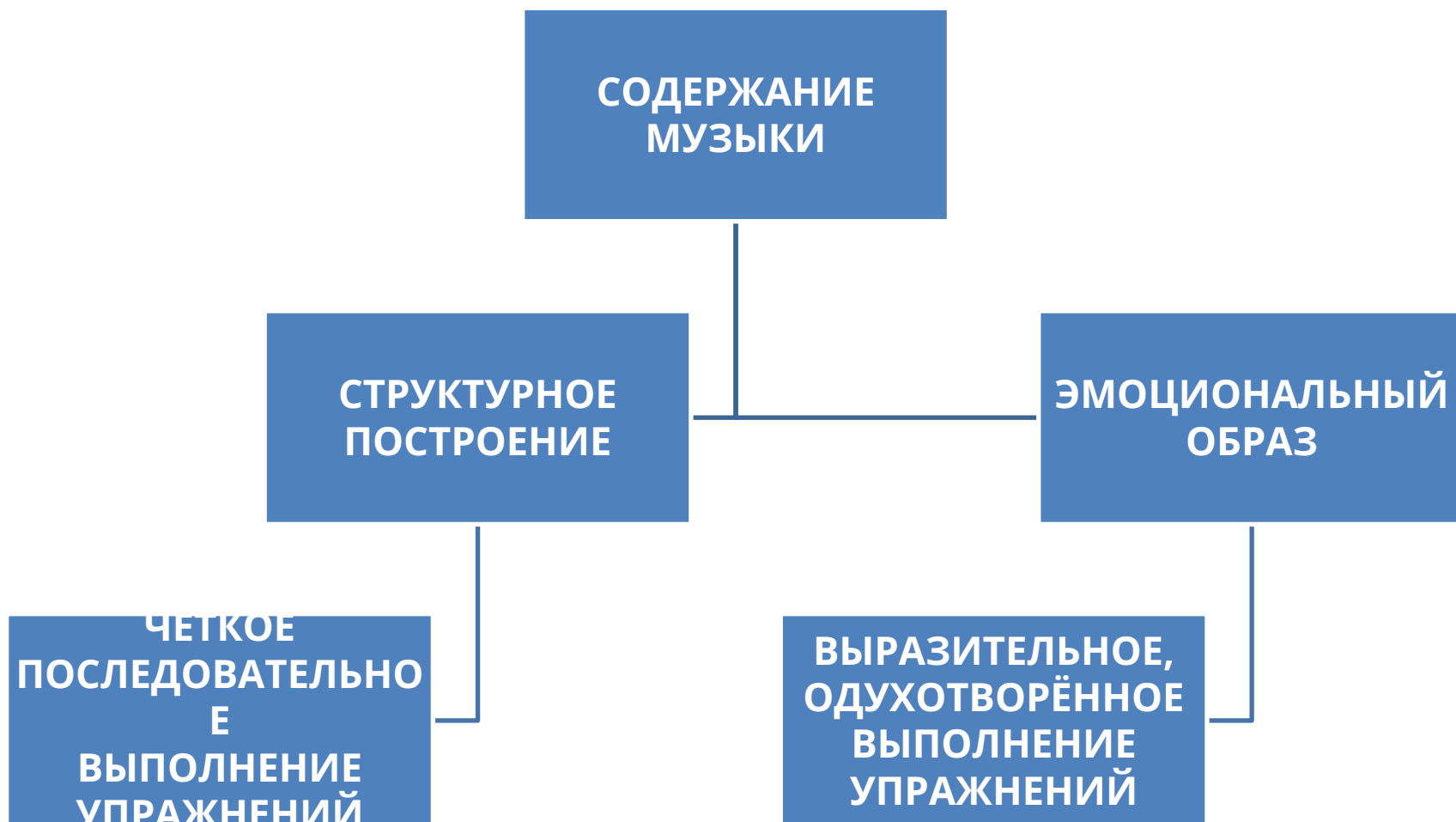
## МУЗЫКА × ДВИЖЕНИЕ



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.



Движение × музыка × сказка × игра × театр =  
сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика







## Содержание сказки

Повышает эмоциональный фон,  
интерес, мотивацию

Обостряет внимание, память,  
мышление

Помогает освоить и запомнить  
двигательный материал

Способствует проникновению в  
образ героев и  
выразительному выполнению  
упражнений

Передаёт знания, обогащает  
нравственно

Способствует коррекции  
психического состояния

## СКАЗКА

первое произведение литературы в жизни ребёнка, её содержание лежит в основе сюжета, по которому формируется комплекс ритмической гимнастики.





Движение × музыка × сказка × игра × театр =  
сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика

Соотнесение двигательного, музыкального и литературного материала в  
комплексе сюжетно-ролевой ритмической гимнастики

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



Движение × музыка × сказка × игра × театр =  
сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика



**Игра** является неотъемлемой частью сюжетно-ролевой ритмической гимнастики.

**Игровой метод** – основной в организации занятий.

Самым ярким его проявлением является метод **игры-драматизации**, позволяющий разыгрывать сюжет сказки по ролям, тем самым превращая деятельность в рамках сюжетно-ролевой ритмической гимнастики в **театральную деятельность**.







Движение × музыка × сказка × игра × театр =  
сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика



## ИГРА

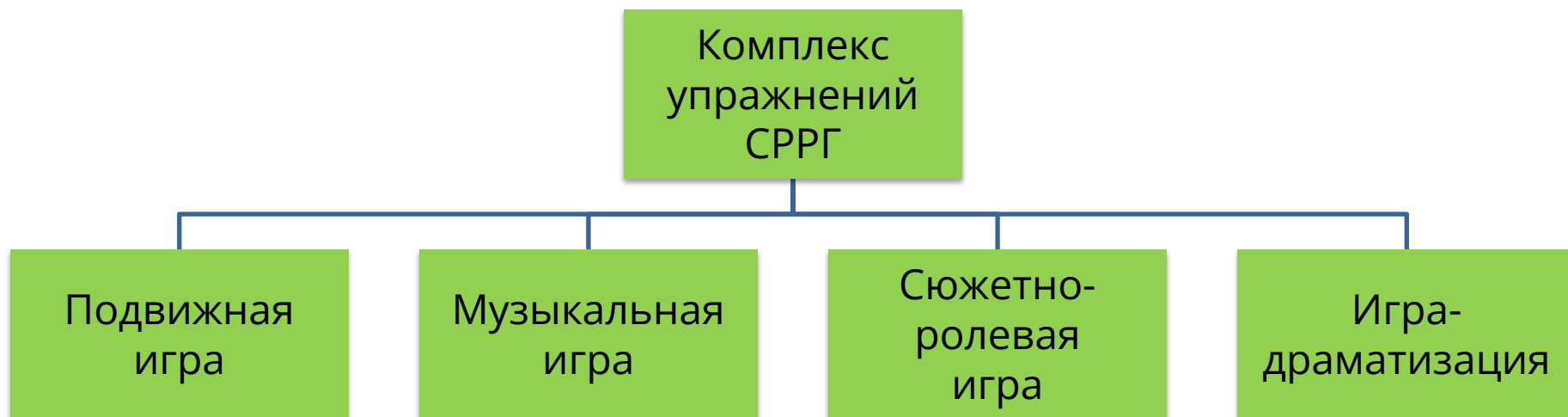
на разных этапах освоения комплекса  
сюжетно-ролевой ритмической гимнастики  
имеет свою специфику проявления

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



Движение × музыка × сказка × игра × театр =  
сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика

Комплекс сюжетно-ролевой ритмической гимнастики  
с позиций игровой деятельности можно характеризовать так.





### **3. Интегрированное решение задач развития дошкольника во всех образовательных областях средствами сюжетно-ролевой ритмической гимнастики**





Средства сюжетно-ролевой ритмической гимнастики обеспечивают полисенсорное воздействие на организм через зрительный, слуховой, мышечно-суставной анализатор.



# Интегрированное решение задач основных направлений развития дошкольника средствами сюжетно-ролевой ритмической гимнастики

## СЮЖЕТНО-РОЛЕВАЯ РИТМИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА

двигательная  
деятельность

интеграция

познавательная  
деятельность

компоненты

Движение

Развитие  
физических качеств

Функциональное  
развитие

Освоение движений

Сюжет

Мотивация,  
нравственное  
воспитание

Музыка

Психоэмоциональное  
состояние, настроение

Мотивация,  
произвольность  
поведения

Игра

Развитие личности  
ребёнка



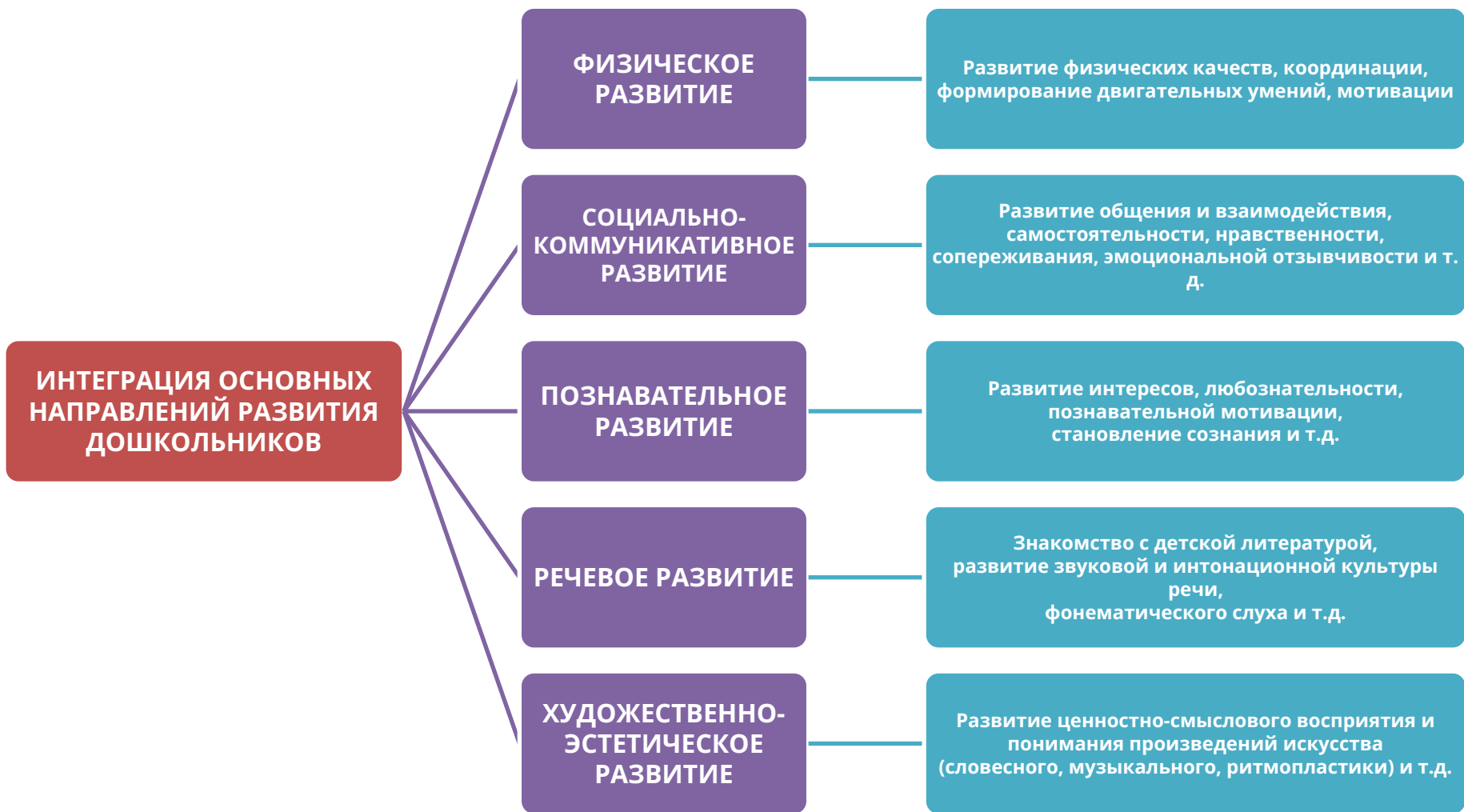
Выразительное движение является интегральным показателем физического и психического развития ребёнка





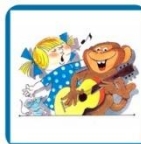


# Интегрированное решение задач основных направлений развития дошкольника средствами сюжетно-ролевой ритмической гимнастики





**4. Особенности организации педагогического процесса на примере пособия «Сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика. Методические рекомендации к программе по физическому воспитанию дошкольников»**



Про Веру и Анфису



Волк и 7 козлят



Три поросенка



Антошка и компания



Страна Мульти-пульти



Музыкальный мир движений

**3-4 года**

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



Голубой щенок



Чиполлино



Путешествие в Африку



Ребята, давайте жить дружно!



Кошкин дом

**4-5 лет**



Приключения Незнайки и его друзей



Хоттабыч



Летучий корабль



Снежная королева

**6-7 лет**



Бременские музыканты



Али-баба и 40 разбойников



Приключения Буратино

**5-6 лет**



Базовой структурной единицей педагогического процесса является комплекс упражнений

Основные закономерности его построения:

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 3 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.





## Алгоритм конструирования (составления) комплекса сюжетно-ролевой ритмической гимнастики

1-й этап. Формирование музыкально-литературного материала  
Выбор → Анализ → Конструирование

2-й этап. Формирование базового комплекса физических упражнений  
Выбор → Анализ → Конструирование



# Особенности организации педагогического процесса

## Поэтапное обучение комплексам сюжетно-ролевой ритмической гимнастики

### 1-й этап. Предварительный (1-3 занятия)

#### Задачи

1. Создать мотивацию к деятельн.
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

1. 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



## 2-й этап. Ориентировочный (8–10 занятий)

### Задачи

1. Разучить комплекс
2. Сформировать представления о технике элементов
3. Формировать представления о передаче сюжетных образов
4. Развивать координацию и другие физические качества

### 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, представлений о двигательных действиях, технике выполнения базовых элементов, танцевальных движений, отдельных композиций, структуре муз. произведения и связи музыки и движений с сюжетом сказки. Формирование некоторых первоначальных двигательных умений



## 3-й 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
3. Воспитывать умение выполнять движения в согласовании с музыкой
4. Активно развивать координацию и другие физические качества
5. 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





## ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ПЕДАГОГОВ НА ВСЕХ ЭТАПАХ ОБУЧЕНИЯ

Предварительный этап

Ориентировочный этап

Конструктивно-формирующий этап

Контрольно-обобщающий этап





# Предлагаем тестовое задание по теме вебинара



## Требования к выполнению домашнего задания



Домашнее задание  
и презентация  
по теме вебинара  
будут размещены  
в группе «ВКонтакте»  
«Детский сад 2100»  
<https://vk.com/club163897083>

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 правильно выполнить и  
оформить домашнее задание



Приглашаем к общению и сотрудничеству  
в соцсетях и на YouTube

Группа «ВКонтакте» **«Детский сад 2100»**  
<https://vk.com/club163897083>



Детский сад 2100

изменить статус

Вы участник ▾



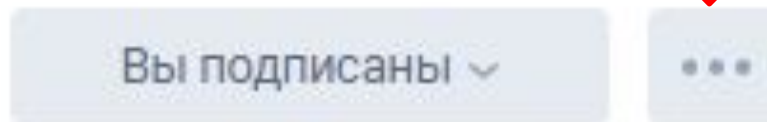


## Приглашаем к общению и сотрудничеству в соцсетях и на YouTube

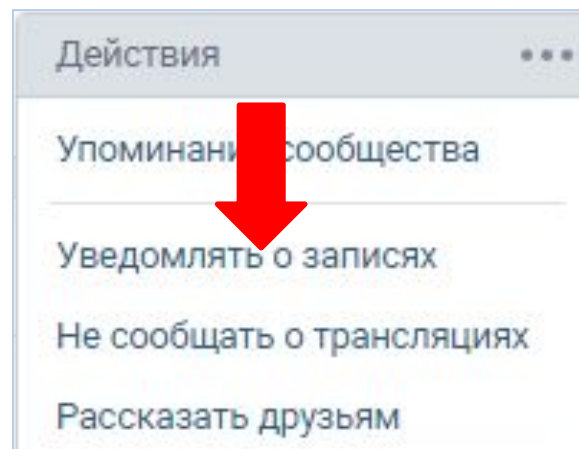
**Шаг 1: кликнуть по синей плашке**



**Шаг 2: открыть меню**



**Шаг 3: кликнуть по строке  
«Уведомлять о записях»**





Приглашаем к общению и сотрудничеству

## Образовательный канал на YouTube

<https://www.youtube.com/channel/UCmyFPUMg9K5YQLvrv7CL27A>



YouTube<sup>RU</sup>

Введите запрос



ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА  
«ШКОЛА 2100»

Основной сайт



Образовательная система "Школа 2100"

431 подписчик

ПОДПИСАТЬСЯ 430



Приглашаем к сотрудничеству

**Шаг 1: чтобы подписаться на канал,  
кликните по красной плашке**



**ПОДПИСАТЬСЯ 430**

**Шаг 2: чтобы получать  
уведомления о новых роликах,  
кликните по значку  
«колокольчик»**

ВЫ ПОДПИСАНЫ 431



**ГОТОВО!**

ВЫ ПОДПИСАНЫ 431





Как с нами связаться

**Учебно-методический центр**

**[umc@school2100.com](mailto:umc@school2100.com)**

**8 (495) 778-16-74, 8 (499) 110-69-68**

**Заказ пособий**

**[zakaz@balass.su](mailto:zakaz@balass.su)**

**8 (495) 672-23-12**

**Заказ пособий по почте**

**[post@balass.su](mailto:post@balass.su)**

**8 (495) 735-53-98**

**Сайт [www.school2100.com](http://www.school2100.com)**