«Музыка, движения, эмоции, игра»

«Двадцать первый век - век высоких технологий, век информации и технического прогресса». Этот тезис вошел в наш быт, доминирует в нашем сознании и постепенно становится неким лозунгом, девизом, на который мы ориентируемся при воспитании своих детей. Мы стараемся, как можно раньше приобщить их к этому миру знаний и прогресса. Мы озабочены тем, чтобы наши дети успели интеллектуально развиться и буквально с пеленок начали впитывать в себя побольше разнообразной информации. В этом мы видим залог их будущей успешности и устроенности в современном мире. Мы очень стараемся шагать в ногу со временем в деле воспитания собственных детей и... оказываемся несовременными и безнадежно отставшими в этом вопросе от своего века.

Яркий пример - принесение в жертву ранней интеллектуализации физического развития ребенка, его эмоционально-двигательного опыта. Врачи бьют тревогу, говоря, что у современных детей ослаблено здоровье. Конечно, в снижении уровня психосоматического здоровья наших детей повинны прежде всего неблагополучие в экологической и социальной сфере, особенно в условиях современного города. Но зачастую именно стремление родителей к раннему интеллектуальному развитию ребенка приводит к подавлению его естественной двигательной активности, что отрицательно сказывается на формировании нервной системы и в целом на развитии здоровья ребенка.

Значение движения в развитии ребенка дошкольного возраста трудно переоценить. Телесные ощущения для ребенка первостепенны в освоении окружающего мира. Не случайно психологи говорят о том, что ребенок мыслит телом. Развитие восприятия, внимания, памяти, воображения, мышления происходит у него в опоре на практические действия.

Действие, активная практическая вовлеченность в процесс - единственная гарантия усвоения ребенком знаний. Любое знание должно стать для него «живым действием», связаться с двигательным, телесным опытом.

Движения связаны у ребенка с чувством радости, наслаждения от освоения разнообразных действий. Возможность движения, практических действий для ребенка - одно из самых предпочитаемых удовольствий, а также эффективных средств поддержания его интереса практически к любому роду занятий.

Движения, музыка... и подготовка к школе

Мамы и папы не раз наблюдали, с какой радостью дети включаются в движение под музыку. Звучащая музыка вызывает у них яркие эмоциональные впечатления, разнообразные двигательные реакции, усиливает радость и удовольствие от движения. Взрослые знают, какое наслаждение доставляют детям музыкально-двигательные упражнения, танцы или просто произвольные движения под музыку (от беготни и подпрыгиваний до забавного подражания танцевальным движениям поп-див). Радость, которую приносит детям музыка, - это радость свободного звукового и двигательного выражения разнообразных эмоций. В музыке заключен целый мир звучащих образов. Войти в этот притягательный мир, взаимодействовать с ним помогает ребенку движение.

Огромный терапевтический и развивающий потенциал музыки связан с удовольствием, которое получают дети от телесного выражения эмоциональных переживаний. Голосовое и двигательное самовыражение под музыку можно рассматривать как важнейшее средство развития эмоционально-телесного опыта

ребенка и его личности в целом. Музыка, слитая с движением, выступает как основа становления личности, здоровой в физическом, психическом и духовном смыслах.
Через музыкальную ритмику ребенок попадает в мир своего тела и чувств. Для ребятишек пяти - семи лет это очень важно. Дети этого возраста - и девочки, и мальчики - отличаются особой впечатлительностью и эмоциональной отзывчивостью на события и явления окружающего мира. Особенно наполнены силой и богаты оттенками эмоции, которые рождаются в общении с другими людьми - взрослыми и сверстниками. Это и сочувствие, и обида, и жалость, и зависть, и восхищение, и презрение. Разнообразие переживаний необходимо в этом возрасте. Чем богаче эмоциональный опыт, полученный в детстве, тем более полноценным и продуктивным будет общение ребенка в дальнейшем. В этом возрасте развивается способность к сочувствию, отзывчивость к переживаниям другого человека, умение адекватно выражать собственные чувства, контролировать возникающие эмоциональные ситуации.

Дети не могут вести себя так, как взрослые. И хотя характерной чертой возраста пять - семь лет считается утеря непосредственности, все еще слишком мал жизненный опыт ребенка, чтобы он мог вести себя в соответствии с требованиями взрослых, их пониманием «хорошо» и «плохо». И здесь на помощь приходят музыкальные двигательные игры - как эффективное средство эмоционального развития детей в рамках, соответствующих культурным нормам поведения. Музыкальные двигательные игры могут стать настоящей «школой чувств» для ребенка. Движение под музыку помогает сделать эмоцию видимой, пережить ее в телесных ощущениях, связать с субъективным, индивидуальным опытом и тем самым присвоить ее, сделать личностным достоянием.
С подобными проблемами сталкивались и наши предки, вырабатывая определенные средства психорегуляции с помощью практического музицирования. Песня, танец, игровое действо позволяли выразить свои эмоции в рамках культурной нормы поведения. С помощью пения и движения люди умели воздействовать на собственный организм, «налаживать» его, возвращать утраченное здоровье. Ведь не случайно в мифах и сказаниях разных народов певцы и музыканты наделены сверхъестественными способностями. Детский фольклор русского народа - это настоящее «дидактическое пособие» по игровому взаимодействию ребенка с взрослым и сверстниками, по самовыражению и терапии через пение и движение.

Да, возразите вы, но современный ребенок живет в совершенно ином социальном контексте. Уходит в прошлое детский фольклор. Печально, что вместе с ним уходит традиция игрового общения ребенка с взрослыми. Темп и заботы современной жизни сокращают общение родителей с детьми, а потеря традиций ведет к потере навыков игровой терапии. А ведь так хочется, чтобы ребенок смог сбрасывать накопившуюся за неделю усталость, почувствовать себя защищенным, любимым, чтобы он мог поделиться своими знаниями и умениями, ощутить себя значимым. Что тут можно поделать?
Прежде всего, понять, что музыка - ваш союзник в общении с ребенком, причем в общении плодотворном, развивающем ребенка, готовящем его и к школе, и к будущей жизни в целом. С помощью музыкального движения можно:

- организовать увлекательные физкультминутки для восстановления нормального кровообращения ребенка;
- дать возможность сбросить накопившуюся усталость за день или неделю (а учебная неделя дошколенка достаточно сложна и насыщенна);
- укрепить мышечный корсет ребенка - необходимое условие для хорошей осанки в школе. Тяжелый портфель, который ребенку предстоит носить с первых дней, - еще одно условие для работы над укреплением мышц. Конечно, это можно делать и под «Раз, два, три, четыре», но получится неинтересно и быстро наскучит ребенку;
- развить координацию и пространственные представления ребенка: вправо - влево, вверх - вниз и т. д.;
- научить малыша контролировать свои действия, замедляя и ускоряя их, прерывая и переключая внимание с одного действия на другое;
- развить способность к выразительному интонированию - залог успешной работы в школе на уроках по выразительному чтению, а также четкую, хорошую артикуляцию - необходимое условие для уверенных ответов на уроках;
- научить общаться с другими детьми и взрослыми без смущения и стеснения;
- создать для ребенка ситуацию эмоционального комфорта, позитивного самоощущения.

Конечно, все это делает музыка не сама по себе, а музыка, сопровождающая какую-либо деятельность ребенка. Без помощи взрослых организовать такую работу ребенок не сможет.