

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
муниципального образования город Краснодар «Детский сад
комбинированного вида №174 «Сказочная страна»

Методическая разработка

«Телесная перкуссия. Рабочая программа».

Авторы-составители:
Музыкальные руководители: С.В.Ротай
А.А.Синица

Краснодар 2025 г.

Оглавление

Введение	3
1. Истоки «Телесной перкуссии»	3
2. О музыке вообще.	4
3. Формы применения Телесной перкуссии.	6
3.1 Телесная перкуссия на музыкальных занятиях.	6
3.2 Телесная перкуссия в тематических праздниках и развлечениях.	6
4. Здоровьесберегающая основа Телесной перкуссии	7
5. Телесная перкуссия, метр и ритм.	7
6. Телесная перкуссия в младшей возрастной группе (с 2х до 4х лет).	8
7. Телесная перкуссия в старшей возрастной группе.	9
Заключение	11
Список литературы	12
Приложение I (музыкальные номера к картотеке)	
Приложение II (картотека ритмослогов)	
Приложение III (картотека партитур Телесной перкуссии)	

Введение

*Внимательный человек в красоте и
гармоничности этого мира
видит премудрость невидимого Творца.*

Гармония наполняет мир. Это и упорядоченное движение небесных светил на ночном небе, и сменяемость дня и ночи, и чередование времен года, и младенчество, юность, зрелость и увядание человеческой жизни. Все упорядоченно. Имеет свою логику, закономерность и красоту.

Умение видеть, чувствовать и главное стремиться к красоте, гармонии, творчеству свойственно именно человеку. И никакому другому существу на Земле. Эта неизведанная тайна ощущения красоты мира рождает в глубине человеческого сердца стремление петь! Наверное, нет ни одного человека на земле, у которого никогда не возникало желание петь. При этом не имеет значение есть ли у человека слух и голос или нет. Он с радостью и поет, и слушает красивое пение. И даже глухонемые люди пытаются почувствовать музыку через ощущение звуковых волн.

Недаром же говорят, что от Рая на Земле остались цветы и пение.

Итак, стремление к пению можно считать общечеловеческим стремлением.

1. Истоки «Телесной перкуссии»

Но что общего между пением и Телесной перкуссией?

Пение образно можно назвать мелодией души.

Телесную перкуссию или изначально «Боди перкуссию» образно можно назвать музыкой тела. Ведь слово «percussio» означает буквально «нанесение ударов». А слово «body» - «тело». То есть, извлечение звучания из тела как из инструмента путем удара, постукивание или похлопывания. По-другому Телесную перкуссию можно назвать «Звучащие жесты». (Термин этот принадлежит Гунильд Кетман, соавтору «Шульверк. Музыка для детей» Карла Орфа).

Думается, что использование тела в качестве музыкального инструмента так же уходит к юности человечества, как и пение. И так же осваивается ребенком с самого юного возраста. Конечно же, это хлопки в ладони и топанье. Из неосознанных «звучащие жесты» ребенка становятся постепенно эмоционально окрашенными, выражающими его настроение. Хлопки-радость,

топанье ногами - недовольство, стучание ладошкой по столу - привлечение внимания.

В целом, использование «звучащих жестов» или по-другому «боди перкуссии» в музыкальном развитии детей приносит им неизменную радость. Это очень доступная и понятная им форма музицирования.

2. О музыке вообще.

Стоит немного отвлечься и поговорить о музыке вообще.

Прежде всего, важно отметить, что ни у кого, кроме человека, музыки нет. (Пение птиц нельзя соотносить с музыкой. Для них это язык).

М.Пруст говорил: «Музыка – средство коммуникации между душами. Через века и нации, через разные языки».

Музыка - один из универсальных общечеловеческих языков понятных всем людям. Это происходит потому, что она говорит на языке человеческих эмоций. К другим таким же универсальным языкам относятся математика и наш вербальный язык или язык тела - это мимика, жесты, позы и прочее.

Галилей говорил: «Создатель написал книгу природы языком математики». То есть математика - это свойство мира. «К музыке это имеет абсолютно такое же отношение» говорит Татьяна Черниговская в одной из своих лекций («Новое 2024. Эмоции. Музыка. Мозг»).

Татьяна Черниговская - российский ученый в области нейробиологии, психолингвистики и теории сознания. Огромное внимание в своих исследованиях уделяет музыке и ее воздействию на мозг:

«Музыка-это и высочайшая абстракция, и математика, и конечно, эмоции. Музыка переводит мозг в целом в другой режим работы».

Татьяна Владимировна считает, что к музыке нужно относиться не столько как к развлечению или отдыху, сколько как к средству развития мозга. «Возможно, этот язык сложнее и важнее любого другого, ведь он влияет на гормоны, определяющие все виды деятельности человека» - говорит Т.Черниговская.

«Мы привыкли думать о музыке как об определенном виде искусства, но это и так всем понятно. А нужно посмотреть на нее с точки зрения науки, потому что это очень серьезная вещь...

В голове у музыканта (в нашем случае просто ребенка, занимающегося музыкой) много всего должно быть. Он должен концентрировать внимание, должна быть память - краткосрочная и долгосрочная, должны быть хорошие скорости переключения, должен быть слух и направленный слух, должно быть

чувство ритма (и это базовая вещь), должны работать аналитические способности, способности к физической координации, моторика. И это малый набор!»

По словам Т.Черниговской, обучение музыкой - это очень тонкая настройка мозга. Этот звук короче, а этот - длиннее. Этот выше, а этот ниже. Этот громче, а этот тише.

В дальнейшем такая тонкая настройка поможет в обучении письму и чтению. Например, когда нужно будет отличить букву «з» от цифры «3», букву «о» от цифры «0» и т.д. Это подготовка к дальнейшей сложной когнитивной работе в школе.

«И, кроме того, кто занимается музыкой, делает инвестицию в свою старость. Как следствие происходит отсрочка потенциального Альцгеймера или Паркинсона на несколько лет. А это немало! И это не пустые слова!..

Музыка вызывает активность мозга, меняющую серое вещество (чем мы думаем), толщину коры, организацию путей в этой коре...меняет качество и количество нейронов...Музыка активирует весь мозг. Части мозга, отвечающие за эмоции, не только активируются во время эмоциональной музыки, они синхронизируются. Музыка также активирует различные области памяти. И, что интересно, музыка активирует двигательную систему...

Сейчас существует даже раздел науки, который называется когнитивная музыкология, *cognitive musicology*. В Гарварде над проблемой воздействия музыки на когнитивные способности занимаются очень мощные ученые: и физики, и физиологи, и психологи, и музыканты, конечно.

Мозг, если вы хотите его сохранить должен тяжело работать. Имеется в виду тяжело индивидуально для себя» (Т.Черниговская «Новое 2024.Эмоции. Музыка. Мозг»)

Правды ради, нужно отметить, что мозг, после выполнения трудной задачи, (В наше случае музыкальной. Посильной для ребенка, но не легкой!) получает дозу дофамина. А это радость, счастье, хорошее настроение! Вы обращали внимание с каким приподнятым радостным настроением дети выходят после музыкального занятия если у них получилось, наконец-таки, освоить то, что сначала не получалось? И это не безумная неуправляемая «скачка жизни» после так называемого «Праздника с аниматорами», а собранная, тихая, внимательная радость. Когда «глаза светятся».

3. Формы применения Телесной перкуссии.

3.1 Телесная перкуссия на музыкальных занятиях.

Необходимо отметить, что занятия Телесной перкуссией подразумевает систематическую работу, осуществляемую регулярно на музыкальных занятиях. Эта работа должна постепенно усложняться в зависимости от уровня детей и усвоения ими музыкального материала. Мы считаем, что работа над развитием метроритма через Телесную перкуссию должна входить в базовую структуру музыкального занятия наравне с блоком Распевание. Но, если распевание предусмотрено в начале занятия, то Телесную перкуссию советуем использовать в паузах между разучиванием иного музыкального материала. Здесь она будет выступать и как физ. минутка (для снятия усталости, напряжения, для эмоциональной разгрузки) и как средство развития ритмичности дошкольников. Вот именно для этого музыка для телесной перкуссии должна быть образная, яркая и КОРОТКАЯ! (от 30 сек до 1 минуты)

3.2 Телесная перкуссия в тематических праздниках и развлечениях.

Музыкальные номера для праздников формируются на основе разученного материала на музыкальных занятиях.

Не стоит бояться использовать номера Телесной перкуссии в программных утренниках. Они легко разучиваются и становятся украшением праздника. При условии систематической работы в этом направлении, постепенно накапливается большой материал уже разученных номеров. Так как мы предлагаем использовать фрагменты инструментальной музыки, то они весьма универсальны и легко встраиваются в любую тематическую направленность Праздников.

Телесная перкуссия универсальна и в проведении тематических Развлечений по плану ДОУ.

Почему? Инструмент Телесной перкуссии - это Тело. Мы избавляемся от необходимости раздачи шумовых инструментов каждому исполнителю. Перкуссия тела - это коллективная музыка. И чем больше людей создает звучащие жесты, тем интереснее и впечатляюще получается.

В музыкальном номере могут участвовать ВСЕ дети! Это как раз способствует сплоченности детей, делает ребенка активным участником действия, а не только пассивным слушателем. Укрепляет коммуникативные связи, является хорошей сменой деятельности.

4. Здоровьесберегающая основа Телесной перкуссии

Телесная перкуссия является здоровьесберегающей технологией, так как в основе ее лежит самомассаж.

Само обращение к похлопываниям и ударениям по разным частям тела уходит корнями глубоко в прошлое. Примером являются различные китайские оздоровительные гимнастики. И это не случайно. Например, растирание ладоней стимулирует точки, которые связаны со многими внутренними органами. Похлопывания по телу усиливают кровообращение. В результате, ослабленные внутренние органы получают дополнительное питание. Укрепляются кости и сухожилия, становятся более подвижными суставы, выходят накопившиеся токсины, усиливается обмен веществ и улучшается состояние кожи и волос. Восстанавливается бодрость и активность.

Всем известно, что активное движения пальцев рук стимулирует деятельность ЦНС и способствует развитию речи ребенка.

В целом, телесная перкуссия стимулирует зоны коры головного мозга, отвечающие за моторику. А стимуляция зон коры головного мозга является необходимым элементом как в коррекционной работе с воспитанниками с нарушениями речи, так и детей с нормой.

5. Телесная перкуссия, метр и ритм.

Чувство метра-ритма является базовой музыкальной способностью. Без него немислима никакая музыкальная деятельность.

Что же такое метр и ритм?

Метр-это сердце музыки. Как пульс – это биение равномерных ударов. Так метр - это счет сильных и слабых ударов-долей.

Ритм же - это чередование звуков и пауз разной длины.

Всю нашу жизнь наполняет ритмичность. Это и сердцебиение, и дыхание, и моргание, и глотание, и чередование бодрствования и сна и многое другое.

Считается, что чувство ритма является врожденной музыкальной способностью. И в то же время, наиболее трудно развиваемой.

Чувство ритма - это способность активно (двигательно) переживать музыку, чувствовать музыкальный ритм и точно его воспроизводить.

Исследователи К.Тарасова, Б.Теплов, Г.Орф утверждают, что ритмическое воспитание не может быть только зрительным и слуховым. Оно должно быть **двигательным!** «Нельзя воспитать ритм вообще. Музыкально-ритмическое чувство развивается только в процессе музыкальной деятельности».(Теплов Б.Н «Психология музыкальных способностей». М-Л;1947г)

Т.Черниговская в одной из своих лекций говорила, что «если людей и маленьких детей не учить музыке, то эта дверь им не откроется».

В этой связи Телесная перкуссия выступает универсальным инструментом развития метроритма. Ведь двигательная активность лежит в ее основе.

6. Телесная перкуссия в младшей возрастной группе (с 2х до 4х лет).

Элементы телесной перкуссии применяются с самой младшего дошкольного возраста. Это первая и вторая младшая группы.

На начальных этапах это озвучка потешек и коротких стишков хлопками, топанием, ударением кулачка о кулачок, пальчика о ладошку... Сначала без музыки, а впоследствии подключаются небольшие образные песенки, на проигрыше которых равномерно хлопают или топают детки. Тем самым они учатся ощущать метрический пульс музыки.

Очень удобно использовать песенки с повторяющимися слогами типа «да-да-да» или «ля-ля-ля». Например:

Песенка «Осенняя песенка» Сл. и муз. Е.Завьялова:

Осень, осень, осень *(музыкальный руководитель поет, а дети подпевают и шуршат ручка об ручку)*

Листики летят.

Осень, осень, осень *(поют и шуршат ручка об ручку)*

Пестрый листопад.

Ля-ля-ля, ля-ля-ля *(подпевают и хлопают)*

Листики летят.

Ля-ля-ля, ля-ля-ля *(подпевают и хлопают)*

Пестрый листопад.

Песенка «Нарядили елочку» Муз Н.Орловой, сл. А.Прокопенко:

Нарядили елочку-да-да-да, *(муз. руководитель поет фразу, дети на «да-да-да» подпевают и хлопают три раза).*

Хвойную иголочку-да-да-да, *(подпевают и хлопают)*

Шарики повесили-ля-ля-ля, *(подпевают и делают фонарики)*

И запели песенку-ля-ля-ля. *(подпевают и фонарики)*

В этой возрастной группе уже целесообразно иногда включать Телесную перкуссию и под небольшие отрывки народной инструментальной музыки.

Например, «Ах ты, березка, рус.нар.мел.»(приложение I, № 1).

7. Телесная перкуссия в старшей возрастной группе.

Со средней возрастной группы начинается знакомство детей с простыми ритмическими рисунками. И уже к старшей возрастной группе начинается знакомство с длительностями. Для лучшего понимания мы используем систему ритмослогов, где :



- Четвертная длительность обозначается слогом – ТА. Даем ей название ДЛИННАЯ НОТА.



-Восьмая длительность обозначается слогом – ТИ. Даем ей название КОРОТКАЯ НОТА.



-Две восьмые будут проговариваться слогами -ТИ-ТИ. Даем им название ДВЕ КОРОТКИХ.



- Половинная длительность обозначается слогом – ТА-А. Даем ей название ОЧЕНЬ ДЛИННАЯ НОТА (см. Приложение III)

После освоения детьми ритмослогов, в старшей группе мы начинаем работу по метроритмическим карточкам.

Например:



ТА ТА (длинная, длинная)



ТИ ТИ (две коротких)



ТИ ТИ ТИ ТИ (четыре коротких),



ТА ТА ТА - А (длинная, длинная, очень длинная)



(длинная, две коротких)

ТА ТИ ТИ



(две коротких, длинная)

ТИ ТИ ТА

Данная система ритмослогов была придумана в Венгрии в прошлом столетии и активно используется в музыкальных школах в первые годы обучения музыки. На своем опыте работы мы убедились, что дети подготовительной группы (а это 6-7 лет!) легко и с интересом осваивают эту систему. Тем самым закладывается база для дальнейшего успешного обучения музыки.

Заключение.

Подводя итоги, еще раз подчеркнем, что **Чувство ритма** - это одна из базовых музыкальных способностей, без которой практически невозможна никакая музыкальная деятельность. **Ритм** же – один из центральных, основополагающих элементов музыки.

Главная задача педагогов – научить детей ощущать ритмическую выразительность музыки и передавать ее через движения. Ведь музыкальный ритм и его ощущение является основой музыкальности.

Телесная перкуссия, эффективно развивающая чувство ритма, является еще и увлекательным и полезным занятием для детей. Потому что вместе с чувством ритма развивает внимание, память, мелкую моторику, речь, координацию движений, ориентацию в пространстве, образное мышление.

Разработанная нами методика способствует развитию чувства ритма ребенка и раскрытию его творческого потенциала.

1. Орф.К.- Шутьверк. Музыка для детей. Русская версия.
2. Черниговская Т.В. Лекция «Музыка и мозг». Интернет источник.
3. Черниговская Т.В. Лекция «Новое 2024. Эмоции. Музыка. Мозг». Интернет источник.
4. Теплов Б.Н «Психология музыкальных способностей». М-Л;1947г
5. Каплунова И., Новоскольцева И. «Этот удивительный ритм» 2023, серия «Ладушки».
6. Тютюнникова Т. «Элементарное музицирование», издательство Бином. Лаборатория знаний. 2022
- 7.Тютюнникова Т. «Вариации на тему Шутьверка. Идеи для элементарного музицирования».
8. Тютюнникова Т. «Бим.Бам.Бом. Сто секретов музыки для детей» С-Петербург.2003.