

Консультация для воспитателей

**ЗНАКОМСТВО С НЕТРАДИЦИОННЫМ МЕТОДОМ
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ
«БОДИ ПЕРКУССИЯ»**

Body Percussion (от англ. перкуссия тела или «тело-барабан») – это вид творчества, в котором музыка и ритм создаются без каких-либо инструментов, только с помощью голоса, хлопков, щелчков и ударов ногами, это техника владения своим телом как «музыкальным инструментом» с элементами танца.

Percussio от лат. – «постукивание» – имеет несколько значений:

1. Перкуссия - это группа ударных музыкальных инструментов, из которых звук извлекается ударом (молоточком, палочкой, колотушкой и проч.) или тряской (покачиванием, встряхиванием, переворачиванием и проч.) по звучащему телу (металл, дерево, кожа, пергамент, пластик). Это самая многочисленная группа музыкальных инструментов. К ним относятся бубен, маракас, колокольчики, шейкеры, конго, бонго, треугольник, трещотка, деревянная коробочка, кастаньеты и десятки других этнических ударных инструментов. Употребляются, в разном наборе, во всех видах музыкальных оркестров и ансамблей.

2. Перкуссия в медицине – постукивание большого (пальцем или молоточком) для определения по характеру звука состояния внутренних органов.

Body Percussion – музыкальное направление, которое сегодня широко применяется в музыкальном образовании в силу своей доступности. Данная техника помогает ребёнку не просто услышать, а прочувствовать ритм всем телом, ощутить его внутри себя, дети и танцоры и музыканты одновременно. Технология оказывает благоприятное воздействие на физическое и эмоциональное состояние ребёнка, позволяет снять мышечные и психологические зажимы, развить психические процессы.

В данной технике традиционно используют четыре основных звука:

Топ-топ – топающий шаг.

Шлеп-шлеп – хлопки ладонями или по коленям (поочередно или одновременно).

Хлоп-хлоп – хлопки в ладоши.

Щелк-щелк – щелчки большим и средним пальцами.

Впервые этот метод был описан немецким педагогом и музыкантом Карлом Орфом в 1950-х годах. «Самым первым инструментом человека было и есть его тело» – говорил Карл Орф. В результате музыкально-педагогической

работы он создал пособие по музыкальному воспитанию «Шульверк». Идея К. Орфа состоит в том, что в основе обучения лежит принцип активного музицирования через звуки человеческого тела, которые являются первым музыкальным инструментом. Подобная элементарная музыка тела хороша тем, что ее может освоить каждый, начиная с раннего возраста.

Самый известный пример Body Percussion в русском народном творчестве мы видим в детской игре «Ладушки». Хлопки идеальны для начального этапа ритмического обучения, так как всегда находятся «под рукой». Благодаря тесной взаимосвязи речи, музыки и жестов на начальном этапе активно развивается музыкальный слух, память, внимание, ритмичность.

В современное время музыкальная перкуссия тела – это искусство, объединяющее в себе мелодию, танец и пение. Опытный перкуссионист чередует ритмические рисунки по разным частям его тела с добавлением «звуковых эффектов»: пощёчины с открытым и закрытым ртом, клацанье языком, свист, стук и т.д.

Оздоровительные возможности телесной перкуссии

Телесная перкуссия действует в трех областях:

- на физическом уровне она стимулирует понимание тела, контроль над движениями и мышечную силу, координацию и равновесие, имеет массажное воздействие;
- на уровне психики она улучшает концентрацию, память и восприятие, когнитивные способности в целом;
- в социально-эмоциональной сфере она помогает выстраивать отношения в группе и ведет к снижению беспокойства при социальных взаимодействиях.

Приемы работы с детьми в технике боди перкуссия следующие.

Педагог начинает работу над этой моделью с установления метрического пульса самыми простыми способами: вместе с детьми выполняем шлепки по коленям. На этом фоне педагог выразительно и ритмично декламирует текст песни.

Затем педагог предлагает детям повторять текст по фразам, как эхо. При повторениях игры предлагает детям декламировать текст по-разному: громко; тихо; писклявым голосом; низким голосом и т.д. Когда текст будет выучен и произносится детьми свободно и легко, можно добавить движения: метрические шаги по залу врассыпную, по кругу, с различными вариантами остановок, приседаний, поворотов и т. д.

Речевые игры в технике «боди перкуссия»
для детей младшего и среднего дошкольного возраста:

1. Игра-приветствие «Здравствуйте»

Взрослый: Здравствуйте, ручки!

Дети: Здравствуйте! (*хлопают*)

Взрослый: Здравствуйте, ножки!

Дети: Здравствуйте! (*топают*)

Взрослый: Здравствуйте, коленочки!

Дети: Здравствуйте! (*шлепают по коленям*)

2. Игра «Лиса»

Уж как шла лиса домой, (*Хлопок, шлепок по коленям*)

Нашла книгу под сосной (*Поочерёдно шлепки по коленям*)

Она села на пенёк (*Притопы*)

И читала весь денёк. (*Раскрыть ладони – смотреть в «книгу»*)

3. Игра «Лепёшки»

Наберу мучицы, (*Круговые движения по коленям*)

Подолью водицы (*Шлепки по коленям*)

Для детей хороших (*Притопы*)

Напеку лепёшек. (*Хлопки*)

4. Игра «Листопад»

Осень, осень! Листопад! (*ритмичные хлопки*)

Лес осенний конопат (*щелчки пальцами*)

Листья рыжие шуршат (*трет ладошку о ладошку*)

И летят, летят, летят (*качают руками*)

5. Игра «Дождик»

Дождь, дождь, дождь с утра (*Хлопки чередуются со шлепками по коленям*)

Веселится детвора! (*Легкие прыжки на месте*)

Шлеп по лужам, шлеп – шлеп! (*Притопы*)

Хлоп в ладоши, хлоп – хлоп! (*Хлопки*)

Дождик нас не поливает, (*Грозят пальцем*)

А скорее догоняет! (*Убегают от дождика*)

Речевые игры в технике «боди перкуссия»
для детей старшего дошкольного возраста

Игра «Цигали, Бугали и Ца»

Для пробуждения фантазии и введение в игру детям рассказывается история о фантастических существах - Цигали, Бугали и Ца. Педагог показывает, как они могут двигаться и интонирует их имена (например, «Цигали» - произносит в верхнем регистре, пискляво, «Бугали» - утрированно, низким голосом, «Ца» - в среднем регистре, коротко, утрированно). Затем, стоя в кругу, все по очереди пробуют быть этими существами, (передавая по-своему образы голосом, движениями, интонацией).

Ход игры

1 вар. Дети выучивают комбинацию движений за педагогом, темп можно постепенно ускорять от раза к разу.

Описание движений:

цигали - удар двумя ладошками по грудной косточке

бугали - удар двумя ладошками по коленям

ца - хлопок в ладоши

Комбинация движений:

цигали-цигали, ца-ца

бугали-бугали, ца-ца

цигали, ца

бугали, ца

цигали, бугали, ца

2 вар. Игра проходит в тесном кругу. Дети стоят парами лицом друг к другу, но повернувшись боком в круг, комбинация движений та же, что и в 1 вар., но на движение «ца» дети делают хлопок друг другу по ладошкам, как только дети выполнят комбинацию движений в первый раз, на вторую комбинацию (на повтор) дети поворачиваются на 180 градусов и оказываются лицом к партнеру, который до этого стоял за его спиной. Образуются новые пары, игра повторяется.