

## **Технология «DRUMS ALIVE» («живые барабаны») в физическом развитии старших дошкольников».**

Дошкольный период детства детей является временем, когда закладывается фундамент физического и психического здоровья. Целью дошкольного образования в области физической культуры, является формирование здорового, жизнерадостного, физически развитого ребенка, владеющего доступными его возрасту знаниями о физической культуре и испытывающего желание заниматься физическими упражнениями.

В последнее время отмечается тенденция использования разнообразных инновационных здоровьесберегающих технологий. Это различные направления фитнеса и оздоровительных видов гимнастики: аэробика, стретчинг, йога и многое другое. Основная цель использования таких технологий – повысить интерес у детей к физической культуре и спорту, значительно разнообразить занятия по физическому развитию, сделать их более интересными и эффективными.

Одной из таких инновационных технологий, хочу представить вашему вниманию. Здоровьесберегающая технология «DRUMS ALIVE». «**DRUMS ALIVE**» в переводе с английского означает «Живые барабаны».

### ***Выступление детей.***

Программа DRUMS ALIVE появилась в Германии, основательницей которой является хореограф Керри Экинс.

За рубежом DRUMS ALIVE – это целая научно обоснованная программа, в которой применяются концепции фитнеса, игры на барабанах, музыки и образования, предназначенные для улучшения здоровья детей и подростков путем вовлечения их в данное направление с раннего детства.

Барабанами служат большие мячи - фитболы, поставленные на корзины и деревянные палочки. Вся прелесть такой технологии – в простоте и универсальности: «барабанить» могут все, независимо от физической подготовки.

### **Основные задачи Технологии DRUMS ALIVE:**

- Развитие двигательных навыков;
- Развитие у детей чувства ритма;
- Развитие силовых качеств;
- Развитие артистизма и музыкального восприятия.

Чем активнее вовлечение ребёнка в мир движения, тем богаче и интереснее его физическое и умственное развитие, крепче здоровье.

В комплексах ритмических упражнений основой является музыка, поскольку в ней имеется идеальный образец организованного движения: музыка регулирует движение и дает четкие представления о соотношении между временем, пространством и движением.

Основу ритмических упражнений составляют простые, но вместе с тем разнообразные движения: ходьба, бег, шаги в стороны, повороты, наклоны, прыжки, приседания, пружинки и т.д., в соответствии с определённым ритмом.

Как это работает? Дети с «Барабанами» размещаются в 2 шеренги (или по кругу), в зависимости от количества детей, и каждый участник работает с мячом. Мячи установлены на специальной подставке (в данном случае корзины). Также у каждого ребёнка имеется комплект деревянных палочек. Педагог находится перед ними и осуществляет показ в зеркальном отражении.

В начале обучения происходит рассказ и показ детям, как держать палочки, как стоять около мяча (ноги согнуты в коленях, так как во время ударов колени будут пружинить, стопы на ширине плеч). Прежде чем начать выполнять удары под музыку, детям даётся возможность постучать по мячам под счёт, двумя палочками одновременно, отдельно правой и левой, по переменно.

Удары палочками могут выполняться по разным точкам футбола:

- по верхушке мяча;
- по бокам мяча;
- по корзине;
- удары палочками над головой;
- по соседнему мячу (вправо или влево) одной и двумя руками.
- удары «по дуге» по 4 точкам на верхушке мяча (вправо и влево).

Живые барабаны используются в нашем детском саду совсем недавно, но уже успели понравиться и детям, и взрослым. Дети учатся регулировать силу удара, слышать музыку и окружающих.

Живые Барабаны – это весело! Даже самые скептические участники включаются в процесс и радостно отстукивают ритм вместе со всеми. Совместная игра на барабанах – это настоящий незабываемый праздник, который хочется повторить.