

ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ЭВРИТМИЯ КАК СРЕДСТВО ИНТЕГРАЦИИ ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОГО, РЕЧЕВОГО, ПОЗНАВАТЕЛЬНОГО И ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ В ДЕТСКОМ САДУ И НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ

*Случ Галина Викторовна,
доцент Московской Эвритмической Школы,
преподаватель Центра современной
педагогике им. А.А. Пинского «Живая Школа», Москва*

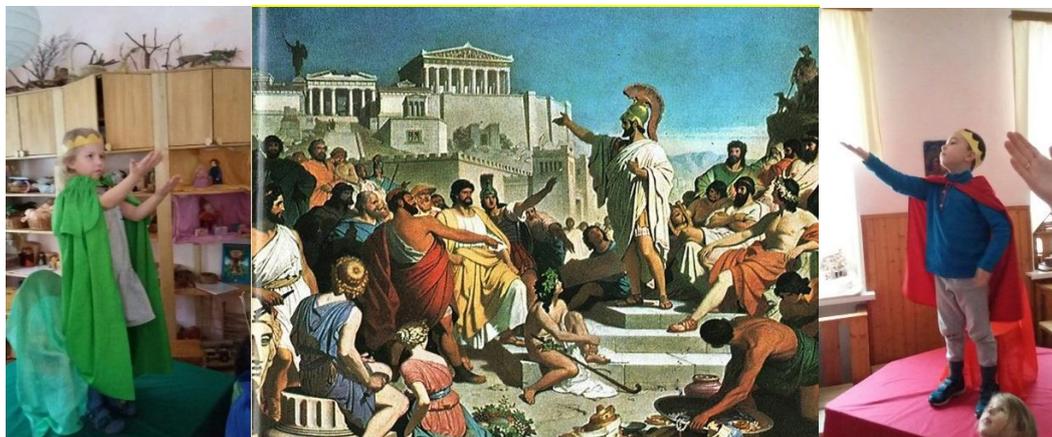
Движение-речь-мышление

Переживание движения относится к одному из первых человеческих восприятий. На ребенка, еще находящегося в утробе матери, благотворно действуют ее дыхание, кровообращение, походка. Даже материнская речь, распространяющаяся в виде волн по всему телу, действует на плод. Еще до того, как младенец начинает фиксировать предметы, он начинает двигаться, реагировать, и прежде всего реагировать на движения.

Учеными доказано, что чем выше двигательная активность ребенка, тем лучше развивается его речь. Взаимосвязь общей и речевой моторики изучена и подтверждена исследованиями многих крупных ученых, таких как И. П. Павлов, А. А. Леонтьев, А. Р. Лурия.

Если проследить эту цепочку дальше, то мы увидим, что дети с общим недоразвитием речи отличаются от своих сверстников без нарушения речи особенностями психических процессов. Для них характерны неустойчивость внимания, трудности в запоминании, отставание в развитии мышления. Работа с речью, речевая коррекция приводит к улучшению качества мыслительного процесса. Мы можем наблюдать это в ситуациях различных отклонений, но это также верно для детей с нормальным развитием. То есть цепочка «движение-речь-мышление» является физиологической основой формирования ребенка младшего возраста, но не утрачивает свою актуальность и в начальной школе, поскольку является естественным инструментом освоения мира для ребенка.

В глубокой древности существовали языки, звучащие подобно пению, причем речь сопровождалась движением рук и ног; а в тех случаях, когда нужно было произнести что-нибудь возвышенное, ей сопутствовал своего рода танец. Как нечто совершенно естественное воспринимались в древности жесты, сопровождавшие слова.



Ребенок в своем развитии проходит этапы, соответствующие этапам развития человеческой культуры. Биогенетический закон Геккеля-Мюллера гласит: каждое живое

существо в своем индивидуальном развитии повторяет в известной степени формы, пройденные его предками. Синтетическое художественное мышление было свойственно древним культурам. Поэтому, синтез движения, речи и музыки является органическим средством формирования ребенка дошкольного возраста, подобно как материнское молоко наиболее подходит для питания младенца.



Эвритмия

Эвритмия исследует объективные законы формирования звуков посредством движения и воплощает эти исследования в художественной, педагогической и терапевтической форме. Как художественное явление она возникла в начале 20-го века и являлась откликом на поиски обновления в сфере искусства танца. Импульс к рождению эвритмии дал немецкий философ и педагог Рудольф Штейнер.

Эвритмия показала свою жизнеспособность: в течении всего 20-го века ее развитие не прекращалось. В настоящее время существуют художественные ансамбли, которые демонстрируют это искусство на сцене, эвритмия преподается в детских садах и школах вплоть до старших классов, используется для исследования и моделирования социальных процессов в бизнес-сообществах, а также в арттерапии.



Когда мы проговариваем или пропеваем звуки, воздух, проходящий через органы дыхания, через органы пения и речи формируется при помощи губ, зубов, неба и образует, по сути, воздушные жесты. Этим воздушным жестам можно подражать посредством движений рук, посредством движений, в которых участвует все тело человека.



Например, так можно «увидеть» в движении звуки речи.

А - открытие, удивление

Б - предоставление защиты, дом

В - стремящийся поток

Г – самоукрепление, отстранение всего внешнего

Д – фундамент, обоснование, указание

Е – противопоставление себя миру

З – нечто ползущее, проходящее сквозь

И - самоутверждение

К – оборона от внешнего мира

Л - формирующее начало, пластичная основа

М - проникновение и принятие

О - объятие

П - легкое окутывание

Р - вертящееся, крутящееся колесом

С - нечто колеблющееся и извивающееся, приходящее в состояние покоя

Т – творящий луч

У – связанность, сдержанность и одновременно желание выйти наружу

Х – веянье

Ф – выдох

Ш – сдувающее, шелестящее

Ц – легкое толкание, взмывание вверх



С самого начала возникновения эвритмии стала очевидна ее ценность как педагогического инструмента. Физические движения, соединенные с душевным переживанием, глубоко воздействуют на ребенка, оказывая как общее формирующее (работа в группе), так и корректирующее воздействие (индивидуальное занятие). Эвритмия может стать подспорьем в формировании таких важных процессов как внимание, память, координация мыслительного и речевого аппарата, развитие пространственного восприятия.

Движение и речь

Существует ряд исследований, доказывающих взаимосвязь между формированием речи и мышления и ритмическими процессами.

Исследователи из лаборатории слуха и неврологии Северо-Западного университета США под руководством профессора Нины Краусс установили, что у людей, показывающих высокий уровень ритмичности, лучше развито слуховое восприятие (опубликовано в журнале *The Journal of Neuroscience*). В детском возрасте это является основой для усвоения любого языка.

Дети очень любят игры со словами и звуками, потому что здесь они прикасаются к животворящим силам языка. Дети – творцы по своей природе, и через словотворчество, через звуковую игру они знакомятся с грамматической логикой языка и, затем, постигают содержание текста.

Сергея (5,5 лет): «Придется ехать в больницу, у меня запястье свихнулось».

Маша (5 лет) не хочет есть: «Я уже выголодалась».

Оля (5 лет): «Что ты сидишь вприжатку?».

Через поэзию дети учатся пластичности речи. Ритм, фразы, интонации, звукопись, паузы - все это, пережитое в движении, закладывает основу речевого развития.



Движение и музыка

Слуховое восприятие – основа коммуникации. Что такое умение слышать?

«Гармония – это созвучие, - читаем мы в диалоге Платона «Пир», - а созвучие – это своего рода согласие, а из начал различных, откуда они различны между собой, согласия не получается. А согласие во все это вносит музыкальное искусство, которое устанавливает, как и искусство врачебное, любовь и единодушие. Музыка строит свои созвучия не на размере, но на упражнении чуткости».

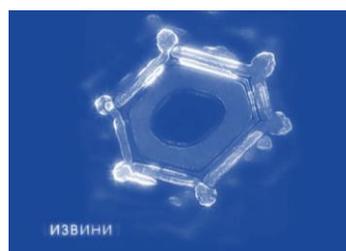
Когда мы слушаем, мы всегда двигаемся вместе со звуком. Движение происходит на уровне душевном, органическом и химическом. Душевное движение выражено в сопереживании того содержания, которое мы воспринимаем. Мы говорим: «нас что-то затронуло». Это движение мы можем осознать. То есть, когда мы хотим, чтобы в душе ребенка возникло какое-либо чувство, мы можем что-либо ему рассказать или показать. При этом мы должны следить за тем, чтобы содержание речи и интонационная структура соответствовали друг другу. Например, если мы хотим, чтобы маленький ребенок успокоился, интонации нашего голоса должны стать напевными, немного замедленными, голос негромким. Если нужно, чтобы ребенок преодолел свой страх, мы будем подбадривать его ритмичной, упругой речью. Нужно всегда помнить, что ребенок сначала реагирует на интонацию, и лишь затем на содержание высказывания. Иногда гораздо быстрее можно достичь цели «обходным путем»:

Катя (6 лет): «Мне нравится этот детский сад. Здесь, когда воспитательница хочет поругать кого-нибудь, она поет песню».

Но от нашего сознания ускользает тот факт, что кроме смыслового и душевного содержания речи и музыки мы воспринимаем еще и движения, осуществляемые на органическом и химическом уровне. Когда человек произносит слова, в речевой процесс включается все тело, совершая определенные микродвижения. И тело слушателя во время

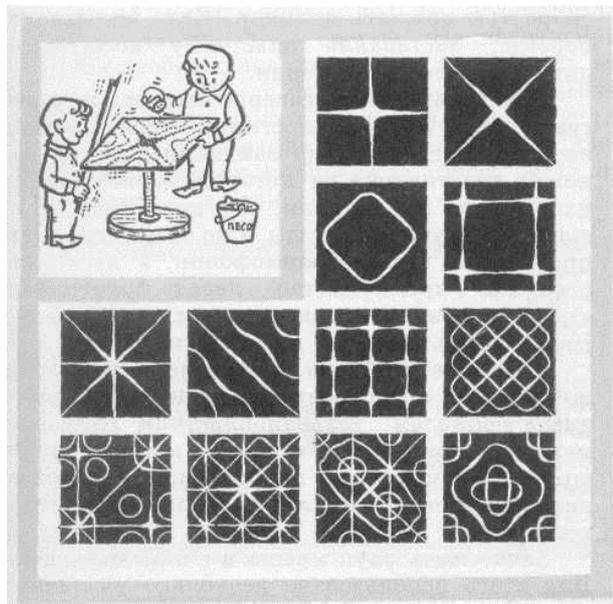
беседы совершает точно такие же движения с запаздыванием в 40-50 миллисекунд. Это происходит неосознанно, и движения не видны глазу. Интересно также, что подобным образом мы реагируем только на «живые» звуки, и оставляем без реакции звуки, доносящиеся из динамиков. То есть ребенок воспринимает звуки «всем телом»! Воспринимает прежде всего интонационное богатство языка, входя в резонанс с тем, что приходит ему извне. Если бы взрослый человек смог действительно наблюдать этот процесс, то стал бы очень внимательно формировать звуковое окружение, в котором находится ребенок.

Под влиянием звуковых колебаний изменяются и формы химических элементов, строящих наше тело, и в частности воды. Многократные эксперименты с водой, на которую воздействовали разными звуками, а затем подвергали быстрой заморозке для получения кристаллов – неопровержимое доказательство подобных явлений.



Кристаллы воды, возникающие под воздействием слов

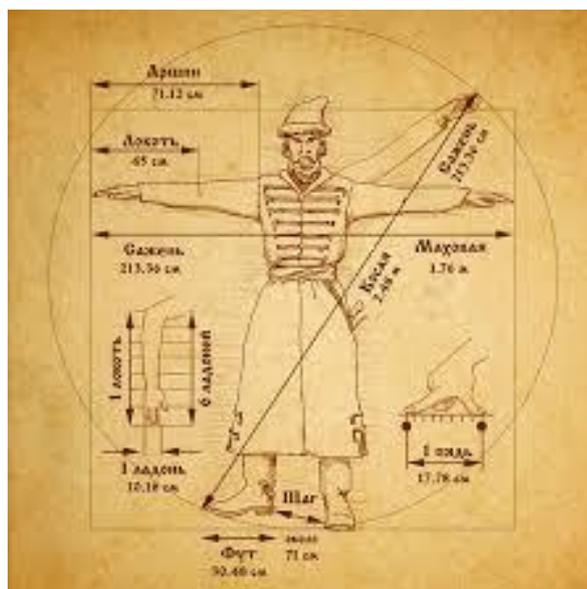
В этом же ряду стоят эксперименты с хладниевыми фигурами, когда частички песка под воздействием звуковых колебаний, начинают складываться в геометрические фигуры.



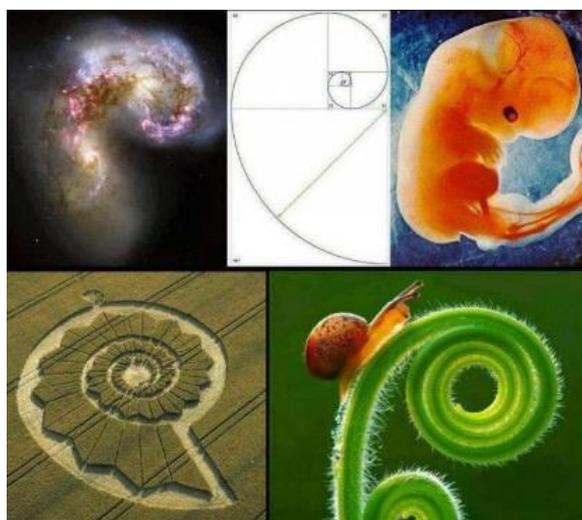
«Хладниевые фигуры»

Предлагая детям упорядоченные движения, выражающие объективные законы музыкального мира, мы соединяем внутренние и внешние движения. Тем самым формируется правильная основа для развития тонкого и глубокого слухового восприятия.

Пространственное мышление и движение.



В природе мы также находим примеры потрясающих геометрических построений.



Переживая с детьми геометрические формы в упорядоченном ритме, мы формируем основу для развития пространственного мышления.

В качестве примера применения основ вышеописанного эвритмического подхода в образовательном процессе приводим разработанный нами проект для детей в младшей школе.

Цикл занятий «Лето. Деревья»

Упражнения в первой части цикла призваны подготовить работу над проектом «Деревья». Для проекта выбраны четыре дерева, которые имеют ярко выраженный характер и могут быть соотнесены с четырьмя стихиями - «земля», «вода», «воздух», «огонь». Цикл занятий рассчитан на 8-12 занятий. В начале работы из каждого раздела целесообразно брать только один пример, постепенно наращивая материал при повторении.

Тематический план занятий

<i>№</i>	<i>Тема</i>	<i>Стихотворный материал</i>	<i>Методические задачи</i>
1.	Начало занятий Приветствие.	«Давайте будем дружить друг с другом»	Переживание понятий «центр-периферия, единство-множество».
Дыхание в кругу			
2.		«Солнце в небе синем»	Переживание понятия «большая спираль»
3.		«Небо»	Переживание понятий «внутреннее-внешнее». Изучение прямой и обратной последовательности.
Ритмы			
4.	Ямб	«В прохладной летней дымке»	Знакомство с поэтическими размерами (восходящая стопа). Передача мяча в кругу.
5.	Дактиль	«Август»	Знакомство с поэтическими размерами (падающая стопа). Падение мяча на ударный слог.
6.	Анализ стихотворения	«Разговоры»	Изучение и переживание ритмической структуры стихотворения. Значение паузы.
Формы			
7.	«Квадрат»	«Мышиный домик»	Изучение форм квадрата: стороны, диагонали и т. д.
8.	«Два треугольника»	Разговор Татарника и спорыша	Изучение формы треугольника.
Жесты для звуков			
9.	Развитие фонетического слуха	«Вырастил Толя»	Выделение звуковой фонемы.
10.	Жесты для звуков	Разговор тропинки и речки Разговор синицы и дятла Разговор лютика и жучка	Переживание и изучение жестов для звуков.
11.	Проектная работа	«Деревья»	Применение полученных знаний и навыков в самостоятельной работе.
12.	Окончание занятий	Разговор большой ели и мушки	Успокоение, ритмическое расслабление.

1. Начало занятий. Приветствие.

*Давайте будем дружить друг с другом,
Как птица — с небом, как поле — с плугом,
Как ветер — с морем, трава — с дождями,
Как дружит солнце со всеми нами!.. (И. Мазнин)*

1 строчка: Исходное положение - в кругу лицом в центр. Не спеша идем к центру, руки тянутся вверх, «к солнцу», затем возвращаемся на свои места, руки спокойно опускаются вниз.

2-3 строчка: Движение выполняется парами. На первое слово в строчке касаемся друг друга правыми ладонями, на второе слово - взмахиваем левыми руками и переходим на одно место дальше, каждый по ходу своего движения. Все повторяется с левой руки, опять с правой и опять с левой.

4 строчка: Движение к центру – от центра, как вначале.

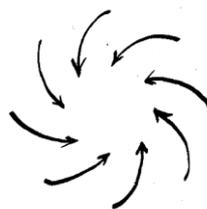
В процессе разучивания упражнения целесообразно среднюю часть сначала проделать на месте лицом в центр круга, чтобы все дети увидели речевые акценты, соединенные с жестами.

2. Дыхание в кругу.

*Солнце в небе синем
Пахнет апельсином,
Яблоком румяным,
Ягодой с поляны.
А еще подсолнушком
Пахнет наше солнышко! (В. Ланцетти)*

Вариант 1. Исходное положение - в кругу лицом в центр, на месте. Руки образуют круг над головой, как «солнце». Затем левая рука остается на месте, а правая описывает спираль, заканчивая движение на уровне груди и возвращается по той же траектории обратно. Тот же принцип повторяется с левой стороны.

Вариант 2. Форма спирали, которую мы обозначили в варианте 1 при помощи движений рук, теперь становится видимой в движении всей группы.



Движение начинается от исходной точки через правую сторону к центру и затем обратно, тоже повторяется налево.

При работе с этим упражнением можно иметь в виду образ подсолнуха, который имеет в своем строении спиральные формы. Тогда первое движение (круг над головой) будет обозначать отдельный лепесток подсолнуха, который складывается в центре в один цветок.

3. Дыхание в кругу

НЕБО

Сверху небо – высоко,

В луже небо – глубоко.

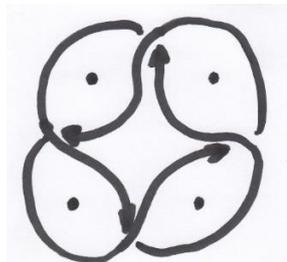
Если в лужу оступиться,

Можно в небо провалиться! (А. Орлова)

Исходное положение – в кругу лицом в центр. Дети делятся на «первый-второй». Для деления можно использовать мячи, которые раздаются через один. Те, кто получили мячи двигаются, остальные спокойно наблюдают, стоя или сидя на своих местах в кругу.

Мы изучаем понятие «вовне-внутри»:

- 1 строчка – дуга вовне, идем направо и обходим соседа сзади,
- 2 строчка – дуга внутри, идем направо и обходим соседа впереди,
- 3 строчка – дуга внутри, идем налево, обходим соседа впереди,
- 4 строчка – дуга вовне, идем налево и обходим соседа сзади.



4. Восходящий размер-ямб

*В прозрачной летней дымке
Качаются кувшинки.
Качаются кувшинки
На озере лесном.
Таят в себе кувшинки
Прохладу зимней льдинки.
Прохладу зимней льдинки
И летней ночи сон. (В. Степанов)*

Исходное положение – в кругу лицом в центр. У каждого в руках небольшой мягкий мячик. На короткий (безударный) слог передаем мячик сами себе из левой в правую руку. Движение происходит на уровне груди, мы чувствуем «что-то сдавливается, сжимается». На длинный (ударный слог) мы передаем мячик соседу направо и получаем мячик слева, энергично распрямляя руки. Длинный слог может быть подчеркнут шагом направо, одновременно с передачей мячика.

5. Падающий размер – дактиль

*АВГУСТ
Падают яблоки
В нашем саду,
Падают звезды,
Я спать не иду.
Бабушка вышла,
Закуталась в шаль:
— Вот и кончается лето.
А жаль... (Е. Жданова)*

Работа в парах. Акцент на ударный (длинный слог). Первый в паре-«яблоня» - роняет мячик на длинный слог, другой ловит его как можно ближе к земле. Роли все время меняются.

6. Ритмическая структура. Пауза.

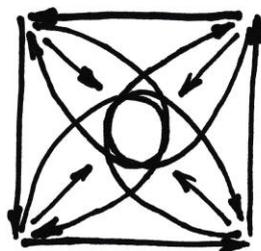
*РАЗГОВОРЫ
Ходит солнышко по кругу.
Спит в лесу лосиха.
Мы идём с тобой по лугу
Тихо, тихо, тихо.
Мы пройдемся по опушке,
Мы найдем тропинку.
Вон сорока на верхушке*

Клювом чистит спинку.
 Вон на камне придорожном,
 Словно вросшем в землю,
 Осторожно, осторожно
 Ящерица дремлет.
 Тянет к солнышку бутончик
 Зверобой целебный...
 Есть у нас магнитофончик,
 Не простой, волшебный.
 Он на тоненькую плёнку
 Пишет разговоры:
 Что сказал комар зайчонку,
 Лягушачьи споры.
 Те слова, что колокольчик
 Говорит подёнке.
 Пишет все магнитофончик
 На волшебной плёнке.
 Целый день он с нами ходит,
 А настанет вечер,
 Разговоры переводит
 В звуки нашей речи. (И. Токмакова)

Детям предлагается «шагать рядом» со стихотворением и наблюдать, в каком настроении и характере оно написано. Вопрос: «Шагает ли стихотворение всегда?». Скоро обнаруживаем, что в ритмической структуре стихотворения заложена пауза. Каждая вторая строка содержит не 4, а 3 стопы. Возникает пауза, которая играет важную формообразующую роль, потому что дает возможность остановиться и прислушаться. Таким образом, содержание стихотворения заложено не только в тексте, но и в ритмической структуре: падающий размер (хорей), который действует успокаивающе, и паузы после семи (4+3) стоп.

7. Формы. «Квадрат»

МЫШИ И СЫР
 Чудесный домик
 Построили мыши!
 В нём — пол из сыра,
 И стены, и крыша.
 И в окна круглые
 Виден мир...
 Да только вот
 Слишком уж вкусен сыр!
 Недолго мышки
 Жили в домишке —
 Съели свой домик
 Серые мышки! (В. Лунин)



4 ребенка стоят в форме квадрата. Лицо направлено по ходу движения.

<p><i>Чудесный домик Построили мыши! В нём — пол из сыра, И стены, и крыша.</i></p>	<p>Движение из одного угла квадрата в другой. Все одновременно переходят на следующее место (4 пути), пока не вернуться на свои места.</p>
<p><i>И в окна круглые Виден мир...</i></p>	<p>Правая рука поднята вверх, движение к центру, где все встречаются и прокручиваются по маленькому кругу, возвращаясь на свои места.</p>
<p><i>Да только вот Слишком уж вкусен сыр! Недолго мышки Жили в домике —</i></p>	<p>Начинает один ребенок. Он бежит к другому по стороне квадрата или по диагонали. Тот, на чье место он прибежал, также двигается к любой точке квадрата по прямой. То же повторяет третий и четвертый участники. Дети сами выбирают свою траекторию. Важно, что они двигаются только по прямой.</p>
<p><i>Съели свой домик Серые мышки!</i></p>	<p>Все вместе по маленькой диагонали идут к центру квадрата.</p>

8. Формы. «Два треугольника».

РАЗГОВОР ТАТАРНИКА И СПОРЫША

— Твой цветочек, братец Спорыш, -

Недомерок и заморыш.

То ли дело я цвету, -

Людям видно за версту!

— Я не спорю, брат Татарник,

Ты большой, почти кустарник,

Ты — богач,

А я — бедняк...

Я — целебный,

Ты — сорняк! (И. Токмакова)



Шесть детей образуют два треугольника, соприкасающиеся вершинами. Один, направлен своим основанием вперед, другой, наоборот, назад. Таким образом, первый треугольник описывает ситуацию позиционирования себя вовне (татарник), а другой - скромную, но уверенную силу (спорыш). Движение происходит из одного угла в другой по прямой (лицо направлено по ходу движения). В зависимости от текста двигается сначала первый треугольник, а затем второй. Когда движение освоено, можно попробовать не менять направление корпуса во время движения, оставаясь всегда повернутым вперед, «фронтально». Именно в таком ракурсе становится видна художественная ценность этой формы.

9. Развитие фонетического слуха

Учим детей выделять звуковые фонемы.

Внимание на звук «Т». Каждый раз, когда в тексте слышен «Т», мы топаем ногой.

Вырастил Толя тополь за полем. По полю, по полю шел к тополю Толя.

Затем переключаем внимание на звук «Л» - поворот плечевого пояса вместе со звуком.

Вырастил Толя тополь за полем. По полю, по полю шел к тополю Толя.

Звук «П» выделяем щелчком пальцев.

*Вырастил Толя тополь за **п**олем. **П**о полю, **п**о полю шел к тополю Толя.*

Освоив эти движения по очереди, соединяем все вместе.

10. Жесты для звуков.

Звуки «Р» и «В»

РАЗГОВОР ТРОПИНКИ И РЕЧКИ

- Речка, Речка, где тут брод?

- Вот!

Звуки «В» «К» «Т»

РАЗГОВОР СИНИЦЫ И ДЯТЛА

- Вынь-вынь,

Вынь, вынь, вынь

Червячка из глубины,

Кинь-кинь,

Кинь, кинь, кинь

На дорожку у сосны.

Накорми подруг!

- Тук-тук-тук!

Тук!

Звуки «Х» «Щ»

РАЗГОВОР ЛЮТИКА И ЖУЧКА

- Лютик, Лютик, что хохочешь?

- Да ведь ты меня щекочешь!

Так листочки ты щекочешь,

Что не хочешь - захохочешь! (И. Токмакова)

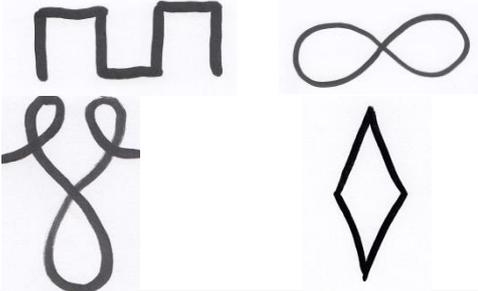
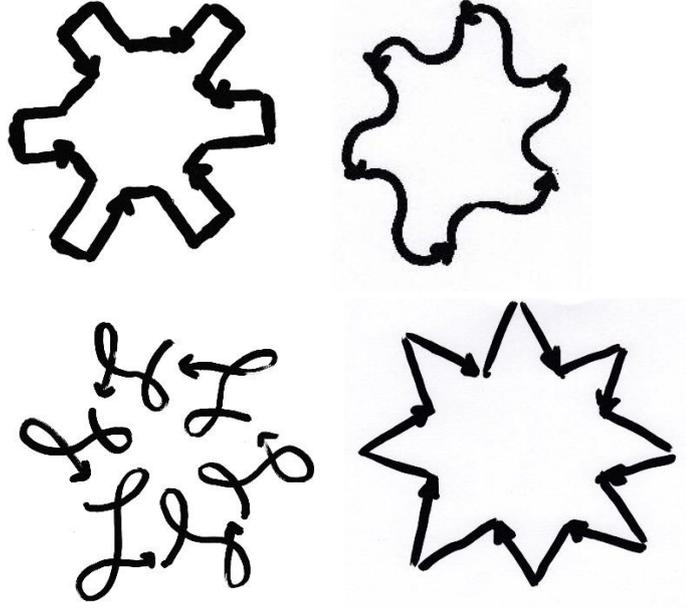
Выполняем движения, соответствующие звукам речи, рассказывая этими звуками историю. Важно, чтобы движения точно соответствовали драматургии стихотворения.

11. Проектная работа «4 дерева»





Иллюстрация деревя	<p>Вопросы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Опишите какой характер у этого дерева 2. Кто знает, как называется это дерево?
Стихотворная иллюстрация	<p><i>Ирина Токмакова</i></p> <p>Дуб Дуб дождя и ветра Вовсе не боится. Кто сказал, что дубу Страшно простудиться? Ведь до поздней осени Он стоит зелёный. Значит, дуб выносливый, Значит, закалённый.</p> <p>Ива Возле речки, у обрыва, Плачет ива, плачет ива. Может, ей кого-то жалко? Может, ей на солнце жарко? Может, ветер шаловливый За косичку дернул иву? Может, ива хочет пить? Может, нам её спросить?</p> <p>Береза Если б дали березе расческу, Изменила б береза прическу: В речку, как в зеркало, глядя, Расчесала б кудрявые пряди, И вошло б у нее в привычку По утрам заплетать косичку.</p> <p>Пихты Пихты с виду кажутся злючками: Лапы их покрыты колючками. Да колючки-то незлые у пихты, Можешь даже погладить их ты.</p>
Звуковой анализ	<p>Какие звуки мы слышим в названии этого дерева? Какой у них характер? Проговариваем и показываем эти звуки.</p>

Дерево и стихия	С какой стихией мы можем соотнести эти деревья (земля, вода, воздух, огонь)?
Геометрическая форма и характер дерева	<p>Выбрать из предложенных вариантов, формы, соответствующие каждому дереву. Обосновать выбор.</p> 
Художественное исполнение	<p>Исполнение формы и жестов вместе со стихотворением.</p> <p>Вариант форм для исполнения в кругу: стена направо (лицо направлено в центр круга), волны налево (лицо направлено в центр круга), петельки вперед-назад (лицо по ходу движения), острые уголки направо (лицо направлено в центр круга).</p> 

12. Окончание занятий

РАЗГОВОР БОЛЬШОЙ ЕЛИ И МУШКИ

– Ты кому, большая Ёлка,

В небе пасмурном киваешь?

И не ты ли втихомолку

Тучи с тучами сшиваешь?

– Что ты, глупенькая Мушка,

Я не шью и не тачаю.

Я тихонько на верхушке

Ветер маленький качаю. (И. Токмакова)

1 часть. Качаемся направо-налево. Ноги расставлены, амплитуда движений большая.

2 часть. Качаемся вперед-назад. Движение постепенно затихает.



Выводы.

Эвритмии доступно решение большого спектра образовательных и воспитательных задач. Особенное значение имеют эти занятия для речевого и математического развития ребенка. Эвритмия обладает также гармонизирующим действием на психологическом и телесном уровнях, приводя душевное состояние ребенка в гармонию с телом. У детей значительно улучшается память и укрепляется внимание, в группе уменьшается количество детей с логопедическими проблемами. Дети называют занятия ожившей сказкой, для них это опыт совместного радостного движения, чувствования, соприкосновения с живым словом, музыкой, ритмом. Дети – со-творцы вместе с поэтами и композиторами, переживают и осознают прообраз целостной картины мира, который лежит в основе творчества-