

Технология боди перкуссии в музыкальной деятельности

Всё чаще и чаще музыкальные руководители сталкиваются с запросом родителей о проведении не просто музыкальной деятельности, а о деятельности, которая будет благоприятно сказываться на физическом здоровье ребенка. И в арсенале музыкальных педагогов есть такие средства: музыкотерапия, пальчиковая и дыхательная гимнастики... Но нам всегда хочется чего-то нового, чего-то такого, что будет инновационно, полезно и доступно.

В этой статье речь пойдет о новой технологии, технологии работы с телом, как с музыкальным инструментом. Это технология получила название - боди перкуссия. Это вид творчества, где музыка и ритм создаются без каких-либо инструментов: лишь с помощью голоса, хлопков, щелчков и ударов ногами.

В данной технике традиционно используют четыре основных body-звука (в порядке от самого низкого до самого высокого):

- Топ-топ - топающий шаг;
- Шлеп-шлеп - хлопки ладонями или по коленям (поочередно или одновременно);
- Хлоп-хлоп - хлопанье в ладоши;
- Щелк-щелк - щелчки большим и средним пальцами.

Задумывались ли вы когда-нибудь о том, что окружает человека всю его жизнь всегда и везде кроме воздуха? Ответов может быть очень много. Но я хочу остановиться на одном из них - нас всегда и везде окружают звуки: звуки наших голосов, музыки, транспорта и даже нашего с вами дыхания. Вы слушали когда-нибудь своё дыхание? Давайте попробуем? Выполните следующее упражнение вместе с ребёнком.

Упражнение № 1. Ребенок ставит руки на пояс, слегка приседает - вдох, выпрямляется - выдох. Постепенно приседания становятся ниже, вдох и выдох длительнее. Повторить 3-4 раза.

Вы слышали? Вдохи и выдохи стали длиннее. Следовательно, объём легких увеличивался с каждым разом, с каждым разом мы всё больше насыщали кровь кислородом. Мы смело можем сказать, что работали над сохранением и укреплением здоровья.

Но конечно, обычно под различными звуками мы подразумеваем музыку. С помощью чего можно сыграть музыку? С помощью музыкальных инструментов - самый актуальный ответ. А я хочу вас удивить и сказать о том, что музыку можно сыграть и без использования музыкальных инструментов. Её можно играть нашим с вами телом. А вот как - это сделать в музыкальной деятельности?

Начнём с самого начала: дети могут зайти в музыкальный зал не простым шагом, а шагом топающим. Музыкальное приветствие можно заменить на следующую схему:

Топ, хлопок, топ, хлопок.

Топ, топ, топ, топ.

Схему приветствия может задавать музыкальный руководитель, могут придумывать и сами дети.

Блок музыкально-ритмических движений возможно построить из видео по данной теме, находящихся в свободном доступе в сети Интернет. Примеры можно посмотреть вот здесь: <https://www.youtube.com/watch?v=MiFMjLn4Syw>

Блок игры на детских музыкальных инструментах проводится по заранее подготовленным схемам игры собственным телом. Встаем в круг и начинаем. Предложите детям: «Давайте пощелкаем пальцами, похлопаем в ладоши, похлопаем по коленям, потопаем». Важно выполнять движения строго соблюдая схему, которую выводят на экран.

Конечно, создавать музыку своим телом возможно и с музыкальным сопровождением. Сначала упражнение показывает музыкальный руководитель, затем движения разучиваются без музыки и на последнем этапе добавляется сопровождение. Пример такого упражнения можно посмотреть здесь: https://www.youtube.com/watch?v=Fyho_4JpNTY

Ритмические рисунки возможно исполнять на разных частях тела: ноги, руки, спина, живот, плечи. Даже самым маленьким детям раннего возраста доступна данная технология: «Ладушки», «Танец маленьких утят».

Использование этой техники в работе с детьми дошкольного возраста оказывает положительное воздействие на:

- Координация движений, крупная и мелкая моторика;
- Музыкальные способности;
- Ориентация в пространстве;
- Психические процессы: память, внимание, воображение.

В настоящее время боди перкуссия - это вид творчества, объединяющее в себе мелодию, танец и пение. Технология оказывает благоприятное воздействие на физическое и эмоциональное состояние ребенка. Позволяет снять мышечные и психологические зажимы, развить психические процессы. Что в свою очередь, удовлетворяет запрос родительской общественности на оздоровительную музыкальную деятельность.