

**Управление образования администрации муниципального
образования город-курорт Геленджик
муниципальное автономное образовательное учреждение
дополнительного образования
«Центр развития творчества детей и юношества»
муниципального образования город-курорт Геленджик**

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА

**«Ритмика, как средство развития опорно-двигательного аппарата
детей с ОВЗ»**

Автор-составитель:

Демидова Юлиана Игоревна

педагог дополнительного образования

г. Геленджик, 2022

Содержание

1.	Введение	3
2.	Основная часть	8
3.	Заключение	25
4.	Список литературы	27
5.	Приложение	29

Введение

Ритмика — один из видов музыкальной деятельности, в котором содержание музыки, ее характер, образы передаются в движениях. Основой является музыка, а разнообразные физические упражнения, танцы, сюжетно-образные движения используются как средства более глубокого ее восприятия и понимания.

Занятия ритмикой помогают усвоить основные музыкально-теоретические понятия, развивают музыкальный слух и память, чувство ритма, активизируют восприятие музыки. В процессе работы над движениями, связанными с музыкой, формируется художественный вкус детей, развиваются их творческие способности, чувство прекрасного. Вместе с тем, ритмические упражнения служат и задачам физического воспитания. Они совершенствуют двигательные навыки, вырабатывают умение владеть своим телом, укрепляют мышцы, благотворно воздействуют на работу органов дыхания, кровообращения.

Музыкально-ритмические занятия имеют также педагогическое значение. Выполнение учащимися групповых упражнений под музыку требует единых усилий, сознательности и активности, творческого отношения к делу, способствуют формированию коллективных качеств личности. Занятия ритмикой повышают настроение учащихся. Положительные эмоции вызывают стремление выполнять движения энергичнее, что усиливает их воздействие на организм, способствует повышению работоспособности, а также оздоровлению и активному отдыху.

Впервые рассмотрел ритмику и обосновал ее в качестве метода музыкального воспитания швейцарский педагог и композитор Эмиль Жак Далькроз. Перед ритмикой он ставил задачу развития музыкальных способностей, а также пластичности и выразительности движений. Эмиль Жак Далькроз был убежден, что обучать ритмике нужно всех детей. Он создал систему ритмических упражнений, в которой музыкально-

ритмические движения сочетались с ритмическими упражнениями (с мячом, лентой) и играми. Музыкально-ритмическое воспитание в нашей стране было построено на основе ведущих положений системы Далькроза. В 20-е годы в нашей стране начали разрабатываться системы ритмического воспитания, специфичные для детских садов, музыкальных школ, театральных училищ и институтов, хореографических училищ. В настоящее время предмет введен в общеобразовательных школах, в детских садах.

Главное, на что должен быть нацелен педагог — приобщение к движению под музыку всех детей, не только способных и одаренных, но и неловких, заторможенных, которым нужно помочь обрести чувство уверенности в своих силах.

Доказано учеными, что занятия движениями под музыку тренирует мозг, подвижность нервных процессов. В то же время движения под музыку являются для ребенка одним из самых привлекательных видов деятельности, игрой, возможностью выразить свои эмоции, проявить свою энергию.

Элементы ритмики используются и на зарядках, физкультминутках.

Музыкальное и хореографическое искусство – незаменимые средства эстетического воспитания и художественного развития, которые способны глубоко воздействовать на духовный мир ребенка с ограниченными возможностями здоровья. Танец занимает особое место в воспитании детей. Основная цель – формирование разнообразных эмоций и чувств, которые выступают важнейшим условием личностного развития.

Детям с ограниченными возможностями здоровья представляется трудным адаптироваться к новой, непривычной обстановке. Таковой является для детей образовательный центр или школа, который они посещают. Для обучения и развития таким детям необходима особым образом организованная обучающая среда, которая должна постепенно меняться в соответствии с познавательными и личностными потребностями ребенка, а логически следует тот факт, что дети зачастую не чувствуют себя в ней абсолютно комфортно.

Несмотря на значительное количество программ и научных исследований по работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья, актуальной данной темы остается высокой, что обусловлено возрастающим количеством детей с ограниченными возможностями здоровья, которые нуждаются в комплексной психолого-педагогической помощи.

Проблема заключается в сложности формирования эмоционально-личностных и социально-адаптивных процессов, которые затрудняют социализацию детей с ОВЗ, определяют необходимость оказания им своевременной педагогической помощи с использованием современных эффективных технологий. Современная специальная педагогика во многом ориентируется на использование ритмики в коррекционной работе, как важного средства в воспитании гармоничной личности ребенка с ограниченными возможностями здоровья.

Научно-теоретическим обоснованием разработки метода коррекционной ритмики для детей с ОВЗ и определения ее содержания послужили работы Ф. Дельсарта, Ж. Далькроза, В. Гиляровского, Ю.Флоренской, В.Гринер, Н. Власовой и пр.

Целью дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы является развитие творческих способностей детей с ограниченными возможностями здоровья через обучение основам хореографии средствами музыки и танца в доступной для них форме.

Основные задачи при работе с детьми с ОВЗ направлены на освоение учащимися определенных знаний и навыков, но в первую очередь, направлено на развитие его личности, познавательных и творческих способностей, социализации и адаптации.

Занятия ритмикой и физическое развитие детей с ОВЗ направлено на решение следующих **задач**:

Скорректировать, компенсировать и предупредить отклонения в физическом развитии, обусловленных характером нарушений;

Укрепить психофизическое здоровье ребенка;

Сформировать художественно-образное восприятие и мышление;
Обеспечить гармоничное развитие телосложения ребенка;
Обеспечить интеллектуальное и духовное развитие личности ребенка;
Развить коммуникативные способности детей через танцевальные игры.

Новизна методической разработки заключается в том, что автором были разработаны собственные техники для работы с детьми с ОВЗ.

Работа с детьми с ОВЗ имеет некоторые особенности, которые заключаются в снижении уровня требований по возрасту к элементам ритмики, кратковременности выполнения каждого отдельного движения.

Перед педагогами встает сложная задача. Первое, это то, что нужно создать для ребенка с ОВЗ развивающую среду, а второе - помочь ребенку научиться адекватно вести себя в этой среде, несмотря на постоянное изменение ситуации. Структура танца формирует внешние опоры для личностного поведения ребенка. Танцы создают эмоциональное равновесие. Танцы успокаивают эмоциональный фон ребенка и облегчают переход от занятия к занятию.

Занятия танцами являются полезными как для детей с эмоционально-волевыми нарушениями, так и для детей у которых на передний план выступают проблемы познавательного плана.

В процессе танца ребенок, в естественном порядке, оказывается в ситуации взаимодействия с другими детьми и при этом он не приобретает негативного опыта общения. Дети, которые в повседневной жизни не позволяют прикасаться к себе, во время танца держат друг друга за руки. В танце запускается процесс наблюдения за другими детьми, они смотрят друг на друга и выполняют определенные движения, пошагово учатся согласовывать свои действия с действиями других учащихся, танец, в таком случае, становится организованнее и ритмичнее

Основная часть

Работая с детьми с ограниченными возможностями здоровья и сталкиваясь с проблемами в их обучении, развитии и социализации педагогу ритмики приходится искать вспомогательные средства, которые облегчат, систематизируют процесс усвоения детьми навыков и знаний. Поэтому вместе с классическими методами и приемами работы нужно использовать оригинальные и творческие методики, эффективность которых в работе неоспорима. Главной задачей ритмики является развить и углубить творческие способности детей, уметь воплощать двигательные и музыкальные образы, используя навыки, полученные ранее. Важность занятий обуславливается особенностями психического и физического развития детей с ОВЗ.

Младший школьный возраст — с 7 по 11—12 лет

Понимание у детей с ОВЗ выделяется неустойчивостью и неорганизованностью, однако в то же момент остротой и новизной, «созерцательной пытливостью». Данные дети в то же время с активным любопытством улавливают окружающую жизнь, что каждый день отворяет перед ним что-то свежее. Незначительная дифференцированность восприятия, тусклость анализа при восприятии несколько возмещается сильно воплощенной эмоциональностью восприятия. Делая упор на нее, опытные воспитатели незаметно приучают детей с ОВЗ преднамеренно внимать и смотреть, вырабатывают внимательность. Первую ступень ребенок заканчивает тем, что мировосприятие, пребывая особенной направленной деятельностью, усугубляется и усиливается, делается более анализирующим, дифференцирующим, приобретает развернутый уклон. Оттого полное течение учебы и воспитания ребенка с ОВЗ подчинено воспитанию культуры чуткости. Жизнь требует от ребенка константных процедур в случайном внимании, волевых напряжений с целью концентрации.

Память в этот промежуток имеет в большей степени наглядно-образный вид. Наверняка запоминается материал нескучный, определенный,

броский. Впрочем, дети с ОВЗ не могут воспользоваться собственной памятью и подчинить ее задачам учебы. Покладистость и естественная внушаемость детей, их легковерие, тяга к воспроизведению, колоссальное влияние, коим пользуется учитель, образуют подходящие предпосылки к воспитанию персоны. Азы поведения детей с ОВЗ закладываются конкретно во время занятий, а значимость в течении социализации личности грандиозна.

Основополагающие формы проведения занятий:

- танцевальные репетиции;
- игра;
- диалог;
- торжество.

Центральные формы обучения – персональное и массовое творчество, межгрупповой обмен плодами танцевальной деятельности.

Методы:

- игровой;
- демонстрационный (метод показа);
- метод творческого взаимодействия;
- пояснительно-наглядный (отчетливый, с применением схематических тривиальных партитур);
- метод созерцания и воспроизведения;
- метод процедур;
- метод внутреннего слушания.

Метод показа

Репетиция нового движения, позы преподаватель предваряет четким показом. Это очень важно и потому, что в выполнении воспитателя движение предстает в окончательном виде.

Метод наглядности

Данный метод содержит в себе слуховую описательность (прослушивание музыки во время исполнения танцев, песен и др.), визуальное и тактильное выражение наглядности, каковые совмещаются со слуховыми эмоциями (просмотр вокальных приемов, движений, иллюстраций, игрушек и др.).

Игровой метод

У детей младшего возраста игровой рефлекс преобладает, они скорее все воспринимают сквозь игру. На музыкально-ритмических упражнениях у детей складываются познания, умения и навыки в разнообразных вариантах деятельности, сопряженных с музыкой: оценка музыки, музыкально - ритмические движения (танцевальные и гимнастические движения, элементарные композиции под музыку), разыгрывание музыкальных сказок и т. п.

Коррекционная деятельность основывается на целенаправленном выработывании у детей с ОВЗ восприятия музыки. Воспитание восприятию музыки ориентировано на формирование у них экспансивной отзывчивости на музыку и создание восприятия главных ее компонентов.

Один из ключевых вариантов работы, это музыкально – ритмические движения. Дети с ОВЗ обучаются четко, безошибочно и ритмично исполнять под музыку ключевые движения, в частности ходьбу, бег, прыжки, танцевальные упражнения, исполнять элементарные танцевальные композиции.

Распорядок учебы

Обучение проводится 2 раза в неделю. Длительность занятий – двадцать пять-тридцать мин.. Всякое занятие начинается и подходит к концу 2-х – 3-х минутной релаксацией (в начале занятия, - настрой на работу, в конце, - снятие нагрузки). Устройство групп совершается позднее диагностики детей, в согласовании со степенью возможностей и возрастными спецификами. Основополагающий характер проведения занятий – танцевальные репетиции.

Так как занятия ведутся с детьми с ограниченными возможностями здоровья, то предварительно воспитатель консультируется с мед.сотрудниками по поводу противопоказаний.

Занятия ритмикой с детьми с ОВЗ предполагают собой не попросту ансамбль движений, помогающих корректированию осанки, постановке правильного дыхания, выработыванию движения и умения ощущать такт, однако в основную очередь ориентированы на компенсацию ограничений в здоровье сквозь созидательную часть. Танец осуществляет функцию психической и соматической релаксации, восстанавливает жизненную энергию ребенка с ОВЗ и его самоощущения как личности. Танец содействует наиболее эффективной адаптации детей с ОВЗ в кругу ровесников.

Характерные черты постижения танцев детьми с разнообразными затруднениями

Беря во внимание характерные черты ребенка, обладающего трудностями общения, мы предварительно инертно окунаем его в атмосферу танца, давая ему возможность со стороны следить за действиями детей, т.е. приобрести непривычный стандарт поведения. Время от времени он лично сразу же встает в круг под впечатлением всеобщего движения, ритма, музыки, подчас - спустя некоторое время. Очередь ритмических движений и танцев, а также состав детей соответственны из раза в раз оставаться одними и теми же.

Во всякой команде детей с ОВЗ есть ребенок, который неизменно вожделеет подчинить себе всех и всё находящееся вокруг (устремляется "овладевать целым пространством"). Явственно выстроенная конструкция танца (ритм, рисунок, программа) исподволь "покоряет" себе данного ребенка. Как правило, таковой ребенок первоначально весьма противится вхождению в атмосферу танца или все время жаждет разрушить рисунок танца. Однако в случае если атмосфера довольно сильна, музыка и движения верно выбраны, общее воздействие и ритм показывают "чудодейственное"

воздействие. Таковому ребенку позволительно установить требование: или танцуй со всеми и делай все, как надлежит, или выходи из круга.

Взбодренного ребенка (весьма скоро от всего пресыщается) позволительно незамедлительно внедрить в атмосферу танца (т.к. он готов все воспринимать, но не знает, что впоследствии с этим делать), его непременно необходимо одобрять, ставить в образец. Принципиально поймать начало "пресыщения" и в это время либо дозволить ему инертно передвигаться в кругу, либо сказать: "Ты утомился, посиди немножко». Спустя какое-то время позволительно вновь ввести его в танец. Потихоньку эпизод пресыщения станет оттягиваться по времени от начала занятий.

Вялый "дремлющий" ребенок, весьма безучастный. Атмосфера танца содействует его пробуждению. Потихоньку от бездейственного перемещения он переходит к активному ("всплески") и снова уходит в себя. Подобного ребенка необходимо непрерывно опрашивать, подталкивая подходящую ногу либо руку.

Втягивание в танцы детей с нарушениями умственного и речевого развития.

Для детей с основательными нарушениями интеллектуального и речевого развития весьма важной считается чувственная окраска танца, вероятность общих мощных переживаний. Они иницируют активную беседу с партнерами, выговаривают звуки и слоги, которые от них иногда можно услышать, переживают веселое беспокойство, нередко направляют и исправляют друг друга в отдельных движениях.

Очень осмотрительно нужно применять танцы для детей с эпилепсией: тут наличествуют такие факторы риска как ритмизация, повторы, кружения, бег хороводом, мощные эмоциональные треволения и т.д. Позволительно перемежать танцы и покой (вводить ребенка не во все танцы); преимущественны неспешные, безмятежные танцы, парные танцы. Во всяком случае нужно пристально прослеживать состояние такого ребенка в течение танца.

Для детей с дизартрией отличительны затруднения при исполнении физических процедур и танцев. Им тяжело выучиться сопоставлять свои движения с началом и концом мелодической фразы, трансформировать курс движений по ударному такту. Про таких детей говорят, что они неловкие, потому как они не могут толково, ясно делать всевозможные моторные упражнения. Им тяжело сохранять баланс, стоя на одной ноге, нередко они не могут прыгать на левой или правой ноге. Обыкновенно взрослый помогает ребенку прыгать на одной ноге, поначалу поддерживая его за талию, а позже - впереди за обе руки, пока он не выучится это делать без помощи других.

Среди музыкально ритмических движений немалое положение занимают музыкально - ритмические занятия. Дети с речевыми нарушениями нередко не управляют с ключевыми перемещениями (ходьба, бег, скачки), не говоря уже об их разновидностях (сосредоточенная или пружинная ходьба, широкий или высокий бег, поскоки и т.д.). Исполняя музыкально-ритмические упражнения, дети формируются телесно, усиливают костно-мышечный аппарат, обучаются распоряжаться собственным туловищем, приготавливаются к исполнению наиболее непростых моторных занятий в танцах и играх.

В мелодическом воспитании детей с речевыми затруднениями применяются подходящие упражнения:

- на проработку основополагающих движений (ходьба, бег, прыжки и т.д.);
- на развитие отдельных групп мышц и физической активности суставов;
- на формирование ориентировки в пространстве;
- в танцевальных и плясовых движениях.

Кроме этого, применяется ряд иных процедур, а собственно:

- активизирующих увлеченность;
- развивающих малую моторику;
- создающих музыкально-ритмическое чувство и т.д.

Процедуры, нацеленные на коррекции стоп, заключаются во всевозможных вариантах ходьбы на полу пальцах, на пятках, на внутренней и наружной стороне стопы. Раскаты с пятки на носок должно совершать на целой ступне, образуя при этом для пальцев вспомогательную работу.

Кроме процедур, к мелодически-ритмическим движениям имеют отношение и танцы: парные, танцы с пением, хороводы, сюжетные, национальные, характерные.

Парные танцы применять достаточно сложно: они требуют координации движений партнеров в парах, а дети с ОВЗ нередко осуществляют подобные перемещения каждый в личном темпе. И все же отвернуться от них немислимо, так как верно организованный танец может многому обучить: взрастить интерес, ориентировку в пространстве, чувство ритма, координацию перемещений, а еще – механизм подстройки движений к музыке и к движениям напарника. Обыкновенно в пару к ребенку с дизартрией устанавливаются дети, обладающие хорошим чувством ритма.

Танцы с пением и хороводы крайне полезны для детей с патологией речи, так как помогают им координировать пение и перемещение, налаживать скорость движения: а еще имеют все шансы употребляться не единственно на мелодическом занятии с музыкальным сопровождением, но и в самостоятельной музыкальной деятельности, т.е. значительно чаще, нежели остальные виды танцев. При подборе танцев с пением и хороводов надлежит принимать во внимание умения детей в пении и движении для того, чтобы, изучив песню и разучив перемещения, они имели возможность передвигаться под свое пение, что приносит наивысший регуляторный результат.

Внедрение сюжетных, национальных, отличительных танцев находится в зависимости от состава группы и моторных умений детей. Данные танцы традиционно осуществляются узкой группой детей или даже персонально, а, следовательно, проще принять решение, кому из детей комфортнее их выполнять.

Творчество в музыкальном воспитании подразумевает формирование у детей креативного воображения, созидательной активности, возможности к импровизации в пении, музыкально-ритмических перемещениях. Вследствие занятий по выработыванию креативных способностей многие, открывая собственный резерв, делаются более твердыми и энергичными.

На музыкально-ритмических упражнениях крупное внимание уделяется выработыванию воображения и творчества детей. Этому содействуют образные формы деятельности, неизменное побуждение детей к творчеству, импровизации, и инициативе.

Танцы - совершенная тренировка для детей с патологией осанки. Все они очень хорошо усиливают мускулы. Без сильной и "правильной" спины занятия элементарно невыносимы; ни один учитель не разрешит ребенку горбиться, а, следовательно, ему будет необходимо "держаться спину". Еще танцы вырабатывают креативные таланты ребенка и наделяют волей, коей нет в спорте.

Телесное развитие – одна из главных тем, резолюции коей содействуют музыкально – ритмические занятия. У детей складывается верная осанка, улучшаются движения, их координация. Моторная активность надобна с целью выработывания здорового организма: усиливается обмен веществ, улучшается активность нервной и сердечно - сосудистой систем, формируется сила мускул, маневренность суставов, а еще способность справляться с трудностями, закалять волю. Подтверждено, что движение, созданное музыкой, увеличивает собственные оздоровительные внутренние резервы. Посему обучение детей гимнастическим и танцевальным упражнениям под музыку, элементарным композициям, формирование моторных возможностей детей представляется 1 из ключевых течений работы на музыкально-танцевальных занятиях.

Занятие по ритмике имеет классическую структуру: подготовительная часть, основная, заключительная. На каждом этапе ставятся свои цели и задачи.

Подготовительная часть. Здесь важно настроить детей на предстоящую работу. Проверить их готовность к занятию. Дать эмоциональный настрой. На данном этапе учащиеся становятся на свои места в хореографическом зале (классе) и здороваются, выполняя поклон.

Занятие состоит из нескольких этапов:

1. **На первом этапе** дети готовят свое тело к работе. Обычно это выполнение разминки на середине зала, либо по кругу. Важно на данном этапе уделить внимание всем мышцам тела и привести их в тонус, перед предстоящей работой.

2. **Второй этап занятия** – основной. На этом этапе идет работа по теме занятия, повторение выученного ранее, отработка уже имеющихся навыков: выполнение экзерсиса у станка и на середине зала; также педагог может предложить различные музыкально-танцевальные игры в качестве смены видов деятельности и отдыха. Так же изучается новый материал.

Заключительный этап – восстановление дыхания, подведение итогов работы. Это может быть прослушивание определенного музыкального произведения. Поклон.

Как молодой педагог, я пользуюсь различными интернет ресурсами. На протяжении своей работы, научилась подбирать материал и адаптировать его под свои занятия.

Упражнения на занятиях с детьми ОВЗ.

Занятия ритмикой с детьми с ОВЗ представляют собой не просто комплекс движений, помогающих исправлению осанки, постановке правильного дыхания, формированию движения и умения чувствовать ритм, но в первую очередь направлены на компенсацию ограничений в здоровье через творческую составляющую. Танец выполняет функцию психической и соматической релаксации, восстанавливает жизненную энергию ребенка с ОВЗ и его самоощущения как индивидуальности. Танец способствует более успешной адаптации детей с ОВЗ в среде сверстников.

Говоря о самых первых занятиях ритмикой, можно использовать данную идею в изучении характера музыки.

1. Дети садятся в воображаемый паровозик, держа друг друга за талию, паровозик начинает свой путь. Включается веселая музыка, паровозик останавливается, ребята разбегаются и становятся в шахматном порядке, после задается вопрос (Музыка грустная или веселая?), после того, как дети определили какой характер, имеет данная мелодия, я предлагаю придумать движения, подходящие под данную мелодию. После, мы начинаем разучивать подскоки (движение может быть на усмотрение педагога).

- Паровозик передвигается дальше, характер мелодии меняется с весёлой на грустную. (Повторяем тоже самое, но изменяем движение).

Так же в музыкальном воспитании детей с речевыми проблемами используются следующие упражнения:

- на освоение основных движений (ходьба, бег, прыжки и т.д.);
- на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов;
- на развитие ориентировки в пространстве;
- в танцевальных и плясовых движениях.

Помимо этого, используется ряд других упражнений, а именно:

- активизирующих внимание;
- развивающих мелкую моторику;
- формирующих музыкально-ритмическое чувство и т.д.

Упражнения, направленные на коррекции стоп, состоят из различных видов ходьбы на полупальцах, на пятках, на внутренней и внешней стороне стопы. Перекаты с пятки на носок следует выполнять на всей ступне, создавая при этом для пальцев дополнительную работу.

Дети в этом возрасте быстро утомляются. А когда они устают, то теряют интерес, а соответственно и внимание становится рассеянным. Поэтому приходится часто менять род деятельности во время занятий. Примерно каждые 5 минут.

Как только чувствую, что внимание теряется, меняю одно действие на другое. Я, бывает, с детьми играю в птичек, спрашиваю кто какая птичка, они называют, а потом птички летят по кругу, как только музыка остановилась птички присели и спрятались в домики.

Игра – основная деятельность детей в этом возрасте, поэтому играть с ними нужно. Причем желательно так, чтобы выполняя какую-то педагогическую задачу, дети думали, что это просто игра.

Маленькие дети часто копируют людей, с которыми общаются. Педагог не исключение. Они повторяют слова, движения. Я хочу, чтобы в будущем они выступали со 100% отдачей, поэтому, сейчас отдаю 150% своей энергии и внимания.

Музыкально-ритмические игры

1) «Самолетики - вертолетики»

Описание:

Дети делятся на две команды с одноименными игре названиями. Каждой команде определяется свой музыкальный фрагмент, и когда музыка той или иной команды звучит, то они начинают хаотично двигаться по залу и по окончании должны вернуться на исходное место и выполнить задания преподавателя. Например, прыжки на месте, полуприседания, исполнить хлопки или притопы. Если звучит музыка другой команды, то команда, чья музыка не звучит, стоит на месте («на аэродроме»).

Игра развивает:

- умение владеть танцевальной площадкой; быстроту движений, реакцию; музыкальный слух;
- память, так как ребенок запоминает задание и исполняет его спустя некоторое время.

2) «Мыши и мышеловка»

Описание:

Дети становятся в один общий круг, держась за руки. Далее по команде педагога они производят расчет на «первый», «второй» (это делается затем,

чтобы дети и преподаватель могли определить, кто будет являться «мышками», а кто - «мышеловкой»). Далее все участники, являющиеся «первыми», делают шаг в круг и смыкают его, взяв друг друга за руки, образуя замкнутую «мышеловку». А «вторые», т.е. «мышки» становятся за пределы «мышеловки».

Начинается игра. Звучит музыка. На вступление «мыши» еще не двигаются и только потом, когда зазвучала основная мелодия «мыши» пробегают посередине «мышеловки» и проскакивают в воротца, которые образуют игроки «мышеловки», подняв сцепленные руки вверх. Как только музыка обрывается, игроки «мышеловки» опускают руки и закрывают «мышеловку». Оставшиеся «мышки» внутри, считаются пойманными. Они становятся в общий круг, присоединятся к «мышеловке». Игра продолжается. Можно провести игру 3-4 раза. А затем поменять игроков местами. «Вторые» становятся «мышеловкой», а «первые» - мышками.

Игра развивает и учит:

- координацию движения ребенка; умение ориентироваться в пространстве; формировать рисунок танца - круг;
- коллективной работе, находясь в роли «мышеловки»;
- развивает музыкальность (так как начало и окончание движения связано с музыкой).

3) Тренинг-игра «Создание образа»

Описание

Участникам группы предлагается конкретный образ (животное, сказочный герой и т.п.), необходимо передать характерные повадки, действия данного образа с помощью пластики и движений.

Критерием оценивания является не только точность передачи образа, но и быстрота выполнения, эмоциональность, нестандартность решения.

Игра развивает и учит: развитие творческого воображения, быстроты и нестандартности творческих реакций, артистизма.

Игры, как элемент игровой технологии на занятиях по ритмике.

Детская игра на занятиях ритмикой - средство активного обогащения личности, поскольку обеспечивает ребенка деятельностью, развивающей его неограниченные возможности и таланты.

Роль игры поистине огромна.

Основные функции:

- развивающей,
- обучающей,
- воспитывающей

1. Игра «Танец пяти движений»

Для выполнения упражнения необходима запись с музыкой разных темпов, продолжительностью 1 минута каждого темпа.

1. «Течение воды».

Плавная музыка, текучие, округлые, мягкие, переходящие одно в другое движения. Выполняются в течение одной минуты.

2. «Переход через чашу».

Импульсивная музыка, резкие, сильные, четкие, рубящие движения, бой барабанов. Выполняются в течение одной минуты.

3. «Сломанная кукла».

Неструктурированная музыка, хаотичный набор звуков, вытряхивающие, незаконченные движения (как «сломанная кукла»). Выполняются в течение одной минуты.

4. «Полет бабочек».

Лирическая, плавная музыка, тонкие, изящные, нежные движения. Выполняются в течение одной минуты.

5. «Покой».

Спокойная, тихая музыка или набор звуков, имитирующих шум воды, морской прибой, звуки леса — стояние без движений, «слушая свое тело». Выполняются в течение одной минуты.

Замечание: после окончания упражнения поговорите с детьми, какие движения им больше всего понравились, что легко получалось, а что с трудом.

2. Игра «Зеркальный танец»

Участники разбиваются на пары. Звучит любая музыка. Один из пары — зеркало, он с наибольшей точностью старается повторить танцевальные движения другого. Затем дети в паре меняются ролями.

3.Игра «Лес». Ведущий: «В нашем лесу растут березка, елочка, дуб, плакучая ива, сосна, травинка, цветок, гриб, ягода, кустики. Выберите сами себе растение, которое вам нравится. По моей команде мы с вами превратимся в лес. Покажите, как ваше растение реагирует на:

- тихий, нежный ветерок;
- сильный, холодный ветер;
- ураган;
- ливень;
- сильную жару;
- ночь;
- град».

4.Игра «Матросы»

Цель: Развить координацию, снять напряжение, отработка движений.

Музыка: мелодия «Яблочко», темп умеренно-быстрый.

Игра построена на основных движения танца «Яблочко». Все строятся в две шеренги.

1 этап: Педагог дает команду и показывает, что нужно делать, участники повторяют:

- «маршируем» (марш на месте с высокоподнятым коленом);
- «смотрим вдаль» (наклоны в стороны, кисти рук изображают бинокль);

- «тянем канат» (на «раз, два» - выпад на правую ногу в сторону, руки изображают захват каната, на «три, четыре» – переносим тяжесть тела на левую ногу и тянем к себе канат);

- «лезем на мачту» (подскоки на месте, руки имитируют подъем по веревочной лестнице);

- «смирно!» (подъем на полупальцы: вверх, вниз, правая рука к виску).

2 этап: Педагог вразброс дает команды, дети самостоятельно выполняют.

Мной также были придуманы техники работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья. Сейчас очень много детей с плоскостопием. Однажды я готовилась к занятиям и при этом под моей ладонью был карандаш, который я катала вперед и назад. И вот у меня родилась идея использовать карандаши на своих занятиях. Я начала придумывать различные упражнения и наблюдала за тем, как у детей это получается. Что-то изменяла, добавляла, убирала, но в итоге, придумала несколько упражнений, которыми регулярно пользуюсь. Эти упражнения пришлись по душе и родителям, они с удовольствием используют их для домашних тренировок вместе с детьми.

А на занятиях для смены настроения, переключения внимания, а, главное, для формирования координации движений, мы попробовали, чтобы дети еще и рисовали ногами. И получилось очень интересно. Ведь важно не только нарисовать какую-нибудь геометрическую фигуру, но напрячь или расслабить мышцу, правильно поставить ножку, приложив к этому усилие. И как это понравилось детям. Мы идем от простого к сложному. Сначала одна ножка рисует какие-нибудь полосы, круги, после другая, а потом обе ножки... и так, добавляем более сложные рисунки. Пока ножки работают, ребенок должен стараться сидеть с подтянутым животом, ровной спинкой. Я слежу за физиологическим состоянием: кровообращение, дыхание, нервно-мышечная деятельность. Понимание физических возможностей своего тела

способствует воспитанию уверенности в себе, предотвращает появление различных психологических комплексов. В этот момент у ребенка много задач: следить за осанкой, правильно рисовать и, конечно же, прикладывать не только физические, но и умственные усилия.

Упражнения с использованием карандашей.

Упражнения для осанки:

1. Ребенок сидит около стены, лопатками зажимая два карандаша, спина ровная. Выполняет упражнения на нагрузку ног с неподвижной спиной.

2. Ребенок сидя на полу пальцами правой ноги зажимает карандаш, руками поднимает ногу на 45 градусов, при этом нога сильно натянута. Вторая нога в это время, находится в положении натянутого носка вверх, нога настолько напряжена, что пятка на полу не лежит.

3. Ребенок сидя на полу пальцами левой ноги зажимает карандаш, руками поднимает ногу на 45 градусов, при этом нога сильно натянута. Вторая нога в это время, находится в положении натянутого носка вверх, нога настолько напряжена, что пятка на полу не лежит.

4. Ребенок стоит в 6 позиции ног, руки разведены в стороны, сильно натянуты. Под пальцы правой ноги кладем карандаш. Ребенок начинает выводить ногу вперед, при этом перекачивая карандаш к пятке (нога сильно натянута), зафиксировать ногу на пятке. Повторяем тоже самое назад (с пятки на носок, фиксируя ногу на пальцах).

5. Дети, сидя на полу, под ногами ватман, зажимают между пальцами правой ноги карандаш. Спина ровная. Рисуем различные геометрические фигуры. Идём от простого к сложному, нога натянута, приподнимаем ногу вверх, опускаем вниз (несколько раз), оставляя на ватмане точки. (Это упражнение получится правильно у тех, кто делает это беззвучно). (Благодаря этому упражнению вырабатывается сила ног). Следующее упражнение, «вперед-назад» (выводим ногу вперед, с прямым коленом и сгибаем до максимума к себе. После освоения простых

упражнений можно вводить любые другие геометрические фигуры: круги (в одну сторону, в другую), дуга, цифры, т.д.

Заключение

Занятия ритмикой помогают улучшению творческого процесса, развитию навыков необходимых в дальнейшей жизни: учащиеся начинают лучше понимать себя и других, корректно строить отношения между друг другом, взаимодействовать группе, брать на себе ответственность за принятие решений, начинают лучше адаптироваться к различным жизненным условиям.

Наибольший интерес в работе представляют дети дошкольного возраста, так как именно в этом возрасте закладываются основы личности, самореализации, самовыражения и формируется мироощущение, необходимое в жизни. Занятия ритмикой являются одним из средств комплексного всестороннего развития дошкольников.

С точки зрения психологии, дошкольный возраст является наиболее благоприятным периодом для развития творческих способностей, так как дети в этом возрасте очень любознательны, они имеют огромное желание познавать окружающий мир. Также, стоит заметить, что мышление младших школьников менее ограничено, чем мышление более взрослых детей.

В основу обучения детей с ограниченными возможностями здоровья необходимо положить игровую основу.

Игра на занятии ритмикой не должна являться наградой или отдыхом после тяжелой работы, скорее труд должен возникать на почве игры, становится ее смыслом и продолжением. Грамотно подобранные и организованные танцевальные игры в процессе обучения способствуют развитию умения трудиться, вызывают интерес к занятию и работе. Специфика обучения ритмикой заключается в том, что она связана с постоянной физической нагрузкой. Однако, физическая нагрузка сама по себе не имеет воспитательного аспекта для ребенка, она должна быть совместима с творчеством, умственным трудом и эмоциональным выражением.

Коррекция и компенсация недостатков развития у детей с ограниченными возможностями здоровья осуществляется при помощи танцевальных движений и упражнений.

На занятиях ритмикой активно используются различные предметы и атрибуты.

Ритмика является неотделимой частью педагогической работы детьми с ОВЗ и их творческого развития.

Список использованных источников и литературы

1. Артемьева Т.П. Изучение и развитие эмоциональной сферы младших школьников с умственной отсталостью и задержкой психического развития // Специальное образование. – 2016. – №. 1.
2. Елисеева Ю.Н. Особенности социализации детей школьного возраста с ОВЗ // Молодой ученый, 2016. № 3.
3. Ельникова Е.А., Шкрябко И.П. Развитие эмоциональной сферы у детей дошкольного возраста с задержкой психического развития // Актуальные направления научных исследований: от теории к практике. – 2015. – № 3.
4. Ефремова Н.И. Ритмика Э. Жак-Далькроза: Вчера, Сегодня, Завтра // Вестник Челябинской государственной академии культуры и искусств. – 2013. – № 1 (33).
5. Жавнерко А.П. Особенности понимания эмоций детьми с ЗПР младшего школьного возраста в контексте социализации эмоций // Казанский педагогический журнал. – 2016. – № 2. – Т. 2.
6. Каплунова И.М., Новосельцева И.А. Этот удивительный ритм (Развитие чувства ритма у детей), издательство «Композитор» Санкт-Петербург.
7. Конорова Е. Танец и ритмика в начальной школе, 1960.
8. Лашманова О.А. Изучение эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения. – 2010. – № 13.
9. Майорова М.Н. Коррекционная ритмика как средство коррекции эмоционально-волевой сферы детей с ЗПР: курсовая работа. – Кострома, 2017.
10. Медведева Е.А., Комисарова Л.Н., Шишкина Г.Р., Сергеева О.Л. Воспитание детей с проблемами в развитии и коррекционная ритмика. – М.: Академия, 2002.
11. Овчинникова Т.С. Метод коррекционной ритмики в музыкальном воспитании дошкольников с ограниченными возможностями здоровья // Вестник Ленинградского государственного университета им. А.С. Пушкина.

– 2015.

12. Тихонова И.В., Шипова Н.С., Адеева Т.Н., Иванова Е.А. Психологическое сопровождение школьников с ограниченными возможностями здоровья: потребности участников инклюзивного образовательного процесса // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. – 2017. – Т. 23. – № 4.

**Муниципальное автономное образование учреждение
дополнительного образования
«Центр развития творчества детей и юношества»**

**ПЛАН-КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЯ
«ИГРЫ НА ЗАНЯТИЯХ РИТМИКОЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ С ОВЗ»**

Демидова Юлиана Игоревна
Педагог дополнительного образования

План-конспект занятия.

Предмет: Ритмика

Тема занятия: «Игры на занятиях ритмикой для детей с ОВЗ»

Цель: Научить ребенка владеть своим телом с помощью ритмики

Задача:

Образовательные:

- постановка корпуса, рук, ног;
- обучить простым движениям в заданном темпе и ритме в соответствии с музыкальным сопровождением, сохраняя правильное положение корпуса;
- развитие ориентации в пространстве.

Личностные:

- воспитание сознательной дисциплины, воли.

Метапредметные:

- развитие у детей способности к коллективной творческой деятельности;

Оборудование: колонка, ноутбук, флеш-накопитель.

Форма организации деятельности: групповая.

Форма занятия: открытое занятие.

Методы обучения по способу организации занятия: словесный, наглядный, практическая работа.

Методы по виду деятельности детей: показ, повтор за исполнением педагога.

Форма проведения итога занятия: анализ успешности.

Способы определения результативности: педагогическое наблюдение.

Ход занятия:

1. Организационный этап	Поклон. Здравствуйте, сегодня на занятии мы будем с вами танцевать с помощью игр, но для начала проведем разминку
2. Подготовительный этап	1. Разминка. а). голова б). руки в). корпус г). ноги д). прыжки с прямыми ногами е). прыжки с поджатыми ногами ж). «ножницы» з). вперед-назад
3. Основной этап	<u>Теория.</u> Игра. Правила игры. <u>Практика</u> 1. Игра «Танец пяти движений» Для выполнения упражнения необходима запись с музыкой разных темпов, продолжительностью 1 минута каждого темпа. 1. «Течение воды». Плавная музыка, текучие, округлые, мягкие, переходящие одно в другое движения. Выполняются в течение одной минуты. 2. «Переход через чашу». Импульсивная музыка, резкие, сильные, четкие, рубящие движения, бой барабанов. Выполняются в течение одной минуты. 3. «Сломанная кукла». Неструктурированная музыка, хаотичный набор звуков, вытряхивающие, незаконченные движения (как «сломанная кукла»). Выполняются в течение одной минуты. 4. «Полет бабочек». Лирическая, плавная музыка, тонкие, изящные, нежные движения. Выполняются в течение одной минуты. 5. «Покой». Спокойная, тихая музыка или набор звуков, имитирующих шум воды, морской прибой, звуки леса — стояние без движений, «слушая свое тело». Выполняются в течение одной минуты. Замечание: после окончания упражнения поговорите с детьми, какие движения им больше всего понравились, что легко получалось, а что с трудом.

	<p>2.Игра «Зеркальный танец» Участники разбиваются на пары. Звучит любая музыка. Один из пары — зеркало, он с наибольшей точностью старается повторить танцевальные движения другого. Затем дети в паре меняются ролями.</p> <p>3.Игра «Лес» Ведущий: «В нашем лесу растут березка, елочка, дуб, плакучая ива, сосна, травинка, цветок, гриб, ягода, кустики. Выберите сами себе растение, которое вам нравится. По моей команде мы с вами превратимся в лес. Покажите, как ваше растение реагирует на:</p> <ul style="list-style-type: none"> • тихий, нежный ветерок; • сильный, холодный ветер; • ураган; • ливень; • сильную жару; • ночь; • град». <p>4.Игра «Танец морских волн» Участники выстраиваются в одну линию и разбиваются на «первый и второй». Ведущий — «ветер» — включает спокойную музыку и «дирижирует» волнами. При поднятии руки приседают первые номера, при опускании руки — вторые. Море может быть спокойным — рука на уровне груди. Волны могут быть мелкими, могут быть большими — когда ведущий плавно рукой показывает, кому присесть, кому встать, еще сложнее, когда волны перекатываются: по очереди поднимаются выше и опускаются ниже. Замечание: красота «танца морских волн» во многом зависит от «дирижера-ветра».</p>
<p>4. Контрольный (рефлексивный) этап</p>	<p>Самостоятельный анализ детьми успешности (не успешности) выполненного задания.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ребята, вы сегодня старались? 2. А все из вас высоко поднимали ножки? 3. А как вы думаете, какую оценку каждый из вас сегодня получил?
<p>5. Организационный этап</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1.Поклон 2.Занятие окончено, всем большое спасибо! Вы молодцы!