

Журнал для родителей особых детей

Особый городок

**Влияние музыкально-
ритмических навыков
на физическое и
психическое развитие
обучающихся с ОПФР**

Выпуск №14 декабрь 2022 года

Читайте в номере:

- ✚ Особенности психических процессов у детей с ОПФР 3
- ✚ Влияние музыкально-ритмических навыков в воспитании и развитии детей с ОПФР 5
- ✚ Коррекция особенностей психического и физического развития обучающихся средствами музыкально-ритмических занятий 7
- ✚ Музыкальные пальчиковые и жестовые игры, как средство развития эмоциональной деятельности детей с ОПФР 10

Особенности психических процессов у детей с ОПФР

Интеллектуальная недостаточность — это качественные изменения всей психики, всей личности в целом, явившиеся результатом перенесенных органических повреждений центральной нервной системы.

Для детей с интеллектуальной недостаточностью характерно недоразвитие познавательных интересов, которое выражается в том, что они меньше, чем их нормальные сверстники, испытывают потребность в познании. Их опыт крайне беден. Известно, что при умственном недоразвитии оказывается дефектной уже первая ступень познания — восприятие. Часто восприятие у детей с интеллектуальной недостаточностью страдает из-за снижения у них слуха, зрения, недоразвития речи. Но и в тех случаях, когда анализаторы сохранены, восприятие этих детей отличается рядом особенностей. Главным недостатком является нарушение обобщенности восприятия, отмечается его замедленный темп по сравнению с нормальными детьми.

Детям с интеллектуальной недостаточностью требуется значительно больше времени, чтобы воспринять предлагаемый им материал (картину, текст и т. п.). Замедленность восприятия усугубляется еще и тем, что из-за умственного недоразвития они с трудом выделяют главное, не понимают внутренние связи между частями, персонажами и пр. Они ошибаются при определении времени на часах, дней недели, времен года и т. п. Значительно позже своих сверстников с нормальным интеллектом умственно отсталые начинают различать цвета. Особую трудность представляет для них различение оттенков цвета.

Интеллектуальная недостаточность проявляется не только в несформированности познавательной деятельности, но и в нарушении эмоционально-волевой сферы, которая имеет ряд особенностей. Отмечаются недоразвитие эмоций, нет оттенков переживаний. Характерной чертой является неустойчивость эмоций. Состояние радости без особых причин сменяется печалью, смех — слезами и т. п. Переживания их неглубокие, поверхностные. У некоторых умственно отсталых эмоциональные реакции не адекватны источнику. Имеют место случаи то повышенной эмоциональной возбудимости, то выраженного эмоционального спада (патологические эмоциональные состояния — эйфория, дисфория, апатия).

Из-за непосильности предъявляемых требований у некоторых детей развивается негативизм, упрямство. Все эти особенности психических процессов умственно отсталых учащихся влияют на характер протекания их деятельности. Отмечая несформированность навыков учебной деятельности, следует прежде всего отметить недоразвитие целенаправленности деятельности, а также трудности самостоятельного планирования собственной деятельности. Дети с интеллектуальной недостаточностью приступают к работе без необходимой предшествующей ориентировки в ней, не руководствуются конечной целью. В результате в ходе работы они часто уходят от правильно начатого выполнения действия, соскальзывают на действия, производимые ранее, причем переносят их в неизменном виде, не учитывая того, что имеют дело с иным заданием. Этот уход от поставленной цели наблюдается при возникновении трудностей, а также в случаях, когда ведущими являются ближайшие мотивы деятельности («лишь бы сделать»).

Нарушения высшей нервной деятельности, недоразвитие психических процессов являются причиной ряда специфических особенностей личности умственно отсталых. Психологи указывают, что, в отличие от



сверстников с нормальным интеллектом, умственно отсталых характеризует ограниченность представлений об окружающем мире, примитивность интересов, потребностей и мотивов. Снижена активность всей деятельности. Эти черты личности затрудняют формирование правильных отношений со сверстниками и взрослыми.

Все отмеченные особенности психической деятельности у детей с интеллектуальной недостаточностью носят стойкий характер, поскольку являются результатом органических поражений на разных этапах развития (генетические, внутриутробные, во время родов, постнатальные). Хотя интеллектуальная недостаточность рассматривается как явление необратимое, это не означает, что оно не поддается коррекции. Отмечают положительную динамику в развитии детей с ОПФР при правильно организованном врачебно-педагогическом воздействии в условиях специальных (коррекционных) учреждений.

Влияние музыкально-ритмических навыков в воспитании и развитии детей с ОПФР

Большое значение для сохранения физического и психологического здоровья детей имеет активизация их творческого потенциала, создание атмосферы поиска, радости, удовольствия, развитие детской индивидуальности, удовлетворение индивидуальных потребностей и интересов.

Музыка, движение — это средства, которые благотворно действуют на здоровье ребёнка. Музыкально-ритмические движения выполняют релаксационную функцию, помогают добиться эмоциональной разрядки, снять умственную перегрузку и утомление. Ритм, который музыка диктует головному мозгу, снимает нервное напряжение. Движение и танец, помогают ребёнку подружиться с другими детьми, даёт определённый психотерапевтический эффект.



Музыкально-ритмическое развитие оказывает ничем незаменимое воздействие на общее развитие ребёнка: формируется эмоциональная сфера, совершенствуется мышление, развивается опорно-двигательный аппарат. Развитие музыкально-ритмических навыков ставит следующие цели по охране здоровья и физического развития детей: —

создание условий для целесообразной двигательной активности и закаливания детского организма; — воспитание положительного отношения к физическим упражнениям, подвижным играм; — формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями; — развитие физических и нравственно-волевых качеств личности; — воспитание потребности в здоровом образе жизни, в двигательной деятельности.

С развитием музыкальных и двигательных навыков у детей появляется способность изобретать и комбинировать по своему усмотрению полученный материал. Музыкально-ритмические движения являются синтетическим видом деятельности. Поэтому любые движения под музыку развивают и музыкальный слух, и двигательные

способности, и те психические процессы, которые лежат в их основе и способствуют эмоциональному и психофизическому развитию детей. Занятия движениями имеют неопределимое значение, а особенно для соматически ослабленных детей, детей с неустойчивой нервной системой, незрелостью эмоционально-волевой сферы. Ведь двигательные упражнения тренируют в первую очередь мозг и подвижность нервных процессов. Поэтому так важно приобщать к движению под музыку неловких, заторможенных в двигательном отношении детей, которым необходимо помочь обрести чувства уверенности в свои силы или, наоборот, расторможенных и гиперактивных детей, чтобы научить их контролировать свои эмоции и чувства. В процессе освоения движений под музыку дети учатся ориентироваться на музыку как на особый сигнал к действию и движению, у них совершенствуется моторика, координация движений, развивается произвольность движений, невербальные коммуникативные способности, формируются и развиваются представления о связи музыки и движений.

Музыкально-ритмическое движение всегда индивидуально, самоценно, самостоятельно и выражает волевою готовность ребенка к исполнительскому и продуктивному творчеству. В процессе движения под музыку ребенку предоставляется возможность выразить музыкальный образ ритмически, эмоционально точно. Сначала это происходит с помощью взрослого, а потом самостоятельно. Даже элементарные движения: топ, шлеп, хлопок, верно скоординированные с музыкой, являются важнейшей базой для развития ребенка. Ведь выполняя их, ребенок откликается на определенный ритм, темп, мелодию, включая в работу оба полушария головного мозга. Занятия ритмикой базируются на огромном арсенале движений. Упражнения направлены на развитие всех мышц и суставов. Наряду с этим, ритмичная музыка, яркая одежда, танцевальные движения создают положительные эмоции, снижают психологическое утомление, повышая работоспособность организма, стимулируя у ребёнка желание, заниматься физическими упражнениями.

Как говорилось ранее, педагогу необходимо учитывать, что способности детей индивидуальны. Поэтому главной задачей является создание наилучших условий для самовыражения каждому воспитаннику. Надо поддержать неуверенного в себе, остановить тех, кто высмеивает неудавшийся опыт товарища. И даже если танцевальная импровизация действительно примитивна и неинтересна, опытный педагог всегда сможет заверить маленького исполнителя, что стоит ещё немного поработать, и придёт успех.

Занятия ритмикой положительно влияют на умственное развитие детей: ведь каждое занятие нужно понять, осмыслить, правильно выполнять движения, вовремя включаться в деятельность, надо осмыслить соответствие выбранных движений характеру музыки. Потребность детей в движении превращается в упорядоченную и осмысленную деятельность.



Важно отметить, что особенностью занятия является положительный эмоциональный фон всей деятельности учащихся, умелым планирование урока, правильным отношением учителя к достижениям каждого ученика.

На занятиях необходимо неперенное поощрение малейших успехов учеников, максимальная помощь в преодолении индивидуальных затруднений, терпеливое, щадящее отношение к детям.

Коррекция особенностей психического и физического развития обучающихся средствами музыкально-ритмических занятий

Занятия ритмикой с детьми с интеллектуальной недостаточностью могут стать эффективным дополнением к урокам физкультуры, поскольку интеллектуальные нарушения ребенка нередко сочетаются с нарушениями развития его двигательной сферы.

Коррекционный курс «Ритмика» направлен на коррекцию особенностей психического и физического развития обучающихся средствами музыкально-ритмических занятий. Программа курса позволяет учитывать особые образовательные потребности обучающихся, предусматривая использование индивидуально-дифференцированного подхода в процессе образования.

Разнообразие музыкально-ритмических средств способствует формированию, закреплению и совершенствованию двигательных навыков учащихся; развитию чувства ритма, координации, ориентировки в пространстве, а также восприятию музыки, способности

передавать в движении ее содержание и формированию коммуникативных навыков.

Учащиеся с ограниченными возможностями здоровья на занятиях по коррекционному курсу «Ритмика» учатся ощущать свое тело и управлять им. Музыкальный ритм регулирует деятельность нервной системы, организует моторику, улучшает настроение, активизирует внимание. Занятия «Ритмикой» упорядочивают темп движений, который легко связывается с характером музыки; улучшают психические процессы, автоматизируют двигательные акты.

Таким образом, целью занятий коррекционного курса «Ритмика» является развитие двигательной активности ребенка в процессе восприятия музыки.



В ходе занятия ритмикой решают ряд задач.

Задачи по развитию музыкальной сферы: развитие слухового восприятия музыки; развитие чувства ритма; развитие восприятия и способности выражения музыкальных образов в движении; развитие эстетических чувств; развитие творческих способностей; развитие эмоционального отклика на музыку.

Задачи по развитию двигательной сферы: формирование правильной осанки; формирование умения ориентироваться в схеме собственного тела; развитие навыка согласованных и упорядоченных движений; развитие ориентировки в пространстве; развитие мелкой моторики; развитие способности усваивать ритмическую основу движений; развитие быстроты реакции; развитие способности к расслаблению мышц; повышение работоспособности и двигательной активности; развитие правильного дыхания.

Коррекционно-развивающие задачи: развитие произвольного и непроизвольного внимания: его устойчивости, переключения и объема;

развитие слухового восприятия; развитие памяти; коррекция и развитие темпо-ритмической стороны речи; коррекция и развитие эмоционально-волевой сферы, навыков самоконтроля, дисциплины; развитие коммуникативных навыков.

Воспитательные задачи: воспитание интереса к занятиям ритмикой; воспитание умения работать в парах, в группе; воспитание самостоятельности.

Занятия ритмикой для обучающихся с ОПФР необходимы, поскольку данный вид занятий развивают не только координацию, точность движений, ориентировку в пространстве и чувство ритма, но и способствуют гармоничному развитию личности ребенка и подготовке его к жизни в социуме.

Во время занятий ритмикой достаточное количество времени должно быть уделено пространственной ориентировке и точности движений, так как подобные упражнения способствуют коррекции двигательных нарушений. Кроме того, для развития координации движения необходимы ритмико-гимнастические упражнения, которые проводятся с гимнастическими предметами и без них.

Благодаря упражнениям с детскими музыкальными инструментами создается возможность для развития координации движений и мелкой моторики, слухового внимания и чувства ритма. Посредством игры на музыкальном инструменте учащиеся получают опыт создания метроритма музыкального произведения. Звучание инструмента помогает понять характер и настроение музыкальной пьесы.

Игры под музыку, включающие двигательные импровизации, позволяют учащимся «прочувствовать ритмический рисунок музыки, активно откликнуться на ее характер, выраженный в метрической организации».

Танец, как один из видов музыкально-ритмической деятельности, создает эмоциональное равновесие: дисциплинирует, успокаивает детей, облегчает переход от одного занятия к другому. Организованная структура танца, ее характер, четкая структура, развивает эмоционально-познавательную сферу, приобщает ребенка к разным социальным ролям, формирует определенное отношение к окружающему миру, труду, что в будущем позволит успешно социализироваться.

При занятиях ритмикой необходимо уделять особое внимание темпу движений, характеру движений и чувству ритма.

Выполнение движений и двигательных упражнений должно согласовываться с музыкальным сопровождением и соответствовать темпу музыки.

Необходимо обращать внимание обучающихся на изменения в характере музыки (например, постепенное усиление и ослабление громкости звучания; мелодическую плавность или отрывистость). Характер музыки должен быть отражен в коллективных перестроениях и передвижениях (например, движение шеренги вперед, назад, в расширяющийся и суживающийся круг, подскоки, плавный шаг и т. д.).

Выполнение несложных ритмичных движений – хлопков, подскоков, прохлопывание и простукивание на шумовых инструментах рифмованных фраз – приучит обучающихся чувствовать музыкальное сопровождение, поскольку оно является регулятором движения, задает темп, характер, динамическую и эмоциональную окраску. Подбор музыкального сопровождения должен соответствовать возрасту школьников, не должен быть сложным по построению и трудным для восприятия.

Значение ритмических упражнений в коррекции психофизических недостатков учащихся с нарушением интеллекта сложно переоценить. Развитое чувство ритма помогает обучающимся быстрее овладевать двигательными навыками и умениями. Известно, что чувство ритма у школьников с нарушениями интеллекта развито слабее, чем у их сверстников, обучающихся в



массовой школе, поэтому этот недостаток следует координировать средствами музыкально-ритмической деятельности.

Работа по развитию чувства ритма положительным образом влияет на координацию движений, точность, скорость двигательной реакции. Ритмические движения построены главным образом на слуховом восприятии с участием зрительного и тактильного, что создает условия для разностороннего влияния на коррекцию различных нарушений посредством музыкально-ритмических видов деятельности.

Таким образом, коррекционные занятия курса «Ритмика» могут рассматриваться как «психокоррекционная методика, устанавливающая равновесие в деятельности нервной системы, регуляцию процессов возбуждения и торможения, общего тонуса, обеспечивающая формирование согласованности движений и речи, коррекцию моторики,

психических процессов (внимания, памяти, восприятия, воображения), снятие психоэмоционального напряжения, трудностей в проявлении коммуникативно-рефлексивных функций».

Музыкальные пальчиковые и жестовые игры, как средство развития эмоциональной деятельности детей с ОПФР

Музыка становится понятней и интересней именно через движения. Поэтому основой музыкальной деятельности для детей с ОПФР должны быть пальчиковые, жестовые, подвижные игры и музицирование.

Во время занятий необходимо использовать фонограммы, так как без них педагог, или родители, не имеют возможности участвовать в играх, активно помогать детям, играя при этом на музыкальном инструменте.

Музыкальные игры, упражнения, пальчиковые разминки необходимо проводить ежедневно, в дошкольном учреждении и дома. Во время занятий учитывайте индивидуальные особенности вашего ребенка, его возраст, настроение, желание и возможности. То, что кажется простым для нас, взрослых, очень сложно и трудно выполнить детям с ОПФР. Первые неудачи могут вызвать разочарование и даже раздражение. Нужно заботиться о том, чтобы деятельность ребенка была успешной, это будет подкреплять интерес к играм и занятиям.

Игровая деятельность под музыку радует ребенка и поддерживает его интерес к занятиям.

Занятия-игры с пальчиками оказывают благоприятное воздействие на: развитие мелкой моторики и речи; работоспособность коры головного мозга; снятие тревожности; физическое и эмоциональное развитие детей с ОПФР; развитие координации движений, тактильных ощущений;

формирование положительного эмоционального микроклимата в семье.



Во время музыкальных пальчиковых и жестовых игр садитесь друг напротив друга так, чтобы лица взрослого и ребёнка были на одной высоте, и ребенок видел, как вы поёте, а вы видели его лицо. Для детей с ОПФР хорошим результатом будет умение выполнять правильные движения пальчиками в то время, когда поёт взрослый или под фонограмму, поэтому для проведения пальчиковых игр не следует выбирать те, в которых темп слишком быстрый. Выбирайте песенки в среднем или медленном темпе. На первоначальном этапе активно помогайте ребенку выполнять движения правильно, разучивайте игру без музыки (подпевая или проговаривая нараспев). Когда ребёнок усвоит упражнение - сокращайте свою непосредственную помощь, но продолжайте выполнять все действия вместе с ним (сидя напротив).

Музыкальные пальчиковые и жестовые игры обезьянки:
Обезьянки вышли погулять, (выполняют движение “фонарики”)
Обезьянки стали танцевать, (сжимают и разжимают кулачки)
Но одна из них ушла домой поспать, (ладони прижимают друг к другу, кладут под щечку, ”спят”)

Потому что надоело танцевать. (выполняют стряхивающие движения кистями рук(”как будто стряхиваем водичку”).

Все музыкальные пальчиковые и жестовые игры проводятся тремя способами:

1. Взрослый сам выполняет движения - ребёнок смотрит.
2. Взрослый выполняет движения ручками ребёнка.
3. Ребёнок выполняет движения своими ручками – взрослый поет, и слегка помогает ребенку выполнять движения.





Издательство творческой группы специалистов Дятловского районного ЦКРОиР 2022г

Редактор и автор текста: Шундрик Т.М

Оформитель: Шундрик Т.М