

Першина Эвелина Фаритовна

инструктор по физической культуре

Норцова Наталья Юрьевна

музыкальный руководитель

Шевцова Елена Вячеславовна

музыкальный руководитель

МДОУ «Д/С №15»

пгт Разумное, Белгородская область

**РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ
ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ ДОШКОЛЬНОГО
ВОЗРАСТА НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ПОД МУЗЫКАЛЬНОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ**

***Аннотация:** в статье рассматривается потенциал интеграции музыкального сопровождения в адаптивную физическую культуру для детей дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). Обосновывается комплексное влияние ритмически организованной двигательной активности на моторное, когнитивное, эмоционально-волевое и социальное развитие данной категории воспитанников. Приводятся данные теоретического анализа и методические аспекты построения занятий. Делается вывод о высокой эффективности синтеза физических упражнений и музыкально-ритмических компонентов как средства коррекции и гармонизации развития.*

***Ключевые слова:** дети с ОВЗ, дошкольный возраст, адаптивная физическая культура, музыкальное сопровождение, интегрированные занятия, коррекционно-развивающая работа.*

Введение. Современная образовательная парадигма в области инклюзивного и специального образования актуализирует поиск эффективных, полифункциональных методик, направленных на целостное развитие ребенка с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). Дошкольный возраст, являясь

сензитивным периодом для становления основных психофизических функций, требует создания особых условий, способствующих преодолению или смягчению имеющихся нарушений [1]. В этом контексте адаптивная физическая культура (АФК) выступает мощным инструментом коррекционно-развивающего воздействия. Однако ее потенциал может быть существенно усилен за счет междисциплинарной интеграции, в частности, целенаправленного использования музыкального сопровождения.

Целью данной статьи является теоретическое обоснование и методическое описание комплексного подхода к развитию детей дошкольного возраста с ОВЗ через синтез средств адаптивной физической культуры и музыкально-ритмической деятельности.

Теоретические основы интеграции музыки и движения в работе с дошкольниками с ОВЗ музыка, обладая полимодальной природой, воздействует на центральную нервную систему, эмоциональную и двигательную сферы человека. Ритм, как фундаментальный элемент музыки, является универсальным организующим началом для двигательных актов[2]. Для детей с различными видами дизонтогенеза (расстройствами аутистического спектра (РАС), задержкой психического развития (ЗПР), детским церебральным параличом (ДЦП), нарушениями слуха и зрения) ритмическая структуризация деятельности выступает компенсаторным механизмом. Научные исследования подтверждают, что музыкальное сопровождение на занятиях АФК позволяет решать ряд специфических задач [3].

1. Мотивационно-стимулирующая: музыка создает положительный эмоциональный фон, снижает уровень тревожности и резистентности к деятельности, что особенно важно для детей с РАС и эмоционально-волевыми нарушениями.

2. Регулятивно-организующая: четкий ритм и темп музыки помогают упорядочить движения, регулировать их скорость, амплитуду и координацию, что способствует формированию произвольной регуляции у детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ) и ЗПР.

3. Коррекционно-развивающая: Ритмические упражнения под музыку стимулируют сенсомоторную интеграцию, развивают слухо-двигательные связи, пространственные представления и чувство времени. У детей с ДЦП это способствует нормализации мышечного тонуса и расширению двигательного репертуара.

4. Коммуникативно-социальная: совместное выполнение ритмических движений в группе под общую музыку способствует формированию навыков невербального взаимодействия, подражания, чувства общности и командного взаимодействия.

Методические аспекты проведения занятий по физической культуре с музыкальным сопровождением эффективность подхода напрямую зависит от соблюдения принципов индивидуализации, доступности, систематичности и эмоциональной насыщенности. Занятие условно делится на три взаимосвязанных блока, каждый из которых решает свои задачи с помощью специфичного музыкального материала [4].

1. Подготовительная часть (разминка). Задача: Организовать детей, настроить на совместную деятельность, разогреть мышцы, активизировать внимание. Музыкальное сопровождение: Спокойная, плавная, но с четким ритмическим пульсом инструментальная музыка. Темп умеренный (Andante). Возможно использование звуков природы в аранжировке. Содержание: Ходьба и ее вариации (на носках, пятках, с высоким подниманием колена) в соответствии с ритмом, несложные общеразвивающие упражнения (ОРУ) на основные группы мышц. Музыка задает темп и ритмическую канву, помогает синхронизировать движения группы.

2. Основная часть. Задача: Развитие и коррекция основных физических качеств (координация, ловкость, сила, равновесие), овладение новыми двигательными навыками. Музыкальное сопровождение: Дифференцированное, в зависимости от вида упражнений. Для силовых и статических упражнений – музыка с акцентированными, четкими акцентами. Для упражнений на равновесие и растяжку – плавная, лирическая мелодия. Для подвижных игр и

эстафет – веселая, энергичная музыка с ярко выраженным ритмом и понятной для детей структурой (марш, полька). Содержание: Введение основных движений (прыжки, метание, лазанье) под специально подобранные музыкальные фрагменты. Например, прыжки на батуте или через скакалку под считалку или ритмичную песенку. Коррекционные упражнения на развитие мелкой моторики (пальчиковая гимнастика) под короткие стихотворные или музыкальные формы.

3. Заключительная часть (восстановление). Задача: Снижение физиологического и эмоционального возбуждения, нормализация сердечного ритма, рефлексия. Музыкальное сопровождение: Медленная, релаксирующая инструментальная музыка, классические произведения в адаптации (например, произведения Дебюсси, Чайковского), специальная музыка для релаксации. Содержание: Дыхательные упражнения, упражнения на расслабление мышц («напряжение-расслабление»), спокойная ходьба. Музыка выступает как фон, способствующий успокоению и внутренней организации ребенка. Важнейшим условием является соответствие музыкального материала не только этапу занятия, но и возможностям восприятия детей. Для слабослышащих детей акцент делается на вибрационном восприятии низких частот и использовании ярких визуальных ритмических сигналов (свет, движения педагога). Для детей с нарушениями зрения необходима точная вербальная инструкция, дополняющая музыкальный сигнал [5].

Заключение Интеграция музыкального сопровождения в систему занятий адаптивной физической культурой с дошкольниками с ОВЗ представляет собой эффективную здоровьесберегающую и коррекционно-развивающую технологию. Такой синтез позволяет преодолеть узкофункциональный подход, воздействуя на ребенка целостно, через единство двигательного, сенсорного и эмоционального каналов. Систематическое использование ритмически организованной двигательной активности под специально выбранную музыку способствует не только улучшению физических кондиций, но и оптимизации психических процессов, снижению поведенческих дезадаптаций и успешной

социализации детей с различными образовательными потребностями. Перспективой дальнейших исследований является разработка и апробация конкретных дифференцированных программ для различных нозологических групп с оценкой их эффективности методами доказательной педагогики.

Список литературы

1. Малофеев Н.Н. Стратегия и тактика переходного периода в развитии отечественной системы специального образования / Н.Н. Малофеев // Дефектология. – 2017. – №1. – С. 3–10.
2. Буренина А.И. Ритмическая мозаика: программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста / А.И. Буренина. – 3-е изд. – СПб.: Лоиро, 2000. – 102 с.
3. Дмитриев А.А. Физическая культура в специальном образовании: учебное пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / А.А. Дмитриев. – М.: Академия, 2012. – 176 с.
4. Лифиц Е.А. Адаптивная физическая культура для детей с ограниченными возможностями здоровья дошкольного возраста: учебно-методическое пособие / Е.А. Лифиц. – М.: Владос, 2019. – 215 с.
5. Шапкова Л.В. Частные методики адаптивной физической культуры: учебное пособие / под ред. Л.В. Шапковой. – М.: Советский спорт, 2020. – 608 с.
6. Евсеев С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры. В 2 т. Т. 1.: учебник / С.П. Евсеев. – М.: Советский спорт, 2018. – 296 с.
7. Тютюнникова Т.Э. Учимся читать музыку, слушая движение: музыкальное движение как метод развития и коррекции / Т.Э. Тютюнникова // Искусство в школе. – 2016. – №5. – С. 56–61.
8. Грузинова Т.В. Музыкальная терапия как средство коррекции эмоциональных нарушений у детей с расстройствами аутистического спектра / Т.В. Грузинова, Е.А. Медведева // Специальное образование. – 2021. – №3. – С. 45–58.