

Максимова Анастасия Сергеевна

учитель

МБОУ «СОШ №3»

г. Новочебоксарск, Чувашская Республика

БОДИ-ПЕРКУССИЯ НА УРОКАХ МУЗЫКИ КАК ИНСТРУМЕНТ РАЗВИТИЯ И СОЦИАЛИЗАЦИИ ДЕТЕЙ С РАССТРОЙСТВОМ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА

***Аннотация:** в статье рассматривается влияние боди-перкуссии на развитие детей дошкольного возраста. Данная техника представляет собой уникальный способ освоения собственного тела как инструмента звукоизвлечения. Для ребёнка привлекательность метода обусловлена отсутствием необходимости в дополнительных приспособлениях и инструментах: ребёнок самостоятельно регулирует силу хлопков, щелчков и топота, выполняемых одной или двумя руками.*

***Ключевые слова:** боди-перкуссия, активность рук, активность ног, активность тела, урок музыки, межполушарное взаимодействие.*

Современная инклюзивная педагогика ставит перед учителем музыки сложную задачу: найти универсальный язык, который будет понятен каждому ребенку, независимо от его нейротипичных особенностей. Для детей с расстройствами аутистического спектра (РАС), которым часто свойственны трудности в коммуникации, сенсорные перегрузки и потребность в предсказуемости, традиционные уроки музыки могут стать серьезным стрессом. Однако именно музыка обладает колоссальным терапевтическим потенциалом. Одним из наиболее эффективных инструментов для работы с такими учениками сегодня признается боди-перкуссия (body percussion) – использование собственного тела в качестве музыкального инструмента.

На уроках музыки я включила вид музыкальной деятельности – боди-перкуссию, в котором звук извлекается при помощи хлопков, щелчков, ударов, по собственному телу, а также притопов одной или двумя ногами.

Данный вид деятельности на уроке доступен каждому ребенку независимо от уровня музыкальной подготовки, он активизирует тактильные, слуховые и двигательные каналы восприятия.

Еще Л.С. Выготский в своих работах по психологии искусства указывал на связь эстетического переживания с телесными реакциями, а в трудах по возрастной психологии отмечал роль внешней двигательной активности как источника формирования внутренних психических функций.

С.Л. Рубинштейн также указывал, что движение и ритм находятся в тесной взаимосвязи: ритм упорядочивает движение, а движение делает ритм ощущаемым и управляемым.

На основе этих высказываний можно сделать вывод, что боди-перкуссия – это не только дополнительная игровая деятельность на уроке, это целый механизм музыкально-ритмического развития ребенка.

С точки зрения нейропсихологии, чьи основы заложены в работах А.Р. Лаури, выполнение перекрестных ассиметричных движений, характерных для развития форм боди перкуссии, активизирует межполушарное взаимодействие. Правая и левая рука, правая и левая ноги выполняют в ряде упражнений разные ритмические функции, что требует согласованной работы обоих полушарий головного мозга.

Все это очень положительно влияет на познавательную активность, музыкальное развитие, самоконтроль и внимание. Детьми гораздо быстрее запоминается какой-то фрагмент инструментальной музыки, если мы сопровождаем его телесной перкуссией. А двигаться и слушать гораздо интереснее и приятнее в любом возрасте.

Хотелось бы на своем опыте поделиться с возможными трудностями при введении боди перкуссии на уроках.

1. Телесное музицирование создает определенный шум в классе.
2. В классе могут быть дети с нарушениями опорно-двигательного аппарата или слухового аппарата.
3. Не все готовы выполнять движения в полную силу, могут стесняться.

Самое главное эмоциональный настрой на боди перкуссию.

Почему боди-перкуссия эффективна при работе с детьми с РАС? Дети с РАС испытывают сложности с первичной и вторичной социализацией, их психическая деятельность искажена, а контакт с внешним миром затруднен. Боди-перкуссия воздействует сразу на несколько уровней восприятия:

- снятие коммуникативного барьера, музыка действует как мощный стимулятор эмоций;

- когда ребенок начинает воспроизводить ритм вместе с классом, ему не нужно использовать речь или поддерживать зрительный контакт. Он становится частью общего звукового поля. Совместное хлопанье создает чувство единения («мы делаем одно дело»), снижая социальную тревожность;

- многим детям с РАС необходима глубокая телесная стимуляция для саморегуляции. Шлепки по телу и притопывания дают интенсивную обратную связь нервной системе, помогая снять напряжение, заземлиться и лучше чувствовать границы собственного тела.

Предсказуемость и структура. Уроки музыки легко структурировать. Счет «раз-два-три-четыре», повторяющиеся ритмические рисунки, четкое начало и конец композиции создают островок стабильности в хаотичном для ребенка мире. Ритм упорядочивает восприятие времени.

Сенсорная интеграция. Вместо того чтобы пугаться громких звуков внешнего инструмента (например, барабана), ребенок сам контролирует громкость и тембр звука своего тела, постепенно привыкая к акустической среде класса.

Развитие моторики. Упражнения координируют крупную и мелкую моторику, развивают межполушарные связи через перекрестные движения рук и ног.

Внедрения на уроках боди-перкуссии должна быть постепенной. Резкие звуки, быстрый темп или сложная координация могут вызвать у ребенка с РАС защитную реакцию, ребенок никогда не будет делать то, что не получается поэтому начинать нужно с простых упражнений (Я пеку, пеку, пеку, деткам всем по пирожку). Движения знакомые с детства, если получилось, усложняем, двигаемся дальше.

Базовые этапы освоения.

Изоляция: сначала работаем только руками (хлопки, щелчки). Затем подключаем ноги. Важно добиться автоматизма движений одной части тела, прежде чем соединять их.

Простые паттерны: использование бинарных размеров (2/4, 4/4). Например, классический счет: хлопок (раз) – щелчок (два) – шлепок по коленям (три) – топ (четыре).

Канон и эхо: учитель задает короткий ритмический рисунок, ученик повторяет. Это развивает слуховое внимание без необходимости вступать в прямой диалог.

Полиритмия (продвинутый этап): правой рукой отстукиваем четверти, левой – восьмые, ногами – половинные ноты.

Практические приемы адаптации:

Визуальные опоры: использование карточек со схематичным изображением действий (ладошка для хлопка, ступня для топота) помогает визуалам с РАС быстрее считывать задание.

Тактильный якорь: если ребенок боится делать «шлепок» по собственному телу открытой ладонью, можно разрешить легкие похлопывания сжатым кулаком или касания подушечками пальцев.

Зонирование пространства: Предоставление ребенку возможности стоять чуть в стороне от основной группы во время шумных упражнений, чтобы избежать сенсорной перегрузки от чужих звуков.

Базовые этапы освоения (таблица).

Таблица

Этап	Действие учителя	Реакция ребенка
Разогрев	Медленные хлопки под собственный счет вслух. Темп задается метрономом	В большинстве случаев стоит неподвижно или совершает повторение движений очень несмело
Присоединение	Учитель подходит поближе, продолжает хлопать, но меняет позу на открытую, приглашая взглядом. Не требует, а демонстрирует	Ребенок начинает непроизвольно качать ногой в такт или делает один тихий хлопок
Основная часть	Изучение простого рисунка:	Выполнение упражнения с

	Хлопок (бедро) – Топ (правая нога). Повторение 8 раз	задержкой в один такт
Закрепление	Игра «Эхо»: учитель прохлопывает имя ребенка по слогам, класс и ребенок повторяют	Попытка артикулировать слоги одновременно с хлопком, в один или два слога (чай, пон-чик) (синхронизация речи и движения)
Завершение	Замирание. Все замирают в тишине на последний счет	Успешное удержание ритма хлопка и слога
Этап	Действие учителя	Обязательно похвалить за проделанную работу

Боди-перкуссия на моих уроках стала обязательной, так как это эффективное средство музыкально-ритмического развития обучающихся.

Боди-перкуссия – это инновационный и эффективный метод, который может обогатить уроки музыки в общеобразовательной школе. Он способствует развитию музыкальных навыков, физической активности и творческого потенциала учащихся. Интеграция боди перкуссии в учебный процесс может сделать уроки музыки более интересными и запоминающимися.

Список литературы

1. Выготский, Л. С. Психология искусства / Л. С. Выготский. – Москва : Юрайт, 2023. – 414 с.
2. Выготский, Л. С. Лекции по психологии. Мышление и речь / Л. С. Выготский. – Москва : Юрайт, 2023. – 432 с.
3. Лаурия, А. Р. Основы нейропсихологии / А. Р. Лаурия. – Санкт-Петербург : Питер, 2023. – 385 с.