

Елисеева Ольга Валентиновна

учитель музыки, заместитель директора по ВР

МБОУ «СОШ №78»

г. Казань, Республика Татарстан

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ КИНЕЗИТЕРАПИИ НА УРОКАХ МУЗЫКИ ПРИ ОБУЧЕНИИ ДЕТЕЙ С ДЦП

Аннотация: в статье автор приводит практические примеры использования двигательных упражнений и пальчиковой гимнастики на уроках музыки при обучении детей с физическими недостатками.

«Солнце, сила и свет должны пронизывать каждое движение жизни...»

Чувство законной гордости испытывают все, кто причастен или узнает впервые о превосходных достижениях паралимпийской сборной России. Эти люди возвысили не только спортивные достижения инвалидов, но и человеческий дух в целом, показав, как неограниченны возможности у людей, чьи силы ограничены болезнью или травмами. Воспитание личности, сильного характера, мощного духа, духовности, должно непременно начинаться с «младых ногтей» – с детства. И такая возможность есть у детей, обучающихся и воспитывающихся в Казанской общеобразовательной школе №78 при Городском реабилитационном центре «Солнечный» для детей и подростков с ограниченными возможностями. Комплексное обучение детей предусматривает как общеобразовательные дисциплины средней школы, так и дополнительное обучение, связанное с раскрытием природных способностей ребенка и тренинга недостающих компонентов в развитии.

Стратегия школы – воспитать из каждого ученика личность, помочь ему адаптироваться в жизни. В школе созданы для этого все условия. Я – преподаватель музыки, вовлечена в учебно–лечебный процесс, без которого не мыслима вся коррекционная работа. Коррекционный компонент есть в каждом предмете. И в предмете «Музыка» тоже. Заключается он в увеличении времени на двигательные упражнения. Наши дети малоподвижны. Целый ряд заболеваний у детей, связанны с врожденным или травматическим нарушением работы головного мозга: это – детский церебральный паралич, миопатия, аутизм, врожденное снижение слуха, и т.д. Мы знаем, что физические упражнения необходимы всем детям: они позволяют укрепить здоровье, гибкость тела и мышц. Для улучшения эффекта обучения надо не винить, не корить или наказывать ребенка, а давать ему необходимые нагрузки в процессе повседневных занятий.

Дети с физическими недостатками должны овладеть своим телом и правильно выполнять те или иные движения, а значит получать требующую нагрузку. Мышцы, без периодической нагрузки слабеют, при неполной амплитуде движений суставы утрачивают свою подвижность. А конечности – способность полностью сгибаться и разгибаться. Поэтому крайне важно, чтобы ребенок имел нагрузки на все сохранившиеся у него мышцы.

Повторяю – на уроках музыки я много внимания уделяю двигательным упражнениям: мы сидя танцуем (кто может встать, танцуют, держась за стол), мы руками показываем характер музыки и т.д., а также наряду с обычными формами обучения (пение, слушание, работа над дикцией, ритмические упражнения), мы занимаемся пальчиковой гимнастикой.

Пальчиковая гимнастика включает в себя: просто пальчиковую гимнастику, пальчиковые шаги (с особо тяжелой степенью заболевания верхних конечностей), пальчиковую игру со стихами, элементы теневого театра, пальчиковый театр, выполнение несложных целительных мудр (комбинаций пальцев), которые нужны для общего развития и улучшения физического состояния.

Пальчиковая гимнастика может стать как прелюдией урока – организационным моментом, так и физкультминуткой в середине урока, может быть домашним заданием. Иногда пальчиковые упражнения помогают выйти из отрицательных моментов или просто поднять настроение. Ситуация такая, что дети (особо младшие) легко впадают в отчаяние от своих неспособностей, бывают беспокойными и злыми. Могут категорически отказаться преодолевать свои трудности. Могут делать вид, что просто не хотят этому учиться. Есть дети замкнутые и настороженные в целях самозащиты. От меня, как педагога, требуется проявлять терпение, понимание, уважительное отношение к ребенку, чтобы завоевать его доверие и вовлечь в учебу. После установления уважительных отношений дети становятся примерными учениками.

Пальчиковая гимнастика не мое личное открытие. С пальчиковыми играми связано детское восприятие сказок, когда малыми средствами достигаются серьезные цели. Ладонь человеческой руки – это обширная рефлексогенная зона, географическая карта всех внутренних органов. В основе рефлексотерапии лежат теории, касающиеся работы нервной системы, боли и ее восприятия, эндорфинов (гормонов счастья), тока энергии, целительного прикосновения, циркуляции, эффекта плацебо (плацебо – пустышка, этот эффект основан на вере в выздоровление). Точки на руке связаны с различными частями тела. Поэтому – пальчиковая гимнастика, косвенно, влияет на вышеперечисленные процессы. Использование этой методики позволяет решить такие задачи:

- 1) развитие двигательной способности пальцев;
- 2) увеличение амплитуды движений в суставах рук;
- 3) увеличение силы мышц рук;
- 4) улучшение координации пальцев и рук;

5) улучшение осанки.

Существуют следующие типы пальчиковых упражнений:

- растягивающие,
 - динамические,
 - статические,
 - упражнения на точность и удержание равновесия.
- Какие это упражнения:
- упражнения на расслабление кистей рук,
 - упражнения на расслабление и освобождение всей руки,
 - упражнения на освобождение всей руки и тела.

Очень интересна детям пальчиковая гимнастика со стихами. Стихотворения делают упражнения более ритмичным, создают благоприятный эмоциональный фон, повышают речевую активность ребенка. Развивается чувство ритма и память ребенка, так как он учится запоминать определенные положения рук и последовательность движений. Овладев многими упражнениями, ребенок может «рассказывать руками» целые истории, сказки. Дети с удовольствием придумывают сказки сами и рассказывают знакомые всем сказки. Сказки с применением пальчиковых движений будят у ребенка фантазию, создают на уроке свободную, доброжелательную обстановку, и самое главное развивает у ребенка с ограниченными возможностями недостающие элементы двигательной активности. Рассказывать сказки могут помочь картинки и рисунки, которые дети рисуют сами. Картины могут быть приготовлены преподавателем. Красочные, яркие, запоминающиеся они могут быть использованы в самом начале занятий, при разучивании упражнений. Когда ребенок уже хорошо запомнил рисунки, их можно убрать. К уже знакомым картинкам можно добавлять новые – незнакомые. Можно тут же дать задание придумать новые истории, что ребята с удовольствием делают.

При выборе пальчиковых упражнений я руководствуюсь такими принципами:

- важность теоретических знаний (использование методик пальчиковой гимнастики разных авторов Э. Сафаровой, С. Меско, Л. Николаевой, т.д.),
- обучение на необходимом и достаточном уровне сложности;
- включение в процесс обучения эмоциональной сферы;
- целенаправленное развитие от легкого к трудному;
- доступность обучения для разных возрастных групп.

Важно знать меры предосторожности (не навреди):

1. Осторожное обращение с суставами при растягивающих упражнениях.
2. Действовать осторожно, медленно.
3. Не повредить суставы активным движением, не вызвать боль.
4. «Расшатанные» больше нормы, суставы не использовать.
5. Не растягивать пальцы при отогнутом назад запястье.

В заключении хотелось бы сказать – культура различных народов мира предусматривает большую ловкость рук для практической деятельности человека. Если человек ловко работает, то говорят – у него «золотые руки». Игра на всех видах инструментов, пальчиковый театр, пальчиковые игры – все это есть ловкость рук. Пальчиковая гимнастика, как одно из звеньев урока музыки, делает урок увлекательным, интересным, незабываемым, так же является еще и развивающим тренингом головного мозга. Если мы достигаем хороших результатов в этой деятельности (а мы их достигаем) значит, мы идем правильным путем.