ГУСО «Пружанский районный центр коррекционно-развивающего обучения и реабилитации»

Консультация для педагогов

Тема: «Креативные (художественно-музыкальные) телесно-ориентированные виды адаптивной физической культуры как средство социализации и интеграции детей с нарушениями интеллекта»

 Подготовила учитель Лухверчик Е.И.

Пружаны, 2022 год

Креативные (художественно-музыкальные) телесно-ориентированные виды адаптивной физической культуры как средство социализации и интеграции детей с нарушениями интеллекта

Физическая культура, выступая базовым, фундаментальным слоем культуры, присутствует в культурной, трудовой и бытовой деятельности. Физическая культура – это не только область «работы с телом», это «работа с духом» человека, его внутренним миром.

Недостаточный уровень физической культуры и двигательной активности личности отрицательно сказывается на функциональных, интеллектуальных и эмоциональных свойствах человека. Особенно это проявляется, когда в ситуации вынужденной гиподинамии оказывается ребенок, познающий с помощью движений окружающий мир, формируя ощущения, восприятия, представления, пространственно-временные ориентировки и эмоционально-волевую сферу. Важнейшим компонентом системы реабилитации детей с отклонениями в состоянии здоровья является адаптивная физическая культура, которая решает коррекционные, компенсаторные, профилактические, образовательные, воспитательные и оздоровительно-развивающие задачи.

Главными становятся проблемы привлечения средств и методов адаптивной физической культуры для коррекции имеющихся у ребёнка дефектов, профилактики сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений, комплексной реабилитации и интеграции занимающегося в общество.

Креативные (художественно-музыкальные) телесно-ориентированные практики адаптивной физической культуры– вид адаптивной физической культуры, удовлетворяющий потребности человека с отклонениями в состоянии здоровья в творческом саморазвитии, самовыражении своей сущности через движение, танцы, музыку, образ, другие средства искусства.

Отличительными чертами креативных (художественно-музыкальных) телесно-ориентированных видов адаптивной физической культуры являются следующие.

1. Творчество, стремление к познанию нового, неизведанного. Именно здесь творчество становится ведущей целью, самой сущностью занятий, непременным атрибутом деятельности, без которого она превращается во что-то другое.

2. Обязательное объединение духовного и телесного начал ребёнка в процессе занятий. Максимально возможное привлечение в сферу адаптивной физической культуры средств и методов психологии и психотерапии и, с другой стороны, обогащение классических методов психологии и психотерапии технологиями адаптивной физической культуры.

3. Интеграция двигательной деятельности со средствами и методами искусства. Это подчеркивается в полном названии данного вида адаптивной физической культуры, которое включает в себя определение - художественно-музыкальное. Здесь широко используются музыка, хореография, пантомима, литература, поэзия, рисунок, лепка, работа с песком и т.д. и т.п.

4. Вытеснение из сознания занимающихся предыдущей картины мира, полное поглощение его новыми впечатлениями, образами, активностью. Здесь происходит не просто смена вида деятельности, например, умственной на физическую, а полное переключение сознания, погружение его в новую, необычную для повседневности деятельность, стимулирующую работу отдыхавших участков мозга, его обоих полушарий, всех сфер человеческого восприятия. Это достигается использованием образов, музыки, выполнением новых ролей, сложных действий и т.п., что невозможно достичь при выполнении хорошо известных, автоматизированных действий (ходьбы, бега, езды на велосипеде и др.).

5. Креативные виды адаптивной физической культуры дают возможность занимающимся перерабатывать свои негативные состояния (агрессию, страх, депрессию, тревожность, отчужденность), проиграть свои внешние и внутренние ощущения, совместно переживать ситуации с другими людьми (детьми и взрослыми); экспериментировать со своим телом и движениями; развивать эстетические чувства и получать сенсорное удовлетворение и радость от ощущений собственного тела.

В качестве примера, можно обыграть и использовать следующие задания и упражнения.

**Выполнение** **имитационных движений**: «Мы пришли в лес, оказались на полянке. А там веселятся и играют самые разные звери. Давайте попробуем угадать, какие же животные пришли на полянку?” – дети слушают музыкальные фрагменты, отгадывают животных и имитируют их движения: мышки, зайчики, лиса, волк, медведь, лягушки, птицы и т.п.

**Выполнение** **основных движений: Стихотворение с движениями:**

|  |  |
| --- | --- |
| Ветер дует нам в лицо, | (машем руками по направлению “к себе”, как веером) |
| Закачалось деревцо. | (руки вверху, плавные наклоны из стороны в сторону) |
| Ветерок все тише, тише | (плавные движения руками вперед – вверх – вниз |
| Деревцо всё ниже, ниже. | приседаем) |

**Игра «По ровненькой дорожке»**

Дети строятся в колонну.

Ритмично, в определенном темпе проговаривается текст:

По ровненькой дорожке,

По ровненькой дорожке (дети идут шагом)

Шагают наши ножки раз, два, раз, два.

По камешкам, по камешкам,

По камешкам, по камешкам, (прыгают на двух ногах, слегка продвигаясь вперед)

В яму - бух. (присаживаются на корточки)

Вылезли из ямы. (дети поднимаются).

По ровненькой дорожке,

По ровненькой дорожке (дети идут шагом)

Шагают наши ножки раз, два, раз, два.

А потом прыг-скок!

И попали мы в лесок.

*(прыжки с продвижением вперед)*

Мы пришли в волшебный лес!

Сколько здесь вокруг чудес!

**Упражнение** **«Колобок»** проводится по типу логоритмики. Педагог и дети ритмично проговаривают стихотворение и выполняют упражнения.

Я Колобок, Колобок, Колобок, И.п. руки на поясе, ноги вместе.

Я Колобок, румяный бок В.: наклоны головы вправо-влево

По сусекам скребен, И.п. руки внизу, ноги вместе.

По амбару метен (2 раза) В.: руки вверх-вниз

В печку сажен И.п. руки внизу, ноги вместе.

На окошке стужен В.: приседают и встают на носки, поднимая руки вверх

Я от дедушки ушел, И.п.

Я от бабушки ушел. В.: ходьба на месте

Я от зайца ушел Прыгают на месте на двух ногах.

И от волка ушел,

Oт медведя ушел, Ставят ноги врозь, руки в стороны.

От косолапого ушел, Делают наклоны вправо-влево.

А лиса меня — ам! — и съела. Делают вдох и резкий выдох.

**Выполнение пальчиковой гимнастики «Слепи колобок».** Педагог и дети проговаривают стихотворение и ритмично выполняют упражнения.

Мы лепили Колобка, (сжимают и разжимают ладони)

Тесто мяли мы слегка, (сжимают и разжимают пальцы)

А потом его катали, («катают» колобок)

На окошечко сажали. (раскрывают ладони, показывают их)

Он с окошечка прыг-прыг (стучат по ладони пальцем)

Укатился озорник (разводят руки).

**Выполнение упражнений на расслабление** помогает возбужденным, беспокойным детям постепенно стать более уравновешенными, внимательными и терпеливыми; заторможенные и скованные дети могут приобрести уверенность и бодрость.

Расслабляться можно не только с помощью дыхательных техник и упражнений на мышечную релаксацию. Возможно и расслабление через образы – так называемые визуализации – зрительные представления. Можно выбирать спокойную музыку. Хорошее влияние на организм оказывает прослушивание музыкальных композиций, не содержащих слов.

Учитывая интеллектуальные и моторные возможности детей, необходимость комплексного воздействия и мотивации детской физической активности, необходимо подбирать доступные и интересные подражательные действия, приятное музыкальное сопровождение, художественное слово, реквизиты и спортивное оборудование. Используя это всё, мы сделаем занятия по адаптивной физкультуре интересными, познавательными и развивающими, способствующими социализации и интеграции особенных детей.

Источники

1.<https://vuzlit.com/350706/kreativnye_hudozhestvenno_muzykalnye_telesno_orientirovannye_vidy_sredstvo_sotsializatsii_integratsii>

2. Метельская Н.Г. 100 физкультминуток на логопедических занятиях. – М.: ТЦ Сфера, 2007. – 64 с. – (Логопед в ДОУ). ISBN 978-5-83144-906-0

3.Алябьева Е.А.Логоритмические упражнения без музыкального сопровождения: Методическое пособие. — М.: ТЦ Сфера, 2006. — 64 с. (Логопед в ДОУ).