Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад №91 компенсирующего вида»

Выступление на педагогическом совете на тему:

«Организация и проведение ритмической гимнастики у дошкольников с ОВЗ»

Автор:

Музыкальный руководитель

Сметнева Александра Юрьевна

Саранск 2020 г.

**Дошкольный возраст** – наилучшее время для «запуска» человеческих способностей, когда формирование личности ребёнка происходит наиболее быстро.

От того, как проведёт ребёнок этот отрезок своей жизни, будет в дальнейшем зависеть многое. Именно поэтому задача всех работников дошкольного учреждения – обеспечить условия для всестороннего развития ребёнка. Использование физических упражнений в воспитательно-образовательном процессе способствует формированию у детей готовности к обучению и позволяет ребёнку полноценно проявлять себя в жизни.

Исследования дефектологов показали, что у всех категорий детей с ОВЗ есть отставание моторного развития в разной степени выраженности. Они не пластичны, не ритмичны, у них нарушены все виды координаций, снижены все показатели двигательной памяти. Моторное развитие является не менее важной задачей для этих детей, чем когнитивное, которое может осуществляться как на физкультурных, так и на музыкальных занятиях.

**Ритмическая гимнастика** – это универсальные физические упражнения, которые способствуют развитию практически всех физических качеств: силы, выносливости, ловкости, гибкости, а также выработке у дошкольников с ОВЗ: чувство ритма, культуры движений, красоты походки, правильной осанки.

**Главной целью занятий ритмикой** является активизация музыкального восприятия через движение и социальной реабилитации детей. В ходе реализации занятий решаются следующие задачи, сформулированные в ФГОС воспитанников с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями): развитие умения слушать музыку, выполнять под музыку различные движения, в том числе и танцевальные; развитие координации движений, чувства ритма, темпа, пространственной ориентировки; привитие навыков участия в коллективной творческой деятельности.

Ритмическая гимнастика базируется на огромном арсенале разнообразных движений и упражнений. Каждое упражнение имеет свое название и выполняется под соответствующую музыку, которая, в свою очередь, в работе с детьми с интеллектуальными нарушениями, имеет помимо эстетического фактора еще и корригирующую направленность.   
На занятиях рекомендуется максимальное использование игровой деятельности, что значительно повышает интерес детей к физическим упражнениям, укрепляет здоровье, повышает работоспособность, помогает развивать творческое мышление, произвольное внимание, различные виды памяти, которые являются основой интеллектуальной деятельности.

Сейчас в работе с детьми с ОВЗ активно применяется коррекционная ритмика как одно из ведущих средств коррекционной педагогики, **задачи которой заключаются в:**

* формировании рефлексивного понимания собственных кинестетических ощущений, поскольку у многих оно или не сформировано, или утрачено;
* обучении детей произвольной регуляции и управлению эмоциональной и мышечной активностью (управление тонусом и темпом движений);
* коррекции всех видов координаций на уровне построения движений: статической, динамической, зрительно-моторной, символической;
* формировании навыка выполнения движения в соответствии с невербальным (музыкальным) или вербальным образом;
* вырабатывании навыка выполнения движений в соответствии с ритмом и темпом любого (вербального, невербального) слухового стимулятора
* научении свободному владению собственным телом на уровне эмоциональной экспрессии и творческого самовыражения.

Система работы по развитию музыкально-ритмической деятельности и выразительности движений дошкольников с ОВЗ основывается **на принципах коррекционной педагогики:**

- единства коррекции и развития. Это означает, что целенаправленная коррекционная работа осуществляется только основе клинико-психолого-педагогического анализа внутренних и внешних условий развития ребенка, с учетом возрастных закономерностей развития и характеристики нарушений;

- единства диагностики и коррекции развития. Цели и содержание коррекционной работы могут быть определены только на основе комплексного, системного, целостного, динамичного изучения ребенка, его дифференциально-диагностического обследования;

- учета возрастных психологических и индивидуальных особенностей развития. Определяет индивидуальный подход к ребенку и построение коррекционной работы на базе основных закономерностей психического развития с учетом сензитивных периодов, понимания значения последовательных возрастных стадий для формирования личности ребенка;

- оптимистического подхода в коррекционной работе – организация «атмосферы успеха» для ребенка, вера в ее положительный результат, утверждение этого чувства в ребенке, поощрение его малейших достижений;

- последовательности: реализация в три этапа, задачи которых определяет коррекционный педагог вместе с музыкальным руководителем.

Педагогу рекомендуется вести занятия по разделам, включающим: **упражнения на ориентировку в пространстве; ритмико-гимнастические упражнения; игры под музыку; танцевальные упражнения.**

1.Упражнения на ориентировку в пространстве. Формирование собственно пространственных представлений осуществляется в несколько этапов. На 1-ом этапе проводится работа по формированию представлений о собственном лице, теле. На 2-ом этапе формируются представления "ближе к себе", "дальше от себя" (отсчет ведется от собственного тела). 3-ий этап посвящен работе над дальнейшим совершенствованием схемы тела с упором на "правую - левую" ориентировку, с последующим анализом взаиморасположения объектов в пространстве с точки зрения сторонности.

2.Ритмико-гимнастические упражнения. Они включают ходьбу, бег, подскоки и служат для укрепления различных групп мышц, для выработки осанки и др. В этот раздел входят упражнения на развитие ловкости, равновесия, на развитие динамической и статической координации.

3.Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку. В этот раздел входят разнообразные упражнения, включающие движения подражательного характера, либо раскрывающие содержание музыкальной пьесы или песни. Подобные упражнения повышают творческую активность и фантазию дошкольников, способствует развитию выразительности их движений, побуждают включаться в коллективную деятельность, помогают проявить себя как личность и доставляют огромную радость детям.   
В этот раздел входят также игры под музыку и инсценировки. Целесообразно использовать песни, которыми можно сопровождать движения.

4. Народные пляски и современные танцевальные движения.  
Этот раздел включает в себя различные танцевальные движения, хороводы, массовые пляски, парные танцы. В них дети учатся внимательно относиться к партнеру, находить с ним общий ритм движения.

В ритмической гимнастике составление комплексов, система проведения и структура занятия с детьми подчиняются специфическим требованиям методики физического воспитания дошкольников с нарушениями интеллекта. Продолжительность занятий не превышает 10 минут и состоят из 5-6 упражнений, подобранных в зависимости от возраста и степени подготовленности.

В структуре ритмической гимнастики выделяют **вводную, основную, заключительные части.** Каждая часть имеет определенные задачи, и следовательно, упражнения, и следовательно, упражнения, входящие в состав каждой части комплекса, должны быть соответствовать поставленным целям.

Вводная часть, или разминка. Задача этой части – подготовить организм к нагрузке, обеспечить разогревание мышц. Упражнения обычно включают в работу сразу несколько звеньев тела, но выполняются с небольшой амплитудой, чтобы не травмировать еще холодные, не разогретые мышцы и связки. Специалисты считают, что целесообразно в эту часть включать упражнения для осанки, подготовительные упражнения для овладения движениями основной части комплекса; изолированные и несложные комплексные упражнения, выполняемые стоя. Они направлены на развитие физических качеств; повышение функциональных возможностей сердечно-сосудистой и дыхательной систем; улучшение эмоционального состояния; достижения оптимального уровня частоты сердечных сокращений, коррекцию и компенсацию нарушенных движений. Наиболее эффективными средствами является решения этих задач являются упражнения для всех частей тела и мышечных групп, выполняемые из различных исходных положений: бег, прыжки, танцевальные упражнения; упражнения в различном темпе и ритме. В этой части комплекса последовательно «прорабатываются» мышцы шеи (1-2 упражнения), затем рук и плечевого пояса (2-3 упражнения), туловища (2-3 упражнения). Упражнения подбираются с такт расчётом, чтобы равномерно «нагрузить» все части тела. Успешность занятий обеспечивается при условии, если в середине комплекса выполняются бег и серия прыжков, за исключением тех, которые противопоказаны детям с патологиями.

Основная часть комплекса целиком посвящена упражнениям в положениях сидя и лежа. Эти положения очень удобны для комбинированной проработки мышц живота, ног, туловища, рук. При этом снижаются требования к сохранению равновесия тела, уменьшается вертикальная (опорная) нагрузка на позвоночник, ноги. В то же время общая физическая нагрузка в этих упражнениях достаточно высока и позволяет мышцам работать в другом режиме.

В заключительной части предполагаются снижение нагрузки и восстановление после нее. В этой части гимнастики обязательными средствами являются упражнения на расслабление, гибкость, дыхательные упражнения, простейшие танцевальные композиции в медленном темпе, упражнения для глаз, пальцев.

Доказано, что гимнастика благоприятно воздействует на развитие физических качеств. Специальные упражнения способствуют развитию гибкости, так как хорошо разогретые мышцы наиболее эластичны и подвижны. Чередуясь с упражнениями на расслабление, они способствуют быстрому восстановлению организма и подготовке его к дальнейшей деятельности. Эффективность воздействия занятий ритмической гимнастикой на организм определяется правильностью выполнения упражнений, что зависит от овладения техникой.

Правильное выполнение упражнений требует умения напрягать и расслаблять мышцы. Это необходимо для того, чтобы вовремя «включать» одни мышцы и «выключить» другие, почувствовать, где мышцы излишне напрягаются, и уметь их расслабить. В процессе занятий с дошкольниками должны овладеть умением напрягать и расслаблять мышечное напряжение.

При составлении комплексов для дошкольников следует учитывать не только уровень подготовленности детей, но и особенно психики, слабую координацию движений. Поэтому комплексы должны быть доступными, с подобранной музыкой, а их содержание, в случае необходимости, передавать образно, в игровой форме.