

УДК 159.922

**В.А. КУДРЯВЦЕВ**, кандидат психологических наук, доцент, НГПУ им. К.Минина (Мининский университет), Нижний Новгород, e-mail:kudvol@yandex.ru

**ПСИХОФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ УЧАЩИХСЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ (КОРРЕКЦИОННОЙ) ШКОЛЫ VIII ВИДА ПОСРЕДСТВОМ ВКЛЮЧЕНИЯ ЭЛЕМЕНТОВ БАЛЬНОГО ТАНЦА В ПРОГРАММУ ЗАНЯТИЙ «РИТМИКА»**

**V.A. Kudriavcev**

**PSYCHO-PHYSICAL DEVELOPMENT OF STUDENTS OF SPECIAL (CORRECTIONAL) SCHOOL OF VIII TYPE BY INCORPORATING ELEMENTS OF DANCE IN A PROGRAM OF «RHYTHM-STUDIES»**

Данная статья посвящена проблематике исправления нарушений моторики и расширения двигательных возможностей умственно отсталого ребенка средствами определенных физических, ритмических и танцевальных упражнений с использованием элементов бального танца.

**Ключевые слова:** моторно-двигательное развитие, ритмика, умственная отсталость, бальные танцы.

This article deals with the issues of remedy violations of the motor and extension mobility mentally handicapped child by means of certain physical, rhythmic and dance exercise program using the elements of dance.

**Keywords:** motor development, fitness, mental retardation, ballroom dancing.

Несмотря на развитие науки и практики в сфере медико-психолого-педагогического сопровождения населения, в России по-прежнему наблюдаются негативные тенденции в динамике состояния здоровья детей. Один из негативных факторов, влияющих на это, – низкая двигательная активность детей, предпочитающих виртуальное пространство коммуникации и ограниченные физические нагрузки. Клинические наблюдения и практический опыт отечественных врачей и дефектологов показывают, что ученики специальной коррекционной школы VIII вида особенно нуждаются в повышении двигательной активности. В ряде исследований по проблематике моторно-двигательного развития умственно отсталых детей отмечалось, что формирование двигательных навыков у учащихся с нарушениями интеллекта затруднено [14]. В исследованиях специалистов по физическому воспитанию эта проблема рассматривалась частично, преимущественно акцентируя недостаточность моторики и общего физического развития (А.А. Дмитриев, 2004; Н.А. Козленко, 1994; Е.М. Мастюкова, 1987 В.М. Мозговой, 2005, А.С. Самыличев, 2001).

У.В. Ульенкова указывала, что изучение особенностей развития психики младших школьников с умственной отсталостью представляется важным как для более глубокого понимания детей этой категории, так и для совершенствования методов психологической дифференциальной диагностики по отношению к ним и осуществления полноценной коррекции [18, с.18]. Исправление нарушений моторики и расширение двигательных возможностей умственно отсталого ребенка являются главными условиями подготовки его к жизни и, в последующем, к физическому труду. Кроме уроков физкультуры, необходимо уделять внимание и другим средствам коррекции двигательных особенностей детей с отклонениями в развитии, а именно – коррекционным занятиям «Ритмика» [1]. Особым видом физической активности, при котором внимание ребёнка направленно концентрируется на теле и выполнении контролируемых, сбалансированных, многообразных, пластичных движений, является танец. Танцу присущи выразительность и информативность, что

позволяет детям, посредством музыкально-ритмических движений, выражать разнообразные чувства и эмоции, а также реализовать средства общения и совместной деятельности [7]. В качестве развлечения и досуга танец способствует созданию эмоционально-положительного настроения и ситуации успеха у ребенка, при этом, как направление искусства, танец представляет собой мощное средство эстетического воспитания [3]. Эстетическую ценность материала, используемого в танцевальных занятиях, во многом определяют художественные достоинства музыкального произведения. Общение с прекрасными образцами искусства балетного танца, яркой разножанровой музыкой вызывает у детей желание двигаться не только правильно, но и красиво [8].

Нами было проведено экспериментальное исследование на базе Муниципального специального коррекционного образовательного учреждения для обучения воспитанников с ограниченными возможностями здоровья «Специальной (коррекционной) общеобразовательной школы - интернат VIII вида» № 71 г. Нижний Новгород и на базе МБОУ «Средней общеобразовательной школы № 18» п. Лукино. При проведении эксперимента были использованы: методика исследования динамической координации движений; проба Н.И. Озерецкого на динамический праксис «Кулак – ребро – ладонь»; методика исследования сукцессивных функций; проба на реципрокную координацию; речевой вариант пробы Хеда; методика исследования двигательной памяти, переключаемости движений самоконтроля при выполнении двигательных проб [5]. В эксперименте принимали участие учащиеся 2-3 классов в количестве 40 человек. В результате проведения данного констатирующего эксперимента было выявлено, что учащиеся с умственной отсталостью имеют низкий уровень развития двигательной сферы по сравнению с учащимися с нормой развития. Кроме того, данный эксперимент позволил выделить особенности двигательных расстройств, отличающие детей с умственной отсталостью от детей с нормой интеллекта:

- низкий уровень развития сукцессивных функций;
- недостаточная сформированность механизмов серийной организации движений;
- недостаточная сформированность механизмов координации движений;
- низкий уровень двигательной памяти;
- трудности в переключаемости движений;
- низкий уровень динамической координации движений.

Показатели по всем проведенным методикам у умственно отсталых детей значительно ниже, чем у детей с нормой интеллекта.

Так, по методике №1 «Методика исследования динамической координации движений» только 20% детей с нормой интеллекта допускало ошибки (не более 2) при выполнении, когда у умственно-отсталых – 55 % детей, при этом только 5% детей с нормой интеллекта не справились с этим заданием, в группе детей с умственной отсталостью – 45 % детей. По методике №2 «Проба Н.И. Озерецкого на динамический праксис «Кулак-ребро-ладонь» в группе детей с нормой интеллекта не было тех, кто совсем не справился, а в группе детей с умственной отсталостью таких было 45 % детей. В результате проведения эксперимента по методике №3 «Исследование сукцессивных функций» в экспериментальной группе №2 (дети с нарушением интеллекта) были получены такие результаты: 60 % детей с умственной отсталостью смогли повторить только простые ритмы, сложные ритмы вызвали у них большие затруднения и они не смогли их воспроизвести. 25 % детей данной группы вообще не справились с заданием, не смогли выполнить ни одного сложного или простого ритма; 15 % детей с умственной отсталостью смогли выполнить и простые и сложные ритмы, но в сложных ритмах допускали несколько ошибок (2 -3). В контрольной группе порядка 80% успешного выполнения предложенных повторов, остальные совершают единичные ошибки с преимущественным осознанием и последующим исправлением.

Как мудро заметила в своё время Ульяна Васильевна Ульяenkova [18]: «...органическое поражение центральной нервной системы, грубые изменения функциональных отношений основных физиологических процессов головного мозга создают дефектную основу развития личности ребенка в целом. Невозможность непосредственного воздействия на органический дефект диктует необходимость коррекционной работы, направленной на поиски адекватных средств развития ребенка...». С учетом результатов проведенного экспериментального исследования особенностей двигательных расстройств учащихся специальной коррекционной школы VIII вида, совместно с педагогом-хореографом Яной Сергеевной Лапкиной, была разработана программа занятий ритмикой «Ритмика в бальном стиле» с применением определенных физических, ритмических и танцевальных упражнений, направленных на коррекцию двигательных расстройств учащихся с умственной отсталостью (таблица 1).

При конструировании программы учитывались следующие принципы:

- индивидуализации (определение посильных заданий с учётом возможностей ребёнка);
- систематичности (непрерывность и регулярность занятий);
- наглядности (безукоризненный показ движений педагогом);
- повторяемости материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков);
- сознательности и активности (обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям) [13].

Каждое занятие включает все виды деятельности: ритмику, слушание и анализ музыки, элементы бального и классического танца, упражнения на ориентировку в пространстве, разучивание танцев. При этом необходимо вариативно сочетать материал из разных разделов программы, например: ритмические упражнения 10-15 минут, элементы танцевальной азбуки 15-20 минут, разучивание этюдов, танцев 15-20 минут. Все виды деятельности должны чередоваться не механически, а соединяться органично, поддерживая мотивационную составляющую и способствуя достижению поставленных целей. В контексте физического и эстетического воспитания умственно отсталых младших школьников посредством танца следует придерживаться соблюдению определённых условий:

1. Осознанное отношение детей к средствам танцевальной выразительности, овладение языком пантомимических и танцевальных движений. Умственно отсталые дети не могут самостоятельно подойти к осознанию языка танца и освоить его, поэтому требуется целенаправленное обучение, с погружением в смысл и рисунок танца, с построением простых, доступных аналогий.

2. Оптимальное сочетание в едином процессе обучающих и творческих моментов. При этом творчество должно рассматриваться не в качестве результата обучения, а в качестве своеобразного метода обучения. При работе с умственно отсталыми школьниками основной акцент ставится на общий эмоциональный фон, трудолюбие и исполнительность.

3. Осознание собственной гендерной роли и отражение полоролевой идентичности. Данное условие является обязательным в контексте острой необходимости дополнительных усилий по становлению личности умственно отсталого школьника как гендерного субъекта [17]

Танец и ритмика тесно переплетены в обучении, при этом не может быть танца без эмоций, следовательно, ещё одна важная задача педагога – с первых занятий подвести ребят к эмоциональному выполнению простейших элементов, осознание и проживание тех или иных эмоциональных состояний и их контроль.

Таблица 1 – Краткое содержание коррекционной программы «Ритмика в бальном стиле»

Тема	Краткое содержание	Методы и приемы
Вводное занятие «Волшебный мир танца»	Знакомство учащихся с существующим разнообразием танцев. Знакомство с понятием «Бальный танец». Выполнение ритмических упражнений и игр	Игровые, словесные (беседа, практические, наглядные (выразительный показ под счет)
«Знакомство с веселым танцем «Ча – ча – ча»»	Знакомство с новым танцем. Прослушивание музыки, под которую выполняется данный танец, Определение ритма танца. Разучивание основных движений (шоссе в сторону, упражнения с хлопками) под счет	Игровые, словесные, практические, наглядные (выразительный показ с музыкой)
«Не зевай, а за мной ты успевай»	Закрепление изученных движений. Прослушивание музыки танца. Выполнение ритмических упражнений и игр. Танцевание под музыку изученных движений	Игровые, словесные, практические, наглядные
«Знакомство с танцем - пружинкой Самба»	Знакомство с новым танцем. Прослушивание музыки, под которую выполняется данный танец. Определение ритма танца. Разучивание основных движений (пружинка, основной шаг, виски)	Игровые, словесные, практические, наглядные, метод аналогий
«Карнавал» (продолжение знакомства с танцем «Самба»)	Продолжение знакомства с танцем. Закрепление изученных движений. Прослушивание музыки танца. Выполнение ритмических упражнений и игр. Танцевание под музыку изученных движений	Игровые, словесные, практические, наглядные (выразительный показ с музыкой)
«Знакомство с быстрым танцем «Джайв»	Знакомство с новым танцем. Прослушивание музыки, под которую выполняется данный танец, Определение ритма танца. Игра «Модный рок» Разучивание основных движений танца (шоссе, прыжки)	Игровые, словесные (краткое объяснение новых движений), практические, наглядные (выразительный показ под счет )
«Быстрее, сильнее, ритмичнее»	Продолжение знакомства с танцем. Закрепление изученных движений. Прослушивание музыки танца. Выполнение ритмических упражнений и игр. Протанцовка под музыку изученных движений	Игровые, словесные (пояснение, сопровождающее конкретный показ движения или уточняющее его отдельные элементы), практические, наглядные (выразительный показ с музыкой)
«Королевский бал» (Знакомство с танцем «Медленный вальс»)	Знакомство с новым танцем. Прослушивание музыки, под которую выполняется данный танец. Определение ритма танца. Разучивание основных движений (спуск –подъем, квадрат) под счет; протанцовка под музыку изученного. Ритмические игры	Игровые, словесные, практические, наглядные, метод аналогий

«Королевский бал» (Знакомство с танцем «Квикстеп»)	Знакомство с новым танцем. Прослушивание музыки, под которую выполняется данный танец. Определение ритма танца. Разучивание основных движений (четвертные повороты, крестики) под счет; протанцовка под музыку изученного. Ритмические игры	Игровые, словесные, практические, наглядные
«Прощание с волшебным миром танца» (заключительное занятие)	Выделение главных особенностей каждого из 5 изученных танцев. Выполнение ритмических упражнений. Протанцовка изученного. Игры «Угадай мелодию», «Дискотека» и др. Подведение итогов	Игровые, словесные, практические, наглядные

Первостепенную роль на занятиях по ритмике играет музыкальное сопровождение, а соответственно, требования, предъявляемые к нему, достаточно высоки [4]. В представленной выше программе используются различные мелодии 5 рассматриваемых бальных танцев, а также музыкальное сопровождение для разминки, игр, упражнений и др. Музыкальные мелодии, подбираемые непосредственно для тренировки новых изученных элементов бального танца, должны соответствовать возрасту учащихся и в них должен быть четко выраженный ритм, который не будет создавать дополнительных трудностей для детей, а наоборот, будет им помогать закреплять и запоминать новые элементы и танцы.

Особое внимание следует уделять такому немаловажному фактору, как дыхание. Дыхание является составной частью любого движения, в том числе и танцев. Правильно поставленное дыхание имеет иногда решающее значение для освоения танцевальной техники [15]. Если ребенок не научится правильно, спокойно дышать, то выполнение многих элементов под музыку, например, танца «Джайв», будет ему труднодоступно, поэтому необходимо включать в занятия дыхательные упражнения.

Кроме того, на вводном занятии нужно сразу уточнить, где правая рука, где левая, где правая нога, где левая, т.к., как показал констатирующий эксперимент, учащиеся достаточно сложно в этом ориентируются. При наличии в дальнейшем трудностей ориентировки в схеме собственного тела, можно надеть всем учащимся браслет на правую руку, повязку на правую ногу, чтобы упростить и ускорить процесс ориентировки при заучивании движений.

Также очень важно уже на вводном занятии правильно распределить детей по залу, в шахматном порядке так, чтобы всем было видно, что показывает педагог. Более слабых детей нужно ставить вперед, тех, кто запоминает чуть лучше, назад. Нужно объяснить детям, что каждое занятие при изучении новых движений, они будут вставать на свои места.

В качестве основных трудностей, с которыми неизбежно столкновение при реализации подобных программ, следует выделить:

1. Выучив новые элементы танца на одном занятии, приходя на следующее занятие, некоторые учащиеся не могут вспомнить выученное, следовательно, приходится еще раз им показывать эти элементы, возможно силами самих ребят, которые выступают в роли «всепомнящего волшебника».
2. Учащимся с умственной отсталостью достаточно сложно услышать и удержать ритм любой музыки, в том числе и музыки для бальных танцев. Если им считать под музыку, они смогут танцевать, если попросить считать их самостоятельно, даже с подсказкой первого счета, они все равно не смогут самостоятельно танцевать в музыку.
3. Из-за достаточно низкой работоспособности большинство учащихся, выучив один простой элемент, уже утомлены, внимание резко и значительно снижается, отвлекаемость повышается и необходимо вновь захватить внимание учащихся ритмической игрой или демонстрацией ярких танцевальных фото или видео (нередко выручает этюд «Звериная школа танцев», когда предлагается пофантазировать, а как бы танцевали зайки, черепашки, слоники и т.д.)

Разработанные занятия были проведены на специальной выборке учащихся в количестве 20 человек, имеющих самые низкие показатели по результатам диагностических методик. После проведения серии занятий был сделан контрольный эксперимент, который показал, что проведенная серия занятия ритмикой с включением в них элементов балльных танцев оказала положительное влияние на коррекцию двигательных расстройств и развитие двигательных способностей умственно отсталых учащихся. По каждой из 6 методик контрольного эксперимента показатели улучшились на 10 - 25 % по сравнению с результатами этих же методик в констатирующем эксперименте. Самыми чувствительными к коррекционному воздействию оказались: динамическая координация движений (число ошибок в основной группе сократилось на 25%); отмечается положительная тенденция в формировании механизмов серийной организации и координации движений. В значительной степени улучшены показатели двигательной памяти и переключаемости движений (число допускающих ошибки сократилось на 23%). По мнению педагогов и родителей отмечается очевидная положительная динамика в усидчивости и собранности ребят, более внимательном отношении к говорящему и конечно же большинство взрослых отметили желание ребят рассказывать о занятии и попытках учить родителей тем или иным элементам.

В перспективе дальнейшей практической деятельности планируется включение танцевально-ритмических занятий в систему психологического сопровождения семей учащихся специальных коррекционных школ, т.к. совместный досуг, совместные победы и совместные возможности слушать и слышать друг друга сможет стать тем волшебным средством которое поможет взрослым вместе с ребёнком быть успешным.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Бородина, И.Г. Коррекционная ритмика: комплекс практических материалов и технология работы с детьми старшего дошкольного возраста с ЗПР / И.Г. Бородина, М.А. Касицына. – М.: ГНОМ и Д, 2005. – 169 с.
2. Дмитриев, А.А. Коррекционно-педагогическая работа по развитию двигательной сферы учащихся с нарушением интеллектуального развития: монография / А.А. Дмитриев. – М.: Моск. психол.-соц. ин-т, 2004. - 223 с.
3. Доман, Г. Как сделать ребенка физически совершенным: монография / Доман, Г. - М.: АСТ, Аквариум, 2002. - 333 с.
4. Евтушенко, И.В. Музыкальное воспитание умственно отсталых детей-сирот: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. Заведений / И.В. Евтушенко. – М.: Академия, 2003. – 143 с.
5. Кисова, В.В. Практикум по специальной психологии / В.В. Кисова, И.А. Конева. – СПб.: Речь, 2006. – 352 с.
6. Козленко, Н.А. Физическое развитие учащихся вспомогательной школы / Н.А. Козленко // Н.А. Козленко // Дефектология, 1991, № 2. С. 33 - 37.
7. Кондакова, О. Г. Педагогические условия эстетического воспитания умственно отсталых детей в музыкально-ритмической деятельности / О. Г. Кондакова // «Фундаментальные исследования». – 2013. № 11 (часть 7). - С. 1449-1453.
8. Кондакова, О. Г. Принципы эстетического воспитания умственно отсталых младших школьников в музыкально-ритмической деятельности / О. Г. Кондакова // Организация и содержание учебно-воспитательного-процесса в специальных (коррекционных) общеобразовательных организациях в условиях модернизации образования: материалы Международной науч.- практич. конференции 20-22 ноября 2013г./под общ. ред. В. В. Воронковой, Ч. Б. Кожалиевой. – М.: АСОУ, 2013.-С.208-213.
9. Коррекционная работа на уроках физической культуры во вспомогательной школе / Б.И. Захарин, В.Д. Бабенкова // Дефектология. – 1970. - №6. – С. 83.
10. Краткий словарь танцев / под ред. А.В. Филиппова. – М.: ФЛИНТА, 2011. – 272 с.

11. Мастюкова, Е.М. Двигательные нарушения и их оценка в структуре аномального развития / Е.М. Мастюкова // Дефектология. 1987. - № 3. – С. 3-9.
12. Мозговой, В.М. Развитие и коррекция нарушений двигательных функций детей и подростков с нарушениями интеллекта в процессе физического воспитания / В.М. Мозгова // Дефектология. 2004. - № 6. – с. 17-21.
13. Особенности формирования компенсаторных двигательных умений и навыков у детей с умственной отсталостью средствами адаптивной физической культуры / А.В. Ильин, А.С. Мещеряков // Известия высших учебных заведений. Поволжский регион. Гуманитарные науки.— 2012 .— №4 .— С. 174-179
14. Пинский, Б.И. Формирование двигательных навыков учащихся вспомогательной школы: монография / Б.И. Пинский. – М., 1977. – 188 с.
15. Раздрокина, Л.Л. Танцуйте на здоровье! Танцевально-игровые тренинги / Л.Л. Раздоркина – Ростов-на-Дону: Феникс, 2007. – 160 с. – (Сер. «Психологический практикум»)
16. Самыличев А. С. Становление адаптивной физической культуры у умственно отсталых(исторический экскурс) / А.С. Самыличев, О.В. Яшин // Адаптивная физическая культура. - 2001. - № 4. - С. 9-13.
17. Семенова, Л.Э. Становление ребенка как гендерного субъекта в процессе личностного развития в старшем дошкольном и младшем школьном возрасте в условиях онто- и дизонтогенеза / Л.Э.Семенова: дис. ... д-ра психол. наук. – Н.Новгород, 2010. – 521 с.
18. Ульenkova, У.В. Особенности устойчивости и концентрации произвольного внимания у умственно отсталых учащихся младших классов / У.В. Ульenkova // Дефектология. 2003. № 2. – С.18-24.
19. Шутиков, Ю. Н. Учебно-методические рекомендации по организации работы с целым классом в начальной школе по ритмике, ритмопластике и бальным танцам : учеб.-метод. пособие / Ю. Н. Шутиков. — СПб.: Синус-Пи, 2006. – 136 с.
20. Шутова, Н.В. Интегрированное психическое развитие проблемных детей старшего дошкольного возраста средствами музыкального воздействия / Н.В. Шутова: автореф. дис. ... д-ра психол. наук. – Н.Новгород, 2009. – 49 с.

© Кудрявцев В.А., 2014