**Коррекционная ритмика –**

**одна из форм работы с детьми**

**с задержкой психического развития**

В последние годы наметился рост числа детей, имеющих отклонения в психическом развитии и испытывающих вследствие этого трудности в обучении. Поиск наиболее эффективных методов коррекции детей с отклонениями в психическом развитии является актуальной проблемой современной педагогики и психологии.

ЗПР — это задержка развития всей психической сферы, а не отдельных психических процессов. Примерно 50% детей, посещающих группу ЗПР, имеют лишь отдельные, нерезко выраженные двигательные нарушения в сочетании с повышенной возбудимостью, двигательным беспокойством, ухудшением сна и аппетита. Это дети с минимальной мозговой дисфункцией (ММД): драчливые, импульсивные, не способные к игровой деятельности, не умеющие ограничивать свои желания, бурно реагирующие на все запреты, упрямые. Для них характерна моторная неловкость, слабое развитие тонких дифференцированных движений пальцев рук. Поэтому они с трудом овладевают навыками самообслуживания. Долго не могут научиться застегивать пуговицы и шнуровать ботинки.

Особенностью ЗПР является неравномерность нарушений различных психических функций: логическое мышление может быть даже более сохранным в сравнении с памятью, вниманием, умственной работоспособностью. Дети с ЗПР характеризуются также низкой познавательной активностью, недостаточностью процессов восприятия, памяти, внимания. Им трудно соединить отдельные детали в единый образ, но все отклонения от нормы у них отличаются изменчивостью. У детей данной категории нет инертности психических процессов, они способны не только принимать и использовать помощь, но и переносить усвоенные умственные навыки в другие ситуации. С помощью взрослых эти дети могут выполнять предлагаемые им инструкции и интеллектуальные задания на близком к норме уровне.

С давних пор музыка используется как лечебный фактор. Восприятие специально подобранной музыки не требует предварительной подготовки и доступно всем детям. Музы­кально-ритмические занятия помогают вовлекать, активи­зировать и пробуждать интерес к деятельности вообще, ак­тивизируют мышление. Музыкальные игры снимают психо­эмоциональное напряжение, воспитывают навыки группо­вого поведения, т. е. социализируют ребенка. Организация движений с помощью музыкального ритма развивает у детей внимание, память, внутреннюю собранность, способствует формированию целенаправленной деятельности. Многие ис­следователи (Е.М. Мастюкова, СМ. Миловский, И.В. Евту­шенко, Е.А. Медведева, Г.А. Бутко) в своих работах показа­ли, что музыкально-ритмические занятия имеет большое значение для детей с задержкой психического развития. Это связано с тем, что характерные для них особенности нерв­но-психического склада, эмоционально-волевая и личност­ная незрелость, своеобразие деятельности и поведения, осо­бенности двигательной и психической сферы хорошо подда­ются коррекции специфическими средствами воздействия на ребенка, свойственными ритмике.

Наиболее адекватным методом коррекции различных психомоторных нарушений у детей с задержкой психического развития является коррекционная ритмика, в которой ярко выражено единство музыки, движений и ритма.

Ритмика для детей с задержкой психического развития оказывает положительное влияние на психофизиологические процессы, познавательную, эмоционально-волевую сферы ребенка, обеспечивает коррекцию психомоторики детей данной категории. Организация работы средствами коррекционной ритмики строится прежде всего на принципе единства диагностики и коррекции.

Спе­цифической особенностью занятий коррекционной ритмики является то, что му­зыкально-ритмическое содержание работы расширяется за счет применения психокоррекционных технологий.

Коррекционная ритмика для детей с задержкой психического развития - это специальное комплексное занятие, на котором средствами музыки и специальных двигательных и психологических упражнений происходит коррекция и развитие высших психических функций, улучшаются качественные характеристики движения, развиваются такие личностные качества, как саморегуляция и произвольность движений и поведения.

Коррекционная ритмика для детей с задержкой психического развития может рассматриваться как психокоррекционная методика, устанавливающая равновесие в деятельности нервной системы, регуляцию процессов возбуждения и торможения, общего тонуса, обеспечивающая формирование согласованности движений и речи, коррекцию моторики, психических процессов (внимания, памяти, восприятия, воображения), снятие психоэмоционального напряжения, трудностей в проявлении коммуникативно-рефлексивных функций. В основе методики лежит музыка, где организующим элементом служит ритм. Он выступает тем лечебным фактором, который в единстве с движением может регулировать психические процессы, движения, поведение ребенка с проблемами.

Коррекционная ритмика призвана повышать эмоциональный тонус, корригировать моторные недостатки.

**Основные**  **педагогические принципы**

1. **Основным принципом** построения коррекционной ритмики является тесная связь движений и музыки, где организующим началом выступают музыка, ритм.
2. **Принцип постепенного и последовательного повышения нагрузок.**Постепенное повышение требований, предъявляемых организму в процессе тренировок. Однако, для улучшения возможностей необходим «отдых». Сочетание адекватной нагрузки и полноценного восстановления дает наилучшие результаты.
3. **Систематичность*.*** Все занятия происходят регулярно. Повышение возможностей организма происходит только при повторных нагрузках, которые углубляют эти изменения и способствуют более важным перестройкам в организме.
4. **Вариативность*.*** Варьируются: интенсивность и продолжительность нагрузки, разносторонность нагрузки, физическое и психическое напряжение. Варьирование необходимо для предотвращения травм. Оно улучшает не только психическое, но и психологическое состояние человека.
5. **Наглядность.**Это показ руководителем определенных упражнений и использование различных шапочек и спортивного инвентаря.
6. **Доступность.**Упражнения разучиваются от простого к сложному, от известного к неизвестному, учитывая степень подготовленности ребенка.
7. **Закрепление навыков.**Это выполнение упражнений на повторных занятиях и в домашних условиях.
8. **Индивидуализация.**Индивидуальный учет способностей каждого ребенка.

Особая роль на занятиях коррекционной ритмики принадлежит музыкальному сопровождению. Музыка влияет на развитие движений, их выразительность. Движения с музыкальным сопровождением положительно влияют на развитие внимания, мышления, памяти, временной и пространственной ориентировки, способность уложить свои движения в определенном временном отрезке так, как подсказывает музыка, ее метрическая и ритмическая основа, стимулируют речевую деятельность ребенка, оказывают позитивное влияние на его эмоционально-волевую сферу.

Музыкальное сопровождение движений на занятиях подбирается с учетом особенностей всех воспитанников. На занятии звучит не только ритмичная, стимулирующая движения музыка (марш, галоп, полька - музыкальные произведения с короткими, но четко выраженными фразами), но и плавная, со спокойным рисунком, с акцентирующими движения фразами, а также песни с ритмичным припевом и плавным запевом (вальс, колыбельная, музыка, иллюстрирующая явления природы: журчание воды, шум ветерка, дождя и т. д.).

Организация, построение, содержание, коррекционная направленность занятий ритмикой для детей с задержкой психического развития обусловливаются структурой нарушений детей данной категории, где присутствуют отклонения в психических функциях, эмоционально-волевой сфере, моторике.

Коррекционная работа проводится по основным направлениям:

- развитие интеллектуальных функций (мышления, памяти, восприятия, воображения, внимания), ориентировки в пространстве и во времени;

- развитие сенсорных и моторных функций;

- формирование кинестетической основы артикуляторных движений;

- развитие мимической мускулатуры;

- развитие эмоционально-волевой сферы и игровой деятельности;

- формирование черт гармоничной и не закомплексованной личности (дружелюбия, любви, уважения и самоуважения, критичности и самокритичности и др.).

Можно выделить несколько блоков коррекционно-развивающих задач, реализуемых на коррекционной ритмике.

1. **Развитие и коррекция основных видов движений, серии движений:**
2. Игры и упражнения, направленные на:

* нормализацию мышечного тонуса, тренировку отдель­ных групп мышц и развитие основных видов движений;
* выработку правильной осанки, чувства равновесия;
* развитие точности, координации, плавности, переклю­чения движений;
* преодоление двигательного автоматизма движений.

1. Игры и упражнения, направленные на развитие выразительности имитационно

подражательных движений:

* под музыку;
* без музыки (изображение движений медведя, лисы, зайчика, кошки, лыжника, наездника и т. п.).

1. **Развитие и коррекция психических функций и компонен­тов деятельности, совершенствование психомоторики.**
2. Игры и упражнения, направленные на:

* развитие быстроты и точности реакции на звуковые или вербальные сигналы;
* развитие различных качеств внимания (устойчивости, переключения, распределения);
* развитие всех видов памяти (зрительной, моторной, слуховой);
* развитие словесной регуляции действий на основе со­гласования слова и движений (слово управляет движе­нием);
* развитие умения реализовывать запрограммированные действия по условному сигналу.

1. **Развитие способности ориентироваться в пространстве.**
2. Игры и упражнения, направленные на развитие:

* ориентировки в собственном теле, пространственной организации движений;
* оптико-пространственной ориентировки в пространст­ве зала через движение;
* пространственных представлений: понимание вербаль­ных инструкций, отражающих пространственные от­ношения и выполнение действий на основе вербальной инструкции;
* способности к словесному выражению пространствен­ных отношений (движение влево, вправо, назад, впе­ред, руки вверх-вниз и т. д.).

1. **Развитие эмоционально-волевой сферы и личностных ка­честв.**
2. Игры и упражнения направленные на:

* формирование способности к пониманию различных эмоциональных состояний на основе восприятия невер­бальных стимулов (мимика, пластика и т. д.);
* развитие способности к созданию выразительного об­раза с помощью невербальных средств;
* развитие произвольности при выполнении движений и действий;
* развитие умения выполнять совместные действия, а также на развитие коммуникативных навыков.

**Структура занятий включает в себя следующие элементы:**

- ритмическая разминка (вводные упражнения);

- упражнения, регулирующие мышечный тонус;

- упражнения на развитие внимания, восприятия, памяти, мышления;

- упражнения на развитие чувства темпа и ритма;

- упражнения на развитие согласованности речи и движения;

- упражнения на развитие дыхания и голоса;

- упражнения на развитие речевых и мимических движений;

- упражнения на развитие творческих способностей, воображения;

- упражнения, направленные на обобщение, расширение и активизацию словарного запаса, на развитие грамматического строя, на формирование правильного звукопроизношения и развитие фонематических процессов;

- упражнения на развитие мелкой мускулатуры пальцев рук;

- подвижная игра;

- релаксация (расслабление, успокоение).

На занятиях по коррекционной ритмике используются упражнения, игры со словом, элементы гимнастики под музыку, образные этюды, зрительные опоры: схемы, графики, рисунки, способствующие формированию и развитию слухо-зрительно-двигательной координации.

**Список используемой литературы**

1. Актуальные проблемы диагностики задержки психического развития детей/ Под ред. К.С. Лебединской. – М., 1982.
2. Алябьев А.С. Речевые упражнения.- М., 1999.
3. Бардышева Т. Рассказываем стихи руками / Обруч. 1998. - №5.
4. Бородина И.Г. Коррекционная ритмика. – М., 1992.
5. Галанов А.С. Игры, которые лечат. – М., 1998
6. Косицына М.А., Бородина И.Г. Коррекционная ритмика. Комплекс практических материалов и технология работы с ЗПР. – Гном и Д, 2007
7. Медведева Е.А. Музыкальное воспитание детей с проблемами в развитии и коррекционная ритмика. – М.: Академия, 2002
8. Савина Л.П. Пальчиковая гимнастика для развития речи дошкольников. – М., 1999.
9. Семаго Н.Я., Семаго М.М. Проблемные дети: основы диагностической и коррекционной работы психолога. – М., 2001.
10. Семенович А.В. Нейропсихологическая диагностика и коррекция в детском возрасте. – М., 2002.