**«Ритмика как способ коррекции для детей с ОВЗ»**

**Физиологические особенности организма у детей с ОВЗ**

Занятия ритмикой являются мощным средством коррекции и компенсации недостатков в физическом, функциональном и эмоциональном развитии детей с нарушениями зрения. Двигательная активность является необходимым условием нормального функционирования внутренних органов. Это источник здоровья, работоспособности и подготовки к трудовой деятельности детей. При дефектах органа зрения организм детей находится в неблагоприятном состоянии не только из-за системно-функциональных нарушений, но и вследствие вынужденной гиподинамии. Слабовидящие дети не получают необходимого ежедневного объёма движений. Последнее ухудшает состояние их организма и часто способствует прогрессированию заболеваний. Гиподинамия не только усугубляет любое нарушение развития и приводит к патологии всего нервно-мышечного аппарата, но и отрицательно сказывается на общем развитии слабовидящего ребенка, поскольку представляет резкое снижение активности мощного естественного стимулятора всех функций организма и нервно психического тонуса.

Двигательные реакции человека являются чрезвычайно разнообразными, что находится в непосредственной связи со сложным строением двигательного анализатора, особенно его коркового отдела. Функция двигательного анализатора значительно корректируется в результате постоянного соучастия других анализаторов (кожного, зрительного и др.). Это соучастие выражено в такой степени, что при различных повреждениях двигательного анализатора функция его может быть частично заменена другими анализаторами. К основным функциональным свойствам мышечной ткани, как и нервной, относится способность при воздействии тех или иных раздражителей приходить в состояние возбуждения. Внешним раздражением процесса возбуждения мышцы является ее сокращение.

Центры, координирующие мышечную деятельность, необходимую для сохранения равновесия, связаны со специальными органами, посылающими раздражения в эти центры. У человека эти раздражения поступают из четырех источников. Ведущая роль принадлежит «мышечному чувству». Вторым источником служит возбуждения со стороны кожи стопы. Зрительное восприятие также информирует мозг о положении тела в пространстве. Выпадение источника раздражения резко нарушает равновесие.

Статические ощущения отражают положения тела в пространстве. В основе пространственной ориентировки и сохранения равновесия лежит статическая чувствительность.

Статическое чувство является индивидуальным и поддается тренировке. У детей раннего возраста оно формируется по мере становления позы ребенка и развития общей двигательной чувствительности в результате сенсорного воспитания. Становлению статического чувства способствует развитие зрительной и слуховой чувствительности. Особенно на статическую чувствительность влияет отсутствие зрительного контроля за положением тела, в пространстве у слепых и слабовидящих с малой остротой зрения. Большое значение в развитии статического чувства принадлежит движениям головы и шеи.

Статическая чувствительность может развиваться и повышаться при тренировках для различных частей тела. В норме развитие этой функции завершается к 14 годам, у слабовидящих детей она продолжает развиваться до 17 лет. Повышение статической чувствительности у слабовидящих в определенной степени является компенсаторной реакцией на потерю зрения. Развитие двигательных качеств у слабовидящих находится в прямой зависимости от степени неполноценности зрения. Отклонения в физическом развитии требуют проведения направленной коррекционно-воспитательной работы по их предупреждению и исправлению. Это возможно в условиях социального обучения и воспитания за счет мобилизации и использования резервных возможностей неполноценной зрительной системы, активизации функций двигательного анализатора в процессе занятий физкультурой, спортом, ритмикой и т.п.

**Воспитание танцевальной культуры у детей с ОВЗ**

Основными показателями танцевальной культуры, как считает доцент кафедры «хореография» Кемеровской академии искусства Н.И.Бочкарева, являются:

- музыкальность и выразительность;

- правдивость и искренность в передаче образа;

- благородство манеры исполнения;

- осмысленное отношение к танцу как к художественному произведению;

- понимание единства формы и содержания танца.

Показателем танцевальной культуры является так же – эмоциональное восприятие танцевального искусства, способность самостоятельно оценивать произведение, а так же наличие у детей нравственной воспитанности, выражающейся в частности, в поведении в коллективе, их трудолюбии, взаимопомощи, доброжелательности.

Когда смотришь на танцующего, то, кажется, как легко и просто все исполняется, но за этой легкостью стоит большой и напряженный труд, как ребенка, так и педагога. Однако при работе с детьми с нарушением зрения необходимо учитывать, что некоторые движения эти дети по медицинским показателям выполнять не должны. Им запрещены резкие наклоны корпуса, быстрый и продолжительный бег, движения, требующие большой физической нагрузки, вращения. Поэтому педагогу приходится строить урок таким образом, чтобы исключить «вредные» для здоровья детей элементы.

Воспитание танцевальной культуры на занятие ритмикой начинается с самых первых минут, когда дети организованно входят в класс под музыку, и приветствуют учителя, исполняя поклон. Поклон – это «здравствуйте» на языке хореографии.

Легкость, музыкальность и выразительность как составные части танцевальной культуры в большей степени отрабатываются занятием у станка и на «середине» зала. Без правильного и систематического исполнения движений у станка невозможно научить ребенка танцевальной культуре и эстетической воспитанности. Тренировочные движения не только развивают гибкость, силу ног, приучают детей делать движения точно вперед, в сторону и назад, но и исполнять их в определенном темпе и ритме. Каждое движение у станка рассчитано на развитие определенных групп мышц ног, рук и корпуса. Без работы у станка ребенок не может правильностью и четкостью исполнения. Все проработанные движения у станка пригождаются в работе с танцевальными этюдами.

Классический танец воспитывает навык правильность осанки, гармонично развивая все тело, раскрепощая движение. Включение в занятие элементов классического тренажа способствует воспитанию опорно-двигательного аппарата, уравновешивая право- и левостороннее развитие всех мышц корпуса и конечностей, развитию сложных координаций движений, расширению двигательного диапазона, тренировке дыхательной и сердечно-сосудистой системы, повышая тем самым жизненную активность организма ребенка.

Образы народной хореографии, изучаемые на занятии, воспитывают собственные этнические связи ребенка, воспитывают этническую толерантность. Анализируя характер движений, пространственное построение танца, его ритмический рисунок, особенности костюма, дети могут пополнить знания по географии, истории, музыкальной культуре, этнографии народа.

Особенно ярко образы поведения, взаимоотношений представляют нам бытовые танцы различных эпох. Каждая историческая эпоха имеет свои бытовые танцы. Стиль бытовой хореографии во многом определяется условиями жизни людей, моралью и этикетом общества. Бытовой танец дает возможность узнать, «примерить на себя» культуру взаимоотношений, правила поведения, нормы морали различных слоев общества той или иной эпохи.

Современные танцы с их стремительными ритмами, необычными сложными положениями тела хорошо тренируют выносливость, вестибулярный аппарат, систему дыхания и сердце. Кроме того, современные танцы наиболее привлекательны для подростков. В настоящее время существует широкий выбор танцевальных направлений (джаз модерн, контактная импровизация, хип-хоп, брейк-данс и др.), некоторые из этих направлений возможны для изучения на занятиях ритмики с детьми с нарушением зрения

Следующим показателем танцевальной культуры является музыкальность. Танцевальное искусство и ритмика, в частности, изначально предметы синтетичные, ибо вне музыки они не существует. Музыка и танец дополняют друг друга, создают слышимый и зримый образы, что особо важно для слабовидящих детей. Любое движение – будь то у станка или на середине зала строится на основе ритма и музыкального материала. Известный балетмейстер Ж.Ж.Новерр в своих письмах о танце отмечает: «Хорошая музыка должна живописать, должна говорить. Отзываясь на нее, танец становиться как бы эхом, послушно повторяющим вслед за ней все то, что она произносит. Эмоциональный настрой, правильность и искренность в передаче танцевального образа – все это воспитывается через правильно подобранный музыкальный материал, который должен соответствовать каждому определенному возрасту.

Танец – не только исполнение движений под музыку или пение, но и форма общения, причем и партнеров по танцу и всех присутствующих в классе. Поэтому педагог должен знакомить детей и с правилами этикета, как на танцевальной площадке, так и в быту. Умение пригласить партнера на танец, правильное общение во время танца, все это создает благоприятную, дружескую атмосферу на занятии. Изучая танец на уроках ритмики необходимо показать богатство и многообразие этого искусства. Каждый жанр этого искусства представляет собой возможности познания окружающего мира, человека и человеческих отношений.

**Список источников:**

1. Кручинина, В.А. Обучение слепых детей ориентировке в пространстве [Текст]. М.,2011.-218с
2. Картушина, М.В. Быть здоровыми хотим [Текст]. -М.: ТЦ Свера,2009.-384с.
3. Плаксина, Л.И. Развитие зрительного восприятия у детей с нарушением зрения [Текст] М., 2010.-248с
4. Кислова, А.И. Методические рекомендации по предмету ритмика для системы дополнительного образования [Текст]. Набережные челны. ИД «Стержень», 2007.-218с
5. Кислова, А.И. К вопросу о развитии творческих способностей на уроках ритмики. Искусство и образование [Текст]. – М., 2007.-180с