

муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Шатковская детская школа искусств»

Методическая работа на тему
**«Специфика работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья
по классу гитары в детской школе искусств»**

преподаватель народного отделения
Кугаевских Светлана Вячеславовна

Нижегородская область, р.п. Шатки

Содержание

1.	Пояснительная записка	3
2.	Важность инклюзивного образования	4
3.	Проблемы и перспективы инклюзивного образования	6
4.	Актуальность обучения игре на гитаре детей с ОВЗ	9
5.	Способы организации процессов обучения и воспитания	13
6.	Приемы и методы, используемые на занятиях гитары с детьми с ОВЗ	15
7.	Заключение	18
8.	Список литературы	21
9.	Приложение 1	22
10.	Приложение 2	27
11.	Приложение 3	30
12.	Приложение 4	34
12.	Приложение 5	35

Пояснительная записка

Актуальность выбранной темы заключается в том, что появилась необходимость индивидуального подхода к обучению детей с ограниченными возможностями здоровья на уроках по классу гитары.

В МБУ ДО «Шатковская ДШИ» с 2017 года реализуется адаптированная дополнительная общеразвивающая программа в области музыкального искусства «Основы музыкального исполнительства (гитара)» для детей с ограниченными возможностями здоровья (срок освоения для детей, поступивших в первый класс школы в возрасте от 7 до 14 лет - составляет 4 года).

Целью данной методической работы является оказание методической помощи педагогам по работе с детьми-инвалидами на занятиях по классу гитары.

Задачи методической работы: - представить основные принципы обучения для обучающихся с ОВЗ; - раскрыть особенности создания условий по организации и проведению занятий по классу гитары; - познакомить со спецификой работы с детьми с особыми потребностями.

Важность инклюзивного образования

Приоритетным направлением социальной политики российского государства и международного сообщества является создание эффективной системы социальной реабилитации детей-инвалидов.

Суть воспитания и обучения ребенка с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) в комплексном развитии его личности, которая не включает в себя коррекцию личностных функций, а скорее предполагает целостный подход, который позволяет поднять на более высокий уровень весь потенциал возможности конкретного ребенка – психический, физический, интеллектуальный. Таким образом, у него появляется возможность самостоятельной жизни в будущем.

Понятие «инклюзивное образование» относительно недавно вошло в отечественную педагогическую науку. Слово «инклюзивный» (от франц. *inclusif* – включающий в себя, от лат. *include* – заключаю, включаю, иначе – «включенное образование») означает процесс совместного обучения лиц, имеющих образовательные проблемы с основным контингентом обучающихся в учебном заведении общего вида.

Инклюзивное образование основано на идеологии, которая исключает любую дискриминацию в отношении детей и создает особые условия для детей с особыми образовательными потребностями. Инклюзивное образование – процесс развития общего образования, который обеспечивает доступ к образованию для всех, адаптированному к различным потребностям всех детей, что обеспечивает доступ к образованию детей с особыми потребностями.

Инклюзивное (включающее) образование предполагает всестороннее участие всех учащихся в жизни коллектива образовательного учреждения и школьной жизни, в социальной реабилитации детей-инвалидов.

На сегодняшний день по данным Минздрава и социального развития РФ в России 16% детей хронически больны. Инклюзивное образование по словам Д. А. Медведева, «Наша новая школа» - это школа для всех», предоставляющая

детям с ограниченными возможностями учиться и развиваться в сфере обычных школьников.

Внедрение инклюзивного образования в идеологическую практику развивает толерантность, доброжелательность, милосердие и взаимное уважение между детьми. Стремление воспитывать детей с ограниченными возможностями с их обычно развивающимися сверстниками, становится основной сферой применения сил многих родителей, воспитывающих ребенка – инвалида.

Инклюзивное (совместное) обучение раскрывает содержание статьи 23 Конвенции о правах ребёнка, в которой сказано, что «неполноценный в умственном или физическом отношении ребёнок должен вести полноценную и достойную жизнь в условиях, которые обеспечивают его достоинство, способствуют его уверенности в себе и облегчают его активное участие в жизни общества».

В настоящее время сложился определенный консенсус в отношении важности инклюзивного обучения в образовательных учреждениях и в частности учреждениях дополнительного образования. Инклюзивное образование в Российской Федерации регулируется Конституцией РФ, Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации», Федеральным законом «О социальной защите инвалидов в РФ», а также Конвенцией о правах ребенка и Европейской конвенции о защите прав человека и основных свобод.

Проблемы и перспективы инклюзивного образования

Проблема отношения к детям с ограниченными возможностями здоровья всегда рассматривалась в истории неоднозначно: начиная от физического уничтожения, изоляции таких детей от общества до необходимости интеграции ребенка в общество, создания для него психологически безопасной среды.

Образование детей с ограниченными возможностями здоровья за рубежом осуществляется в общеобразовательных школах, которые обеспечивают все условия для естественного процесса обучения.

В России система инклюзивных школ недостаточно развита, это обусловлено тем, что лечение, воспитание и обучение таких детей осуществляется в специальных образовательных учреждениях. При такой организации деятельности происходит сегрегация (отделение) детей-инвалидов, при которой происходит изоляция и отсутствие общения со своими сверстниками. Ребёнок с ограниченными возможностями здоровья, с одной стороны, уверен в таком обществе («ты такой же как и я»), с другой – он становится совершенно не подготовленным к встрече с внешним миром. Это связано с тем, что здоровое общество сверстников еще не готово принимать и взаимодействовать с детьми с нарушениями развития. Поэтому образовательные учреждения со слабой социальной адаптацией в образовательном процессе нуждаются в реформировании и перестройке для удовлетворения потребностей всех без исключения детей. Следует отметить, что уже сегодня ведется работа по созданию условий для включения этой категории детей в число сверстников, что позволяет им в дальнейшем успешно взаимодействовать в обществе.

Но если с «техническими» препятствиями общество может справиться (по крайней мере здесь есть ясность – надо обеспечивать наличие пандусов, низкопольного транспорта, лифтов, звуковых сигнализаторов, визуальных указателей и т.д., и т.п.), то нежелание общества в равной степени общаться «не с себе подобными» в смысле интеллектуального развития – весьма очевидна. Поскольку они еще очень мало «знакомы» друг с другом, им не хватает «точек

соприкосновения», «общих тем» для разговоров, общей деятельности и увлечений, общего опыта и достижений, общих ценностей, переживаний и эмоций – всего того, из чего и состоит жизнь.

В настоящее время происходят изменения отношения общества к детям-инвалидам, которые большую часть времени проводят в стенах своих квартир, считают себя изгоями общества и не заслуживают полноценной, интересной жизни. В связи с этим вопрос полного, всестороннего образования становятся актуальным.

Проблемы интеграции детей с ограниченными возможностями здоровья в общество заключается в том, что, с одной стороны, у них имеются отклонения в физическом и психическом развитии, а с другой, отсутствием совершенствования системы социальных отношений, которая оказывается недоступной для детей-инвалидов.

Современное общество признает право человека на сохранение уникальности и неповторимости каждой индивида. Новые идеи становятся все более решающими в формировании отношения общества к тем людям, которые раньше назывались и считались инвалидами, и, в новой системе ценностей считаются людьми с особыми потребностями, в том числе это относится и к умственно отсталым людям.

Л.С. Выготский также отметил необходимость создания такой системы образования, при которой ребенок с ограниченными возможностями не будет исключен из общества детей с нормальным развитием. Поэтому Л.С. Выготский считал, что задачами воспитания ребенка с нарушением развития являются его интеграция в жизнь и осуществление компенсации его недостатка каким-либо другим способом. Причем компенсацию он понимал не в биологическом, а в социальном аспекте, поскольку считал, что воспитателю, работающему с ребенком с дефектами развития, приходится иметь дело не столько с биологическими фактами, сколько с их социальными последствиями. Он считал, что широчайшая ориентация на нормальных детей должна служить исходной точкой пересмотра специального образования. Никто не отрицает

необходимость последнего, но специальные знания и подготовка должны быть подчинены общему воспитанию, общему обучению.

Современная система дополнительного образования детей претерпевает глубокие изменения, которые приводят к пересмотру и изменению базовых основ, на которых она была создана. В частности, в свете нового законодательства модифицируются подходы к разработке образовательных программ, которые сегодня рассматриваются как главные структурно-функциональные элементы образовательной системы, выступают средством и объектом правового регулирования образовательных отношений. Известно, что педагоги дополнительного образования находятся в особом положении — они должны самостоятельно разрабатывать дополнительную общеобразовательную программу с учетом потребностей детей, потребностей семьи, образовательной организации, социально-экономических и национальных особенностей общества. В настоящее время отсутствуют теоретически обоснованные подходы к осуществлению качественного и полноценного музыкального образования лиц с особыми потребностями. Педагогическая практика носит интуитивный характер деятельности, отсутствует целенаправленная программа подготовки преподавателей к работе с этой категорией учащихся. Педагоги, работающие с детьми-инвалидами в сфере музыкальном образовании, методом проб и ошибок приходится накапливать опыт работы в этой области.

Актуальность обучения игре на гитаре детей с ОВЗ

Желание заниматься гитарой и другими музыкальными инструментами возникает у многих детей, так как потребность в эмоциональном выражении присуща всем людям, независимо от того, имеют они физические недостатки или нет. Без специального опыта и методической поддержки, преподаватели ДШИ сталкиваются со многими проблемами: как учить, чему учить, где границы возможностей для детей с двигательными нарушениями.

Гитара - это самый доступный инструмент, она широко используется не только в профессиональной сфере, но и в сфере бытового – домашнего музицирования. Композиторами создан многочисленный репертуар жанров бардовской, авторской, массовой песни. Приятный мягкий тембр, прекрасно гармонирующий с голосом, сделало этот музыкальный инструмент популярным среди подростков и молодежи. Обучение игре на гитаре создает условия для самореализации в музыкальной деятельности, формирует современный уровень музыкальных знаний и исполнительского мастерства. В процессе обучения формируется общая культура личности, способствующая адаптации к общественной жизни, закладывается основа для сознательного выбора и освоения в будущем профессиональных музыкальных образовательных программ.

Известно, что музыка может иметь лечебное действие. Музыкальная терапия - достаточно молодая отрасль науки, характеризуется ярко выраженным интеграционным характером, объединяя достижения в области музыки, педагогики, психологии, медицины. Именно музыка, обладающая удивительной способностью регулировать эмоциональное и психическое состояние человека, призвана преодолеть у ребенка ощущение дискомфорта, неуверенности, растерянности, недовольства, смущения, страха перед чем-либо. У детей с ограниченными возможностями и нарушениями физического и психического развития к музыкальным занятиям существует особое влечение, поскольку это образование связано с позитивными эмоциональными факторами, удовлетворяющими их жизненные потребности в условиях

достаточно продолжительного времени для проведения досуга, так как детям не приходится выполнять бытовые обязанности или, когда они не имеют возможности заниматься спортом.

В последнее время современные родители часто слышали о мелкой моторике и необходимости ее развития. Что же такое мелкая моторика и почему она так важна? Еще во 2 веке до нашей эры в Китае стало известно о влиянии действий рук на развитие головного мозга человека. Древние китайцы утверждали, что упражнения, включающие руки и пальцы, координируют тело и ум, оказывают положительное влияние на мозговую деятельность. Еще одним доказательством является японская акупунктура. На кистях рук находится множество рефлекторных точек, из которых импульсы идут в центральную нервную систему. Благодаря массажу определенных точек, можно влиять на внутренние органы, связанные с этими точками. Ученые доказали, что одна треть всей проекции коры головного мозга занимает проекция кистей, которая находится близко к речевой зоне. Мелкая моторика рук взаимодействует с такими высшими свойствами сознания, как внимание, мышление, оптико-пространственное восприятие (координация), воображение, наблюдательность, зрительная, двигательная память, речь.

На протяжении всех лет обучения предусмотрена планомерная и систематическая работа над важнейшими разделами музыкально-технического развития учащегося, в процессе которой формируется отношение к необходимости овладения определенными техническими приемами, четкое представление о художественной цели, которой они служат.

Основными предпосылками для успешного развития ученика является воспитание у него свободной и естественной посадки, правильной постановки рук, организация и развитие соответствующих игровых движений за счет художественно-техническими заданий. Все это должно быть предметом самого пристального внимания и самоотверженной, упорной работы преподавателя и учащегося. Постоянное внимание должно уделяться качеству звукоизвлечения - важнейшему средству музыкальной выразительности гитариста, а также

правильным движениям пальцев правой руки. Следует отметить важность свободного владения позициями и навыком вибрации. К работе над вибрацией следует приступать тогда, когда учащийся усвоит необходимые постановочные и двигательные навыки. При этом необходимо стремиться к формированию у него внутренней потребности к вибрации. Преподаватель должен привить ученику навыки использования грамотной, осмысленной аппликатуры, наиболее полно раскрывающей художественное содержание произведения.

Продвижение учащихся во многом зависит от правильной организации их домашних занятий, рационального использования отведенного времени, выделенного для работы дома. Развитие навыков самостоятельной работы у учащихся позволяет педагогу более продуктивно использовать время на занятиях, больше наблюдать за учеником, выявляя и развивая его индивидуально-психологические и физические особенности.

При определении системы работы по развитию творческих способностей следует помнить, что личностная незрелость ребенка, страдающего тем или иным заболеванием, проявляется в слабости волевых установок, эмоциональной нестабильности. Попытка воспроизвести желаемое движение или действие при постоянной неудаче может привести к отказу от занятий. Поэтому любое задание должно быть предложено в игровой форме, что вызовет интерес у ребенка, а благодаря положительной эмоциональной стимуляции, будет способствовать повышению психического тонуса, а, следовательно, и повышению работоспособности. Причём игры часто приводят и к развитию ассоциативности и диалектичности мышления.

Для того чтобы лучше понять ребенка и оказать ему всю возможную помощь в адаптации к детскому коллективу, необходимо тесно сотрудничать с родителями. Это очень сложный и важный аспект работы педагогов. В целях укрепления связей педагогов и родителями, для оказания более эффективной помощи ребенку, мы часто приглашаем родителей на занятия, которые посещает ребенок.

Работая с детьми-инвалидами, мы понимаем, что для того, чтобы действительно помочь ребенку, нужно верить, что все мы занимаемся далеко не безнадежным делом. Нам не добиться снятия диагноза, но мы можем сделать многое: понять ребенка, принять его таким, какой он есть и, исходя из его особенностей, помочь адаптироваться к миру.

Способы организации процессов обучения и воспитания

Основной целью данной работы является оказание социально-педагогической помощи детям с ограниченными возможностями здоровья.

Особому ребенку требуется с преподавателя больше: больше доброты, искренности, терпения. Педагог не следует строгому плану и не знает заранее, какую задачу или конкретную работу выполнят сегодня. Ведь мы должны исходить из физического состояния ребенка, его творческой активности, психического настроя на данный момент.

Основная проблема, с которой сталкиваются педагоги при обучении детей с ограниченными возможностями здоровья, - найти более эффективные пути организации образовательного процесса.

Воспитывая ребенка с ОВЗ, преподаватель должен быть уверен в своем поведении, чтобы все слова (или действия) дошли до ученика и дали желаемый результат.

Работа с ребенком–инвалидом связана с обостренной наблюдательностью: нужно не только четко слышать игру ученика и обращать внимание все детали движений рук, но и видеть все изменения выражения его лица, четко понимать, как он себя чувствует, чем занято его внимание.

Сочетание большой чуткости и сострадания к ученику, умение мобилизовать волю ученика, сочетание терпения и выносливости является основой успешного влияния на учебно-воспитательный процесс.

В общем, музыкальная деятельность имеет возможностями для творчества, самовыражения, самореализации и личностного развития. Она способна вызвать в ребенке воображение, фантазию, переживания, создавать что-то новое.

Педагогу необходимо поддерживать и формировать даже незначительные еще творческие проявления, которые активизируют восприятие и представление, пробудить фантазию и воображение, придают деятельности детей поисковый характер, а поиск всегда требует умственной активности и малого творчества. Ведущая роль музыкального творчества в личностном

образовании естественна, так как музыкальное исполнительство является наиболее доступной и естественной формой художественной деятельности.

В процессе игры на музыкальных инструментах в ансамбле у учащихся формируется эстетическое восприятие, фокусируется внимание, активизируется музыкальная память, мышление и творческая фантазия, развивается воображение. Совместные выступления в ансамбле способствуют формированию эмоциональной сферы ребенка, его психического здоровья, а также решают проблемы психологического общения: застенчивый ребенок, участвует в таких музыкальных мероприятиях, в которых он может почувствовать себя в центре жизни; непослушный ребенок будет подчиняться единому, строгому плану; одаренный ребенок сможет реализовать свои творческие фантазии.

Дети-инвалиды – это очень разнообразная группа детей. Для решения общих педагогических и воспитательных задач, педагогу необходимо знать особенности заболевания, найти подход к каждому ребенку, учитывая его возрастные и личностные особенности.

Необходимо соблюдать принцип «соответствия», согласно которому вся интеллектуальная и физическая активность должна соответствовать общему состоянию психомоторных возможностей и здоровья ребенка. Задачи возрастают и усложняются постепенно, чтобы во всех случаях для ребенка сохранить «ситуацию успеха», чтобы занятие приносило ему радость и укрепляло его уверенность в своих способностях.

Образовательный процесс детей-инвалидов находится в тесном контакте с родителями, потому что успех таких ребят – это, прежде всего огромный ежедневный труд их родителей. Поэтому необходимо проводить работу, направленную на повышение уровня родительской компетенции и активизации роли родителей в воспитании и обучении ребенка.

Приемы и методы, используемые на занятиях гитары с детьми с ОВЗ

Для организации и проведения эффективных занятий были подобраны следующие методы и приёмы:

1. Дыхательная гимнастика и упражнения по А.Н. Стрельниковой – комплекс упражнений дыхательной системы, основанный на принудительном вдохе через нос. Существенным преимуществом данной технологии является её удобство использования и простота. Дыхательные упражнения снимают усталость, бодрят, повышают жизненный тонус, поднимают настроение, улучшают память. Дети с интересом и удовольствием «шмыгали» носом, выполняя упражнения «Кошечка», «Насос», «Погончики», «Ушки» (Приложение 1).
2. Физкультурные минутки помогают предотвратить и уменьшить умственную усталость. Продолжительность 2-3 минуты. Проводят физкультминутку на 12-20 минуте от начала урока. В некоторых случаях бывает целесообразным проведение физкультминутки дважды за урок. Обязательное условие эффективного проведения физкультминуток – позитивный эмоциональный тонус. Физкультминутки предназначены для устранения усталости организма. (Приложение 2).
3. Пальчиковая гимнастика - упражнения для улучшения координации рук, развития мелкой моторики, укрепления мышц рук и пальцев, помогает расслабить детей и снять эмоциональное напряжение, учит контролировать свое настроение и эмоции, формирует и развивает внимание, память. Больше всего дети любят выполнять упражнения «Стул», «Шарик», «Зайка» (Приложение 3).
4. Игра на музыкальном инструменте - способствует формированию оптимистического настроения, развивает мелкую моторику, координацию, внимание, память.

5. Игра в ансамбле с преподавателем. Очень важное значение для музыкального развития имеет исполнение учеником произведений с аккомпанементом преподавателя. Это помогает обогатить слух, музыкальные представления учащегося, укрепить и совершенствованию чувства ритма, заставляет добиваться согласованного ансамблевого звучания.
6. Творческое проявление осуществляется в размышлениях о музыке, прорисованной по тематике любимых музыкальных произведений.
(Приложение 4)

Вот примерный план урока:

1. Встреча
2. Проверка домашнего задания
3. Дыхательная гимнастика
4. Разучивание простейшего музыкального материала
5. Пальчиковая гимнастика или физкультминутка
6. Игра в ансамбле с преподавателем
7. Прощание

Урок создаёт атмосфера высокого доверия, где возможно быть принятым окружающими без каких-либо условий.

Конечно, не обойдены на уроке ни эстетические, ни эмоциональные составляющие. Последнему отводится главная роль. Современные психологи утверждают, что матерью учения является не повторение, а эмоциональное подкрепление. Многократное механическое повторение может уменьшить или "убить" интерес и инициативу и, как следствие, весь процесс обучения станет неэффективным. Положительные эмоции, радость и удовлетворение от происходящего творческого процесса поддерживают интерес к занятиям, коррекционная составляющая урока для ребенка проходит незаметно.

Создание эмоционально приятной атмосферы на занятии очень важно. Педагог должен обладать какими личностными качествами, как:

доброжелательность, сострадание, оптимизм, чувство юмора, искренность — все то, что не может быть проявлено формально.

Учитель, в отличие от учеников, во время урока не может позволить даже намекнуть на неудовлетворение от выполняемого задания, а наоборот, только приободрить и поощрить. Если ребенок не справляется — значит, требования педагога завышены. Описанные выше виды работ не имеют четкой схемы и не имеют совершенного образца выполнения. Все, что делает ребенок на эмоциональном подъеме, есть предел его нынешних возможностей, это его достижения, его победы над своим недугом. Как можно оценить эту работу? Конечно, только положительно!

Занятия в музыкальной школе — это также и возможность показать себя на сцене в качестве исполнителя. Регулярные выступления помогают детям-инвалидам избавиться от комплексов, повысить самооценку, делают их более общительными и открытыми.

Таким образом, создание условий и разработка эффективных методов индивидуальной подготовки учащихся с ограниченными возможностями в здоровье на уроках гитары в ДШИ позволяют детям-инвалидам развивать свои способности к активной плодотворной деятельности, а в дальнейшем реализовать свои умения и навыки в обществе. Инклюзивное обучение позволяет учителям находить более гибкий подход к обучению, отвечающий потребностям детей с ограниченными возможностями здоровья. Образовательный процесс станет более эффективным и полезным для всех детей (не только для детей-инвалидов).

Заключение.

Работать с детьми-инвалидами очень сложно, собирая по крупицам малые успехи ребенка, педагог вместе с родителями радуется им, как большим невероятным достижениям!

Современные психологи и нейрохирурги доказали, что музыка обладает огромным потенциалом для здоровья человека, и они уверены, что музыка закладывает в детей «генетику» новой всесторонне развитой личности.

В настоящее время большое внимание уделяется вопросам, касающимся социальной адаптации, интеграции и социализации детей с ограниченными возможностями здоровья.

Одним из условий успешной социализации детей с ОВЗ является занятие любимым видом искусства, в котором ребенок может почувствовать себя личностью и почувствовать свою значимость.

Музыкальное искусство - один из самых мощных инструментов доступных человечеству. Музыка, как известно, контролирует эмоции, психику, настроение, здоровье. А также музыка – великий просветитель, и её ценность заключается в том, что она способна совершенствовать, воспитывать и стимулировать развитие нравственного, эстетического и духовного потенциала личности.

Музыка всегда была самым волшебным и тонким средством притяжения к добру, красоте, человечности. «Музыкальное воспитание – это не воспитание музыканта, а прежде всего, воспитание человека», - так писал выдающийся педагог В.А.Сухомлинский. «Музыкальное образование, музыкальная деятельность — одна из основных составляющих в воспитании личности, играющая особую роль во всестороннем развитии ребенка».

Музыка постоянно заставляет детей меняться, что делает их более восприимчивыми и социально адаптивными, ведь она чрезвычайно важна и – самое главное! – музыка - ничем не заменимое средство для воспитания современного человека, умеющего применять свои знания в жизни.

Музыка развивает ребенка умственно. Она отражает многие жизненные процессы, которые обогащают представления детей об обществе, о природе, о быте и традициях. Музыка может помочь детям лучше понять жизнь, расширяет мышление, способствует развитию внимания и памяти. Она качественно улучшает восприятие, способствует формированию идей, активизирует познавательную деятельность ребенка в целом.

Благотворное влияние музыки сказывается и на развитии сенсорного аппарата, двигательных навыков, моторики, волевых качеств учащихся с ОВЗ, а также музыка является эффективным средством коррекции настроения, способствующим проникновению ребенка в идеальное эмоциональное состояние.

Познание мира чувств невозможно без понимания и переживания музыки, без глубокой духовной необходимости слушать музыку и наслаждаться ею. Без музыки трудно убедить человека, который, входя в мир, узнает, что человек прекрасен, а это убеждение, по сути, является основой эмоциональной, эстетической и нравственной культуры.

Дети, имеющие инвалидность, как и обычные дети, тоже способны и талантливы. Они лишь нуждаются в том, чтобы им оказали поддержку - как педагоги, так и семья, в которой они воспитываются, и дали возможность проявить свои таланты.

Дети с ОВЗ показывают прекрасные результаты, показывая характер, настойчивость и упорство в достижении цели. Работа с такими детьми - это постоянный творческий поиск, который в конечном итоге должен помочь маленькому человеку поверить в себя, раскрыться и стать полноправным участником общественной, социальной, культурной жизни (Приложение 5).

Таким образом, ребенок с особыми образовательными способностями и потребностями, в первую очередь, нуждается в любви и стимулирующей развитие обстановке; ребенок должен вести жизнь в максимальной степени приближенной к нормальной; - учиться могут все дети, поэтому все они должны иметь возможность получить и дополнительное образование.

Дополнительное образование, в отличие от основного, наиболее приспособлено для создания доступной образовательной среды. Дополнительное образование дает реальную возможность выбора ребенку с ОВЗ своего индивидуального образовательного пути, увеличивает пространство, в котором может развиваться личность ребенка, обеспечивает ему “ситуацию успеха”.

Литература:

1. Алёхина С.В., Семаго Н.Я., Фаина А.К. Инклюзивное образование. Выпуск 1. – М.: Центр «Школьная книга», 2010. – 272 с.
2. Буйлова Л.Н. Дополнительное образование детей в современной школе. - М.: «Сентябрь», 2004.
3. Вайзман Н.П. Реабилитационная педагогика. М.: Аграф, 1996. 160с.
4. Выготский Л.С. Собр.соч.: в 6 т. Т.5. Основы дефектологии/ под ред. Т.А. Власовой М., 1983.
5. Голованов В.П. Инклюзивный потенциал современного дополнительного образования. Журнал «Дополнительное образование и воспитание», 2015, №1.
6. Давыдов, В.В. Проблемы развивающего обучения. – М., 2006. – 133 с.
7. Мастюкова Е.М. «Лечебная педагогика» - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1997.
8. Махмутов М.И. Проблемное обучение. Основные вопросы теории.- М.: Педагогика,1975.
9. Огородникова Г.С. Развитие творческих способностей детей с ограниченными возможностями здоровья. Журнал «Дополнительное образование и воспитание», 2016.
10. Пугачев, А.С. Молодой ученый. – 2012. - № 10. – С. 374-377 - Инклюзивное образование.
11. Стрельникова. А.Н. Дыхательные упражнения.
12. Фатеева. Е.А. Пальчиковые игры.– Тольятти, 2008.
13. Федеральный закон от 24 июля 1998 года №124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации»
14. Интернет ресурсы: <https://nsportal.ru/shkola/muzyka/library/2014/12/30/master-klass-na-temu-razvitie-ritmicheskogo-slukha-na-urokakh>
15. <http://lib.znate.ru/docs/index-151655.html>
16. <http://domuchitelya.ru/kor-ped/lektsiya-reut.php>

Дыхательные упражнения А.Н. Стрельниковой

Занятия стоит начать из первых 3-х упражнений комплекса.

Вводный урок

Первое упражнение «Ладшки» — разминочное. Все упражнения расписаны в основном комплексе, см. далее).

Во время выполнения необходимо проделывать по 4 шумных носовых вдоха. Потом (3-5 сек) пауза и опять подряд не останавливаясь 4 шумных носовых вдоха.

Это нужно сделать около 24 раз (4 вдоха), всего выходит около 96 движений («сотня» Стрельниковой). Выдох (невидимый и не слышимый) происходит ртом после вдоха через нос. Выдохи не стоит выталкивать и задерживать! Вдох – очень активный, выдох – достаточно пассивный. Думать только о вдохе, шумном, на все помещение. О выдохе забыть.

При вдохе губы слегка сомкнуть.

Короткий, шумный вдох через нос в гимнастике Стрельниковой выполняется с сомкнутыми губами. Сжимать сильно губы при вдохе не нужно, они сомкнуты слегка, естественно и свободно.

После шумного, короткого вдоха через нос губы немного разжимаются – и выдох происходит сам собой через рот (и не слышно). Гримасничать во время вдоха категорически нельзя!!! И поднимать небную занавеску, выпячивая живот.

Не стоит думать куда пойдет воздух, думайте о том, что вы нюхаете воздух очень коротко и шумно (как будто хлопок в ладошки).

Плечи в дыхании не участвуют, поэтому не стоит их поднимать. За этим нужно следить!

В начале тренировки может быть небольшое головокружение. Не стоит пугаться! Можно сделать упражнения «ладшки» сидя, (нужно задуматься о рекомендациях при ВГСД (вегето-сосудистая дистония).

Второе упражнение «Погончики» делается по 8 вдохов без остановки («восьмерка»). Потом 4-5 сек отдых и опять 8 вдохов. И таким образом 12 раз (тоже «сотня») 96 движений.

Третье упражнение «Насос» надо сделать 12 раз – 8 вдохов, отдых после каждой «8» 4-5 сек. (При выполнении данного упражнения есть определенные ограничения, которые описаны в основном комплексе).

На данные три упражнения необходимо около 10-20 минут. Такой урок повторяется дважды в день (утро, вечер). И вечером выполняйте «Ладшки» делайте 8 вдохов движений.

Далее осваивайте по одному упражнению каждый новый день.

На второй день добавляйте **упражнения «Кошка»**, 12 раз по 8 движений.

Дальше нужно добавлять такие упражнения:

«Обними плечи»,
«Большой маятник»,
«Повороты головы»,
«Ушки»,
«Маятник головой»,
«Перекаты»,
«Шаги».

Когда упражнения освоены хорошо, их выполнение следует увеличить с 8 до 16 вдохов, затем по 32. Отдых сохраняется по 3-4-5-сек, но не после «восьмерок», а после «16» и «32» вдохов-движений.

Если упражнение делается по 16 вдохов, тогда оно выполняется 6 раз; если по 32 вдоха, то 3 раза. При необходимости паузу можно увеличить до 10 сек, но не более.

В случае, когда Вы легко делаете 32-вдоха подряд и Вы в силах делать по 96-вдохов («сотню»), все таки рекомендуется отдыхать 3-4-5 сек после 32-вдохов. В противном случае Вы можете «зарваться», и дыхательная гимнастика Стрельниковой перестанет Вам помогать.

Основной комплекс

Рассмотрим основной комплекс. Стоит повторить правила, которые нужно соблюдать выполняя первые три упражнения.

Правила:

1. Думать только про вдох носом. Тренировать только вдох. Вдох – резкий, короткий, шумный (хлопок в ладошки).
2. Выдох происходит после вдоха самостоятельно (через рот). Выдох не задерживать и не выталкивать. Вдох – очень активный через нос, выдох – через рот, не слышимый и пассивный. Шума при выдохе быть не должно!
3. Одновременно со вздохом делаются движения, и ни как иначе!
4. В дыхательной гимнастике Стрельниковой движения – вдохи выполняются в ритме створевого шага.
5. Счет выполняется мысленно, и только на 8.
6. Упражнения разрешено выполнять в любом положении – стоя, лежа, сидя.

1. Упражнение «ладошки»



И.п. (исходное положение) – стоя:

Встать прямо, руки согнуты в локтях (локтями вниз), а ладошки вперед – «поза экстрасенса».

Стоя в этом положении следует делать короткие, ритмичные, шумные вдохи через нос при этом сжимая ладони в кулачки (так называемые хватательные движения).

Без паузы сделать 4 ритмичных, резких вдоха через нос.

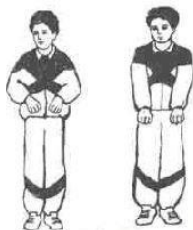
Потом руки опустить и отдохнуть 4-5 сек. Затем сделать еще 4 шумных, коротких вдоха и опять пауза.

В норме нужно сделать по 4 вдоха 24 раза.

Это упражнение можно делать в любом исходном положении.

В начале занятия может возникнуть головокружение, ничего страшного! Можно присесть и продолжать сидя, увеличив паузу до 10 сек.

2. Упражнение «погончики»



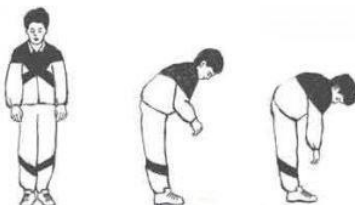
И.п. – стоя, руки сжаты в кулаки и прижаты к животу на уровне пояса.

При вдохе необходимо резко толкнуть вниз к полу кулаки (плечи при этом не напрягать, руки выпрямлять до конца, тянувшись к полу).

Затем вернуть кисти на уровень пояса в и.п.

Сделать подряд 8 вдохов-движений. В норме 12 раз по 8.

3. Упражнение «насос» («накачивание шины»)



И.п. – стоя, ноги немного уже, чем ширина плеч, руки внизу (о.с. – основная стойка).

Сделать легкий наклон (тянуться руками к полу, но не касаться) при этом во второй половине наклона делать короткий и шумный вдох через нос.

Заканчивается вдох вместе с наклоном. Немного приподняться, но не полностью, и снова наклон+вдох. Можно представить, что Вы как будто накачиваете шину в автомобиле.

Наклоны выполняются легко и ритмично, низко наклоняться не стоит, достаточно наклониться до уровня пояса.

Спину округлить, голову опустить. Важно!! «Качать шину» в ритме строевого шага.

В норме упражнение выполняется 12 раз.

Ограничения:

Травмы позвоночника и головы, многолетние остеохондрозы и радикулиты, повышенное внутричерепное, артериальное и внутриглазное давление, камни в печени, мочевом пузыре, почках – не стоит наклоняться низко. Наклон делается чуть заметно, но короткий и шумный вдох выполняется обязательно. Выдох пассивный после вдоха через рот, при этом рот широко не открывать.

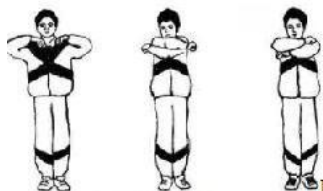
Данное упражнение достаточно результативное, способно остановить сердечный приступ, приступ печени и бронхиальной астмы.

4. Упражнение «кошка» (полуприсед с поворотом)



И.п. – о.с. (во время выполнения упражнения ступни ног от пола не отрываются).
Сделать танцевальное приседание с поворотом туловища вправо и при этом короткий, резкий вдох.
Потом тоже самое с поворотом влево.
Выдохи выполняются самопроизвольно.
Колени немного сгибаются и выпрямляются (сильно не приседать, а легко и пружинисто).
Руки слева и справа выполняются хватательные движения.
Спина прямая, поворот в районе талии.
В норме упр. выполняется 12 раз.

5. Упражнение «обними плечи»



И.п. – стоя, руки согнуть и подняты до уровня плеч.
Необходимо очень сильно бросить руки, как буд-то бы хотите обнять себя за свои плечи.
И с каждым движением делается вдох.
Руки во время «объятия» должны быть параллельно по отношению друг к другу; очень широко в стороны разводить не стоит.
В норме упражнение выполняется 12р – 8 вдохов-движ.
Можно выполнять в разных исходных положениях.

Ограничения:

Ишемическая болезнь сердца, перенесенный инфаркт, врожденный порок сердца, – при данных заболеваниях не рекомендовано делать это упражнение.
Начать его следует со 2 недели занятий.
Если состояние тяжелое, то выполнять нужно вдвое меньше вдохов (по 4, а можно даже и по 2).
Беременным примерно с 6 месяца (беременности) в этом упражнении назад голову не откидывать, упражнение выполняют только руки, ровно стоять и смотреть вперед.

6. Упражнение «большой маятник»

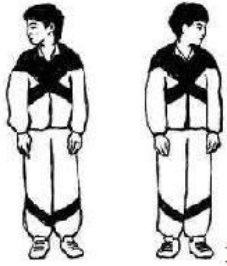


И.п. – стоя, ноги уже плеч. Наклониться вперед, руками потянуться к полу – вдохнуть.
Сразу, не останавливаясь (немного прогнуться в пояснице) наклониться назад – руками обнять плечи. Тоже – вдохнуть.
Выдыхать произвольно между вдохами.
В норме: 12 раз. Упражнение можно выполнять сидя.

Ограничения:

Остеохондроз, травмы позвоночника, смещения межпозвоночных дисков.
При данных заболеваниях следует ограничивать движения, немного наклоняться вперед и во время наклона назад прогибаться немного.
Только после хорошего освоения первых 6 упражнений, следует приступать к остальным.
Добавлять можно одно упражнение каждый день из второй части комплекса, до освоения всех остальных.

7. Упражнение «повороты головы»



И.п. – стоя, ноги уже плеч.

Поворот головы вправо – короткий, шумный вдох через нос.

Тоже самое влево.

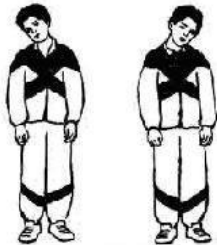
Голова посередине не останавливается, шея не напряжена.

Важно помнить!

Выдох нужно делать ртом после каждого вдоха.

В норме: 12 раз.

8. Упражнение «ушки»



И.п. – стоя, ноги уже плеч.

Легкий наклон головы вправо, ухо к правому плечу – вдох через нос. Тоже самое влево.

Немного покачать головой, взгляд направлен вперед.

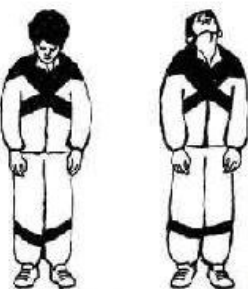
Упражнение похоже на «китайского болванчика».

Вдохи выполняются вместе с движениями.

Выдыхая, не открывать рот широко!

В норме: 12 раз.

9. Упражнение «маятник головой» (вниз и вверх)



И.п. – стоя, ноги уже плеч.

Опустить голову вниз (смотреть в пол) – короткий, резкий вдох.

Поднять голову вверх (смотреть в потолок) — вдох.

Напоминаю, выдохи должны быть между вдохами и через рот.

В норме: 12 раз.

Ограничения:

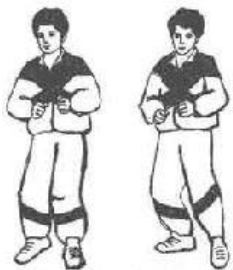
Травмы головы, вегетососудистая дистония, эпилепсия, повышенное внутричерепное, внутриглазное, артериальное давление, остеохондроз шейно-грудного отдела.

При данных заболеваниях не стоит делать головной резких движений в таких упражнениях как «Ушки», «Повороты головой», «Маятник головой».

Поворот головы выполняйте небольшой, но вдох – шумный и короткий.

Делать упражнения можно сидя.

10. Упражнение «перекаты»



1) И.п. – стоя, левую ногу вперед, правая – назад. Тяжесть тела перенести на левую ногу.

Корпус и нога – прямые.

Согнуть правую ногу и поставить на носок, для равновесия (но опираться на нее не стоит).

Немного присесть на левой ноге, одновременно вдыхая носом (левую ногу после приседания нужно сразу выпрямить).

Сразу же перенести центр тяжести на другую ногу (корпус оставить прямым) и также немного присесть со вдохом (на левую ногу не опираемся).

Важно помнить:

1 – приседания делается вместе со вдохом;

2 – центр тяжести переносить на ногу, на которой выполняется приседание;

3 – после приседания ногу сразу следует выпрямить, и потом выполняется перекат с ноги на ногу.

В норме: 12 раз.

2) Упражнение выполняется также как описано выше, только необходимо поменять ноги местами.

Данное упражнение делается только в положении стоя.

11. Упражнение «шаги»



1) «Передний шаг».

И.п. – стоя, ноги уже плеч.

Поднять согнутую левую ногу вверх на уровень живота (от колена ногу выпрямить, носок натянуть). На правой ноге при этом немного присесть и шумно, коротко вдохнуть.

После приседания ноги необходимо вернуть в исходное положение.

Выполнить тоже самое, поднимая другую ногу вперед. Корпус должен быть прямой.

В норме: 8 раз – 8 вдохов.

Это упражнение можно делать в любом исходном положении.

Ограничения:

Ишемическая болезнь сердца, заболевания сердечно-сосудистой системы, перенесенный инфаркт, врожденные пороки.

В данных случаях не рекомендуют высоко поднимать ногу.

При наличии *травм ног* и тромбофлебитах выполнять упражнение нужно сидя и лежа, очень аккуратно. Паузу можно увеличить до 10 сек. При таком заболевании необходима консультация хирурга!

При беременности и мочекаменной болезни колено не поднимать высоко!

2) «Задний шаг».

И.п. — то же. Левая нога, согнутая в колене, отводится назад, при этом немного приседая на правой ноге и делаем вдох. Вернуть ноги в исходное положение – выдох. Тоже самое выполнить на другую ногу. Данное упражнение делаем только стоя.

В норме: 4 раза – 8 вдохов.

Физкультминутки в стихах.

1. «Зарядка -1»

Раз- два- три-четыре-пять!(ходьба на месте)
 Вышли дети погулять
 Дальше я быстрее бегу (лёгкий бег на месте)
 Остановились на лугу (приостанавливаются)
 Лютики , ромашки. (полуприседания вправо, влево с отрывом руки)
 Сбирал наш класс - (подпрыгнуть, развести руки в стороны)
 Вот какой букет у нас (и показать величину собранного букета)

2. «Зарядка -2»

Руки в стороны поставим (Стоя, ноги врозь, руки в стороны)
 Правой левую достанем
 (Поворот влево, правой ладонью сделать хлопок по левой)
 А потом наоборот.
 Будет вправо поворот.
 (Поворот вправо левой ладонью хлопнуть по правой)
 Раз – хлопок, два – хлопок.
 Повернись ещё разок! (Делая хлопки, повернуться вокруг себя)
 Раз- два-три-четыре,
 Плечи выше, руки шире!
 (Хлопок в ладоши, приподнять плечи, руки развести в стороны)
 Опускай-ка руки вниз и на корточки садись!

3. « Путешествие в лес»

Только в лес мы вошли (маршируют)
 Появились комары.
 (лёгкое похлопывание по телу)
 Дальше по лесу шагаем (маршируют)
 И медведя мы встречаем.
 (раскачивают из стороны в сторону)
 Снова дальше мы идём (маршируют)
 Перед нами водоём (руки в стороны)
 Прыгать мы уже умеем
 (руки на пояс, полуприседания с поворотом вправо- влево)
 Раз – два, раз – два! (прыжки)
 Позади теперь вода! (маршируют)

4. «Зарядка - 3»

Каждый день по утрам делаем зарядку.
 Очень нравится нам делать по порядку:
 Весело шагать, руки поднимать.
 Приседать и вставать(4 раза)
 Прыгать и скакать (7 прыжков)

5. «Зайка»

Зайка серенький сидит и ушами шевелит.
 Зайке холодно сидеть, надо лапочки погреть.
 Зайке холодно стоять, надо зайке поскакать.
 Кто – то зайку напугал. Зайка – прыг и убежал.
 (имитировать движения по ходу стиха)

6. «Зарядка -4»

Мелкие шажки – раз, два, три (вперёд)
 Лёгкие прыжки –раз –два –три (назад)
 Вот и вся зарядка – раз-два-три.
 Мягкая посадка – раз–два-три.

7. «Ванька-встанька»

Отдых наш – физкультминутка.
Занимай свои места.
Раз – присели, два – привстали,
Руки кверху все подняли.
Сели, встали, сели, встали –
Ванькой – встанькой будто стали.
А потом пустились вскачь,
Будто мы – упругий мяч.

8. «Зарядка-5»

Солнце глянуло в кроватку,
Раз, два, три, четыре, пять.
Все мы делаем зарядку,
Надо нам присесть и встать.
Руки вытянуть пошире,
1-2-3-4-5.
Наклониться – три, четыре.
И на месте поскакать.
На носок потом на пятку.
Все мы делаем зарядку.

9. «Если нравится тебе»

Учитель поет песню и показывает движения.
Дети подпевают и вслед за учителем делают все движения.

Если нравится тебе, то делай так (2 щелчка пальцами над головой).
Если нравится тебе, то делай так (2 хлопка в ладоши).
Если нравится тебе, то делай так (2 хлопка за коленками).
Если нравится тебе, то делай так (2 притопа ногами).
Если нравится тебе, то ты скажи: «Хорошо!»
Если нравится тебе, то и другим ты покажи..

10. «Дружно маме помогаем»

Дружно маме помогаем –
Пыль повсюду вытираем.
Мы белье теперь стираем,
Полощем, отжимаем.
Подметаем все кругом
И бегом за молоком.
Маму вечером встречаем,
Двери настежь открываем,
Маму крепко обнимаем.
(Подражательные движения по тексту.)

11. «Едем, едем, долго едем»

Едем, едем, долго едем,
Очень длинен этот путь.
Скоро до Москвы доедем,
Там мы сможем отдохнуть.
Вот поезд наш едет,
Колеса стучат,
А в поезде нашем Ребята сидят.
Чу- чу- чу – чу- у -у-у!
Бежит паровоз.
Далеко-далеко ребят он повез.
(Ходьба на полусогнутых ногах.)

12. «Загадаю вам загадку»

Загадаю вам загадку,
Становитесь на зарядку. (Ходьба на месте.)

Раз - листочки поднимаем. (Руки через стороны вверх.)
Два - листочки загибаем. (Руки за спину.)
Три — ещё разок свернули, (Обхватили руками плечи.)
На четыре - развернули. (Руки в стороны.)

13. «Льется чистая водица»

Льется чистая водица
Мы умеем сами мыться.
Порошок зубной берем,
Крепко щеткой зубы трем.
Моем шею, моем уши,
После вытремся посуше.
Поверни головку вправо,
Поверни головку влево.
Опусти головку вниз
И тихонечко садись.

(Слова текста сопровождаем действиями.)

14. «Мы по улице гуляем»

Мы по улице гуляем, (Шагаем на месте.)
Сами вывески читаем. (Наклоны головы влево- вправо.)
Это — «эс», а это — «ка »,
(Повороты туловища влево- вправо.)
«Ж»- похожа на жука. (Хлопок руками спереди- сзади.)
Вот четыре буквы:
«Воды». (4 хлопка в ладоши.)
Вот еще четыре:
«Моды». (4 хлопка в ладоши.)
«Воды» — «моды» — «лимонад»! (Приседания.)
Мы читаем все подряд. (Хлопок руками спереди - сзади.)
Вот блестит, белее снега, (Наклоны туловища влево - вправо)
Слово горькое: аптека. (Повороты туловища влево - вправо.)
Рядом сладкие слова: (Прыжки на месте.)
Фрукты. Пряники. Халва. (Шагаем на месте.)

15. «Мы пройдемся по дорожке»

Чтобы отдохнули ножки,
Мы пройдемся по дорожке.
Но дорожка не простая—
Нас от парт не отпускает.
(Ходьба на месте.)
Голову тяну к плечу,
Шею я размять хочу.
В стороны разок-другой
Покачаю головой.
(Вращение головой вправо и влево.)
Пальцы ставим мы к плечам,
Руки будем мы вращать.
Круг вперед,
другой - вперед,
А потом наоборот.
(Руки к плечам, вращение вперед и назад.)
Хорошо чуть-чуть размяться.
Снова сядем заниматься.

Пальчиковые игры

Пальчиковые игры помогут:

- Развить внимание и терпение
- Стимулировать фантазию, проявление творческих способностей
- Научиться управлять своим телом, чувствовать себя уверенно в системе "телесных координат", что предотвратит возможность возникновения неврозов
- Ощутить радость взаимопонимания без слов.

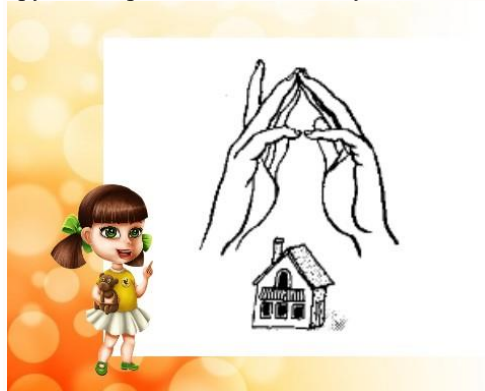
«Дерево»

рука, согнутая в локте, ставится на стол, а растопыренная кисть «колышется на ветру», то есть, поворачивается вправо-влево.

«Слоник»

ладошка вниз, пальчики согнуты, вроде мячик удерживаем, ставим кисть на поверхность. Средний палец выдвинут, как хобот слоника. И так «ходим» по столу.

«Домик» – сложили ладони как в молитве, но не забыли, что средний пальчик у нас дымарь. «Дом стоит с трубой и крышей. На балкон гулять я вышел» – в принципе, любое двустушье по теме сгодится.



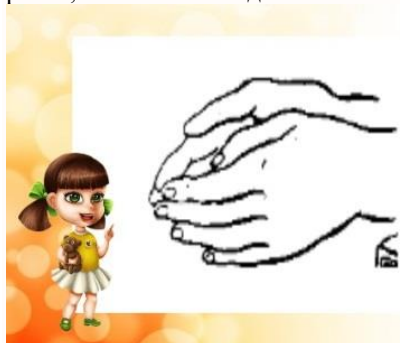
«Очки» – или бинокль, это всем известная игра: «Бабушка очки надела, вот и внучку разглядела».



«Шарик» – сначала ладони сомкнуты, а затем постепенно «надувается» шарик, ладони раздвигаются, но пальцы противоположных рук соприкасаются. «Надуваем быстро шарик – он становится большой».



«**Лодка**» – ладошки сомкнуты в области мизинцев, будто нам нужно зачерпнуть воды. «Лодочка плывет по речке, оставляя на воде колечки».



«**Пароход**» – ладошки сложены лодочкой, но большие «персты» подняты вверх, имитируя трубу парохода. «Пароход плывет по речке и пыхтит он, словно печка».



«**Корзинка**» – сплести пальцы обеих рук в замочек, слегка раздвинув ладони, большие пальцы приподняты и стыкуются, создавая ручку «корзинки». «В лес корзинку я беру и в нее грибы кладу».



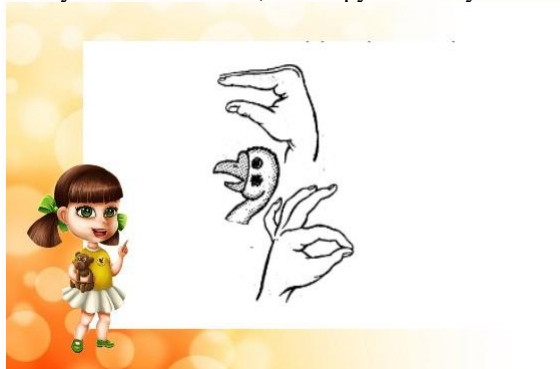
«**Кошечка**» – пальчики складываем как на рок-концерт, но средний и безымянный создают колечко с большим. «У кошки ушки на макушке, чтобы лучше слышать мышь в ее норушке».

«**Мышка**» – делаем, как кошку, но указательный и мизинчик сгибаем дугой и «мордочку» делаем более вытянутой. «Мышка-норушка сидит на опушке».



Как делать зайчика, всем известно: ручка в кулачке, указательным и средним имитируем ушки. «Зайка серенький, зайка беленький, морковку грызет, себя поймать не даст».

«Гусь» – рука в локотке под прямым углом, кисть повернута перпендикулярно. Пальцы плотно сложены, все стыкуются с большим, имитируя клюв гуся. «Гогочу, гогочу, ущипнуть тебя хочу».



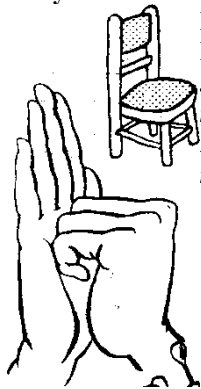
«Петушок» – большой и указательный «перст» соприкасаются, другие пальцы выстраиваются веером.

«Петушок, петушок, красный гребешок, золотые перышки».

«Курочка» делается так же, но пальчики согнуты, ведь гребешок у нее маленький. «Курочка пришла, яичко снесла».

«Песик» – тоже всем известная фигура: ладонь прямая, пальцы сомкнуты. Большой оттопыривается, указательный согнут. Мизинчик движется.

«Стул»



Ножки, спинка и сиденье —
Вот вам стул на удивленье.

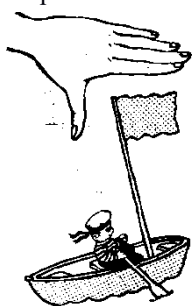
Левая ладонь вертикально вверх. К ее нижней части приставляется кулачок (большим пальцем к себе).

Если ребенок легко выполняет это упражнение, можно менять положение рук попеременно на счет раз.

«Флажок»

Я в руке - флажок держу

И ребятам им машу.



Четыре пальца (указательный, средний, безымянный и мизинец) вместе большой опущен вниз.

Тыльная сторона ладони к себе.

«Цепочка»

Пальчики перебираем

И цепочку получаем.

Большой и указательный пальцы левой руки в кольцо. Через него попеременно пропускаются колечки из пальчиков правой руки: большой - указательный, большой средний и т. д. Это упражнение можно варьировать, меняя положения пальчиков. В этом упражнении участвуют все пальчики.

«Замок»

На двери висит замок. *(соединить пальцы обеих рук в замок)*
Кто его открыть бы мог? *(пальцы сцеплены в замок, руки тянутся в разные стороны)*
Постучали, *(не расцепляя пальцы, постучать ладонями друг о друга)*
Покрутили, *(покрутить сцепленные руки в запястьях)*
Потянули *(пальцы сцеплены в замок, руки тянутся в разные стороны)*
И открыли. *(расцепить пальцы)*

Попробуем соединить выученные «фигуры» ранее:

«Кот и пес» – под стихок работают обе ручки, насколько это возможно: «Наша кошка из окошка наблюдает за дорожкой. Там гуляет очень злой – пес лохматый и большой». Одна ручка изображает котика, вторая – собачку.

«Транспорт»:

Называть я транспорт буду (ребрами ладоней «ездим» по столу туда-сюда)
Поезд, лодка, самолет (поезд – ладонь с оттопыренным большим пальцем и рука до локтя «едет» по рельсам (столу), лодку знаем, самолет – прямые ладони рядом, большие пальцы соединяем крест на крест, как птицу делаем)
И автобус не забуду (две сложенные ладони вместе «едут» по столу)
И машину-вездеход! (одна рука сложенная в знак «о'кей» и вторая, ставим руки колечками вниз на стол, пальцы обеих рук переплетаем, получается два колеса и платформа)

«Фруктовый сад»:

У бабушки в деревне (ручками домик делаем)
Растет фруктовый сад (изображаем деревья, как описано выше)
Там на деревьях сливы (делаем знак «о'кей»)
И яблоки висят (делаем шар руками)
И груши прямо с дерева могу я собирать, (кулак к кулаку соединяем)
Как хорошо у бабушки в деревне отдыхать! (человечек бежит)

«Повар» (здесь упражнения из категории гимнастики для пальцев, но и как игра тоже пойдет):

Мы капусту рубим, рубим («рубим» ребрами ладошек по столу)
Мы морковку трем, трем (трем ладошки между собой)
Мы капусту солим, солим (делаем пальцами характерные движения)
Мы капусту жмем, жмем (сжимаем кулачки)
В кадку все утрамбовали (силой давим ладошками по поверхности стола)
Сверху грузиком прижали (кулачок на кулачок)



Пахомов Виктор 2 класс
Пьеса «Сестрица-Алёнушка», композитор З. Смирнова

Выступление ученика 2 класса по АДОП Виктора Пахомова (является участником III и IV межрайонного фестиваля творчества людей с ограниченными возможностями «Поверь в себя», пгт.Шатки и участником XI «Всемирного Парамузыкального Фестиваля», г.Москва).



S2390004.MP4