



«РИТМОТЕРАПИЯ»

Выполнила
Щербакова А.В.

Ритмотерапия – это система особых упражнения под музыку и ритм с использованием лексического материала, танцевальных, двигательных упражнений и движений.

Ритмотерапия является недерективной терапией, объединяющей использование цветowych стимулов, произнесение звуков, физических движений и музыки, с акцентом на ритмическом компоненте.

Автор технологии

Ритмотерапия была придумана и развита джазовым барабанщиком Ронни Гардинером, американским музыкантом.

Осенью 1989 года к Р. Гардинеру обратился председатель Стокгольмской ассоциации парализованных и попросил музыканта провести занятие с членами ассоциации, которым требовалась некоторая умственная и физическая стимуляция.

Клинические исследования эффективности ритмотерапии были проведены в 1995-1996 годах Софией Викстром из нейрохирургического отдела Каролинского института (Стокгольм, Швеция), которые показали положительные результаты влияния на восстановление утраченных функций у пациентов после инсульта и других поражений головного мозга.

МУЗЫКАЛЬНОЕ И ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ИСКУССТВО ЯВЛЯЮТСЯ НЕЗАМЕНИМЫМИ СРЕДСТВАМИ ЭСТЕТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ, ХУДОЖЕСТВЕННОГО РАЗВИТИЯ, СПОСОБНОГО ГЛУБОКО ВОЗДЕЙСТВОВАТЬ НА ДУХОВНЫЙ МИР РЕБЕНКА С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ (ОВЗ). В ВОСПИТАНИИ ДЕТЕЙ РИТМИКА И ТАНЕЦ ЗАНИМАЮТ ОСОБОЕ МЕСТО. ОДНА ИЗ ОСНОВНЫХ ЦЕЛЕЙ – ФОРМИРОВАНИЕ РАЗНООБРАЗНЫХ ЭМОЦИЙ И ЧУВСТВ, ЯВЛЯЮЩИХСЯ ВАЖНЕЙШИМ УСЛОВИЕМ РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ.

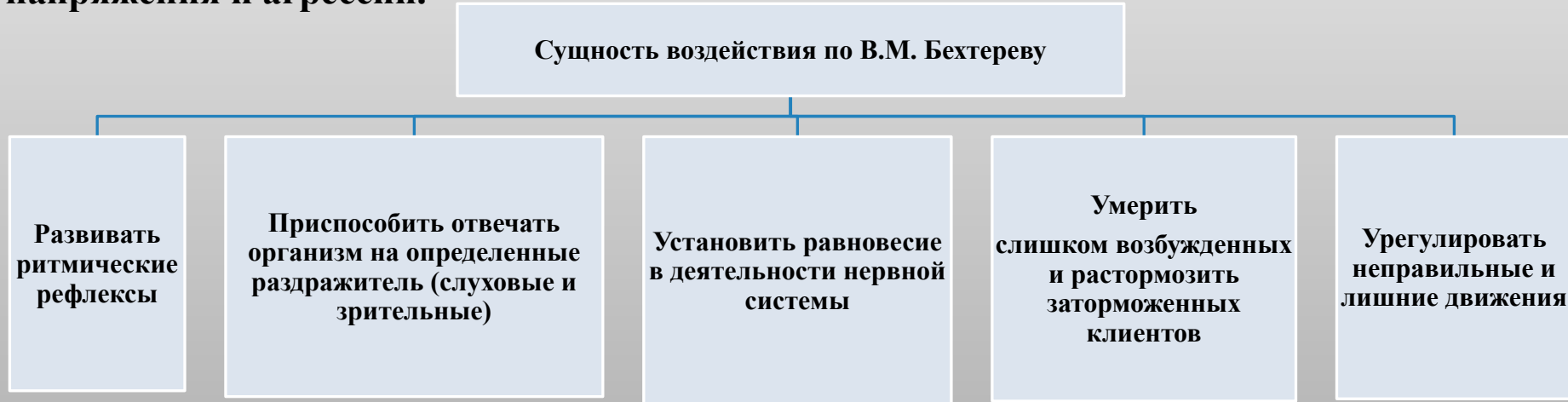
ДЕТЯМ С ОВЗ ОЧЕНЬ ТРУДНО БЫВАЕТ АДАПТИРОВАТЬСЯ К НОВОЙ, НЕПРИВЫЧНОЙ ОБСТАНОВКЕ, КАКОВОЙ ЯВЛЯЕТСЯ ДЛЯ НИХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР, КЛУБ ИЛИ ШКОЛА, КУДА ОНИ ПРИЕЗЖАЮТ. ТАК ИЛИ ИНАЧЕ, - ЭТО НОВАЯ СРЕДА, ВОКРУГ НОВЫЕ ДЕТИ, НОВЫЕ ПЕДАГОГИ. В ТО ЖЕ ВРЕМЯ ДЛЯ ОБУЧЕНИЯ И РАЗВИТИЯ ИМ НЕОБХОДИМА СПЕЦИАЛЬНЫМ ОБРАЗОМ ОРГАНИЗОВАННАЯ ОБУЧАЮЩАЯ СРЕДА. ЭТА СРЕДА ДОЛЖНА ПОСТЕПЕННО ИЗМЕНЯТЬСЯ В СООТВЕТСТВИИ С ПОЗНАВАТЕЛЬНЫМИ И ЛИЧНОСТНЫМИ ПОТРЕБНОСТЯМИ РЕБЕНКА И, СЛЕДОВАТЕЛЬНО, РЕБЕНОК НЕ ВСЕГДА ЧУВСТВУЕТ СЕБЯ В НЕЙ АБСОЛЮТНО КОМФОРТНО.

ПЕРЕД ПЕДАГОГАМИ СТОИТ СЛОЖНАЯ ЗАДАЧА: НУЖНО, С ОДНОЙ СТОРОНЫ, СОЗДАТЬ ДЛЯ РЕБЕНКА С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ РАЗВИВАЮЩУЮ СРЕДУ, А С ДРУГОЙ - ПОМОЧЬ ЕМУ НАУЧИТЬСЯ АДЕКВАТНО ВЕСТИ СЕБЯ В НЕЙ, НЕСМОТРИ НА ПОСТОЯННОЕ ИЗМЕНЕНИЕ СИТУАЦИИ. СТРУКТУРА ТАНЦА, ЕГО ЧЕТКИЙ РИСУНОК ФОРМИРУЮТ ВНЕШНИЕ ОПОРЫ ДЛЯ ЛИЧНОСТНОГО ПОВЕДЕНИЯ РЕБЕНКА. ТАНЦЫ СОЗДАЮТ ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ РАВНОВЕСИЕ: СОБИРАЮТ, УСПОКАИВАЮТ ДЕТЕЙ, ОБЛЕГЧАЮТ ПЕРЕХОД ОТ ОДНОГО ЗАНЯТИЯ К ДРУГОМУ.

ЗАНЯТИЯ ТАНЦАМИ ПОЛЕЗНЫ И ДЛЯ ДЕТЕЙ С ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВЫМИ НАРУШЕНИЯМИ, И ДЛЯ

Сущность воздействия

Ритмотерапия активизирует функционирование нервных путей в обход поврежденных или дисфункциональных частей мозга, осуществляя гармонизацию левого и правого полушарий мозга, улучшает кратковременную память, координации системы «сознание – тело» и исправляет нарушение речевых способностей, развивает координацию движений, улучшает сенсомоторную функцию, дает возможность выполнять различные социальные роли и удовлетворять потребности в эмоциональных связях, развивает эстетические потребности и обогащает новыми средствами эмоционального выражения, уменьшения тревожности, сопротивления, напряжения и агрессии.



Методика

Методика проводится в течении двух часов с одним двадцатиминутным перерывом. Занятие начинается с приветствия и разминки, затем проводятся разминочные упражнения на глубокое дыхание и растяжение мышц, сопровождающиеся классической музыкой.

Затем проводится обзор предыдущего занятия.

Далее идет основная часть занятия. Педагог дает детальную инструкцию о новой ритмической последовательности, которая будет изучена. Происходит изучение полной партитуры, состоящей из нескольких последовательностей музыкальных фрагментов и соответствующих движений тела. Полная партитура может длиться три-четыре минуты. Партитура начинается с несложной последовательности, использующей 40-60 ударов в минуту, и постепенно увеличивается и в сложности и в скорости до 80-1250 ударов в минуту.

Далее происходит завершение занятия.

Упражнения ритмотерапии могут проводиться стоя или сидя, в зависимости от возможностей занимающегося.

***Партиту́ра в музыке — нотная запись многоголосного музыкального произведения, предназначенного для исполнения ансамблем, хором или оркестром, в которой все партии (голоса) даны одна над другой в определённом порядке.**

Приемы

Ритмотерапия проводится по следующим приемам:

- ритмические речедвигательные упражнения;**
- музыкально – ритмические упражнения;**
- речедвигательные упражнения с элементами небольшого сюжета;**
- речевые ритмические упражнения с элементами драматизации;**
- игры – песни, игры – танцы;**
- ритмические речевые игры с картинками, игрушками и муляжами предметов**
- игры с пальчиками.**

В ритмотерапии используются цветные скоординированные символы, представляющие различные части тела: красный – для левой стороны и синий – для правой. Педагог, стоя перед занимающимися, использует красные и синие перчатки, соответствующей стороне тела, и показывает занимающимся последовательность движений.

Этапы

Этапы

1. Начало

Ведущий знакомит участников с историей барабанного тренинга, говорит о целях и возможностях. Затем раздаёт перкуссионные инструменты. Далее ведущий рассказывает об инструментах, показывает приемы игры на них и проводит разминочную часть ритмотерапии.

2. Разминка

Это специальный набор упражнений и игр, направленный на освоение инструментов, получение первого опыта игры и создания ритма, проявление командных качеств и общее расслабление.

3. Основная часть

Содержание основной части зависит от общих целей тренинга, но в любом случае в результате создается красивый и устойчивый общий ритм. Упражнения построены от простого к сложному с использованием тех навыков, которые были освоены в разминке. Начинается процесс совместного творчества, создания барабанной композиции. Отрабатываются отдельные партии и части, это общий процесс, где есть возможность поэкспериментировать и проявить свои творческие возможности. Для создания общего ритма нужно уметь слушать друг друга и опираться на ведущего.

4. Завершение

В завершающей части, происходит объединения и сплочения всех участников в общей ритмической композиции. Участники в полной мере ощущают эффект и энергетику «барабанного круга». Настроение улучшается, всех захватывают позитивные эмоции от общего процесса.

Возможность применения в дошкольном возрасте

Ритмотерапия возможна для применения в дошкольном возрасте, так как помогает регулировать мышечный тонус; регулировать координацию движений; укрепляет и сохраняет правильную осанку, развивает гибкость; вырабатывает у дошкольников ряд пространственных моторных представлений; развивает моторику и тактильную чувствительность; вырабатывает устойчивость; вырабатывает у дошкольников представление о темпах, силе и слабости звуков, мелодии; регулирует речь дошкольника; снижает сенсорные расстройства речи; снижает агрессивность дошкольника; помогает восстановить нормальный биологический ритм всего организма в целом и т. д.

Ритмотерапия даёт дошкольникам возможность общаться не только вербально, но и эмоционально, ментально, позволяет чувствовать мысли и настроения других детей. Ощувив способность играть, ребёнок верит в свои возможности, чувствует себя качественно по-новому, индивидуальной и значимой частью коллектива.

Ритмотерапия выполняют релаксационную функцию, помогают добиться эмоциональной разрядки, снять умственную перегрузку и утомление.

Для какой нозологической группы возможно применение технологии?

