

Ритмические игры и их значение для психоэмоционального развития ребёнка дошкольного возраста с ОВЗ

Автор: Фатыхова Ольга Вячеславовна, воспитатель ДОО

В условиях инклюзивного образования всё больше внимания уделяется поиску эффективных методов психолого-педагогической поддержки детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). Одним из таких методов являются ритмические игры, которые способствуют не только развитию двигательных навыков, но и оказывают положительное влияние на психоэмоциональную сферу ребёнка.

Ритмические игры — это форма двигательной активности, сопровождающаяся ритмическими действиями под музыку или с использованием речевых ритмов. Для детей с ОВЗ они становятся важным средством коррекции, социализации и эмоционального развития.

Ритм — это фундаментальная категория, которая присутствует во всех аспектах человеческой жизни, начиная от биологических процессов (дыхание, сердцебиение) и заканчивая когнитивными и эмоциональными реакциями. Регулярные ритмические стимулы помогают организму ребёнка синхронизировать внутренние процессы, способствуя формированию устойчивых нервных связей.

Для детей с ОВЗ ритмические игры особенно важны, так как они:

- Активизируют работу обоих полушарий мозга, улучшая межполушарное взаимодействие;
- Стимулируют сенсорную интеграцию, что способствует улучшению восприятия и обработки информации;
- Регулируют эмоциональное состояние, помогая снижать уровень тревожности и напряжения.

Значение ритмических игр для психоэмоционального развития детей с ОВЗ.

1. Развитие эмоциональной регуляции.

Ритмические упражнения помогают детям научиться контролировать своё эмоциональное состояние. Повторяющиеся ритмичные действия создают ощущение предсказуемости и безопасности, что особенно важно для детей с повышенной тревожностью и эмоциональной нестабильностью.

2. Снижение уровня стресса и тревожности.

Музыкальные ритмы и повторяющиеся движения оказывают расслабляющее воздействие на нервную систему. Исследования показывают, что участие в ритмических играх способствует снижению уровня кортизола (гормона стресса), улучшая общее самочувствие ребёнка.

3. Стимуляция социальной активности.

Групповые ритмические игры способствуют развитию навыков взаимодействия со сверстниками. Дети учатся работать в команде, следовать правилам и координировать свои действия с другими участниками, что положительно влияет на их социальную адаптацию.

4. Развитие самоконтроля и концентрации внимания

Ритмические упражнения требуют точности, координации и сосредоточенности. Повторение движений в такт музыке помогает улучшить внимание, развить навыки саморегуляции и организованности.

5. Поддержка речевого развития.

Игры с ритмическими стихами, песенками и хлопками способствуют улучшению фонематического слуха и артикуляционной моторики, что особенно полезно для детей с речевыми нарушениями.

Можно предложить следующие виды ритмических игр для детей с ОВЗ.

1. Двигательные ритмические игры.

«По волнам» — дети выполняют плавные, волнообразные движения руками под спокойную музыку.

«Марш под барабан» — маршировка в такт ударным инструментам, с чередованием темпа (медленно-быстро).

2. Музыкально-ритмические игры.

«Повторяй за мной» — педагог задаёт ритмический рисунок (хлопки, притопы), дети повторяют.

«Ритмическое эхо» — дети повторяют за взрослым короткие ритмические фразы с использованием музыкальных инструментов (бубен, треугольник, кастаньеты).

3. Игры с речевыми ритмами.

Скороговорки с ритмическим сопровождением — произнесение скороговорок под ритмичные хлопки или топание.

«Весёлый барабанщик» — дети стучат в такт рифмованным строчкам, подбирая разные ритмические акценты.

4. Игры с предметами.

Игры с мячом — перебрасывание мяча в такт музыке или под счёт.

Игра с лентами — выполнение движений с цветными лентами под музыкальное сопровождение.

При организации ритмических игр следует учитывать определённые методики:

1. Индивидуальный подход. Учитывайте особенности каждого ребёнка с ОВЗ (тип нарушения, уровень развития, эмоциональное состояние).

2. Постепенное усложнение. Начинайте с простых ритмических упражнений, постепенно добавляя новые элементы.

3. Регулярность занятий. Проводите ритмические игры регулярно, чтобы закрепить навыки и поддерживать интерес детей.

4. Создание позитивной атмосферы. Игра должна вызывать радость и удовольствие, что способствует формированию положительных эмоций.

5. Интеграция с другими видами деятельности. Ритмические игры можно включать в занятия по физической культуре, музыке, развитию речи и др.

При подведении итога говорим, что ритмические игры являются эффективным средством психолого-педагогической коррекции и поддержки детей дошкольного возраста с ОВЗ. Они способствуют развитию эмоциональной стабильности, улучшению когнитивных функций, развитию речи и социальных навыков. Важно, чтобы педагоги и родители осознавали значимость ритмических игр и активно использовали их в образовательной и воспитательной практике.

Литература

1. Выготский Л.С. «Проблемы развития психики ребёнка»
2. Анохин П.К. «Функциональная система как основа ритмической деятельности мозга».
3. Методические рекомендации по работе с детьми с ОВЗ в условиях инклюзивного образования.