(cc) BY

Сердцева Татьяна Васильевна
соискатель, педагог-организатор
МАОУ «Специальная (коррекционная)
общеобразовательная школа №38»
г. Череповец, Вологодская область

ТЕРАПЕВТИЧЕСКОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ ЗАНЯТИЙ ХОРЕОГРАФИЕЙ, ВОКАЛОМ И ТЕАТРАЛИЗОВАННОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ НА ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ С ОВЗ

Аннотация*: статья посвящена таким видам терапии, как танцевальная, театральная, вокальная, которые в настоящее время являются наиболее доступными и эффективными методами в профилактической, лечебной, реабилитационной работе с детьми с ОВЗ.*

Ключевые слова*: терапия, танец, вокал, театрализация, коррекция, социализация.*

Творчество в любом его виде трогает каждого человека. Его терапевтическое воздействие на психоэмоциональное и физическое состояние индивида доказано. Особенно оно показано в коррекционно-оздоровительной работе с детьми с ОВЗ. Такие учащиеся, как правило, позитивно относятся к различным видам творчества. Искусство прямым образом воздействует на жизнь и здоровье людей, оказывая психотерапевтические, развивающие действие.

Эффективной формой работы является танец, как особая форма движений, музыкально-пластического искусства, отражающего жизнь в двигательных образах. В пластике тела танцующий может выразить свои эмоции, как ни в одной другой деятельности.

Положительный эффект использования танцевальной терапии, двигательных ритмических упражнений в коррекции психоэмоциональных состояний и других нарушений подтверждаются рядом авторов (В.М. Бехтерев, А.М. Бернштейн, В.А. Гиляровский, В.А. Гринер и т. д.). В основе танцеваль-

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

ной терапии лежит снятие мышечного напряжения, появившегося в результате стресса, через танец.

Учитывая возрастные особенности и медицинские показания учащихся, показаны различные формы работы. Групповые занятия направлены на развитие общей физической подготовки, в них обязательно включаются комплексы упражнений для развития движений тела, которые закрепляются в танцевальных этюдах и танцах. На индивидуальных занятиях осуществляется работа с детьми, имеющими нарушение осанки, плоскостопие. Для этого подбирается специальный комплекс упражнений. Сочетание групповых и индивидуальных форм работы, позволяет достичь хороших результатов в освоении танцев.

Возможности танцевальной терапии безграничны:

– исправляется осанка. Ребенок укрепляет физическое и соматическое здоровье;

– работа над координацией движений способствует равновесию в пространстве, устойчивости при движении, четкости в трудовых операциях;

– повышается физическая работоспособность, соответственно, повышается общая выносливость, приспособленность к выполнению любых трудностей;

– развивается мелкая моторика;

– повышается концентрация внимания, что помогает ребенку в освоении школьных предметов, трудовой деятельности;

– двигательная активность влияет на снятие эмоционального напряжения и избавления от негативных эмоций;

– взаимодействие учащихся в творческом коллективе улучшает коммуникативные возможности и влияет на взаимоотношение со сверстниками и другими людьми.

Еще одним действенным способом коррекционной работы является музыкотерапия. В частности, вокалотерапия. Она формирует эмоциональную сферу, образное мышление ребёнка, способствует развитию художественных и творческих способностей. Вокал оказывает сильную коррекционно-оздоровительную направленность на всю систему организма детей с ОВЗ. Ме-

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

тоды вокалотерапии с успехом применяются во всем мире для лечения и коррекции и физических, и психических заболеваний: расстройств аутистического спектра, лёгкой и тяжелой формы нарушений речи, депрессий различного характера и других.

Занятия вокалом стимулируют работу внутренних органов за счет активных движений грудной клетки, диафрагмы, мышц брюшного пресса. Пение начинается с правильной постановки дыхания. А это в свою очередь повышает резервные возможности организма. Например, правильное дыхание помогает больным бронхиальной астмой.

Далее, распевание гласных звуков и звукосочетаний эффективно влияет на организм особого ребёнка. Например, звук «А» способствует снятию любых спазмов, лечению сердца и желчного пузыря. «У» – улучшение дыхания, положительное воздействие действие на работу почек, мочевого пузыря. «Э» – активизация деятельности головного мозга. Звукосочетание, «АП, АМ, АТ, ИТ, УТ» – исправляют дефекты речи.

Вокалотерапию можно назвать «здоровьесберегающей» технологией, поддерживающей и укрепляющей здоровья ребенка.

Эффективным методом коррекционного воздействия является театрализованная деятельность. Ее элементы помогают в коррекции поведения и эмоционального состояния. А также в социальной адаптации детей с ОВЗ.

Воплощая разные роли, дети имеют возможность пережить разные эмоции (гнев, страх, радость, печаль и т. д.) Пассивные дети успешней преодолевают свои страхов, а возбудимые, становятся более спокойными и уравновешенными.

Участвуя в театрализованных постановках, дети развивают речь, обогащают словарный запас, формируют грамматический строй предложений, усваивают принципы монолога и диалога. Таким образом, можно подчеркнуть, что в театрализованной игре формирование диалогической, эмоционально насыщенной речи у детей с ОВЗ происходит легче, чем на обыкновенных занятиях. Театрализованная деятельность дает пролонгированный эффект – большинство

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

воспитанников, впоследствии не испытывают затруднений, устанавливая контакт с окружающими.

Кроме того, у детей совершенствуется моторика, координация движений, их плавность и целенаправленность. Обогащается эмоционально-волевая сфера, корригируется поведение. И что немаловажно, формируется самостоятельность и активность.

Таким образом, можно сделать вывод, что через театрализованную, вокальную, танцевальную деятельность происходит всестороннее развитие ребенка, значительно облегчается его социализация и адаптация к условиям жизни в обществе.

Список литературы

1. Осипова А.А. Общая психокоррекция. – М., 2000.

2. Ходоров Д. Танцевальная терапия и глубинная психология. – М., 2009.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)