

ОТ ЭКРАНА К ТЕЛУ – АДАПТИРОВАННЫЕ ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ЗАНЯТИЯ В КОРРЕКЦИИ ПСИХОМОТОРНОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ С МЕНТАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ

КОНДРАТЬЕВА А.П.

УЧИТЕЛЬ АФК ШКОЛЫ №502 КИРОВСКОГО РАЙОНА

Актуальность

Влияние цифровизации: дети с ментальными нарушениями проводят много времени перед экраном (планшеты, видео, тренажеры), что приводит к гиподинамии и обедняет телесный опыт.

Особенности психомоторной сферы

- Трудности с эмоциональной саморегуляцией и социальным взаимодействии
- Скованность и недостаточный контроль движений
- Слабая мышечная память, отсутствие плавности и чувства ритма
- Нарушения координации и баланса
- Нарушения схемы тела, пространственной ориентировки, координации и баланса

Главное противоречие: высокая мотивация к экранным средствам при пассивном потреблении контента закрепляет разрыв между «вижу на экране» и «делаю телом»

Мост «Экран – Тело»: как это работает?

Для детей с ментальными нарушениями прямая инструкция педагога или резкое погружение в двигательную среду часто вызывают тревогу или отторжение.

Экран для них — привычный, понятный канал восприятия. Мы используем его не как цель, а как «мостик»

1. Визуальная опора:
На первых этапах мы применяем короткие мультимедийные подсказки (видео)

2. Экранная мотивация: Ребенок видит понятный образец ритма или движения на экране, что снижает страх перед неизвестным.

3. Опосредованный перенос: Постепенно фокус внимания смещается с визуального стимула на экран — к живому педагогу, затем к зеркалу, и, наконец, к собственным внутренним проприоцептивным ощущениям (чувству суставов и мышц).

Цель

Выявить и обосновать коррекционно-развивающие возможности адаптированных танцевальных занятий для преодоления «экранной» зависимости и перехода к активной двигательной деятельности.



Задачи

1. Проанализировать научно-методические представления о психомоторном развитии детей с ментальными нарушениями и влиянии экранной среды на их двигательную и телесную сферу.

2. Раскрыть коррекционно-развивающий потенциал адаптированных танцевальных занятий в работе с детьми с ментальными нарушениями.

3. Описать структуру и содержание адаптированных танцевальных занятий, направленных на коррекцию психомоторного развития.



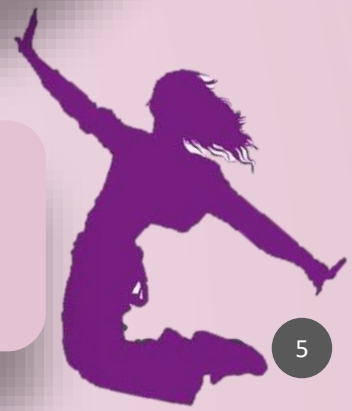
Преимущества

Во-первых,
оно близко и привлекательно для современных детей, в том числе через музыку и видеоконтент, который они видят на экранах.

Во-вторых,
Хип-хоп имеет яркий ритм и чёткий бит, что помогает детям легче осваивать этот стиль

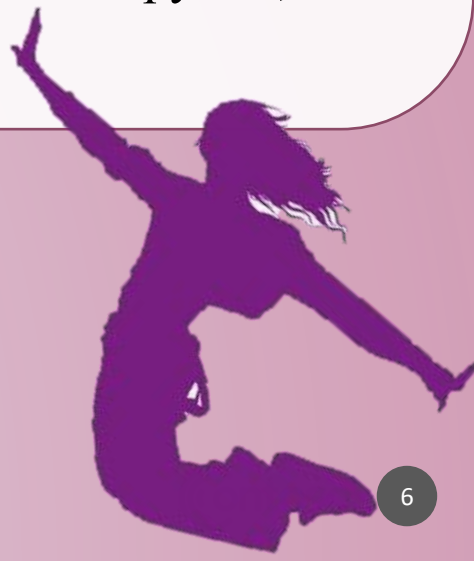
В третьих,
хип-хоп не требует сложной хореографической подготовки и может быть адаптирован под индивидуальные возможности каждого ребёнка.

Ключевое преимущество хип-хопа работает как мультимодальный канал развития



Танцевальные занятия по хип-хопу задействуют сразу несколько систем

- двигательную систему – выполнение движения, координацию, баланс;
- слуховую и ритмическую – согласование движения с музыкой и ритмом;
- зрительную – наблюдение за педагогом и сверстниками, имитацию;
- тактильно-проприоцептивную – ощущение позы, напряжения, положения тела в пространстве;
- эмоциональную – удовольствие от движения, снижение тревожности;
- социально-коммуникативную – синхронные действия в группе, невербальное общение, работу в команде.



АЛГОРИТМ ЗАНЯТИЯ

502
ШКОЛА

Разминка

Совместный просмотр короткого видеофрагмента, выделение ключевых движений.

В процессе разучивания хореографии, осуществляется проговаривание движений с педагогом.

Разбивка связки на простые элементы и выполнение без экрана (под счёт и музыку).

Групповое взаимодействие: синхронное исполнение в кругу, линиях, парах или малых группах.

Роль экрана: постепенно экран используется всё реже (лишь как ритмическая подсказка или образец), уступая место реальному телесному действию.



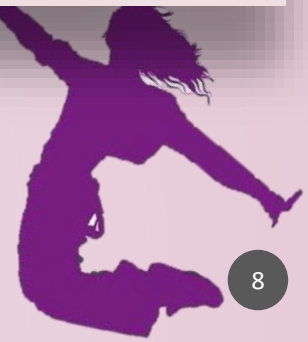
Реализация предложенного подхода позволяет рассчитывать на улучшения:

координации → ориентировки в пространстве → внимания и коммуникации

ритмичности → моторной памяти → снижение тревожности и повышение интереса к движению



Экран не заменяет движение, а выполняет вспомогательную функцию — показывает образец, задаёт ритм, обеспечивает обратную связь и мотивирует ребёнка к реальному телесному действию.



Практические результаты и динамика

В результате систематических занятий (2–3 раза в неделю) у детей наблюдается выраженная позитивная динамика:

- На физическом уровне: Улучшается координация, баланс, плавность движений и моторное планирование.
- На когнитивном уровне: Повышается концентрация внимания, умение следовать двухуровневым и трехуровневым инструкциям.
- На эмоционально-волевом уровне: Снижается уровень тревожности, уменьшаются стереотипии и самоагрессия.
- На социальном уровне: Появляется контакт глаз, способность работать в парах или микрогруппах.

Практические рекомендации

Данные материалы будут полезны:

- педагогам-психологам
- дефектологам
- инструкторам по адаптивной физической культуре
- родителям





СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!