

**Нижегородская региональная общественная организация родителей
детей-инвалидов по зрению «Перспектива»
при поддержке Фонда президентских грантов
в рамках социального проекта «Сила творчества»**

Творческая мастерская как реабилитационная технология.

Инструкция к действию

пособие для специалистов в сфере реабилитации людей с инвалидностью

Нижний Новгород. 2024 год

Коллектив авторов:

Сумарокова Ирина Германовна, председатель правления НРООРДИЗ «Перспектива», к.п.н.

Липина Галина Юрьевна, исполнительный директор НРООРДИЗ «Перспектива»

Маркова Наталья Гафиятовна, учитель хореографии высшей категории ГАОУ «Нижегородская областная специальная (коррекционная) школа-интернат для слепых и слабовидящих детей»

Цыганова Марина Геннадьевна, член Союза художников России, мастер по фактурной живописи

Шмелева Екатерина Андреевна, педагог по вокалу, музыкант, исполнитель, автор песен

Роготнева Раиса Александровна, победитель всероссийских и международных конкурсов по декоративно-прикладному творчеству среди лиц с инвалидностью, человек с одновременным нарушением зрения и слуха

Оглавление

| | |
|---|----|
| Предисловие..... | 4 |
| Глава I. ЧТО ТАКОЕ ИНКЛЮЗИВНАЯ ТВОРЧЕСКАЯ МАСТЕРСКАЯ? | 5 |
| Глава II. Виды и направления инклюзивных творческих мастерских для реабилитации людей с ОВЗ на примере инвалидов по зрению | 7 |
| 1. Арт-мастерская по фактурной живописи | 7 |
| 2. Мастерская по бисерплетению | 11 |
| 3. Танцевальная инклюзивная творческая мастерская | 17 |
| 4. Вокальная инклюзивная творческая мастерская..... | 22 |
| Заключение | 25 |

Предисловие

Уважаемые читатели!

Данное пособие создано в помощь специалистам различных государственных и негосударственных учреждений и центров творчества, которые занимаются реабилитацией людей с разными формами инвалидностью, в том числе с инвалидностью по зрению. Основная форма работы, описанная в пособии, это Инклюзивная Творческая Мастерская (ИТМ).

В пособии Вы найдете ответы на следующие вопросы: Как организовать ИТМ в учреждении? Какие выбрать материалы и направления деятельности работы мастерской? Как на практике осуществить работу в мастерской с максимальным результатом для людей с инвалидностью?

В пособии Вы не найдете ответы на вопрос: какое направление творческой реабилитации выбрать для конкретно взятой аудитории с инвалидностью? Ответ на этот вопрос вы знаете сами, поскольку работаете с той или иной нозологией и понимаете их потребности и боли.

На страницах пособия мы делимся опытом и разработками, которые уже опробованы Нижегородской региональной общественной организацией родителей детей-инвалидов по зрению «Перспектива» в рамках работы Досугового центра для слепоглухих людей «ПЛОТ» (Пространство Людей, Объединенных Творчеством) в Нижнем Новгороде. Главными участниками работы ИТМ у нас стали люди с инвалидностью по зрению, в том числе слепоглухие люди (с одновременным нарушением зрения и слуха) старше 18 лет.

Коллектив авторов выражает надежду на то, что данная технология работы с людьми с инвалидностью по зрению будет полезна специалистам при организации творческой реабилитации инвалидов различных нозологий, поможет вовлечь в творческий процесс тех, кому так важно научиться жить со своим заболеванием, понять себя и раскрыть свои таланты.

В завершении хотим напомнить, что творчество – это единственный язык, на котором могут без перевода общаться разные люди и понимать друг друга!

Глава I. ЧТО ТАКОЕ ИНКЛЮЗИВНАЯ ТВОРЧЕСКАЯ МАСТЕРСКАЯ?

Инклюзивная творческая мастерская (ИТМ) – это форма организации творческой реабилитации людей с ограниченными возможностями здоровья и (или) инвалидностью, которая предусматривает ограниченный по времени непрерывный цикл занятий каким-то одним видом творчества. Результатом такой деятельности являются созданные творческие работы (индивидуальные или коллективные), концертные номера или выступления. У мастерской обязательно есть руководитель – Мастер. Он и организует творческий процесс, координирует его и управляет им.

В учреждении может работать сразу несколько мастерских, если позволяет помещение и время работы. Регулярность занятий может быть различной интенсивности, от 2-3 раз в неделю до 2-3 раз в месяц. Расписание работы мастерской составляется и корректируется мастером по согласованию с руководством и непосредственными участниками мастерской, если они имеют высокую занятость, учатся, работают и т.д.

Количество участников. Каждое направление предполагает наличие необходимого количества участников, чтобы творческий процесс состоялся. Здесь мастер сам определяет, сколько людей минимально (максимально) нужно для организации творческого процесса или создания творческой работы. Если работа индивидуальная, значит мастер организует индивидуальное занятие. Часто индивидуальные занятия необходимы на начальном этапе развития ИТМ, чтобы участники могли в комфортных условиях освоить базовые навыки. При этом предпочтительно, чтобы эти индивидуальные занятия объединяла общая идея или общая цель. Также может быть выбрана работа в, так называемой, малой группе. Когда количество участников будет от 2 до 5 человек. Тогда при объединении людей в малые группы необходимо учесть уровень обучаемости и работоспособности участников и создать несколько малых групп, где будут объединены люди, похожие по скорости восприятия и усвоения информации, например, самые быстрые или, наоборот, те, кому пока трудно.

Основные формы работы: занятие и (или) мастер-класс. Занятия идут по расписанию, направлены на глубокое погружение в процесс творчества. Количество участников обычно до 10 человек, а результаты работы появляются постепенно. Мастер-класс – периодические встречи с большим количеством людей, в основном, предполагает пониженный уровень сложности с целью познакомить людей с тем или иным видом работы и сразу

увидеть результат. Мастер-классы помогают привлекать новых участников. Ведущими мастер-классов постепенно могут становиться и сами инвалиды, которые достигли определенного уровня в каком-то творчестве, например, человек уже самостоятельно плетет из бисера, у него есть готовые работы и самые простые виды плетения он знает хорошо.

Уровень сложности творческой работы определяет мастер, в зависимости от потребностей и возможностей людей с ограничениями в здоровье и/или задач учреждения. Важно учесть индивидуальные особенности каждого человека, выявить его склонности, способности и таланты. Часто в этом могут помочь специалисты учреждения, которые много взаимодействуют с людьми в учреждении, психологи, дефектологи, социальные работники, близкие родственники и т.д., которые хорошо знают увлечения и способности подопечных. Важный метод – это наблюдение за поведением человека с особенностями здоровья: как он общается, что делает в свободное время, чем интересуется, на что обращает внимание.

В процессе работы ИТМ мы не выявили возрастных ограничений. В нашем опыте в работе мастерских участвуют люди старше 18 лет. Наряду с молодежью занятия посещают представители старшего поколения. Наиболее активно зафиксировано участие людей 35+, хотя и молодежная активность прослеживается.

Глава II. Виды и направления инклюзивных творческих мастерских для реабилитации людей с ОВЗ на примере инвалидов по зрению

1. Арт-мастерская по фактурной живописи

Пояснительная записка:

Фактурная живопись – это направление в искусстве создания интерьерных картин с объемными частями изображения. Такая картина не только воспринимается с помощью зрения, но и может послужить отличным тактильным материалом для восприятия на ощупь. Именно поэтому мы решили попробовать рисовать фактурные картины с незрячими и слабовидящими. За счет своей «объемности» картина воспринимается как целостный арт-объект, фактура картины придает изображению глубину и четкость, подчеркивая и выделяя на картине, например, главный объект (гора, волна, камни) или обыгрывает второстепенные объекты (вдалеке), помогая им влиться в целостность картины.

Человек, работая в таком направлении творчества, получает доступ сразу к нескольким видам творческой работы:

- грунтование холста,
- работа с фактурной пастой (акриловой или гипсовой шпатлевкой),
- закрепление фактуры с помощью грунтовки,
- нанесение цвета с помощью акриловых красок
- покрытие лаком.

Между каждым видом работы должно пройти некоторое время, необходимое для высыхания. Так, после грунтования холста достаточно двух часов, и можно переходить к нанесению фактуры. А вот после нанесения фактурных объектов должно пройти несколько дней, чтобы шпатлевка хорошо просохла. Также после нанесения красок - слой лака следует нанести через один – два дня. Эти виды работ выполняются в разные дни для того, чтобы картина на каждом этапе хорошо просыхала. При этом важно по окончании работы выполнить натяжение холста на подрамник с помощью деревянных колышков, которые обычно находятся в комплекте.

Особенно ценно в работе над фактурной картиной, что человек с инвалидностью сам или с помощью наставника принимает участие в каждом

этапе создания своей картины, что неизменно повышает ценность этой технологии и ценность готовой работы для него самого

Методическая разработка занятия живописью для слепых и слабовидящих людей, М.Г. Цыганова, член Союза художников России, мастер по фактурной живописи

Цель:

Создание условий для самовыражения и развития творческих способностей слепых и слабовидящих людей через занятия живописью, а также улучшение тактильной чувствительности, координации движений и осязательного восприятия.

Задачи:

1. Обеспечить участников необходимыми материалами и инструментами для работы.
2. Научить участников основам работы с гипсовой смесью для создания тактильных ориентировок.
3. Ознакомить участников с процессом покрытия грунтом и нанесения акриловых красок.
4. Развивать у участников навыки работы с цветом и текстурой, используя тактильные ориентиры.
5. Поддержать участников в процессе самовыражения и творческого поиска.

Работа над фактурной картиной проходит в режиме двух основных мастер-классов. На первом мастер-классе на заранее подготовленный и предварительно загрунтованный холст наносится фактура. На втором мастер-классе, который проходит через несколько дней, на предварительно загрунтованное фактурное изображение наносится красочный слой. Количество участников от 6 до 12 человек. Если в группе несколько тотально незрячих участников потребуется помощь волонтеров, особенно при работе с красками.

Участники мастер-классов сидят за столами или одним большим столом, но таким образом, чтобы была возможность подойти к каждому участнику. Столы следует покрыть клеенкой, так как поверхность стола может быть испачкана шпатлевкой и красками во время работы.

Необходимые материалы и инструменты: холст на подрамнике, кисти разной толщины, палитры для смешивания красок, емкости с водой, мастехины, одноразовые перчатки, бумажные и влажные салфетки.

Построение занятий:

1. Работа с гипсовой смесью:

- Объяснить и показать участникам, как правильно замешивать гипсовую смесь.
- показать разные способы нанесения гипсовой смеси на холст

Помочь создать тактильные ориентиры для будущей картины (например, формы, линии, текстуры).

- Убедиться, что все участники понимают процесс и имеют возможность экспериментировать.

2. Покрытие грунтом:

- Объяснить, зачем необходимо покрывать поверхность грунтом (для улучшения сцепления красок).
- Показать, как правильно наносить грунт на созданные гипсовые ориентиры.
- Позволить участникам самостоятельно покрыть свои работы грунтом.

3. Нанесение акриловых красок:

- Объяснить, как работать с акриловыми красками, используя тактильные ориентиры. Показать разные способы нанесения красок, помочь выбрать наиболее удобный способ.
- Предложить участникам выбрать цвета и нанести их на свои работы, ориентируясь на созданные ранее текстуры.
- Поддерживать участников в процессе творчества, комментируя их выбор и подход.

4. Покрытие лаком:

- Объяснить важность покрытия лаком для защиты картины и придания ей завершенности.

- Помочь участникам аккуратно нанести лак на свои работы, следя за тем, чтобы сохранить текстуры.

Подведение итогов:

- Провести обсуждение созданных работ, позволяя каждому участнику рассказать о своем опыте и процессе создания картины.
- Обсудить, что понравилось больше всего, какие трудности возникли и что удалось преодолеть.
- Предложить участникам возможность выставить свои работы или организовать небольшую выставку для друзей и семьи, чтобы поделиться своим творчеством.
- Завершить занятие позитивной нотой, поощряя участников продолжать заниматься творчеством и искать новые способы самовыражения.

2. Мастерская по бисерплетению

-Пояснительная записка

Бисероплетение является увлекательным видом творчества, который может приносить радость и удовлетворение людям всех возрастов и способностей. Однако, когда речь идет о работе с незрячими людьми, возникают дополнительные трудности, требующие особого подхода к обучению. В этой статье мы рассмотрим ключевые аспекты методики преподавания бисероплетения для незрячих людей, чтобы помочь им освоить этот вид искусства и наслаждаться процессом создания красивых украшений и декоративных предметов.

Методика преподавания бисероплетения для незрячих: основы и подходы, Р.А. Роготнева, победитель всероссийских и международных конкурсов по декоративно-прикладному творчеству среди лиц с инвалидностью, человек с одновременным нарушением зрения и слуха

Материалы и инструменты

Одним из основных шагов в подготовке к урокам бисероплетения для незрячих является выбор подходящих материалов и инструментов. Важно учитывать следующие факторы:

1. Материалы:

- **Бисер:** Используйте особенно на начальном этапе обучения, крупные бисерины различных цветов и размеров, чтобы облегчить их идентификацию на ощупь.

Размер: Крупные бусины разных размеров и цветов легче идентифицировать на ощупь.

Форма: Бусины разных форм (круглые, овальные, продолговатые, квадратные, треугольные, сплюснутые) помогут разнообразить изделия, улучшить осязательное восприятие и расширить тактильный опыт.

Текстура: Использование бусин с различными текстурами (гладкие, шершавые, граненые, ребристые, бархатистые) добавит интереса и позволит лучше различать их на ощупь.

- **Нити:** Выбирайте прочные нити, которые легко захватывать пальцами и плести. Лучше всего использовать леску. А незрячие мастера чаще используют специальную проволоку.

Толщина: Толщина нити (проволоки) должна соответствовать размеру бусин и сложности проекта.

Гладкость: Гладкие нити будут меньше раздражать кожу, что особенно важно для людей с чувствительными руками.

- **Проволока:** Для тех, кто предпочитает работать с проволокой, выбирайте толстую проволоку с хорошей гибкостью.

Толщина: Для создания сложных конструкций выбирайте проволоку средней толщины, которая сохраняет гибкость.

Качество: Высококачественная проволока устойчива к деформации и ржавчине, что увеличивает долговечность готовых изделий.

2. Инструменты:

- Пинцеты: Специальные пинцеты с резиновыми наконечниками помогут аккуратно манипулировать мелкими элементами. Однако, исходя из наших наблюдений за опытными незрячими мастерами, они чаще всего не пользуются пинцетами, а захватывают бусины, даже самые мелкие, пальцами. Это умение формируется не сразу, а по мере совершенствования навыков бисероплетения.

- Шило или иглы: Пригодятся для протягивания нитей через отверстия в бусинах. Если в изделии используется проволока, бисер набирают сразу на нее.

- устройство для набора бисера

- емкости для распределения бисера по цвету и размеру. Для этого подойдут маленькие баночки, например от фотопленки или гоаши. Можно использовать пластиковые контейнеры, разделенные на ячейки. Также можно использовать пластиковые ячейки от яиц.

- Ножницы: Должны быть удобными и безопасными для использования без зрения. Надо обязательно учить безопасным приемам при использовании ножниц. Основное из правил безопасности: никогда не оставлять ножницы

раскрытыми и класть их на рабочую поверхность в одно и то же место концами от себя.

3. Основные техники бисероплетения

Для незрячих учеников важно выбрать простые и понятные техники, которые можно легко освоить на ощупь. Вот несколько базовых техник:

1. Цепочка: Простая техника, где каждая бусина последовательно нанизывается на нить или проволоку. Подходит для начинающих.
2. Французское плетение: Более сложная техника, при которой бусины собираются в петли и формируют узоры.
3. Техника параллельного плетения: Создание плоских фигур путем параллельного соединения бусин.
4. Техника мозаичного плетения: Создание объемных фигур и узоров с использованием многослойного расположения бусин.

Индивидуальный подход

При обучении незрячих учеников необходимо учитывать индивидуальные особенности каждого человека:

1. Степень потери зрения: Учитывайте степень и характер потери зрения. Это поможет адаптировать материалы и методы обучения. Слабовидящие люди могут рассматривать образец, пользуясь остаточным зрением. Но для этого должны быть созданы комфортные условия. Часто им требуется дополнительное освещение рабочей поверхности. Для этого лучше использовать индивидуальную настольную лампу, у которой можно менять наклон так, чтобы лампа не слепила глаза, а освещала рабочую поверхность. Иногда слабовидящим людям может помочь лупа на подставке или штативе. У таких луп бывает своя подсветка. При более слабом зрении можно использовать ручные лупы с разным увеличением (четыре-, пяти-, семи- и даже десятикратные) с подсветкой или без нее. Незрячие люди будут воспринимать образец на ощупь. На первых этапах обучения можно изготовить специальный образец из более крупных бус, чтобы незрячий мог хорошо прощупать отличительные особенности разных техник бисероплетения.
2. Тип мотивации: Определите, какие виды работ наиболее привлекательны для человека – создание украшений (бусы, браслеты, кольца), декоративные

предметы (конфетницы, салфетницы, цветы, животные и др.) или просто приятный досуг: кому-то нравится общение за совместным рукоделием.

3. Физические возможности: Некоторые люди могут иметь дополнительные ограниченные физические возможности, что требует специальных приспособлений и методов работы. Например, при плохо развитой мелкой моторике следует использовать проволоку и бусины более крупного размера, хорошо различающиеся по форме и контрастные по цвету.

Создание коллективных работ.

В практике работы Мастерской по бисероплетению появились занятия по созданию коллективной работы. Обычно коллективная работа создается в режиме мастер-класса. Для таких мастер-классов подойдут такие изделия как елка, дерево, цветочная композиция и т.п. Каждый участник создает из бисера и проволоки одну или несколько небольших деталей общего изделия или композиции, например: еловая ветвь, цветок, листок, лепесток), точно следуя инструкции мастера, а на первых порах и с его помощью.

Когда отдельных деталей изготовлено в достаточном количестве, мастер собирает общую композицию (елочку, букет, цветок, дерево). Участники могут помогать мастеру в сборе композиции. Важно вовлечь в процесс всех присутствующих, подобрав для каждого посильную работу. Например, при изготовлении дерева все учатся изготавливать основную деталь – листок. Когда будет изготовлено много листочков часть участников может под руководством мастера освоить сбор ветки из нескольких листочков. Для тех кому будет это сложно сделать, могут продолжать изготавливать листья. Возможно среди участников будут люди с плохо развитой мелкой моторикой. Для них будет сложно изготовление листьев. Им можно доверить набирать бисер на проволоку с помощью специального приспособления.

На мастер-классах некоторым участникам может потребоваться помощь волонтеров. Следует об этом позаботиться заранее. Также могут потребоваться дополнительные материалы для придания композиции завершенности (подставка, ваза, корзинка, жесткая основа). Также могут потребоваться сопутствующие материалы для создания композиции, такие как клей, крепеж, гипс и т.п.

Практические советы

1. Создание схем: Используйте текстурные материалы для создания тактильных схем, которые помогут незрячим ориентироваться в процессе

работы; для слабовидящих, создавая схему, используйте контрастные и яркие цвета.

2. Работа в группах: Совместная работа с другими помогает развивать коммуникационные навыки, повышает интерес и мотивацию, обеспечивает поддержку.

3. Практика в малых шагах: Разделите процесс обучения на небольшие этапы, чтобы избежать перегрузки информацией.

4. Адаптация учебной среды: Обеспечьте комфортное рабочее место для каждого участника - достаточное освещение и пространство для удобной работы, а также убедитесь, что материалы и инструменты находятся в доступном месте. При этом помните об обеспечении безопасности участников при работе с инструментами и острыми деталями.

5. Профилактика зрительного утомления: при занятиях со слабовидящими важно помнить о том, что непрерывная зрительная нагрузка не должна превышать 15 – 20 минут. По истечении этого времени необходимо устроить перерыв в работе и выполнить несколько упражнений зрительной гимнастики, которые позволят снять излишнее напряжение с глаз. Если у слабовидящего при занятии бисероплетением быстро наступает зрительное утомление, полезно на пару минут оставить работу, подойти к окну и посмотреть в даль.

Заключение

Методика обучения бисероплетению для людей с ограниченными возможностями здоровья, в том числе для незрячих и слабовидящих, требует особого внимания к выбору материалов, подборе техник и подходу к каждому человеку. Следуя нашим рекомендациям, преподаватели смогут создать благоприятную атмосферу в инклюзивной творческой мастерской для развития творческих способностей своих обучающихся и помочь им раскрыть свой потенциал в мире бисероплетения.

В творческой мастерской люди могут активно участвовать в создании новых изделий, экспериментируя с дизайном и узорами, предлагая свои идеи и воплощая их в работах. Совместная групповая деятельность стимулирует креативное мышление и способствует развитию коммуникационных навыков. Участники мастерской также могут делиться своими успехами и неудачами, поддерживая друг друга в процессе обучения.

Лучшие работы должны быть представлены на выставках и конкурсах, чтобы творчество людей с инвалидностью получало оценки от различных сообществ, в том числе людей без особенностей развития.

3. Танцевальная инклюзивная творческая мастерская

Рекомендации по проведению занятий и мастер-классов по хореографии для людей с нарушением зрения (слабовидящих, тотально незрячих), Маркова Н.Г., учитель хореографии высшей категории ГАОУ «Нижегородская областная специальная (коррекционная) школа-интернат для слепых и слабовидящих детей», преподаватель хореографии, руководитель танцевального ансамбля «Хорошее настроение» центра «Перспектива»

Еще в Древней Греции полагали, что в процессе обучения такие дисциплины как музыка и танцы не менее важны, чем точные науки. Учителя того времени были твердо убеждены, что для формирования творческой, гармонично развитой личности необходимо всестороннее образование.

Занятия танцами не только развивают музыкальность, но и помогают воспитать внимание, волю и коммуникабельность. Танцевальное искусство способствует развитию красоты и выразительности движений, физической силы, выносливости и ловкости, формирует осанку, развивает координацию движений и способность к ориентировке в пространстве.

Благодаря систематическому хореографическому образованию и воспитанию, танцоры с нарушением зрения приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию хореографического искусства.

Танцевальное искусство важно и для людей с нарушением зрения.

Люди с нарушением зрения часто имеют проблемы в развитии двигательных навыков, такие как:

- затруднения в овладении двигательными навыками по подражанию, пространственным представлением, в ориентировании в микро- и макропространстве;
- нарушение статического чувства, координации, точности, объема и амплитуды движений.
- снижение двигательной активности.
- наличие навязчивых движений.

Занятия хореографией безусловно помогают в развитии двигательной сферы, пантомимики, ориентировки в микро- и макро-пространстве, в развитии и полном использовании сохранных анализаторов, а также эмоционально-волевой сферы, коррекции застенчивости, общения.

Сложные движения танца — это постоянный контроль коры больших полушарий. Кроме того, участки коры головного мозга «делят ответственность» за образное мышление (творчество) и логику. В танцах задействованы оба этих вида деятельности мозга, в них есть строгая геометрия композиции и импровизация, тренинг координации движений, чувства баланса, лучшего ощущения положения тела в пространстве, памяти, образного и логического мышления.

Синтез тренировочных упражнений на связь движения и музыки, классический тренаж, партерная гимнастика, разучивание танцевальных движений, а также постановка танца, позволяют творчески подходить к процессу обучения слепых и слабовидящих людей танцу, что несомненно повышает мотивацию к занятиям, а также дают возможность использовать более широкий спектр средств и инвентариев для достижения наилучших результатов.

Систематические занятия хореографией улучшают работу двигательного анализатора, а также способствуют воспитанию мышечного чувства у слепых людей, что необходимо им для нормальной жизнедеятельности и пространственной ориентировки.

Требования к залу и форме:

Для занятий необходим просторный зал, который хорошо проветривается и, по возможности, оснащен техническими средствами: хореографическим станком, зеркалами, музыкальным центром или колонкой с возможностью подключения флеш-карты. Танцоры занимаются в удобной, не стесняющей движения, форме и танцевальной обуви.

Основные этапы занятия

1. Приветствие — Здороваются с педагогом, исполняя танцевальный поклон. Настраивает на начало занятия и внимание к педагогу.
2. Разминка — обязательная часть занятия! Она нацелена на разогрев мышц, связок и суставов танцора, важно разминаться во избежание травматизма при исполнении движений танца.

3. Тренировочные упражнения — включают в себя комплекс упражнений на укрепление и развитие силы мышц, на развитие чувства баланса, координации и скорости движений.

4. Движения и комбинации танца — включает в себя изучение отдельных движений и последующего соединения их в комбинации, а так же взаимодействие с партнерами по танцу.

5. Постановка танца — соединение нескольких комбинаций в единую художественную композицию. Изучение рисунков танца и переходов.

6. Завершение — подведение итогов занятия. Исполнение танцевального поклона.

Важно! Обучение танцам должно быть систематическим и последовательным, и построено по принципу изучения материала от простого к сложному с постоянным повышением требований к исполнению, а также по принципу постоянной коррекции нарушенных функций учащихся (психической, коммуникативной, пространственной, зрительной и т. д.).

Для эффективного использования физических и танцевальных упражнений для людей с нарушением зрения, необходимо знать особенности их физического развития, двигательных способностей, сопутствующих заболеваний, противопоказаний и ограничений. Важно учитывать и дозировать зрительную, эмоциональную и временную нагрузку.

В ходе занятия обязательно выделяется время для отдыха от физической и зрительной нагрузки. В это время прослушивается музыка или даются теоретические сведения.

Особенности подбора репертуара.

При подборе репертуара и выборе танцевального направления педагог опирается на следующие пункты:

- возможности танцоров и группы в целом:
- доступность хореографического материала относительно здоровья танцоров, медицинских противопоказаний;
- возраст танцоров;
- интересы группы (если есть возможность обсудить, что бы хотели изучить сами исполнители).

При этом педагог может творчески подходить к проведению занятий, постановочной работе, выбору репертуара. Очень важно, чтобы характер движений и методика преподавания не вредили здоровью и остроте зрения обучающихся.

Методы и формы работы

В работе со слепыми и слабовидящими танцорами используются все методы обучения, признанные в общей педагогике, однако, учитывая особенности людей с нарушениями зрения, есть некоторые различия в приемах применения, обусловленные состоянием зрения.

В процессе обучения хореографии на каждом занятии используется сочетание методов и приемов.

Как базовый, применяется метод объяснения. Он служит опорой и при использовании наглядных и практических методов. Важно точно, подробно и не спеша объяснять, как правильно исполняется движение. Вовремя исправлять ошибки, чтобы танцор не заучил неправильный вариант.

Не менее важным является контактный метод показа.

Он включает в себя:

- пассивный метод показа — когда педагог поправляет положение или позу танцора.
- активный — когда исполнитель осязает положение частей тела партнера или учителя при выполнении движения.
- метод сопряженных действий (один из основных методов важных для обучения тотально слепых людей) — педагог встает сзади танцора и выполняет движение вместе с ним, как одно целое.

Прием «многократного повторения». Способствует развитию выносливости и лучшему запоминанию движений и комбинаций.

Используется также прием «краткой продиктовки» комбинаций движений. Например: «ковырялочка» - «носок-пятка-топ-топ-топ». Также способствует лучшему запоминанию алгоритма движения.

Метод звукового показа. Акцентируется внимание ученика на подчеркнутые звуком характер, ритм, темп, мягкость или резкость выполняемого движения. Например: «перетопы» или выстукивания.

При работе над развитием двигательно-ориентировочного навыка используются:

Метод движения от точки отсчета. Например: начинаем с простого. Двигаемся от своего места вперед, назад, в сторону от хореографического станка вперед к учителю. Чаще возникают сложности по передвижению по диагонали. Для лучшего восприятия пространства использую планшет с тактильным обозначением диагональной дорожки и точки нахождения обучающегося.

Для ориентирования в танце на площадке зала и сцены используется метод ориентирования относительно партнера. Например: контакт локтем или работа в паре. Взаимопомощь и взаимодействие с партнером по танцу очень важный аспект и помогает расширить двигательные возможности слепых и слабовидящих.

Следует отметить, что в работе над развитием двигательного навыка слепых и слабовидящих на уроках хореографии всегда используется сочетание нескольких взаимодополняющих методов.

Наряду с традиционной тренировочной, репетиционной работой учителем используются такие формы работы, как:

1. беседы о хореографии – расширяют кругозор людей с нарушением зрения, помогают понять им и полюбить искусство танца, включает в себя историю изучаемого танца и костюма, основные сведения о танцевальных стилях и направлениях.
2. выступления на праздниках и групповых мероприятиях – создает ситуацию успеха для каждого танцора, способствуя его социализации.
3. участие в выездных концертах, фестивалях, конкурсах – мотивирует к развитию основных танцевальных навыков, способствует реабилитации, абилитации, компенсации личности людей с нарушением зрения.

Успешно выступая на различных концертах и фестивалях, демонстрируя на сцене свои умения, танцоры с нарушением зрения попадают в ситуацию успеха. Это помогает дальнейшей компенсации личности слепого и слабовидящего танцора, способствуя его социализации, содействует решению проблемы позиционирования себя в обществе.

4. Вокальная инклюзивная творческая мастерская

Пояснительная записка

Наша жизнь тесно связана с музыкой. Различные мелодии окружают нас повсюду, будь то песня на радио или звонок телефона. Давно известно, что музыка оказывает благоприятное влияние на человека. Например, классическая музыка написана в пределах средних и высоких частот, что хорошо сказывается на работе головного мозга. Джаз и блюз способны располагать к позитивному мышлению, успокаивать и помогать решать сложные жизненные задачи. Фольклорная музыка снижает общую стрессовую нагрузку, а поп-музыка улучшает настроение и эмоциональное состояние.

Клинический психолог Кертис Леван указывает на способность музыки повышать чувствительность, так как она вызывает сильные эмоциональные отклики. Ученые из Гонконга определили, что занятия музыкой улучшают память и умственные способности. Продолжительные исследования показали: люди, которые играют на каких-либо музыкальных инструментах или занимаются вокалом, хорошо запоминают информацию. Так же пение запускает работу речедвигательной и слухомоторной систем. Особенно это актуально для незрячих и слабовидящих людей.

Методические рекомендации проведения занятий по вокалу с людьми с инвалидностью по зрению, Е.А. Шмелева, педагог по вокалу, музыкант, исполнитель, автор песен

Значение музыкального развития для данной категории населения даже выше, чем кажется на первый взгляд. Музыкальные занятия способствуют эмоциональному раскрепощению, творческой самореализации, вовлечению в совместную работу, тем самым улучшают социализацию. Занятия вокалом для людей с нарушением зрения необходимы, так как ограниченные возможности зрительного восприятия способствуют активному развитию слухового. Вокальное искусство, будучи непосредственно связанным со словом, корректирует речь, развивает дыхание.

Распевки - первый этап занятия

В работе певца распевки занимают особое место. С них начинается каждое занятие вокалом. Распевка — это разминка для голоса, способ разработки и

укрепления голосовых складок, формирования правильных вокальных навыков и улучшения музыкального слуха.

Также к распевкам относится работа с дыханием. Правильное дыхание – основа хорошего пения.

Диафрагмальное дыхание позволяет управлять потоком воздуха, который проходит через голосовые связки, что дает возможность петь дольше и с большей мощностью. Этот аспект часто упускается из виду, но он имеет первостепенное значение.

Распевки учат контролировать дыхание, делая его ровным и глубоким: пропевание гласных и согласных звуков, постепенное усложнение и регулирование громкости звуков («скрипение», «бри-бре-бра-бро-бри-бре-бра-бро-бру», «море-мое» и т.д.).

Необходимые инструменты для проведения занятий:

- музыкальный инструмент (фортепиано, баян, аккордеон), которым владеет педагог по вокалу,
- аппаратура (микрофон, колонки, микшер),
- удобное светлое, просторное помещение с возможностью хорошего проветривания и звукоизоляции.

Работа с репертуаром

К выбору репертуара следует подходить особо тщательно, так как выбранная песня должна отражать внутреннее состояние вокалиста.

Объём и степень сложности произведений должны соответствовать возрасту, вокальным возможностям, уровню музыкальной подготовки

Работа над музыкальным материалом должна вестись последовательно. В программу можно включить произведения с опережающей степенью трудности, но таких сочинений должно быть ограниченное количество.

При работе над репертуаром также рекомендуется внимательно изучить нотный и словесный текст.

Чем богаче и разнообразнее репертуар подобранный педагогом, тем шире возможности для раскрытия творческих способностей обучающихся.

Подбор репертуара требует от педагога четкого перспективного видения педагогического процесса как цельной и последовательной системы, в которой каждое звено, каждое каждый фактор дополняют друг друга, обеспечивая тем самым решение единых образовательных, развивающих и воспитательных задач.

Подготовка к выступлению на сцене

Когда мы видим артиста на сцене, то обращаем внимание не только на голос, но и на внешний вид с движениями. Если обычный человек может скопировать движения с артиста, то незрячему человеку в этом нужна помощь педагога. Необходимо продумать и чётко сформулировать словесные объяснения. Их нужно давать без лишних подробностей, в качестве дополнения к демонстрации движения.

Заранее нужно продумать внешний вид выступающего на сцене: обсудить костюм, причёску, аксессуары.

Важно поддержать выступающего и помочь ему создать соответствующий эмоциональный настрой.

После выступления важно дать выступающему обратную связь, делая акцент на положительных моментах выступления.

Заключение

Организация работы ИТМ – это только первый этап. Дальше наполнение и развитие мастерской – это большая, кропотливая работа мастера и руководства организации. Творческая мастерская не сможет закрыть все потребности людей с инвалидностью, при этом мастерская может создать те возможности для развития человека, которых ему не хватает.

Мастерская может стать местом встречи с интересным человеком, местом поиска партнера в творчестве и даже приобрести друга или супруга. Мастерская призвана создать условия для развития талантов и склонностей человека с инвалидностью, а также научиться предъявлять свои плоды творчества другим людям (зрителям), в том числе с нормальным здоровьем.

Большое значение имеет личность мастера, который руководит работой мастерской. Важно, чтобы этот человек сам горел своим делом, а также обладал определенным набором технологий, методик передачи знаний и опыта другим людям (некоторый педагогический опыт). Мастер, как правило, один, при этом он может и должен приглашать для проведения занятий или мастер-классов волонтеров, что бы работа носила индивидуально-групповой характер. Также последний фактор будет обеспечивать инклюзивность творческой мастерской.