

### **Горизонтальный пластический балет – новая альтернативная форма работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья**

« Физическое воспитание есть огромный, прекрасный, но таинственный Космос, через постижение которого можно приблизиться к Истине и Счастью»

Н. Е. Ефименко.

С января 2018 года МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №52» работает над реализацией долгосрочного проекта «Горизонтальный пластический балет».



В рамках реализации данного проекта создана студия горизонтального пластического балета для детей с ограниченными возможностями здоровья. Предполагаемые результаты проекта: коррекция различных типов двигательных нарушений (тонуса мышц, состояния суставов, положения конечностей, функций кистей, патологических искривлений в позвоночном столбе и др.).

У детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата нарушен весь ход моторного развития, что, естественно, оказывает неблагоприятное влияние на формирование нервно-психических функций, двигательные расстройства сочетаются с отклонениями в развитии сенсорных функций, познавательной деятельности, а также со сложностями развития эмоционально-волевой, мотивационной и коммуникативной сфер личности.

Дети с ОВЗ нуждаются в общем оздоровлении организма, на которое благотворно влияет «Горизонтальный пластический балет», потому что при выполнении упражнений, деятельность сердечно-сосудистой и дыхательной систем проходит в щадящем режиме. Выполняемые упражнения в «горизонтальных позах» позволяют естественно и плавно переходить от одного вида нагрузок к другому. Такие занятия отличаются высоким эмоциональным фоном. Они сопутствуют развитию воображения, эмоционально-двигательной сферы, творческих способностей.

Горизонтально-пластический балет – это здоровьесберегающая технология. Это уникальная, новаторская эстетико-оздоровительная система. Звучит непривычно... Действительно это направление еще не так сильно развито, чтобы быть у всех на слуху:

- все или практически все движения выполняются лежа на полу (горизонтальный);

- на занятиях прослеживается связь с искусством и хореографией, приобщение к миру прекрасного (балет);
- характер движений – плавный, грациозный, мягкий, изящный (пластический).

Горизонтальный пластический балет - это своеобразный танец на полу, во время которого, помимо физической нагрузки, ребенок переживает историю, превращаясь в кого-либо, раскрывая созданный им образ. Здесь соединяется физическое и духовное, но больше истории, театра и самовыражения. На занятиях в комплексе используются цветотерапия, музыкотерапия, аутотренинги, упражнения лечебной физкультуры.



Горизонтальный пластический балет - это маленькое театрализованное представление, выраженное физическими упражнениями, музыкой, ритмом, мимикой, жестами, эмоциями. Эта методика объединяет очень важные сферы нашей жизни – спорт, искусство, педагогику в единое целое - здоровье.

Весь этот комплекс направлен только на оздоровление организма:

- это своеобразная сказкотерапия в движении, помощь в преодолении страхов, возможность самовыражения, снятие накопившегося напряжения;
- это сочетание физического и духовного развития;
- это возможность тренировать тело, не травмируя его и не перенапрягая;
- это способ самовыразиться и развить воображение.

Горизонтальный пластический балет – новая альтернативная форма спортивной тренировки, коррекции, оздоровления и творческого самовыражения детей и взрослых с неисчерпаемыми возможностями принципиально новой системы физического воспитания.

