**УДК 613:376.1**

**Малышевская І. А.**

**КОРРЕКЦИОННОЕ ВЛИЯНИЕ ПРИРОДОТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ НА РАЗВИТИЕ КОМУНИКТИВНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ З ОСОБЫМИ ПОТРЕБНОСТЯМИ**

*В статье исследуется целесообразность использования природотерапевтических упражнений для коррекции нарушений психофизического развития в работе с детьми с особыми потребностями. В статье представлены методические разработки природотерапевтических упражнений, способствующих повышению эффективности процесса обучения и воспитания, развития коммуникативных способностей и социальной адаптации детей с особыми потребностями.*

*Ключевые слова: природотерапевтические упражнения, дети с особыми потребностями.*

*У статті досліджується доцільність використання природотерапевтичних вправ для корекції порушень психофізичного розвитку у роботі з дітьми з особливими потребами. У статті представлені методичні розробки природотерапевтичних вправ, які сприяють підвищенню ефективності процесу навчання та виховання дітей з особливими потребами та їх всебічному розвитку.*

*Ключові слова: природотерапевтичні вправи, діти з особливими потребами.*

*The article examines the feasibility of using nature therapeutic exercises for correction of mental and physical development in working with children with special needs. The article presents the methodological development of nature therapeutic exercises that enhance the effectiveness of the training and education of children with disabilities and their full development.*

*Keywords: nature therapeutic exercises, children with special needs.*

**Постановка проблемы**. В современном образовании сформировались предпосылки синтеза естественнонаучного и гуманитарного знания, диалога культуры и природы. Поиск обоснований такого синтеза требует вернуться к истории гуманистической и экологической традиций в философии, педагогике, анализа отношений между природой, человеком и общественными потребностями с позиций интеграционных научных подходов.

Сейчас экологическое образование является обязательной составляющей образования Украины, поэтому должна занять ведущие позиции и органично сочетать как естественнонаучный, так и компонент гуманитарного образования.

Ведущей целью экологического образования сегодня является не просто осознание новейших научно-экологических разработок и достижений, а необходимость формирования нового экологического мышления, которое сможет осуществить синтез научных знаний и эстетического отношения к окружающей среде, необходимость "научить жить" современную общественность в современных реалиях [1, с. 6].

Отечественные и зарубежные ученые (И. Бех, В. Бондарь, А. Савченко, И. Ермаков, А. Маслоу) считают, что учитель должен воспринимать ребенка таким, какой он есть, помочь ему понять самого себя, раскрыть его способности, склонности, потенциал, лучшие задатки. Особенно это касается детей с особыми потребностями. Поэтому основной целью современного образования для детей с особыми потребностями, наряду с подготовкой ребенка к общественной, самостоятельной полноценной жизни, является его физическое, психическое и нравственное здоровье. Кроме того, необходима организация учебно-воспитательного процесса таким образом, чтобы максимально снизить нагрузку, избежать неврозов, обеспечить своевременную диагностику и коррекцию психофизических нарушений в развитии, систематическую педагогическую, медицинскую и психологическую помощь каждому ребенку.

Такой подход требует от специального образования преодолеть устоявшиеся стереотипы в восприятии ребенка как пассивного объекта воспитательного воздействия; поиска эффективных технологий восстановления физического, психического, духовного здоровья детей с особенностями психофизического развития; максимального использования положительного влияния всех природных объектов на личность ребенка как в учебное, так и вне учебное время.

Однако сейчас ученые еще мало уделяют внимания положительному влиянию природы на развитие личности с ограниченными возможностями и роли в этом процессе экологического образования. Необходимо переосмыслить содержание учебно-воспитательной работы с детьми с психофизическими недостатками, внедрять новые формы и методы обучения, которые предусматривают положительное влияние природы в целом и ее отдельных объектов на психофизическое состояние детей, и способствуют их всестороннему развитию.

**Анализ последних исследований и публикаций.** Об эффективности использования возможностей объектов природы для коррекции нарушений психофизического развития детей с особыми потребностями отмечали известные ученые-дефектологи В. Воронкова, А. Граборов, Г. Дульнев, И. Еременко, Н. Морозова, В. Синев и др.

**Формирование целей статьи.** Статья имеет целью раскрыть целесообразность методических разработок природотерапевтических упражнений, способствующих коррекции нарушений психофизического развития ребенка, повышению эффективности процесса обучения и воспитания детей с особыми потребностями, всестороннему развитию личности с целью социальной адаптации.

**Изложение основного материала.** Живая природа издавна признавалась в педагогике одним из важных факторов образования и воспитания ребенка. Общаясь с ней, изучая ее объекты и явления, дети постепенно осознают мир, в котором живут: открывают великолепную разнообразие растительного и животного мира, осознают роль природы в жизни человека, ценность ее познания, испытывают нравственно-эстетические чувства и переживания; осознают себя неотъемлемой частью природы, свою роль в ее сохранении и целостности. Поэтому в учебно-воспитательном процессе детей с особыми потребностями большое значение играет экологическое образование (в том числе одно из ее направлений – природотерапия), средствами которого можно формировать как позитивное отношение к природе, так и корректировать психическое и физическое здоровье детей с ограниченными возможностями.

Для коррекции психофизических недостатков, сохранения и укрепления здоровья детей необходима научно обоснованная система средств, направленная на улучшение медицинского, психологического и педагогического сопровождения ребенка с особыми потребностями в развивающей образовательной среде. Рациональный режим предполагает, прежде всего, чередование различных видов учебной деятельности и отдыха. Создание учебно-воспитательной среды, направленного на оздоровление детей с нарушениями психофизического развития, предусматривает внедрение системы природосоответствующих средств, благоприятных для развития коммуникативных способностей, для лучшей адаптации в обществе.

Результаты наших исследований показывают, что использование природотерапевтических упражнений во время учебно-воспитательного процесса детей с особыми потребностями имеет большое коррекционно-развивающее значение, способствует формированию коммуникативности, наблюдательности, пытливости, активности, самостоятельности положительных эмоций, уверенности в своих силах, осознанного ценностного отношения к природе, ведь природа является врачом психофизического здоровья.

Проиллюстрируем природотерапевтические задания в виде различных форм организации учебно-воспитательного процесса.

*Конкурс "Голоса леса"* [2]*.*

*Цель:* стимулирование идентификации, развитие воображения, фантазии, коррекция психофизического здоровья средствами природотерапии.

Заранее к конкурсу готовится "ромашка", на лепестках которой записаны задачи. Участники команд по очереди срывают лепестки и выполняют предложенные задания. За каждое точное выполнение участники получают 1 балл.

Суть конкурса заключается в точном воспроизведении голосов леса (голосом, жестами, мимикой и т.д.): шелеста листьев, голосов птиц, журчание ручья, жужжание насекомых, хруста сухих веток, шороха ползающих змей и других. После каждого воспроизведения участниками голосов леса для сравнения просматривают видео картины леса и прослушивают грамзапись естественных звуков леса.

В конкурсе использованы следующие средства природотерапии: звукотерапия, изотерапии, танцевальная терапия (пантомима).

Перевоплощение в образы земных существ или объекты неживой природы порождает условное слияния с природой, дает возможность почувствовать ее чувства и потребности, а это, в свою очередь, способствует улучшению психоэмоционального состояния, развития коммуникативных способностей.

*Этюд "Стань на мое место"* [2]*.*

*Цель:* стимулирование идентификации, то есть отождествление себя с окружающей средой, развитие воображения, коррекция психического здоровья средствами природотерапии.

Группа должна выбрать себе определенный природный объект, получивший тревожный экологический статус, и окунуться в его мир, представить себя на месте этого объекта (педагог на фоне классической музыки демонстрирует видео картины например, елки, лягушки, березы, леса, птицы и т.д.), почувствовать его "характер". От имени объекта можно создать монологи природы, которая просит у людей защиты.

*Пример.* Елка: Не спиливайте меня. Мне больно! Я боюсь Новогодних праздников. Я вся дрожу от ужаса смерти! Подождите, я могу вам пригодиться. Вместе с другими елками наполню лес свежим целебным ароматом, буду радовать глаз зимой и летом своим зеленым нарядом. Я закрою вас летом от жары своими пушистыми веточками.

В упражнении использованы следующие средства природотерапии: музыкотерапия, изотерапия.

Перевоплощение ведет к самораскрытию, участники учатся изменять себя, сопереживать, сочувствовать природе, упражнение позволяет понять, что природа положительно влияет на здоровье человека и его надо беречь.

*Творческое упражнение "Разговоры с природой"* [2]*.*

*Цель:* отождествление себя с тем или иным природным объектом, развитие внимания, воображения, укрепление психофизического здоровья.

Во время прогулки в лесу предложите ребенку выбрать дерево, реку, цветок, или другой природный объект, и поговорить о нем несколько минут. Каждый участник должен поставить выбранному естественному объекту по три-четыре вопроса и попытаться "услышать" их ответы. Затем дети записывают, зарисовывают то, что они услышали.

*Пример.* Представь свою беседу с природой.

Мой разговор с рекой.

* Как тебе живется в лесу, речка?
* Очень хорошо, ведь здесь чистый воздух, постоянно звучит приятная музыка птичьего пения, радуют глаз деревья, цветы, травы!
* О чем ты звонко журчишь, дорогая речка?
* О веселом солнышке, согревающем меня, тебя, родную землю, животных, растения.
* Кого ты любишь больше всех?
* Людей. Но они редко разговаривают со мной и спрашивают о моих делах. А я болею от грязи.

Необходимо время от времени разговаривать с солнцем, тучами, землей, цветами, горами, звездами, небом и записывать в альбоме все свои разговоры. Затем из рисунков и рассказов оформляется стенд "Наши беседы с миром природы".

В творческом упражнении использованы следующие средства природотерапии: звукотерапия, аэротерапия, ароматерапия, растениетерапия, изотерапия.

Во время таких творческих упражнений дети учатся сопоставлять жизненные потребности человека и природы, осознавать, что здоровье человека зависит от здоровья природы.

*Экологический театр* [2]*.*

*Цель:* отождествление себя с окружающей средой, развитие воображения, способствование осознанию ценностного отношения к окружающей среде, осознанию позитивного влияния природы на психофизическое здоровье.

Участникам каждой группы предлагается продемонстрировать природные объекты, или явления с помощью пантомимы, используя веера, изготовленные из разноцветных полиэтиленовых пакетов. Необходимо определить, какие природные объекты или явления будут демонстрировать участники.

*Пример.*

Одна группа демонстрирует реку, шум воды.

*Материалы:* веера голубого цвета, изготовленные из упаковочных полиэтиленовых пакетов, аудиозапись со спокойной музыкой, грамзапись шума воды.

Задание: определите объект природы, которые вам представлены.

Участники группы с веерами голубого цвета выстраиваются в одну шеренгу. Под тихую мелодию участники шевелят веерами, создавая шум речной волны.

Другая группа демонстрирует природный объект – цветы.

*Материалы:* веера разного цвета (черного, желтого, красного, белого, синего, голубого); аудиозапись с веселой музыкой (в конце записи вмонтирован тревожный набат колоколов).

Задание: попробуйте отгадать, какие цветы демонстрируются.

Во время звучания веселой мелодии участники группы демонстрируют цветы:

* Васильки: в центре размещается 1 голубой веер; по краям – 6 синих;
* Ромашки: в центре размещается 1 желтый веер; по краям – 10 белых;
* Подсолнечник: в центре находится 3 черных веера; по краям – 8 желтых.

После окончания демонстрации цветов звучит тревожный набат колоколов, во время которого участники составляют знак радиации. Для этого в центре из 10-и вееров черного цвета формируют 3 треугольника, а по краям от них создается желтый фон из 9-и вееров в виде 3-х треугольников.

После демонстрации действия целесообразно обсудить затронутую проблему.

В экологическом театре использованы следующие средства природотерапии: музыкотерапия, цветотерапия, танцевальная терапия (пантомима).

Одной из форм влияния на экологическое мировоззрение ребенка, на его психофизическое здоровье является работа экологического театра. Во время театрализованного действия можно демонстрировать экологические проблемы не только в форме монолога, но и с помощью пантомимы. Здесь удачно можно сочетать как решение экологических проблем, так и коррекцию психофизических нарушений в развитии ребенка.

*Терапевтическая игра "Птичка"* [2]*.*

*Цель:* коррекция нарушений психофизического развития, обновление культуры вхождения в жизнь окружающей среды, воспитание сочувствия к природе. (Терапевтическая минутка отдыха рассчитана на 4 минуты.)

Педагог рассказывает участникам о том, что птицы – неотъемлемая часть живой природы, их нужно оберегать, помогать им. Ведь птиц считают психотерапевтами от природы. Пение пернатых успокаивает нервную систему. При общении с птицами улучшается настроение, исчезает усталость, появляется чувство уверенности в себе. Педагог предлагает участникам пожалеть птичку за что-нибудь (например, мерзнет от холода, дрожит от страха, голодает зимой, люди ловят и сажают в клетку). Далее педагог предлагает представить себя птичкой, которая устала и хочет отдохнуть, а затем выполнить определенный комплекс упражнений (звучит грамзапись пения птиц).

*Первое упражнение (1 мин.).* Сядьте на стул, поднимите руки на голову. Поверните голову по 5 раз в разные стороны. Наклоните голову назад 5 раз с закрытыми глазами. При этом плавно двигайте руками, как крыльями, встряхивая пальцами. Представьте себя птичкой, которая спускается на землю, чтобы отдохнуть.

*Второе упражнение (1 мин.).* Сядьте на стул, руки положите на стол и лягте на них. Закройте глаза, полностью расслабьтесь. Представьте себя на душистой зеленой траве, среди деревьев и цветов, которые дают телу энергию и забирают усталость.

*Третье упражнение (1 мин.).* Сядьте или станьте прямо. Поднимите упруго руки и голову. Пальцы обеих рук сплетите и поверните ладонями вверх – лучше в сторону солнца. Закройте глаза и почувствуйте тепло на ладонях, которое струится по рукам к сердцу, а дальше – по всему телу.

*Четвертое упражнение (1 мин.).* Энергично встряхивайте руками, кистями, пальцами. Напрягите ноги и активно двигайте стопами и пальцами ног. Глубоко вдохните, как птица, которая уже отдохнула и готова к полету.

В экологической игре использованы следующие средства природотерапии: звукотерапия, игротерапия, танцевальная терапия (пантомима).

Сочувствие живой природе порождает в человеке лучшие качества, положительно изменяет ее характер, добавляет решительности в экологической деятельности, а это и является залогом психофизического здоровья, при выполнении упражнений происходит коррекция нарушенных функций организма.

*Экологическая игра "Лесовичок из шишек"* [2]*.*

*Цель:* расширение перцептивного опыта, стимулирование эмпатии, идентификации, развитие воображения, положительное влияние природы на психофизическое здоровье, развитие моторики руки.

*Оборудование:* шишки разных хвойных деревьев, вата, клей, желуди, веточки деревьев, сухая трава.

*Упражнение 1.* Каждой группе предлагают рассмотреть шишки. Их можно ощупывать, обнюхивать, отламывать, взвешивать и т.д. После этого рассказать, какому хвойному дереву принадлежит шишка, на кого или на что она похожа.

*Упражнение 2.* Терапевтическая минутка отдыха. Участникам предлагается отдохнуть, и проводят с ними "шишечный массаж". Для этого необходимо взять шишку в ладонь и переводить ее из одной в другую; перекатывать между ладонями; перекатывать между пальцами одной руки.

*Упражнение 3.* Участникам предлагают представить, что шишка превратилась в Лесовичка. Каждой группе необходимо изготовить Лесовичка и дать ему имя.

*Упражнение 4.* Участникам предлагают представить себя Лесовичками и от их имени рассказать, как им живется в лесу, что их беспокоит, с какой просьбой обратились бы они к людям.

Во время игры использованы следующие средства природотерапии: игротерапия, растениетерапия, ароматерапия.

Умение сочувствовать – залог любви, здоровья. Чрезвычайно полезны упражнения, которые помогают понять общее между собой и природой. Процесс творчества обновляет позиции ребенка относительно природы, делает их добрее, справедливее, человечнее, а это, в свою очередь, оздоравливает ребенка, имеющего нарушения в развитии.

**Вывод.** Обобщение вышеизложенных подходов позволяет сделать вывод, что использование природотерапевтических упражнений во время учебно-воспитательного процесса дает возможность создать такую коррекционно-развивающее среду, способствовать предупреждению, исправлению или ослаблению психофизических нарушений у детей, формированию навыка общения, адекватного выражения чувств, то есть установлению и развития межличностных отношений со сверстниками и взрослыми, повышению самооценки, активизации общего потенциала возможностей ребенка и его адаптации в социуме.

**Список литературы**

1. Лук'янова Л. Б. Екологічна освіта у професійно-технічних навчальних закладах: теоретичний і практичний аспекти : [монографія] / Л. Б. Лук'янова. – К. : Міленіум, 2006. – 252 с.
2. Малишевська І. А. Методика використання природотерапечитчних засобів у професійній підготовці майбутнього вчителя : методичні рекомендації / І. А. Малишевська. – Умань : Алмі, 2010. – 48 с.