Министерство социальной политики Свердловской области
Государственное бюджетное учреждение социального обслуживания населения «Комплексный центр социального обслуживания населения «Спутник» города Верхняя Пышма» (ГБУ КЦСОН «Спутник»)

Методика «Обучение игре на русских ложках»

Методическое пособие

г. Верхняя Пышма

2012

Согласовано:

Методическим Советом по социальной реабилитации в государственных учреждениях социального обслуживания населения Свердловской области
протокол № 4
от « 27 » ноября 2012 г.

Утверждено:

Директор учреждения социального обслуживания населения Свердловской области ГБУ «КЦСОН г. Верхняя Пышма»
_____Н.А. Белоусова
«___» _____2012 г.

Авторы:

Свистков В.А. музыкальный руководитель социально-реабилитационного отделения граждан пожилого возраста и инвалидов ГБУ «КЦСОН «Спутник» г. Верхняя Пышма»;

Сингатулина С.Р. специалист по социальной работе социально-реабилитационного отделения граждан пожилого возраста и инвалидов ГБУ «КЦСОН «Спутник» г. Верхняя Пышма».

Содержание

Введение……...……..…4

Специфические термины..……..……..6

1. Методика «обучения игре на ложках»……..….8

1.1. Рекомендации по выбору ложек.……..……..8

1.2. Содержание занятий по обучению игре на русских ложках……....8

Заключение…….….……..11

Приложение 1……13

Приложение 2……15

ВВЕДЕНИЕ

Всю свою жизнь человек совершает манипуляции руками: пишет, рисует, застегивает пуговицы и завязывает шнурки, работает на компьютере, пользуется столовыми приборами и многое другое. Нормальная подвижность обеих рук становится необходимой составляющей полноценной трудовой и социальной деятельности человека. Особенное значение имеет хорошо развитая мелкая моторика – точные, хорошо скоординированные движения пальцами, ведь именно благодаря ей производятся наиболее тонкие и наиболее сложные действия. Кроме того, учеными установлена связь мелкой моторики с вниманием, мышлением, координацией движений, наблюдательностью, воображением, памятью (зрительной и двигательной).

В результате перенесенной травмы или заболевания могут возникнуть нарушения движений, которые могут проявляться ограничением объема и силы движений, нарушениями их темпа, координации, наличием непроизвольных избыточных движений.

Основной замысел данного методического пособия обусловлен необходимостью развития мелкой моторики и восстановлению утраченных двигательных функций через обучение игре на русских ложках.

На занятиях люди смогут освоить такой музыкальный инструмент как русские ложки (деревянные или алюминиевые). Так же занятия помогут решить одну из проблем граждан пожилого возраста – одиночество, ведь во время занятий люди общаются, встречают новых знакомых и друзей. Такое общение помогает развивать чувство значимости и самоуважения, реализовывать свой внутренний потенциал. А в результате выступлений на различных мероприятиях повышается самооценка и интерес к жизни.

Помимо этого в процессе занятий у граждан пожилого возраста и инвалидов развиваются интерес к занятиям музыкой и творческие музыкальные способности.

Данное методическое пособие можно использовать для занятий с пожилыми людьми, инвалидами, особенно с теми, кто нуждается в восстановлении двигательных функций рук, развитии мелкой моторики, после инсультов, перенесенных операций и различных травм.

В методическом пособии даны рекомендации по выбору ложек, подробно расписана последовательность обучения игре на ложках и техника выполнения.

В ходе обучения игре на ложках пожилых людей и инвалидов планируется достигнуть следующих результатов:

- Разработать мелкую моторику и двигательные функции пальцев и рук.
- Сформировать умения и навыки игры на ложках.
- Овладеть приемами игры на 2-х ложках.
- Сочетать игру на ложках с движениями.

Пособие предназначено для использования специалистами, занимающимися социокультурной реабилитацией.

В ГБУ КЦСОН «Спутник» Клуб «Русские ложки» существует уже более 2 лет. Музыкальный руководитель – Свистков Владимир Александрович. Занятия проходят 2 раза в неделю по 2 часа. Количество участников клуба - 10 человек. Клуб участвует в различных мероприятиях, конкурсах, фестивалях, имеет множество дипломов и благодарственных писем.

Работа клуба «Русские ложки» проводится в соответствии с Положением о клубной деятельности, утвержденного приказом директора от 17.11.2011 г. (Приложение 1).

Кроме того, директором ГБУ КЦСОН «Спутник» утверждена программа работы клуба и специалистом по социальной работе составлен план работы (Приложение 2).

Данные документы и опыт работы специалистов и послужили основой для создания данного методического пособия.

Специфические термины

Аккомпанемент – инструментальное сопровождение одного солирующего голоса. По роли в композиции: гармоническая и ритмическая опора для исполнителя или группы исполнителей на каком-либо музыкальном инструменте;

Длительность – мелодия музыки состоит из длительностей:

целая (4 счета);

половинная (2 счета);

четвертная (1 счет).

Двигательные нарушения – нарушения движений, которые могут проявляться ограничением объема и силы движений, нарушениями их темпа, характера, координации, наличием непроизвольных избыточных движений.

Координация движений – целесообразные согласованные движения различных мышц, осуществляемые в результате регулирующей деятельности коры больших полушарий головного мозга.

Мелкая моторика – точные, хорошо скоординированные движения пальцами.

Нотирующая строка - располагается над нотоносцем, где производится запись длительностей при игре на ложках.

Нотоносец – это пять прямых линеечек, расположенных параллельно.

Реабилитация – комплекс медицинских, психологических, педагогических, профессиональных и юридических мер по восстановлению автономности, трудоспособности и здоровья лиц с ограниченными физическими и психическими возможностями в результате перенесённых или врожденных заболеваний, а также в результате травм.

Русские ложки - русский ударный музыкальный инструмент, состоящий из двух деревянных (или алюминиевых) ложек с удлиненными ручками (в старину - с подвязанными к ним бубенчиками).

Цель методики: развить мелкую моторику пальцев рук посредствам обучения игре на ложках.

Задачи методики:

1. научить клиентов приемам игры на 2-х ложках;
2. научить клиентов правильно держать ложки;
3. научить клиента правильно воспроизводить приемы игры;
4. научить клиентов сочетать игру на ложках с движениями.

Целевая группа клиентов:

Граждане пожилого возраста и инвалиды, перенесшие инсульт (острое нарушение мозгового кровообращения), получившие травму головного или спинного мозга, перенесшие операцию на головном или спинном мозге, и другие клиенты, имеющие двигательные и координационные нарушения рук и пальцев, не имеющие медицинских противопоказаний к социальному обслуживанию, и к данному виду деятельности (ограничений по слуху, физических недостатков, тяжелых форм психических расстройств).

Методы работы:

- Групповой или индивидуальный (в основном применяется групповой метод работы, при необходимости можно заниматься индивидуально);
- Объяснительно-иллюстративный (беседа, объяснение, художественное слово, использование фольклора);
- Репродуктивный (разучивание, закрепление материала);
- Исследовательский (самостоятельное исполнение, оценка, самооценка).

Инструменты, необходимые в ходе занятий:

- Деревянные или алюминиевые ложки;
- Стулья;
- Аккомпанемент (баян).

Продолжительность занятий:

Методика рассчитана на 18 ч, занятия проводятся два раза в неделю продолжительностью 2 часа.

Ожидаемый результат (в целом): развитие мелкой моторики, двигательных, координационных функций рук и пальцев, на основе обучения игре на ложках.

Оценка результата через:

- правильность и ритмичность выполнения всех заданий;
- владение приемами игры на 2-х ложках;
- правильность воспроизведения приемов игры на русских ложках;
- сочетание игры на народных музыкальных инструментах с движениями.

Занятия можно считать эффективными, если клиент научился правильно держать ложки в руках, исполнять основные приемы, указанные в методике, соблюдать ритм, играть в ансамбле соблюдая ритм, а также постоянно, охотно и с хорошим настроением посещал занятия. А так же, если клиент отмечает улучшения в работе рук, координации движений, в развитии мелкой моторики и двигательных функций пальцев.

1. МЕТОДИКА «ОБУЧЕНИЯ ИГРЕ НА ЛОЖКАХ»

1.1. Рекомендации по выбору ложек

Играть можно как на деревянных, так и на алюминиевых ложках. Деревянные ложки обычно изготавливаются промышленным способом. Каждая ложка проверяется по звуку. Для этого нужно выбрать любую ложку и произвести щелчок пальцами по выпуклой стороне черпака ложки, и вы убедитесь в звучании. Если звук ложки резкий и звонкий, значит она изготовлена из хорошего просушенного дерева. Такая ложка может использоваться для игры.

В настоящие время наиболее доступными являются алюминиевые ложки, в связи с чем предоставляем рекомендации по выбору алюминиевых ложек.

Алюминиевые ложки достаточно прочные, производятся промышленным способом. Бывают ложки твердого и мягкого сплавов. Так вот желательно выбирать ложки твердого сплава, так как эти ложки более прочные, меньше ломаются и сохраняются до 2-3 лет. Звук у них достаточно резкий и звонкий.

1.2. Содержание занятий по обучению игре на ложках

Занятие 1

Продолжительность занятия: 2 ч

Исходное положение исполнителя

Посадка.

Сидеть нужно прямо (прямой корпус), желательно на половине стула или табуретки.

Правая рука располагается параллельно правому бедру, левая рука параллельно левому бедру. Руки свободны и опущены вниз.

Молоточек одинарный

Способ воспроизведения приема игры.

Ложками, располагающимися в правой руке, на расстоянии 15-20 см от левого колена, произвести удар по левому бедру сверху. Удары производятся поочередно.

Подбивка

Способ воспроизведения приема игры.

При приеме игры, левая рука располагается на расстоянии 10-15 см от колена левой ноги и ладошка левой руки должна быть обращена в сторону колена. Ложками, располагающимися в правой руке, произвести удар по ладошке левой руки снизу.

Занятие 2

Продолжительность занятия: 2 ч

Повторение и закрепление материала, разученного на 1 занятии.

Занятие 3

Продолжительность занятия: 2 ч

Молоточек двойной

Способ воспроизведения приема игры.

Ложками, располагающимися в правой руке, на расстоянии от левого колена 15-20 см, произвести двойной удар по левому бедру. Удары производятся поочередно.

Отводка

Способ воспроизведения приема игры.

Ложками, располагающимися в правой руке, на расстоянии от колена 15-20 см, произвести удар по колену правого бедра сверху.

Занятие 4

Продолжительность занятия: 2 ч

Повторение и закрепление материала, разученного на 3 занятии.

Занятие 5

Продолжительность занятия: 2 ч

Подведение итогов первых 4 занятий. Закрепление всего пройденного материала, соединение и отработка изученных приемов, сочетание их комбинаций при исполнении.

Занятие 6

Продолжительность занятия: 2 ч

Большая прямая резинка

Способ воспроизведения приема игры.

Левая рука располагается на расстоянии от лица 30-40 см (параллельно) и ладошка обращена в сторону лица, пальцы прижаты друг к другу. Ложками, располагающимися в правой руке, произвести удар по ладошке левой руки из-за правого плеча.

Колесо

Способ воспроизведения приема игры.

Левая рука располагается на расстоянии 10-15 см от левого бедра. Ладошка развернута кверху, пальцы вытянуты и плотно прижаты друг к другу. Правая рука располагается на расстоянии от правого бедра 20-30 см. Ложками, располагающимися в правой руке, произвести удар по ладошке левой руки с большим взмахом справа налево, затем проскользнуть сверху по колену левой ноги и по колену правой ноги и затем перейти на исходное положение.

Занятие 7

Продолжительность занятия: 2 ч

Подведение итогов всех прошедших занятий. Закрепление всего пройденного материала, отработка изученных приемов и сочетание их комбинаций при исполнении.

Занятие 8

Продолжительность занятия: 2 ч

Боковая правая большая резинка

Способ воспроизведения приема игры.

Корпус развернуть в правую сторону. Вытянуть левую руку, согнутую в локте в правую сторону. Ладошка левой руки развернута к лицу и располагается на расстоянии от лица 20-30 см. Ложками, располагающимися в правой руке, произвести удар из-за правого плеча по ладошке левой руки.

Боковая левая большая резинка

Способ воспроизведения приема игры.

Корпус развернуть в левую сторону и вытянуть левую руку, согнутую в локте. Ладошка левой руки развернута к лицу и располагается на расстоянии от лица 20-30 см. Ложками, располагающимися в правой руке, произвести удар по ладошке левой руки из-за правого плеча.

Занятие 9

Продолжительность занятия: 2 ч

Подведение итогов всех прошедших занятий. Закрепление всего пройденного материала, отработка изученных приемов и сочетание их комбинаций при исполнении.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Вышеописанное методическое пособие отличается относительной простотой и доступностью материалов. В процессе обучения игре на русских ложках у граждан пожилого возраста и инвалидов разрабатывается мелкая моторика, двигательные функции пальцев и рук, координация движений, внимание, память, мышление и усидчивость. Так же формируются умения и навыки игры на ложках, клиенты овладевают приемами игры на 2-х ложках, ритмичностью выполнения всех заданий, и могут сочетать игру на народных музыкальных инструментах с движениями.

Благотворное влияние на психоэмоциональное состояние инвалидов и граждан пожилого возраста обучающихся игре на ложках, оказывают занятия в группе: происходит общение между всеми участниками занятия, обмен информацией, положительными эмоциями, налаживаются межличностные контакты, возникают взаимные симпатии.

Таким образом, в процессе обучения игре на ложках возможно частичное восстановление утраченных двигательных функций рук и нормализация психоэмоционального состояния.

Оценка эффективности методики.

Оценка эффективности методики производится с помощью объективных и субъективных методов.

К объективным методам ***относится метод визуального наблюдения***. Суть данного метода заключается в наблюдении и фиксации видимых изменений в состоянии клиента. К примеру, пальцы ранее не способные удерживать ложки, после проведения N-го числа занятий стали их удерживать – это легко увидеть, или появились точные, хорошо скоординированные движения руками и пальцами.

Хронометраж так же можно отнести к методам объективной оценки: на выполнение одного и того же упражнения на каждом последующем занятии затрачивается все меньше и меньше времени в связи с улучшением работы рук и приобретением новых умений и навыков.

Субъективная оценка: ***улучшение работы пальцев и рук***. Сообщить об улучшении работы пальцев и рук, а так же о том, что руки стали более крепкими, выносливыми, пальцы лучше стали выполнять мелкую работу может только сам клиент.

Предельный положительный результат – свободное воспроизведение всех приемов игры на ложках, сочетание игры на ложках с движениями, соблюдение ритма при игре в ансамбле – восстановление двигательных функций рук, пальцев и координации движений.

В результате целенаправленного многократного повторения действий, приобретенные умения превращаются в навык способствующий частичному восстановлению мелкой моторики рук.

Клиент начинает получать удовольствие и наблюдать результат своих действий.

Умеренный положительный результат – выполнение приемов игры на 2-х ложках – включается в работу вся рука, идет развитие двигательных функций, мелкой моторики, координации движений.

Слабый положительный результат – выполнение базовых упражнений (клиент правильно держит ложки в руках и выполняет несложные приемы игры) – пальцы достаточно сильны и подвижны, координация достаточно хорошая, чтобы выполнять базовые движения, необходимые для игры на ложках.

Отсутствием эффекта (положительного результата) можно считать невозможность выполнения никаких упражнений (клиент не может держать ложки в руках) – конечность остается в дореабилитационном состоянии.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Приложение №11
к приказу директора
ГБУ «КЦСОН «Спутник» г. Верхняя Пышма»
от 17.11.2011

ПОЛОЖЕНИЕ

о клубной деятельности

I. Общие положения

1.1. Клубная деятельность Государственного бюджетного учреждения социального обслуживания населения Свердловской области «Комплексный центр социального обслуживания населения «Спутник» города Верхняя Пышма» (далее Центр) осуществляется с целью создания обслуживаемым гражданам возможностей для развития и самореализации, оказания помощи в выходе из состояния дискомфорта, поддержании и укреплении психического здоровья, повышении стрессоустойчивости, уровня психологической культуры, в первую очередь в сфере межличностных отношений и общения.

1.2. Клубная деятельность осуществляется в соответствии с законодательством Российской федерации, государственными стандартами в области социального обслуживания, Уставом Центра, Правилами внутреннего трудового распорядка, настоящим Положением.

II. Цель и задачи

Клубная деятельность Центра осуществляется в целях:

- снижения социальной изоляции граждан пожилого возраста, инвалидов и лиц, оказавшихся в трудной жизненной ситуации (далее - обслуживаемых граждан),
- улучшения душевного и физического состояния, поддержания повышенного эмоционального фона,
- повышения качества жизни обслуживаемых.

2.1. Задачами клубной деятельности Центра являются:

- создание возможностей для развития социальных (коммуникативных) навыков обслуживаемых граждан,
- привлечение обслуживаемых граждан к активному участию в действующих клубах;
- удовлетворение социокультурных и духовных запросов обслуживаемых граждан,
- расширение общего и культурного кругозора, сферы общения, повышение творческой активности обслуживаемых граждан, привлечение их к участию в праздниках и других культурно-досуговых мероприятиях.

III. Организация клубной деятельности

3.1. Организация клубной деятельности осуществляется специалистами социально-реабилитационного отделения, а также отдельными специалистами отделений социального обслуживания на дому.
3.2. Для создания клуба издание приказа директором Центра не требуется.
3.3. Обязанности по организации и поддержанию клубной деятельности распределяются заведующим соответствующего отделения с учетом требований должностных инструкций работников и исходя из фактической нагрузки каждого работника.
3.4. Клубная деятельность осуществляется в соответствии с планами и графиками, разрабатываемыми в отделениях специалистами, осуществляющими клубную деятельность.
3.5. Деятельность каждого клуба основана на программе, разрабатываемой с учетом существующих рекомендаций ответственным за организацию данного клуба лицом и утверждаемой директором Центра.
3.6. Вступление в клубы, действующие в Центре, основано на принципах добровольности и равенства всех обслуживаемых граждан, осуществляется свободно и не требует от лиц, находящихся на социальном обслуживании в Центре, обращения с заявлением о желании вступить в клуб.
3.7. В качестве подтверждающих работу клубов документов названные в п. 3.1. настоящего Положения отделения ежеквартально составляют и предоставляют отчет о деятельности клубов, содержащий в том числе информацию о численности участников клубов.
3.8. К решению вопросов, связанных с организацией клубной деятельности и выполнением поставленных задач, могут по согласованию сторон привлекаться органы государственной власти, организации и предприятия независимо от организационно-правовой формы, а также отдельные граждане.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

План работы клуба «Русские ложки» на 2012 г.

Месяц	Занятия	Кол-во часов	*Содержание занятия*
Январь	Занятие 1	2 ч	*Изучение правильного исходного положения исполнителя и следующих приемов воспроизведения игры на ложках:* *1. Молоточек одинарный* *2. Подбивка*
	Занятие 2	2 ч	*Повторение и закрепление материала, разученного на 1 занятии.*
	Занятие 3	2 ч	*Изучение следующих приемов воспроизведения игры на ложках:* *1. Молоточек двойной* *2. Отводка*
	Занятие 4	2 ч	*Повторение и закрепление материала, разученного на 3 занятии.*
	Занятие 5	2 ч	*Подведение итогов первых 4 занятий. Закрепление всего пройденного материала, соединение и отработка изученных приемов, сочетание их комбинаций при исполнении.*
	Занятие 6	2 ч	*Изучение следующих приемов воспроизведения игры на ложках:* *1. Большая прямая резинка* *2. Колесо*
Февраль	Занятие 7	2 ч	*Подведение итогов всех прошедших занятий. Закрепление всего пройденного материала, отработка изученных приемов и сочетание их комбинаций при исполнении.*
	Занятие 8	2 ч	*Изучение следующих приемов воспроизведения игры на ложках:* *1. Боковая правая большая резинка* *2. Боковая левая большая резинка*
	Занятие 9	2 ч	*Подведение итогов прошедшего занятия. Закрепление всего пройденного материала, отработка изученных приемов и сочетание их комбинаций при исполнении.*
	Занятие 10	2 ч	*Изучение следующих приемов воспроизведения игры на ложках:* *1. Копытца*

			2. Маятник
	Занятие 11	2 ч	*Изучение следующего приема воспроизведения игры на ложках: тремоло.*
	Занятие 12	2 ч	*Подведение итогов последних 2 занятий. Закрепление всего пройденного материала, отработка изученных приемов и сочетание их комбинаций при исполнении.*
	Занятие 13	2 ч	*Изучение следующих приемов воспроизведения игры на ложках:* *1. Гребенка двойная* *2. Гребенка одинарная*
	Занятие 14	2 ч	*Изучение следующих приемов воспроизведения игры на ложках:* *1. Одинарный локоть* *2. Большое двойное скольжение*
Март	Занятие 15	2 ч	*Подведение итогов последних 2 занятий. Закрепление всего пройденного материала, отработка изученных приемов и сочетание их комбинаций при исполнении.*
	Занятие 16	2 ч	*Изучение следующих приемов воспроизведения игры на ложках:* *1. Короткое тремоло* *2.Длинное тремоло*
	Занятие 17	2 ч	*Изучение следующих приемов воспроизведения игры на ложках:* *1. Восьмерка* *2.Игра на 3 ложках*
	Занятие 18	2 ч	*Подведение итогов последних 2 занятий. Закрепление всего пройденного материала, отработка изученных приемов и сочетание их комбинаций при исполнении.*
	Занятие 19	2 ч	*Изучение следующих приемов воспроизведения игры на ложках:* *1. Малое скольжение от себя* *2. Малое скольжение к себе*
	Занятие 20	2 ч	*Изучение следующего приема воспроизведения игры на ложках – игра на 4 ложках*
	Занятие 21	2 ч	*Подведение итогов последних 2 занятий. Закрепление всего пройденного материала, отработка изученных приемов и сочетание их комбинаций при исполнении.*

Апрель	Занятие 22	2 ч	*Подведение итогов всех прошедших занятий. Закрепление всего пройденного материала, отработка изученных приемов и сочетание их комбинаций при исполнении.*
	Занятие 23	*2 ч*	*Подведение итогов всех прошедших занятий. Закрепление всего пройденного материала, отработка изученных приемов и сочетание их комбинаций при исполнении.*

Программа обучения приемам игры распределяется на 3 с лишним месяца (46 часов). Поскольку в данный план включены дополнительные упражнения, не указанные в методическом пособии.

В дальнейшем участники программы «Обучение игре на русских ложках» могут совершенствовать свои умения, посещая занятия в клубе.