



**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ**

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования**

**«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО-  
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)**

**ФАКУЛЬТЕТ НАРОДНОГО ХУДОЖЕСТВЕННОГО ТВОРЧЕСТВА  
КАФЕДРА ХОРЕОГРАФИИ**

**Эстетическое воспитание детей средствами хореографического искусства**

**Выпускная квалификационная работа**

**по направлению: 51.03.02 Народная художественная культура**

**Направленность программы бакалавриата**

**«Руководство хореографическим любительским коллективом»**

Проверка на объем заимствований:

65,34 % авторского текста

Работа рекомендована к защите  
рекомендована/не рекомендована

«10» мая 2017 г.

зав. кафедрой хореографии

А.Г. Чурашов Чурашов А.Г.

Выполнила:

Студентка группы ЗФ-407-115-4-1

Иващенко Виктория Дмитриевна

Научный руководитель:

к.п.н., доцент

А.Г. Чурашов Чурашов Андрей Геннадьевич

**Челябинск  
2017**

## Оглавление

Глава 1. Теоретическое обоснование нравственно-эстетического воспитания средствами хореографии.....	9
1.1. Эстетика и эстетическое воспитание как философское понятие...	9
1.2. Сущность и необходимость эстетического воспитания.....	16
1.3. Специфика работы хореографического коллектива.....	22
1.4. Критерии оценки эффективности нравственно-эстетического воспитания в процессе занятий хореографией.....	29
Глава 2. Практические исследования методов формирования нравственно-эстетической культуры детей средствами хореографии.....	41
2.1. Характеристика базы исследования (образцовый танцевальный ансамбль «Мальвина»).....	41
2.2. Комплексная программа эстетического воспитания средствами хореографической культуры.....	47
2.3. Диагностика развития уровня нравственно-эстетической культуры участников коллектива «Мальвина» на занятиях хореографией.....	54
Заключение .....	57
Список литературы.....	60
Приложение .....	64

## Введение

Значение эстетического развития личности, как важнейшего рычага общественного прогресса возрастает в переходные эпохи, требующие от человека повышенной творческой активности, напряжения всех его духовных сил. Именно такой период переживает ныне наша страна. Запас прочности при осуществлении реформ не в последнюю очередь определяется эстетическим потенциалом общества и живущих поколений. Именно данное обязательство чрезвычайно актуализирует проблему формирования эстетической и художественной личности, создание для этого благоприятных условий.

Духовное богатство человека, его интеллектуальная и физическая красота основываются на здоровом и гармонично развитом организме человека. Для многогранного эстетического развития личности необходимо использовать все средства эстетического воспитания и, прежде всего, искусство и художественно-творческую деятельность.

Эстетическое воспитание осуществляется на протяжении всей жизни человека, независимо от возраста, трансформируется на жизненном пути, так как каждый исторический этап развития общества, формируя свой идеал, предъявляет к человеку новые требования или модифицирует прежние.

Несомненен тот факт, что современная педагогическая наука рассматривает эстетическое воспитание средствами искусства как одно из ведущих образовательных воздействий, способствующих развитию духовного потенциала, формирования оптимистического мировоззрения и, наконец, влияющих на формирование личности ребенка.

О влиянии искусства, как фактора формирования и развития личности ребенка, писали многие ученые. Очевидна творческая, художественная и познавательная ценности данных исследований, так как благодаря им, педагоги находят наиболее совершенные и доступные пути, помогающие

детям ориентироваться в мире искусства и реализовывать свои творческие способности.

Вместе с тем изучение накопленного педагогического опыта позволяет нам отметить недостаточное внимание со стороны ученых по отношению к занятиям хореографией как искусству эстетического воспитания детей, а также недостаточное количество кружков и студий, где руководство осуществляют квалифицированные хореографы, имеющие не только специальное (хореографическое), но и педагогическое образование. Этот факт делает нашу работу еще более актуальной и важной.

Среди множества форм эстетического воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место. Занятия танцам не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие. В сравнении с музыкой, пением, изобразительным искусством, имеющим постоянное место в сетке школьного расписания, танец так и не занял подобающего ему места в числе обязательных предметов образования школьников.

Между тем хореография обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Синкретичность танцевального искусства подразумевает развитие не только музыкальных, двигательных навыков, но и прививает основы нравственной культуры, основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дает представления об актерском мастерстве, а также учит сохранять и укреплять здоровье что является особо актуальным для сегодняшнего дня. Хореография помогает детям понять красоту правильных, легких, выразительных движений и недопустимость грубой и вульгарной манеры танца.

В этой связи особую актуальность приобретает изучение процесса воспитания в хореографическом коллективе и выявление механизмов

формирования нравственно-эстетической культуры средствами хореографической культуры.

Специфика хореографического искусства определяется его многогранным воздействием на человека, что обусловлено самой природой танца как синтетического вида искусства. Влияя на развитие эмоциональной сферы личности, совершенствуя тело человека физически, воспитывая через музыку духовно, хореография помогает приобрести уверенность в собственных силах, дает толчок к самосовершенствованию, к постоянному развитию.

Изучение накопленного теоретического и практического опыта в области эстетического воспитания средствами искусства, а также изучение возможностей хореографического искусства в формировании и развитии личности ребенка позволило выделить особую актуальность изучаемого вопроса, а также обнаружить недостаток исследований в области эстетического воспитания средствами хореографии, недостаток научного и методического современного оснащения изучаемого вопроса. В связи с чем, мы видим необходимость в осмыслении процесса эстетического воспитания детей средствами хореографии с учетом требований современного общества.

В связи с этим мы считаем особо актуальным выбор исследовательской работы по теме: «Эстетическое воспитание детей средствами хореографического искусства».

Эстетическое воспитание – понятие широкое, включающее комплекс задач:

- развитие эстетического восприятия;
- развитие эстетического суждения;
- формирование эстетической оценки;
- эстетического отношения;
- формирование художественно-эстетического вкуса.

Под эстетическим воспитанием, в процессе занятий хореографией, мы будем понимать воспитание, наиболее специфическое для хореографической деятельности, а именно:

- развитие эстетического восприятия и представления в передаче движений;
- умение оценить музыкальный материал и передать художественный образ в танце с помощью мимики, пантомимики;
- умение точно, грамотно и аккуратно исполнять хореографические комбинации;
- умение импровизировать на знакомую или вновь услышанную музыку;
- желание сочинять танцевальные комбинации и подбирать художественно-сценическое оформление к ним (костюмы для исполнителя, реквизит, световые эффекты и т.д.);
- этическое отношение к партнерам в танце и к зрителю.

Объект исследования: эстетическое воспитание детей.

Предмет исследования: методы эстетического воспитания детей средствами хореографии.

Цель: выявить механизмы эстетического воспитания детей средствами хореографического искусства.

Гипотеза исследования: эффективность эстетического воспитания детей в процессе занятий хореографией может быть существенно повышена при использовании комплексной программы эстетического воспитания средствами хореографии, включающей изученную и обобщенную нами систему методических средств, приемов и условий, содержащих:

- Специально организованное комплексное обучение и воспитание, основанное на изучении хореографии (классический танец, современный танец) и сопутствующих предметов (этики, эстетики, физиологии), основанных на традиционно сложившихся формах, методах обучения и воспитания и инновационных (участие в тренингах, импровизациях),

которые позволяют реализовать образовательную, развивающую и воспитательную функции обучения.

➤ Специально организованный учебно-воспитательный процесс, опирающийся на возрастные и психофизиологические особенности детей и базирующийся на постепенном расширении и существенной углублении знаний, развитии умений и формировании устойчивых навыков у учеников путем последовательного прохождения по схеме обучения по принципу от простого к сложному.

➤ Специально созданные педагогические условия, способствующие развитию эстетического воспитания, представления; формированию эстетической оценки, а также специально подобранные активные формы обучения на основе интеграции разнообразных форм деятельности, ведущих к развитию неординарного мышления, творческой активности, способствующих повышению самооценки ребенка, придавать уверенность в собственные силы и возможности.

Цель и гипотеза исследования определили необходимость решения следующих задач исследования:

1. определить теоретические предпосылки эстетического воспитания учеников в условиях учреждений дополнительного образования средствами хореографии;

2. охарактеризовать особенности и значение комплексной программы эстетического воспитания учеников в условиях учреждений дополнительного образования;

3. изучить и обобщить содержание, формы и методы эстетического воспитания в процессе занятий хореографией в системе дополнительного образования;

4. определить и экспериментально проверить педагогические условия осуществления занятий хореографией для детей в системе дополнительного образования;

5. разработать критерии оценки эффективности осуществления эстетического воспитания в процессе занятий хореографией.

В соответствии с целью и задачами, в ходе дипломной работы были использованы следующие методы исследования:

➤ теоретический анализ философской, искусствоведческой, психолого-педагогической литературы по проблеме исследования;

➤ изучение, анализ и обобщение теории и практики эстетического воспитания в общей педагогике в учреждениях дополнительного образования;

➤ наблюдение за деятельностью детей и педагогов, диагностика и коррекция;

➤ изучение результатов творческой деятельности детей в области хореографии, этики, эстетики;

➤ моделирование новых форм и методов работы;

➤ анкетирование, беседы с детьми, педагогами, родителями.

В теоретической значимости разработаны критерии выявления уровня эстетического развития

В практической значимости программа эстетического развития коллектива «Мальвина» может использоваться в различных учреждениях культуры и образования.



## Глава 1. Теоретическое обоснование нравственно-эстетического воспитания средствами хореографии

### 1.1. Эстетика и эстетическое воспитание как философское понятие

Интеллектуальная и физическая красота человека, его душевные качества основываются на здоровом и гармонично развитом организме человека. Для многогранного эстетического развития личности необходимо использовать все средства эстетического воспитания и, прежде всего, искусство и художественно-творческую деятельность.

Эстетическое воспитание относится к числу непреходящих проблем. Оно осуществляется на протяжении всей жизни человека, независимо от возраста, трансформируется на жизненном пути, так как каждый исторический этап развития общества, формируя свой идеал, предъявляет к человеку новые требования или модифицирует прежние. Вопрос всестороннего развития личности, его духовной и внешней красоты, интересовал человечество еще с древнейших времен: учение пифагорейцев о воздействии музыки на душу, идеи Платона об искусстве, формирующем моральные установки и создающем внутреннюю гармонию человека, концепция Аристотеля об очищающем воздействии искусства (катарсис) и т.д.

Первоначально эстетическое знание было вплетено в систему общефилософских размышлений о мире. Затем на протяжении тысячелетней истории эстетика не раз меняла лоно своего развития: античная эстетическая мысль развивалась в рамках философии, средневековая — в контексте теологии, в эпоху Возрождения эстетические взгляды разрабатывались преимущественно самими художниками, композиторами, то есть в сфере самой художественной практики. В XVII и XVIII вв. эстетика интенсивно развивалась на почве художественной

критики и публицистики. Знаменитый этап немецкой классической эстетики, воплотившийся в творчестве Канта, Ф. Шиллера, Ф.В.И. Шеллинга, Г.В.Ф. Гегеля, вновь был ознаменован созданием целостных эстетических систем, охватывающих весь комплекс проблем эстетики.

Для наиболее полного и глубинного понимания вопроса об эстетике, эстетическом воспитании следует более конкретно обратиться к данным понятиям и рассмотреть их с точки зрения философии и педагогики.

Эстетика (от греч. «чувствующий», «чувственный») – философская дисциплина, изучающая природу всего многообразия выразительных форм окружающего мира, их строение и модификацию. Эстетика ориентирована на выявление универсалий в чувственном восприятии выразительных форм реальности. В широком смысле — это универсалии строения произведения искусства, процесса художественного творчества и восприятия, универсалии художественно-конструкторской деятельности вне искусства (дизайн, промышленность, спорт, мода), универсалии эстетического восприятия природы.

Процесс эстетического и художественного формообразования – мощный культурный фактор структурирования мира, осуществления чувственно-выразительными средствами общих целей культурной деятельности человека — преобразования хаоса в порядок, аморфного – в целостное. В этом смысле понятие художественной формы используется в эстетике как синоним произведения искусства, знак его самоопределения, выразительно-смысловой целостности.

Термин «эстетика» используется во многих отраслях – что свидетельствует о многообразии содержания этого понятия, длительного исторического пути, в ходе которого возникали разные его смыслы. При всем различии употреблений на быденном и профессиональном уровне («эстетика интерьера», «эстетика спектакля») данное понятие обозначает единый принцип, обобщающее чувственно-выразительное качество, как

произведений искусства, так и предметов повседневного обихода, феноменов природы.

Особенности природы эстетики заключаются в ее междисциплинарном характере. Трудность владения эстетическим знанием вызвана тем, что оно являет собою единство логической конструкции, высоких обобщений, известной нормативности — и проникновения в живые импульсы художественного творчества, реальных парадоксов художественной жизни, эмпирики социального и культурного бытия произведения искусства. Попытки выявления общих принципов художественных стилей, порождающих принципов музыкального, изобразительного, литературного, хореографического творчества (также своего рода универсалий) ведутся и в рамках отдельных искусствоведческих дисциплин — литературоведения, искусствоведения, музыковедения. Всякий раз, когда заходит речь не об анализе одного произведения искусства, а об общих художественных измерениях группы искусств, специфике жанра или художественного стиля, имеет место эстетический анализ. Эстетические универсалии выявляют стержневые измерения социального бытия произведений искусства, процессов художественного творчества, восприятия и выражают их через предельные понятия-категории (пластичность и живописность, аполлоновское и дионисийское, прекрасное и характерное и др.). В этом смысле эстетическое познание выступает как созидание основных «несущих конструкций» художественного мира, выражение немногого о многом и неизбежно отвлекается от частных.

Эстетическая культура — совокупность феноменов, институтов, практик, поведения, мироощущения, текстов, так или иначе связанных с актуализацией, реализацией, фиксацией эстетического опыта, человечества определенного этапа культурно-исторического бытия или отдельного человека. Под эстетическим понимается опыт не утилитарных (созерцательных или выразительных) отношений субъекта и объекта, как

личностный, так и характерный для определенных этапов культуры, сопровождающийся или завершающийся в конечном счете духовным наслаждением субъекта. Наиболее полное воплощение эстетическая культура получает в художественной культуре (совокупности всех искусств) своего времени, однако ее аура охватывает практически все основные сферы жизни и особенно творческой деятельности человека. Поэтому историческая классификация эстетической культуры фактически совпадает с классификацией истории искусства, но охватывает более широкий круг явлений культуры и практического опыта человека, чем искусствоведение.

Эстетическое воспитание – в самом общем смысле формирование восприимчивости человека к искусству и прекрасному, существующему в творениях человека и в природе. Искусство понимается при этом как нечто уже созданное и воспринимаемое в его данности. В разные эпохи подчеркивалось воспитательное значение разных видов искусства: например, музыки - в античности, литературы - в 19 в., в настоящее время стремятся выявить воспитательной возможности всех сфер искусства. Многие педагоги рассматривают эстетическое воспитание прежде всего, как высвобождение спонтанной экспрессии детей - взгляд, восходящий к движению "нового воспитания" начался 20 в. В педагогической теории эстетическое воспитание часто связывается только со сферой чувств и воображения и отделяется от интеллектуального воспитания, морального и тому подобное. Эстетическое воспитание осуществляется лишь через личное эстетические переживание.

От эстетического воспитания как воспитания личности обычно ограничивается профессиональное художественное воспитание формирование определенных умений и навыков в сфере той или иной художественной дисциплины.

Влияние искусства на человека вызывало интерес уже с древних времен: учение пифагорейцев о воздействии музыки на душу, идеи Платона

об искусстве, формирующем моральные установки и создающем внутреннюю гармонию человека, концепция Аристотеля об очищающем воздействии искусства (катарсис) и т.д. Сам термин «Эстетическое воспитание» связан с "Письмами об эстетическом воспитании." Ф. Шиллера (1795), в которых обосновывалась возможность преодоления внутренних противоречий между чувственной и морально-разумной природой человека благодаря посредствующей роли искусства и творческой эстетической деятельности -игре (Эстетическое воспитание в широком смысле).

Эстетическое и моральное воспитание. Древнейшей традицией эстетического воспитания является убеждение в родстве добра и красоты и, следующие, в совпадения эстетического и морального воспитания. Уже древние греки указали два возможных пути нравственного воспитания с помощью искусства. Платон считал, что морально воспитывать могут лишь образцы собственно морального поведения, формировать внутреннюю гармонию - только произведения классического порядка и меры, и требовал соответствующего отбора произведений, служащих воспитанию, в частности исключения драматически напряженных произведений. В противоположность этому Аристотель показал ценность искусства, выражающего драматические конфликты и тем приводящего к внутреннему освобождению и эмоционально-интеллектуальной разрядке.

В настоящее время оба вида морального воспитания посредством искусства признаются ценными; в известном смысле они составляют два уровня такого воспитания. Не только устойчивые идейно-моральные образцы, широко представленные в литературе, театре или кино как пример для подражания молодежи, но и произведения, не имеющие однозначного морального смысла и "образцового" героя, могут формировать моральные установки, если они вызывают личную критическую рефлексию у воспринимающего их.

Эстетическое воспитание и развитие познавательных способностей. Значение эстетического воспитания в интеллектуальном развитии человека

заключается в том, что оно вовлекает в процесс познания личность как целое. Искусство в качестве образного понимания действительности формирует «личностное знание», «эстетическое мышление», которое в противоположность отвлеченным знаниям, относящимся к отдельным, специальным областям, носит целостный характер. Восприятие различных художественных сфер (живописи, музыки, литературы, хореографии и т.д.) в их взаимосвязи позволяет уловить целостную картину культуры определенной эпохи, понять ее единство и стилистическое родство, что является необходимой предпосылкой ее теоретического освоения. Тем самым эстетическое воспитание способствует развитию интеллектуальной ориентации, умения синтезировать в мысли отдельные аналитические знания. Эстетическое восприятие является средством понимания не только внешнего мира, но и внутреннего мира человеческой личности, ее переживаний и конфликтов.

Эстетическое воспитание и формирование воображения и творческих способностей. Эстетическое воспитание не может ограничиться выработкой восприимчивости к уже готовым эстетическим продуктам, оно должно способствовать развитию творческих и конструктивных способностей: индивидуальной экспрессии, интуитивного мышления, умения выделить проблему из ее банальных контекстов, преодолеть стереотипы рассуждения. Воспитание для творчества становится одним из главных педагогических лозунгов.

Необходимость высвобождения творческих сил человеческой личности провозглашалась уже такими педагогами, как Руссо и Песталоцци. Позднее Толстой, а также, Бергсон и Дьюи противопоставили принципам программного воспитания детей по образцу взрослых спонтанное творческое выявление индивидуальности ребенка. В это же время итальянский педагог К. Риччи сформировал «Концепцию искусства ребенка», в центре внимания которой не художественная ценность

продуктов творческой деятельности ребенка, а значение ее с точки зрения самого действующего человека.

В этом отношении упражнения в области художественной экспрессии приобретают большое значение в развитии творческого воображения, выступающего как расширение границ известного опыта, в формировании внутреннего мира человека и выявлении индивидуального своеобразия личности. Благодаря процессу «интериоризации» человеческой деятельности, осуществляющемуся в значительной степени в результате эстетического воспитания, «... предметная действительность повсюду в обществе становится для человека действительностью человеческих сущностных сил...» (Маркс К. и Энгельс Ф., Из ранних произв., 1956, с. 593). Широкое понимание эстетического воспитания как формирования целостной личности конкретизирует мысль Маркса о человеке будущего как творческого *homo aestheticus*, действующего по «законам красоты» [5, 342 с.].

Итак, эстетическое знание изначально было вплетено в систему общефилософских размышлений о мире. В ходе исторического процесса эстетика не раз меняла лоно развития и в конечном итоге выделилась в отдельную науку. Термин «эстетика» используется во многих отраслях, однако, где бы он не применялся, обозначает – единый принцип, обобщающее чувственно-выразительное качество, как произведений искусства, так и предметов повседневного обихода, феноменов природы. Эстетическая культура при этом выступает как совокупность феноменов, институтов, связанных с реализацией и фиксацией эстетического опыта, человечества определенного этапа культурно-исторического бытия или отдельного человека. Накопление и передача знаний о культурном опыте поколений прививается через воспитание детей. Эстетическое воспитание, в самом общем смысле, это формирование восприимчивости человека к искусству и прекрасному, существующему в творениях человека и в природе. Особенность эстетического воспитания в интеллектуальном

развитии человека заключается в том, что оно вовлекает в процесс познания личность как целое. Умение личностью воспринимать различные художественные сферы, их взаимосвязи, способность улавливать целостную картину культуры, понимание ее единства и стилистическое родство, это важнейшие навыки необходимые развитию индивидуума.

Тем самым, эстетическое воспитание способствует развитию интеллектуальной ориентации, развитию умения синтезировать в мысли отдельные аналитические знания. Помимо умения ориентироваться в мире искусства и анализировать его, эстетическое воспитание побуждает воспитанника к самостоятельному творчеству. Человек с широким взглядом на мир способен совершать открытия, создавать новое – на уровне личностного роста и мировой культуры.

## 1.2. Сущность и необходимость эстетического воспитания

Возможность соприкосновения человека с красотой – одна из сокровенных тайн бытия. Приобщения ребенка к миру прекрасного, протекает в процессе эстетического воспитания. Эстетическое воспитание развивает чувства и эмоции человека, помогает ему осваивать мир духовных ценностей, формирует эстетическое отношение к действительности, стимулирует творческое начало, обеспечивает формирование эстетической культуры личности, способствует творческой самореализации в жизни.

Современная система эстетического воспитания средствами хореографии базируется на принципах гармоничного сочетания интеллектуального, нравственного и физического развития ребенка.



Занятия хореографией формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представления об актерском мастерстве, расширяют круг занятий в области балетного театра, ближе знакомят детей с музыкой.

Рассматривая занятия хореографией как средство эстетического воспитания и опираясь на исследования ученых в области общих вопросов эстетического воспитания средствами искусства, мы можем отметить, что природа эстетического воздействия протекает по следующей, условно составленной схеме, компоненты которой все взаимосвязаны между собой:

1. Развитие эстетического воспитания («... начиная с развития культуры ощущений, тонкость восприятия рождает тонкость чувств, развивает благородную человеческую потребность переживать эти чувства» - писал В.А. Сухомлинский. [7, 466 с.], а «...танец – под наблюдениями Л.С. Выготского – является богатейшим источником эстетических чувств и переживаний» [8, 317 с.]).

2. Развитие эстетического представления и формирование эстетической оценки («эстетические чувства становятся более глубокими и сознательными по мере развития и обогащения эстетических представлений детей о форме, цвете, строении предметов и явлений окружающего мира», [9]).

3. Творческое развитие ребенка, как конечный результат эстетического воздействия является доминантой в эстетическом воспитании, отмечают исследователи в разное время изучавшие этот вопрос.

В педагогике интерес к проблеме творчества зародился еще в XIX веке. Исследователи придавали большое значение творчеству в жизни человека и неоднократно указывали на необходимость формирования творческих задатков еще с детского возраста, тесно связывая данную проблему с эстетическим воспитанием детей.

Поставив ребенка в центр педагогического процесса и доказав, что воспитание должно протекать в строгом соответствии с его природой, психологи и биогенетики сориентировали педагогов на необходимость своевременного распознавания психофизических особенностей детского организма, его природных склонностей и дарований, как основы формирования и развития творческой личности ребенка.

Исследователи утверждают, что человек от рождения несет в себе генетически задатки, которые играют существенную роль в развитии различных сторон личности, особенно таких как динамика психических процессов, эмоциональная сфера, виды одаренности. Прирожденные особенности нервной системы и других систем организма, являются анатомо-физиологической основой тех «жизненных сил», которыми человек отчасти наделен от рождения и которые существуют в нем в виде задатков. Однако от природы человек получает не готовые психологические свойства, а функциональные возможности, природные потенции возникновения и развития тех или иных качеств личности. Особенности нервной системы образуют почву для формирования различных качеств личности. Однако образ человеческой деятельности обусловлен не только природными свойствами нервной системы, но и зависит от постоянного воспитания и обучения в широком смысле этих слов. [11, 340 с.]

Именно поэтому, изучив природу ребенка и законы его психического развития педагог в силах раскрыть до наиболее возможной высоты задатки воспитанника, и развить его потенциал.

Говоря о детском творчестве в танце Е.Д. Васильева, Т.А. Устинова, Т.С. Ткаченко, указывали, что детская хореография должна служить областью деятельности, где ребенок будет воплощать свои фантазии, мечтать и воспитывать красоту души и тела.

Следовательно, детское хореографическое творчество можно определить, как поисково-спасательную деятельность, в которой ведущую роль играет синтез эмоциональной отзывчивости, абстрактного и

ассоциативного мышления, творческого воображения, активности, способности ребенка самостоятельно принимать решения. [11,с.378]

По мнению ученых, творчество - производное интеллекта, преломленное через личную мотивационную структуру. Оно связано с наличием у личности, способностей, мотивов, знаний и умений, по средствам которых создается общественно значимый продукт, выполняются определенные действия.

Проблему детского творчества рассматривали многие исследователи, они выделили следующие факторы, способствующие формированию и развитию творчества у детей:

➤ наследственность, с точки зрения биогенетиков, уровень развития творческих способностей человека, определяется природными задатками, которые обязательно заявят о себе и будут реализованы;

➤ социальная среда, преимущественное влияние на становление творческой личности оказывают условия среды, в которую та попадает по воле случая. Ученые отмечают неотъемлемую часть и взаимодействие окружающей среды и человека, наделенного творческими способностями;

➤ воспитание, творческое начало, данное ребенку свыше, уже с первых месяцев его жизни стремится обнаружить себя в деятельности ребенка, и прежде всего в играх со своими пальчиками, ножками и мелкими игрушками. Задача же родителя помочь ему в этом. Также ученые отмечают, что человек рождается готовым к любому виду деятельности, ни каких специальных генов интеллектуальности и «гениальности» не существует. Все свойства высших проявлений психики, формируются при жизни, и поэтому они управляемы. Понимание этого открывает огромные перспективы для педагогов, а сознание того, возлагает особую ответственности на педагогов и учителей. [12, 187 с.].

Роль педагога, как «управляющего» обучением, развитием, воспитанием мы видим во все времена. На актуальность данного аспекта в деятельности педагога указывает еще В.И Ленин в своих работах. Он

выделяет в качестве фундаментального требования к учителю - достаточно широкое и активное знание специальных и психолого-педагогических дисциплин. При этом, как отмечает автор, педагог должен быть ориентирован на «школу завтрашнего дня», иметь определенный «запас опережения». Нужно быть компетентным, нужно полностью и до точности знать все условия производства, нужно знать технику этого производства на ее современной высоте, нужно иметь прочное научное образование.

О профессиональных качествах педагога, об умении грамотно организовать процесс обучения и воспитания, о важности речевой деятельности на занятиях говорили многие педагоги Н.П. Сакулина, Т.С. Комарова, хореографы И.А. Моисеев, К.Я. Голейзовский.

Важность слова, произнесенного учителем, способного вызвать внимание и удержать мыслительную активность детей, подчеркивала Н.П. Сакулина: «Искусство воспитателя заключается в том, чтобы привлекая непосредственный интерес, произвольное внимание детей словами, обращенными к ним, возбуждая интерес и положительные эмоции тоном и формой общения, вместе с тем создать благоприятные условия для вдумчивого отношения к сообщаемому, вызвать и удержать мыслительную активность». [15, 134 с.]

Исследования Т.С. Комаровой показали, что слово, сказанное педагогом, несет в себе регулирующую, направляющую функцию в общении с детьми. [45, 120 с.]

В системе ценностных ориентации личности педагога, как отмечает В.А. Сластенин, важную роль играет ее профессиональная направленность, в основе которой лежит потребность в педагогической деятельности. Она в себя включает: интерес и любовь к детям, увлеченность педагогической работой, психолого-педагогическую зоркость и наблюдательность, педагогический такт, педагогическое воображение, справедливость, коммуникабельность, требовательность, настойчивость, целеустремленность, уравновешенность, выдержку, самооценку,

профессиональную работоспособность, духовные, прежде всего познавательные потребности и интересы, интеллектуальную активность, готовность к самообразованию. [16, 576 с.].

Таким образом, рассмотрев проблему эстетического воспитания в хореографическом коллективе с позиции таких наук как: философия, культурологи, психология и педагогика, мы можем заключить, что эстетическое воспитание на занятиях хореографией позволяет развивать эстетические чувства, способствует формированию представлений и знаний о прекрасном в жизни и искусстве, оказывает непосредственное влияние на организации эстетической, художественной, творческой деятельности детей.

Из выше сказанного следует, что механизм формирования эстетического развития личности средствами хореографии представляет собой:

- целенаправленное развитие эмоционально-чувственной сферы ученика и всех участвующих при этом психических процессов: быстроты реакции, внимание, память, эмоции, восприятие, воображение, образное мышление;
- накопление необходимого усвоенного в процессе образования материала: знания, умения, навыки, опыт, интересы, умение мыслить, обобщать, абстрагировать, моделировать;
- создание среды, активизирующей творческую активность ученика: творческие задания, самостоятельные работы, подбор наиболее интересного музыкального материала, посещение музеев, выставок, театров, концертов и т.д.

### 1.3. Специфика работы хореографического коллектива

Коллектив участников является сложным социально-педагогическим явлением, воспитывающей средой, существенно влияющей на социализацию личности формирование ее нравственных качеств и ориентиров. Он обеспечивает разнообразный опыт деятельности и общения, создает условия организаторских умений и способностей, учит сотрудничеству. Развивает духовную и эмоционально-чувственную сферы личности.

Особым потенциалом в развитии этих сфер личности обладают коллективы художественного творчества, различных видов искусства, в частности - пластические искусства, хореография.

Хореография – это мир красоты движения, звуков, световых красок, костюмов, то есть мир волшебного искусства. Воспитанники стремятся увидеть это на балетных спектаклях, в художественных альбомах, видеофильмах. Уроки по хореографии воспитывают и развивают не только художественные навыки исполнения танцев разных жанров, но и выработку у ученика привычки и нормы поведения в соответствии с постигаемыми законами красоты.

Занятия хореографическим искусством способствуют физическому развитию воспитанников и обогащают их духовно. Это гармоничное занятие привлекает и учеников, и родителей. Ребенок, владеющий балетной осанкой, восхищает окружающих. Но ее формирование - процесс длительный, требующий многих качеств от учеников.

Дисциплинированность, трудолюбие и терпение – те свойства характера, которые необходимы не только в хореографическом классе, но и в быту. Эти качества годами воспитываются педагогами-хореографами и определяют успех во многих делах.

Чувство ответственности, так необходимое в жизни, двигает воспитанников, занимающихся хореографией, вперед. Нельзя подвести рядом стоящего в танце, нельзя опоздать, потому что от тебя находятся в зависимости другие, нельзя не выучить, не выполнить, не доработать. Аккуратность в хореографическом исполнении, опрятность формы в хореографическом классе переносится и на внешний вид детей в школе. Они выделяются не только своей осанкой, но и прической, чистотой и элегантностью ношения самой обыкновенной одежды.

Воспитание этикета является одной из сторон на занятиях по хореографии. Приятно видеть, что дети из хореографического класса никогда не пройдут впереди старшего, мальчики подадут руку при выходе из автобуса, сумки и портфели девочек – в руках у мальчиков. Внимание и забота о других – необходимое качество в характере детей, и занятия хореографией решают эти задачи.

Хореографическое искусство для воспитанника является дополнением и продолжением его реальной жизни, обогащая ее. Занятия этим искусством приносят ему такие ощущения и переживания, которых он не мог бы получить из каких-либо иных источников

Творческая личность – важнейшая цель как всего процесса обучения, так и эстетического воспитания. Без него, без формирования способности к эстетическому творчеству, невозможно решить важнейшую задачу всестороннего и гармоничного развития личности. Совершенно очевидно, что каждый педагог посредством эстетического воспитания готовит детей к преобразовательной деятельности. Педагог-хореограф должен сформировать, развить и укрепить у учеников потребность в общении с искусством, понимание его языка, любовь и хороший вкус к нему. Воспитательная работа в художественном коллективе - процесс сложный, многогранный. Он связан с реализацией обширной программы организационно-педагогических и художественно-исполнительских мер.

Каждое направление в практике педагога-руководителя имеет свою внутреннюю логику, свои закономерности и принципы реализации. Без их познания, критического анализа невозможна достаточно эффективная организация не только художественно-творческой, учебной, образовательно-репетиционной деятельности, но и обеспечение педагогического процесса в целом.

Специфика воспитательной работы в хореографическом коллективе обусловлена органичным сочетанием художественно-исполнительских, общепедагогических и социальных моментов в ее проведении и обеспечении. Усилия педагога направлены на формирование у детей мировоззрения, на воспитание высокой нравственной культуры, на художественное и эстетическое развитие. Эти задачи решаются с вовлечением детей в художественно-исполнительскую деятельность, с организацией учебно-творческой работы. Поэтому первый уровень воспитания ребенка в хореографическом коллективе – это образование и обучение его как исполнителя. Второй уровень воспитания - это формирование ребенка как личности, развития в нем гражданских, нравственно-эстетических качеств, общей культуры.

Родители отдают детей в хореографические коллективы для занятий, укрепляющих здоровье, расширяющих общий культурный и художественный кругозор, являющихся формой удовлетворения духовных потребностей, средством развития эстетического вкуса. Поэтому отношение учеников к занятиям носит индивидуальный и строго выборочный характер. Ученик умеет, запоминает и выполняет то, что его интересует, привлекает. [17, 246 с.].

Воспитательная работа должна проводиться систематически, только тогда она приведет к положительным результатам. Сложность воспитательной работы определяется тем, что ученики в коллективе встречаются различного уровня культуры и воспитания. Сосредоточить их интересы порой непросто. При этом педагогу-руководителю приходится



проявлять такт, чуткость, применять индивидуальный подход к ним. Он должен заинтересовать воспитанников, использовать в работе возможности каждого участника, его перспективы. В обращении с учениками необходимо проявление симпатии, уважительного интереса к их радостям и огорчениям, к их сложностям в жизни. Поэтому педагогу необходимо понимать взаимоотношения участников, их внутренний мир. Воспитанник, вступая в мир знаний по хореографии, должен знать, что каждое занятие обязательно.

Пропуски без уважительных причин не возможны в силу специфики хореографического искусства. Дети просто не смогут выполнять те задачи, с которыми они сталкиваются. Дело даже не в достижении результатов, а в понятии долга, его выработке и развитии. То, чем начал заниматься, должно быть выполнено добросовестно и доведено до конца, склонность детей бросать начатое дело на «полдороге» в дальнейшем оборачивается несобранностью уже взрослого человека, поэтому всю воспитательную работу в коллективе педагог должен строить по принципу интереса, он является основным и определяющим. Он поддерживается постоянным изучением нового хореографического материала (движение, танцевальная комбинация, танцевальный этюд, номер, подготовка или проведение какого-то мероприятия и т.д.). Все это вызывает положительные эмоции у детей, влияет на нравственный настрой и развитие их эстетической культуры. Что же является «уважительной причиной», ученикам тоже надо объяснить: плохое самочувствие, травмы, низкая успеваемость в школе, семейные разногласия, конечно же стоят выше каких-либо занятий. Педагог должен осознавать это и сам, ведь зачастую, учитель не желает слышать объяснений воспитанника, и возникает непонимание и конфликты.

Формы и методы воспитательной работы могут быть различными и зависеть от характера и направленности творческой деятельности коллектива [16, 224 с.].

Педагог, приступая к постановочной работе, рассказывает ученикам об истории, на основе которой делается постановка, о быте, костюмах,

традициях, об образах и характерах, о мотивах их действий и т.д. Все это необходимо подготовить для учеников на доступном для них языке, возможно с показом красочных иллюстраций, преподнести материал эмоционально, выразительно. Просмотр специальных фильмов, прослушивание музыки. Коллективный просмотр сближает воспитанников и педагога. Появляется общая тема для разговора, в котором педагог умно и тактично направляет воспитанников в русло правильных рассуждений. Воспитывают и традиции, которых в коллективе может быть множество: это и посвящение в хореографы, и переход из младшей группы в старшую, и т.д. Воспитание дисциплины прививает навыки организованности в процессе труда, воспитывает активное отношение к нему. Педагог на занятиях пробуждает уважение к общему труду, воспитывает способность подчинить личное общественному. Сознательная дисциплина – это дисциплина внутренней организованности и целеустремленности. Внешняя дисциплина создает предпосылки к внутренней самодисциплине. Участники становятся собранными, внимание на занятиях обостряется, они быстрее и четче выполняют поставленные задачи. Постановки номеров на современные темы подталкивают на встречи с интересными людьми, к чтению современной литературы, посещению музеев и т.д. Полезен совместный просмотр и совместное обсуждение концертных программ, спектаклей как профессиональных, так и любительских коллективов. Проведение анализа концертных выступлений самого коллектива. Педагог-руководитель обязан остановиться как на положительных, так и на отрицательных моментах программы. Важно уделить внимание каждому воспитаннику, учитывая его индивидуальные особенности характера. Вовремя сказанное доброе слово, проявление поддержки, одобрения во многом помогут раскрыться способностям учеников. Большую воспитательную работу играют творческие отчеты, обмен опытом между коллективами и творческая помощь друг другу. Встречи с талантливыми творческими людьми. Их рассказ о своей профессии и творчестве имеют

сильное эмоциональное воздействие на участников. Проведение вечеров отдыха с участием учеников и родителей (Новый год, 8 Марта, 23 февраля и т.д.). Воспитательным моментом в коллективе является полная занятость участников в репертуаре коллектива. Это является стимулом для занятий, так как ученики знают, что никто из них не останется в стороне. Большую пользу в художественном воспитании учеников принесет изучение танцев других народов. Постановка хореографических произведений, вошедших в «золотой» фонд хореографии, оказывает большое эстетическое воздействие на участников. В данном случае необходимо помнить о возможностях исполнителей. Недопустимо искажение замысла номера, упрощение танцевальной лексики. И если, все-таки, номер поставлен, педагогу нужно помнить, что он обязан указать, кто является автором постановки, и кто подготовил номер в данном коллективе.

Подготовка крупной формы хореографического произведения или же большой общей программы является одним из хороших методов воспитания участников.

Хореографический коллектив в определенном смысле и в определенных условиях способствует разрешению возникающих проблем воспитанников:

- снимает отрицательные факторы (закомплексованность в движении, в походке, поведении на дискотеках и т.д.);
- воспитывает ответственность (необходимая черта в характере маленького человека, так как безответственное отношение одних порой раздражает и расслабляет других);
- убирает тенденцию «исключительности» некоторых учеников (это отрицательно влияет на весь коллектив);
- бережет воспитанника от нездорового соперничества, злорадства, «звездной болезни», что является важной задачей в воспитании учеников.

Преподаватель должен научить участников способности сопереживать чужой беде, умению защищать, возможно, вопреки всему

коллективу. Выразить свою точку зрения, отстаивать ее воспитанник учится в коллективе. Педагог активно воспитывает в них порядочность, долг и честь в человеческих отношениях, независимо от изменений их суждений и позиций.

Каждый добросовестный педагог направляет все свои силы на воспитание участников в коллективе. Замечает все особенности, наблюдает за их творческим ростом. Для них он прилагает все старания, не жалея ни времени, ни средств для всестороннего их развития. Опытный педагог, любящий своих воспитанников, всегда найдет возможность оказать содействие талантливому ученику в его дальнейшем творческом росте. «Ведь выявление и воспитание молодых талантов, передача им своих навыков и знаний, а затем содействие им в дальнейшем творческом росте и есть почетная обязанность педагога-хореографа. И в этом мы, хореографы, должны оказывать друг другу посильную помощь» [17, 326 с.].

Подытоживая вышесказанное, следует отметить, что занятия учеников в хореографическом коллективе являются прекрасным средством их воспитания, так как:

1. занятия организуют и воспитывают участников, расширяют их художественно-эстетический кругозор, приучают к аккуратности, подтянутости, исключают «расхлябанность» и распушенность;
2. занимаясь в коллективе, ученики развивают в себе особо ценное качество – чувство «локтя», чувство ответственности за общее дело;
3. приучают воспитанников четко распределять свое свободное время, помогают более организованно продумывать свои планы;
4. занятия помогают выявить наиболее одаренных танцовщиков, которые связывают свою судьбу с профессиональным искусством;
5. они определяют педагогические и организаторские способности учеников.

Итак, любительский хореографический коллектив ставит своей целью интегрирование процесса эстетического воспитания с обучением хореографическому искусству и стремится развить следующие качества:

- развитие эстетического познавательного интереса, использование знаний на занятиях хореографии;
- формирование стремления к эстетико-этическому восприятию окружающего мира, побуждающее личности к гармонизации, в том числе, через эмоционально-пластическое выражение;
- привитие потребности к нравственному, рефлексивному, созидательно-деятельностному отношению человека в общении с миром;
- освоение процесса эмоционального отклика личности, как отражения благополучного и неблагополучного состояния мира и самого себя;
- развитие творческой активности личности участника коллектива, его индивидуальности, эстетическое воспитание средствами хореографии;
- физическое совершенствование, развитие мышечного чувства, координации, чувства ритма, музыкальности; овладение грамотным исполнительским танцевальным мастерством и артистическими качествами.

#### 1.4. Критерии оценки эффективности нравственно-эстетического воспитания в процессе занятий хореографией

Эстетическое воспитание в хореографии непосредственно связано с воспитанием культуры и техники исполнения хореографических движений и выполнения определенных хореографических комбинаций. В связи с чем,

нам представляется актуальным особо рассмотреть механизм развития моторики ребенка в данном виде деятельности.

Как показывают психологические исследования, двигательные функции составляют основу жизнедеятельности человека.

Для развития моторики человека большое значение имеет созревание нервно-мышечного аппарата и усвоение исторически сложившегося опыта предшествующих поколений. В связи с чем, для профессиональной подготовки артистов балета обучение детей начинается с 5-летнего возраста, когда костно-мышечный аппарат ребенка находится в стадии развития и, соответственно процесс формирования гибкости позвоночника, суставов, развития эластичности мышц и тренировки силы является наиболее эффективным.

Занятия хореографией в дополнительном образовании не предполагают профессиональную подготовку детей, поэтому обучение данному виду деятельности может осуществляться практически в любом возрасте. Главным требованием к обучающимся является в первую очередь желание, подкрепленное сознательным выбором и трудолюбием.

Освоение движений ребенком при занятиях хореографией осуществляется под непосредственным влиянием педагога, так как особенностью овладения данным видом деятельности является повторение и воспроизведения учеником увиденного движения (рук, ног, головы, поворота корпуса, и т.д.), технического приема или комбинации, когда педагог показывает и объясняет, а ребенок повторяет.

Сталкиваясь с выполнением определенного движения, отмечает в своих исследованиях Т.С. Комарова, «ребенок самостоятельно, без обучающего воздействия взрослого, не всегда может раскрыть специфику исполнения увиденного, отсюда мы видим особую необходимость развивать восприятие и представление ребенка».

Особенно важным для развития психики ребенка является овладение координацией движения, умение ориентироваться в пространстве, что

развивается в процессе систематического обучения, тренировки и постоянных упражнений. Здесь необходимо выделить развитие таких качеств личности как внимание, упорство, требовательность к себе, развитие логического мышления.

Переход к более сложным формам деятельности предъявляет новые требования к моторике ребенка, принуждает его овладевать новыми исполнительскими навыками умениями.

Определяя особенности моторного развития детей при занятиях хореографией, ученые отмечают необходимость произвольного развития в комплексе рук, ног, головы, гибкости позвоночника и т.д.

Особенность хореографической деятельности заключается в том, что для ее полноценного развития важно не просто развитие отдельных физических частей тела, а также важен комплекс зрительного и мыслительного контроля над исполненными движениями.

Формирование исполнения хореографических движений есть овладение техникой танцевального искусства, которая включает и само движение и восприятие его, а также оценку правильности выполнения (то есть движение постоянно находится под контролем зрительных и двигательных ощущений).

При выполнении движений у ребенка образуется представление о нем, формируется оценка правильности выполнения, и на этой основе строятся исполнительские действия.

Подчеркивая это, И.П. Павлов писал: «Давно было замечено и научно доказано, что раз вы думаете об определенном движении (то есть имеете кинестетическое представление), вы его невольно, этого не замечая, воспроизводите» [3, 80 с.].

На различных этапах овладения техникой исполнения хореографических движений зрительный контроль и двигательные ощущения соотносятся по-разному.

Вначале зрительный контроль имеет большое значение, так как опыт движения только образуется. Постепенно, по мере формирования исполнительской техники, роль зрительного контроля снижается: тело исполнителя (постановка корпуса, рук, ног, наклона головы, натянутости подъема и т.п.) как бы приобретает представление о правильности исполнения движений, ощущение как бы входит корпус исполнителя, движение постепенно выполняется автоматически.

На данном этапе происходит формирование навыка исполнения движений.

Навыки, по определению СЛ. Рубинштейн, это автоматизированные действия, которые сначала вырабатываются преднамеренно, сознательно, а затем функционируют автоматически [19, 134 с.].

Автоматизированное выполнение действий не есть бессознательный процесс, отмечает И.М.Сеченов. Сознательный контроль остается в любой степени автоматизации, и чем заученнее движение, тем оно легче подчиняется воле исполнителя.

Ни один из технических навыков при воспроизведении движений (будь то размах, батман, прыжок и т.д.) после их отработки и автоматизации не может быть применен бессознательно. Это подтверждает в своих исследованиях Т.С. Комарова. Тем более осознанность действий относится к навыкам, позволяющим изменять направление движений (повороты, верчения, комбинации прыжков и т.д.), что является особо актуальным в танцевальном исполнительском искусстве.

Однако важно научить детей не только правильно овладевать техникой исполнения при выполнении хореографических движений, но и научить более сложному приему - уметь не бояться и применять прилученные знания в самостоятельной деятельности при решении поставленных задач (составлении комбинаций, композиций, сочинении сюжетных танцев), внося элементы творчества.



Говоря и детского хореографическом исполнительском мастерстве, необходимо отметить умение понимать содержание музыки (К.Я. Голейзовский), определять специфику и настроение предлагаемого сюжета танца (И.А. Моисеев), уметь «нести» сценический костюм (А.А. Борзов).

Соответственно, определяя критерии оценки эффективности эстетического воспитания при занятии хореографией, мы будем рассматривать как условие овладения хореографической деятельностью, развитие эстетического воспитания и представления. А именно, способность видеть и понимать глубинный смысл эстетического объекта, а в частности движений и хореографических комбинаций, передавать эмоциональное содержание увиденного в танце с помощью мимики и пантомимики, находить эстетически интересные стороны в эмоциональной передаче художественного образа.

Исходя из вышеизложенного, мы можем выделить критерии оценки эффективности эстетического воспитания детей в процессе воспитания хореографией:

1. Формирование эстетической оценки (способность анализировать эстетические объекты- хореографические движения, художественные образы в музыке, умение сопоставлять характер музыки и движений, способность обосновывать свой выбор, уметь находить нужный сценический грим к танцу, выбирать костюм для исполнения хореографического номера).

2. Техника и грамотность (точность, аккуратность, пластичность, соответствие музыкальному ритму и темпу) исполнения танцевальных движений и комбинаций, умение ориентироваться в пространстве.

3. Творческие проявления (умение интерпретировать знакомые танцевальные движения на известную и вновь услышанную музыку, находить неординарные решения при создании сценического костюма,

желание чувствовать в световом оформлении концертных программ и выступлений и т.д.).

Для более точного проведения исследования интересующей нас проблемы обратимся к карте диагностики, позволяющей определить уровень эстетического развития ребенка, а также эффективность педагогического воздействия и руководства.

Карта диагностики эстетического развития ребенка составлена при использовании исследований:

- доктора педагогических наук, профессора заведующей кафедры эстетического воспитания МГОПУ им. М.А. Шолохова Т.С. Комаровой;
- кандидата педагогических наук, доцента кафедры педагогики детства и современных образовательных технологий ЛГОУ Л.А. Берениной.

#### Карта диагностики эстетического развития

Ф.И. ребенка \_\_\_\_\_

Год рождения \_\_\_\_\_

Класс \_\_\_\_\_

Школа

Место занятий \_\_\_\_\_

Год занятий (обучения) по программе \_\_\_\_\_

Параметры эстетического развития ребенка:

начало	конец
года	года

- 1 .Умение воспринимать эстетический объект
- 2.Умение дать обоснованную эстетическую оценку
- 3 .Музыкальность (способность к отражению в движении характера музыки и основных средств выразительности)
- 4.Эмоциональная сфера
- 5.Пластичность, гибкость
- 6.Техника исполнения движений

## 7.Творческие проявления

В процессе оценки мы использовали трехбалльную систему:

3 – высокий уровень

2 – средний уровень

1 – низкий уровень.

Анализ уровня эстетического развития может проводиться по следующим показателям:

➤ Умение воспринимать эстетический объект – умение видеть и понимать сущность и глубинный смысл эстетического объекта, передавать эмоциональное содержание увиденного, находить более эстетически-интересные стороны объекта.

3 балла – видит и понимает сущность эстетического объекта, глубоко чувствует и может передать эмоциональное содержание увиденного, обоснованно дифференцирует наиболее яркие стороны объекта.

2 балла – видит, но не всегда может передать глубинный смысл эстетического объекта, чувствует и может передать эмоциональное содержание увиденного, дифференцирует наиболее яркие эстетически-интересные стороны объекта.

1 балл – может рассмотреть сущность, но с трудом выделяет глубинный смысл эстетического объекта, слабо передает эмоциональное содержание увиденного, слабо видит эстетически-интересные стороны объекта.

➤ Умение дать обоснованную эстетическую оценку объекту способность анализировать эстетические объекты, умея высказывать формулировку в эстетических суждениях, используя художественно-речевые обороты (свободно находить нужные слова, правильно строить словосочетания, предложения при выражении своих мыслей). Соответственно возрасту ребенка, оценивается умение оперировать эпитетами, подбирать нужные фразеологические обороты и т.д.

3 балла – дает реально обоснованную оценку объекту (предмету, действию, образу, ситуации) описывает подробно, выделяя характерные эстетические признаки, правильно и красиво стоит свой рассказ, умеет быстро находить нужные слова, использует художественно-речевые обороты, выражает собственную оценку.

2 балла – самостоятельно без помощи педагога описывает объект, дает обоснованную оценку своего отношения, говорит правильно, но испытывает затруднения в подборе слов и выражений, используемых для эмоциональной окраски своей речи, затрудняется при использовании некоторых эстетических критериев.

1 балл – затрудняется в описании увиденного, использует сложности при составлении связанного, эмоционально-окрашенного рассказа, неуверенно высказывает отношение к объекту.

➤ Музыкальность (способность к отражению в движении характера музыки и основных средств выразительности) – способность воспринимать и передавать в движении художественный образ, изменять движения в соответствии с музыкальными фразами, темпом, ритмом. Оценивается соответствие исполнения движений музыке (в процессе самостоятельного исполнения без показа педагога). Для каждого года обучения в соответствии со средними возрастными показателями развития ребенка, ориентируясь на объем знаний и умений, предполагаемых в соответствии с задачами обучения на каждый год.

Пример оценки занимающихся первого года обучения: 3 балла – умение передавать характер музыки, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, менять движение на каждую часть музыкальной фразы.

2 балла – в движении выражается общий характер музыки, темп; начало и конец музыкального произведения совпадают не всегда;

1 балл – движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также не совпадают с началом и концом произведения.

➤ Эмоциональная сфера – выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств, исходя из музыки и содержания композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревогу и т.д.), умение выразить свои чувства в движении. Эмоциональные дети часто подпевают во время движения, после выполнения упражнения ждут оценки от педагога. У неэмоциональных детей мимика бедная, движения невыразительные. Оценивается этот показатель по внешним проявлениям.

➤ Пластичность, гибкость – мягкость, плавность и музыкальность движений рук, подвижность суставов, гибкость позвоночника, позволяющие исполнять несложные гимнастические упражнения. Оценивается также по 3-х бальной системе.

➤ Техника исполнения движений – точность, аккуратность, грамотность, ловкость движений, координация рук и ног при выполнении движений, правильное сочетание движений рук и ног, поворота корпуса и головы.

Оценивается также по 3-х бальной системе в зависимости от года обучения по программе.

➤ Творческие проявления – умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятии движений, а также придумывать собственные оригинальные «па». Оценка конкретизируется в зависимости от года обучения по программе. Творческая одаренность проявляется в особой выразительности движений, нестандартности пластических средств и увлеченности ребенка процессом движения под музыку. Творчески одаренные дети способны выражать свое восприятие и понимание музыки не только в пластике, но также в сочинении танцевальных комбинаций, создании неординарных словесных описаний танца и т.д. Степень выразительности, оригинальности также оценивается по 3-бальной системе.

В результате наблюдений и диагностики педагог может подсчитать суммарный балл для общего сравнения динамики в развитии ребенка на протяжении определенного периода времени, выстроить диаграмму или график показателей развития.

Характеристика уровня эстетического развития ребенка:

➤ Высокий уровень(21-30 баллов)

Умеет правильно проанализировать ситуацию (действие, явление), не испытывает затруднений в процессе занятий. Речь поставлена грамотно, имеет художественно-эмоциональную окраску. Дает реальную обоснованную оценку своего отношения чему-либо. Наблюдаем ярко выраженное положительное отношение к занятиям. Хореографические движения запоминает с легкостью, техника исполнения высокая, ярко передает художественный образ, вносит элементы творчества, проявляет неординарный подход к самостоятельной работе.

➤ Средний уровень (от 11 до 20 баллов)

Самостоятельно без помощи педагога описывает предметы, явления, действия, образы, ситуации. Дает достаточно обоснованную оценку своего отношения к чему-либо, речь поставлена правильно. Хореографические движения запоминает хорошо, техника исполнения достаточно хорошая, старается передать художественно-образное состояние исполняемого, проявляет творчество на занятиях и при самостоятельной работе.

➤ Низкий уровень (от 0 до 10 баллов)

Испытывает затруднения в описании увиденного, с трудом формулирует выражение своего отношения к чему-либо. Хореографические движения запоминает с трудом, показывает низкий технический уровень исполнения танцевальных комбинаций из-за рассеянности внимания, неумения сконцентрироваться на главном.

Проведенный анализ трудов ученых и специалистов в области философии, эстетики, культурологи, хореографии, педагогики, психологии, физиологии, дает основание сделать следующие выводы:

История идей эстетического воспитания средствами хореографии насчитывается много столетий. В ходе исторического развития общества отношение к танцу, как средству воспитания трансформировалось и видоизменялось, но несмотря ни на что, потребность в красоте человека, основанная на гармонии души и грации тела всегда была актуальна.

Искусство хореографии с другими видами искусств и художественно-эстетической деятельностью людей объединяет задача отражения жизни, раскрытия богатства и многообразия внутреннего мира человека, так как «танец в жизни и жизнь в танце неразрывно связаны»;

Учреждения системы дополнительного образования являются наиболее благоприятным местом для занятий с детьми хореографией, так как располагают специальными педагогическими кадрами и материально-техническим обеспечением.

Выводы по 1 главе. Рассмотрев проблему эстетического воспитания в хореографическом коллективе с позиции таких наук как: философия, культурологи, психология и педагогика, мы можем заключить, что эстетическое воспитание на занятиях хореографией позволяет развивать эстетические чувства, способствует формированию представлений и знаний о прекрасном в жизни и искусстве, оказывает непосредственное влияние на организации эстетической, художественной, творческой деятельности детей.

Занятия хореографией являются эффективным средством для формирования личности ребенка в комплексе с изучением сопутствующих предметов (этики, эстетики, физиологии, гигиены, косметологии), так как сочетает в себе гармоничное духовное, интеллектуальное развитие, укрепление физического здоровья, развитие красоты внутреннего содержания с красотой и совершенством формы человеческого тела.

Осуществление же этого процесса возможно при умелой организации деятельности коллектива с учетом возрастных особенностей, применением

различных педагогических методик и приемов, систематизации процесса и создании комфортного психологического климата внутри ансамбля.

Проведя исследование в теории, мы готовы применить знания на практике, в непосредственной работе с образцовым танцевальным коллективом «Мальвина» (руководитель – Фахрадова Е.А.). И провести анализ проделанной работы.



## Глава 2. Практические исследования методов формирования нравственно-эстетической культуры детей средствами хореографии

### 2.1. Характеристика базы исследования (образцовый танцевальный ансамбль «Мальвина»)

Вторая глава посвящена исследованию, которое проводилось на базе Муниципального казённого учреждения дополнительного образования «Детская школа искусств» Локомотивного городского округа в образцовом танцевальном ансамбле «Мальвина». Период прохождения практики: с 1 сентября 2016 г. по 31 мая 2017 г.

Цель исследования – выявить методики повышения нравственно-эстетической культуры на занятиях хореографией, проанализировать рост нравственно-эстетического уровня культуры участников коллектива, сформулировать выводы рекомендательного характера.

Творческая характеристика образцового танцевального ансамбля «Мальвина».

Год основания коллектива – 1996.

2013 г. За высокое исполнительское мастерство коллективу присвоено звание – «Образцовый».

Создателем и бессменным руководителем образцового танцевального детского ансамбля «Мальвина» является Елена Александровна Фахрадова.

В коллективе на данный момент занимается около 100 человек: дошкольники, учащиеся школ с 1-ого по 11-ый классы. Своей работой коллектив способствует решению задач по достойному воспитанию детей.

Коллектив занимается по собственной образовательной программе дополнительного образования детей в хореографии. Данная программа является комплексной, специализированной и имеет общеразвивающий и профессионально-ориентирующий характер. Она рассчитана на семилетний

цикл обучения (основной курс) и включает в себя изучение следующих дисциплин:

- ✓ «Ритмика и танец»,
- ✓ «Народно – сценический танец»,
- ✓ «История хореографического искусства»
- ✓ «Гимнастика»,
- ✓ «Основы классического танца»,
- ✓ «Основы современного танца»,
- ✓ «Музыкальная грамота»
- ✓ «Танцевальная практика».

Главная цель образовательной программы: развитие личности культуры ребенка в процессе освоения искусства танца, его способности к максимально полной творческой самореализации в жизни. Обучающее пространство выстраивается с учетом интересов, способностей и потребностей детей.

В творческой копилке коллектива:

Областной фестиваль детского самодеятельного творчества "Зажги свою звезду", Областной фестиваль детских хореографических коллективов "Радость", Областной фестиваль детских хореографических коллективов "Юная Терпсихора", Фестиваль "Карталинская жемчужина" номинация "Хореография", Всероссийский конкурс ЗАТО "Уральские зори", Районный конкурс "Весёлый каблучок" (село Варна), Региональный хореографический конкурс (город Магнитогорск), Районный конкурс "Весна Пасхальная" (город Карталы), Всероссийский конкурс «Праздник Детства» г. Санкт-Петербург, международный конкурс «Страна Магнолий» г. Сочи, Всероссийский конкурс хореографических коллективов «Уральский перепляс» г. Пласт, XXX Всероссийский Хореографический фестиваль-конкурс «Танцевальная капель 2016» Абзаково и другие.

Выступления детей заслужили высокую оценку зрителей.

Коллектив отмечен благодарственным письмом Губернатора Челябинской области, благодарственным письмом Главного управления культуры и искусства администрации Челябинской области.

Своей работой коллектив способствует решению многогранных проблем по достойному воспитанию детей.

Коллектив работает с четырьмя возрастными категориями:

- подготовительная группа (4 – 6 лет);
- младшая группа (7 – 11 лет);
- средняя группа (12 – 15 лет);
- старшая группа (16 – 18 лет).

В ансамбле каждый педагог ведет не только свой предмет, но и работает со всеми группами коллектива (как обычные плановые уроки, так и подготовка концертных номеров). Педагогический коллектив работает по одной методике.

Условное разделение форм работы.

Формы занятий в коллективе можно условно разделить на основные, дополнительные и формы художественно-эстетического самообразования.

К основным формам относятся: просмотр балетных спектаклей и произведений современной хореографии, прослушивание музыки, знакомство с творчеством мастеров танцевального искусства. Такая работа охватывает весь коллектив во время занятий и репетиций. Здесь ученик получает большое количество информации по манере, стилистике, танцевальной выразительности. Мастерство исполнителей побуждает участника к дальнейшему росту.

Дополнительные формы включают коллективные и индивидуальные посещения спектаклей, фильмов, но их проведение организуется в свободное и удобное для детей время. Эти мероприятия направлены больше на сплочение коллектива, нежели на просвещение. Совместные культурно-просветительские походы и поездки на конкурсы помогают

участникам больше узнать друг друга, понять, что их объединяют многие увлечения. Понять и то, что они – одна команда.

К формам художественно-эстетического самообразования относятся: самостоятельное изучение вопросов теории музыки, балета, чтение книг и журналов по хореографии и другим видам искусства с определенной целевой установкой на расширение своих знаний в области хореографии. К дополнительному изучению теории хореографии чаще обращаются ученики, желающие связать свою жизнь с профессией хореографа. За время существования коллектива 5 воспитанников успешно осуществили обучение в ВУЗах культуры по специальности «хореограф».

Условное разделение методов работы.

Методы можно разделить на словесные, практические и наглядные.

Словесные методы. Основываются на объяснении, беседе, рассказе. Важность слова, произнесенного учителем, способного вызвать внимание и удержать мыслительную активность детей, очень велика. Педагоги коллектива серьезно относятся к этому методу, на общих репетициях коллектива соблюдается строгая дисциплина и тишина в зале.

Практические – обучение навыками хореографии. Важным методом воздействия на детей является наглядный метод. Исполнительское мастерство педагога-руководителя, его профессиональный пока движения порой восхищает детей, вызывает стремление ему подражать. Поэтому преподаватель должен обладать грамотным и выразительным показом.

Педагог применяет в своей работе наиболее целесообразные методы с учетом возраста детей, годов их обучения, уровня эмоциональной отзывчивости. Увлечение и вдохновение – источник интеллектуального роста личности. Интеллектуальное чувство, которое испытывает ребенок в процессе овладения знаниями – это та ниточка, на которой держится желание учиться.

В целях повышения эффективности воспитательной работы педагоги используют проблемную методику. В отличие от традиционной, когда

детям сообщается «готовая» информация обучения, проблемная методика предлагает более активную умственную и эмоциональную деятельность. Ребенок учится применять свои знания, желания в осуществлении задуманного. В коллективе проводится политика поощрения творческой инициативы у детей, так как основной целью работы ансамбля является воспитание активной и развитой личности.

Каждый педагог, в зависимости от степени владения теми или иными методами, предпочитает использовать определенный путь воздействия на детей. Чаще всего это метод убеждения. Метод используется не от случая к случаю. Он применяется целенаправленно, систематически, оказывает серьезное воздействие. Для повышения нравственного потенциала личности ребенка, развития его активности педагоги постоянно обновляют и обогащают используемые методы и формы.

К одному из факторов, обеспечивающих активность на занятиях, относятся строгие морально-этические нормы, которые имеют большое воспитательное воздействие.

Формирование открытых взаимоотношений между детьми, педагогом и учениками, наличие здорового мнения в коллективе и активного творческого процесса, побуждает детей соотносить интересы личные с групповыми, коллективными. У них воспитывается чувство ответственности за других, дисциплинированность. Это приносит детям большое удовлетворение и, естественно, их активная позиция в коллективе становится выразительнее.

Воспитательный процесс и активность детей обогащаются присутствием традиций в коллективе, таких как: посвящение в кружковцы, празднование дня рождения, проведение выходных дней, новогодние утренники, проведение отчетных концертов, передача лучших номеров подрастающему поколению. Эти традиции делают перспективной жизнь коллектива «Мальвина», помогают сплотить детей. У каждого ребенка

появляется чувство причастности к важной деятельности, которая поощряется окружающими.

Одним из первых требований преподавателей является соблюдение дисциплины. Дисциплина – это фактор качества организации художественного и учебно-воспитательного процесса. Умелое руководство и использование всего комплекса профессиональных и педагогических знаний – это ключ к организации всей воспитательной работы с детьми, их активности на занятиях и других мероприятиях. В коллективе присутствует порядок, которому подчиняются все дети [44, 34 с.].

Участники коллектива имеют большой интерес к знакомству и изучению новых танцевальных стилей, разучиванию танцевальных номеров. Однако занятия хореографией являются не единственным увлечением участников, большинство детей также занимаются в музыкальных школах, углубленно изучают иностранные языки, увлекаются спортом. Знания, которые дети получают из других областей культуры и науки, помогают и в занятиях танцами, дети глубже чувствуют музыку, легко воспринимают композицию номера, создают предлагаемые педагогом образы. Занимаясь хореографией в коллективе с малого возраста, дети приобрели координационные навыки, гибкость, растяжку, знания по постановке корпуса, позиции рук и ног, положения головы, имеют опыт участия в современных эстрадных и фольклорных номерах. Изучив уровень физической подготовки участников коллектива, мы пришли к выводу, что исполнители готовы к изучению классического и современного танцев, получению знаний по истории хореографии и других видов искусства. Индивидуальные дополнительные занятия по музыке несомненно оказывают положительное влияние на уровень развития и восприятия детьми нового материала, но общий уровень нравственно-эстетического воспитания подростков неоднороден, его можно назвать средним.

Проведя анализ интеллектуального и физического уровней развития детей, делаем вывод о необходимости внедрения новых методик по развитию нравственно-эстетической культуры учеников коллектива.

## 2.2. Комплексная программа эстетического воспитания средствами хореографической культуры

Основной формой занятий по хореографии является групповой урок с постоянным составом учащихся 10-14 человек. Курс хореографии в коллективе «Мальвина» изучается в течении одного года и включает в себя:

1. уроки по классическому и современному танцам;
2. тренинги на импровизацию;
3. уроки по свободной пластике;
4. просмотр видеоматериала;
5. посещение театров и кино.

Осуществление занятий проходило на базе средней группы (12 – 15 лет) в количестве 10 человек.

Целью констатирующего этапа программы мы ставили выявление уровня развития эстетического воспитания младших подростков. На констатирующем этапе программы анализ проводился на основе диагностики, приведенной в параграфе 1.4., по следующим критериям:

➤ Критерий 1 – «Умение воспринимать эстетический объект». Были предложены различные картинки, которые ребенок мог отнести к категориям: прекрасное, возвышенное, безобразное, трагическое и др. Ребенок должен был дать обоснованную эстетическую оценку, умение

видеть и понимать сущность и глубинный смысл эстетического объекта, передать эмоциональное содержание увиденного, найти более эстетически- интересные стороны объекта.

➤ Критерий 2 – «Умение дать обоснованную эстетическую оценку». Были предложены сюжетные картины известных художников. Воспитанник должен был письменно выразить- способность анализировать эстетические объекты, умение высказывать формулировку в эстетических суждениях, используя художественно-речевые обороты (свободно находить нужные слова, правильно строить словосочетания, предложения при выражении своих мыслей).

➤ Критерий 3 – «Музыкальность» (способность к отражению в движении характера музыки и основных средств выразительности, способность воспринимать и передавать в движении художественный образ, изменять движения в соответствии с музыкальными фразами, темпом, ритмом). На тестировании же каждому ученику предлагалось станцевать одну и ту же комбинацию под музыку разных характеров.

➤ Критерий 4 – «Эмоциональная сфера». Выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств, исходя из музыки и содержания композиции.

➤ Критерий 5 – «Пластичность, гибкость». Мягкость, плавность и музыкальность движений рук, подвижность суставов, гибкость позвоночника, позволяющие исполнять несложные гимнастические упражнения.

➤ Критерий 6 – «Техника исполнения движений». Точность, аккуратность, грамотность, ловкость движений, координация рук и ног при выполнении движений, правильное сочетание движений рук и ног, поворота корпуса и головы, отработывалась методично и кропотливо, приемом точного, медленного и посегментного показа, многократного повторения.



➤ Критерий 7 – «Творческие проявления». Индивидуальность воспитанника, его самостоятельная работа над образом. Эти критерии отслеживались при просмотре танцевальной программы номеров коллектива. (Приложение 1)

Обработка данных диагностики позволила сделать следующий вывод: констатирующий этап показал, что самые низкие показатели проявились в критериях техника исполнения движений, творческие проявления, что говорит о необходимости педагогу обращать особое внимание на методику исполнения движений и чистоту исполнения, и развитие индивидуальности и свободы каждого исполнителя. Критерий Эмоциональная сфера имеет самый высокий показатель, что свидетельствует о большом потенциале группы в концертной деятельности.

Следующий этап нашей работы – формирующий. Формирующий этап был направлен на реализацию деятельности преподавателя по развитию выше упомянутых качеств личности. На данном этапе опытно-практической работы нами была применена программа по классическому и современному танцам и дополнительные прогрессивные методики.

Целью формирующего этапа стало эстетическое воспитание младших подростков средствами хореографического искусства в условиях дополнительного образования.

Описание программы и методики работы.

Обучение проходило по двум видам хореографии: 1) классическому танцу, где основной задачей стояло изучение основ классического танца, воспитание выворотности, натянутости ног, осанки, постановка положений головы, рук; 2) современной хореографии, здесь стояла задача в изучении основ contemporary dance. Изучение движений стрейч-характера положения flat-bag, curve, освоения свинговой техники, приемов напряжения и расслабления.

Для результативного обучения детей были составлены

педагогические программы на основе специализированной литературы. Для программы классическому танцу были использованы книги «Азбука классического танца» Н.П. Базаровой и В.П., учебно-методическое пособие «Классический танец» Нарская Т. Б. «Анатомо-физиологические основы обучения хореографии» Ивлева Л.Д., Куклин А.В. и практический опыт обучения у педагогов: Кохум Л.Н., Вагнер Н.Г., Ивлевой Л.Д. Для составления программы по современному танцу были использованы материалы из книги «Модерн-Джаз танец История. Методика. Практика» Никитина В. Ю., учебное пособие Панферова В. И. «Пластика современного танца» и интернет-портала по современному танцу [www.idance.ru](http://www.idance.ru). а также практический опыт обучения у Ивлевой И.Ю., Ивлевой Л.Д., Нарской Т.Б., Дубских Т.М., Галашенко Г.В., Чурашов А.Г. и др.

Программы составлены в соответствии с хореографической подготовкой и психологическими особенностями возраста 10, 11 лет. В данном возрасте ребенок с интересом воспринимает и работает под классическую музыку и композиции для современной хореографии, где присутствует смена ритмов и замысловатый мелодический рисунок. Участники способны более осознано подходить к работе с собственным телом, понимать технику исполнения сложных движений классического и современного танца. Для первого года обучения был предложен оптимальный объем танцевального материала: основные движения экзерсиса у станка, упражнения на устойчивость на середине зала и часть *allegro* (прыжки с двух ног на две), в современном танце было уделено внимание понятиям *flat-bag*, движений стрейч-характера, *сигуе* (кеф), *Arch*, *Twist*, *Rollup/down*, *contraction* и *release*, свинговой технике, работе в партере.

На вводном этапе учебной практики темп урока был сдержанным, большое внимание уделялось технике исполнения движений, правильной работе мышц тела, в процессе усвоения материала темп постепенно

увеличивался. Все движения и упражнения были многократно продемонстрированы педагогом или показаны на отдельных участниках коллектива, для восприятия учебного материала со стороны. Урок проводился в комфортной атмосфере, отношения между педагогом и участниками строились на взаимоуважении и понимании. В ходе осуществления учебной и постановочной практики был замечен высокий интерес участников к новому музыкальному материалу, интенсивному темпу работы. Исполнители уловили стиль педагога, стилистику видов хореографии основные законы и правила. Учились не просто исполнять движения пробовать танцевать их новых стилях, существовать в предложенных образах.

Помимо общепринятых уроков, в программу были внедрены тренинги, взятые из наработок психологов танцевально-двигательной терапии. В задачи тренингов входят психологическая и аналитическая работа телом.

#### Тренинг 1. Пять ритмов Габриэлы Рот

Этот тренинг посвящен работе с архетипическими ритмами и качествами через танец и движение. В основе лежит техника 5 ритмов, предложенная Габриэлой Рот.

Мы отправились в танцевальное путешествие, путешествие тела и души, путешествие за пределы привычного.

Мы идем туда, чтобы наш внутренний мир стал видимым:

- чтобы места, где не хватает свободы движения, были бы освещены светом внимания;
- чтобы увидеть безграничный потенциал движений внутри и раствориться в собственном танце;
- чтобы научиться следовать за музыкой, отключив внимание и контроль, при этом сохраняя ощущение присутствия в тренинге;
- чтобы научиться двигаться свободно, индивидуально, учиться «слушать» свое тело.

В этом путешествии 5 ритмов (текучесть, стаккато, хаос, лиричность и неподвижность) будут одновременно картой и проводниками.

Мы научились подробно, через движение, взаимодействие и наблюдение, исследовать эти ритмы в своем теле и своей жизни, находя новое вдохновение, понимание и энергию [33, 1 с.].

#### Тренинг 2. Джаз тела

Эту танцевальную технику разработали Владимир Козлов и Александр Гиршон.

Как известно, в телесно-двигательной активности, в пространстве двигательной активности человека (кинесфере), выделяются следующие зоны.

##### 1. Три горизонтальных яруса:

- нижний — от бедер вниз до земли и все доступное в движении пространство вокруг ног; приседания, наклоны, переползания и т.д.;
- средний — корпус, руки и их движения ниже уровня плеч;
- верхний — голова, шея и руки в их движении выше уровня плеч; прыжки, “полеты” и т.д. (А. Гиршон, 1995).

##### 2. Вертикальная симметрия «вперед/назад».

Техника исследования движений и состояний в этих зонах предполагает открытость индивидуальным интерпретациям и смыслам, поскольку эти индивидуальные вариации зачастую бывают достаточно значимы.

Разделение на зоны вертикальной симметрии связано с оппозицией известного/неизвестного, явного/тайного, предельного/неопределенного. Анатомически передняя зона вертикальной симметрии более доступна для движений, а задняя зона – менее доступна; на уровне функциональности задняя зона также редко используется.

Практическая ценность многомерности этой оппозиции заключается в использовании взаимодействия зон вертикальной симметрии для

переориентации сознания, улучшения координации (движение задом наперед, повороты, вращения и т.д.).

Цель «Джаза тела» заключается в том, чтобы «научить танцу» все зоны горизонтальных ярусов и вертикальной симметрии, увеличить степень их гибкости, свободы, жизненности [44, 1 – 2 с.].

Также в программу вошли: посещения танцевальных спектаклей «Полеты во время чаепития» Т.Баганова, «Дон Кихот», Минкус, хореография народного артиста СССР В. Гордеева с использованием хореографических фрагментов Мариуса Петипа и Александра Горского, «Лебединое озеро» П. И. Чайковский, хореография Людмилы Семеняка, с использованием фрагментов хореографии Мариуса Петипа, Льва Иванова, Александра Горского. Просмотр тематических фильмов о взаимоотношениях ученик-учитель, и сверстников в группе: «Дорогая Елена Сергеевна» -советский художественный фильм 1988 года режиссёра Эльдара Рязанова по одноименной пьесе Людмилы Разумовской, «Чучело»-художественный фильм 1983 года режиссёра Ролана Быкова.

Программа осуществлялась в соответствии с календарно-тематическим планированием коллектива «Сюрприз», дополнительные формы работы проводились в неурочное время.

Таким образом, формирующий этап эксперимента проходил в естественных условиях образовательного процесса и включал в себя осуществление учебной программы и применение новых развивающих методик.

Заключительный этап дал возможность провести повторную диагностику нравственно-эстетической культуры детей средней возрастной группы.

На заключительном этапе проводилась повторная диагностика уровня развития эстетической культуры личности воспитанника после формирующего этапа эксперимента. Анализ осуществлялся по тем же

критериям, что и на констатирующем этапе.

### 2.3. Диагностика развития уровня нравственно-эстетической культуры участников коллектива «Мальвина» на занятиях хореографией

На основании экспертных оценок наблюдений, анализа выполнения творческих работ, были получены данные состояния уровня нравственно-эстетического развития детей после проведения формирующего этапа, которые представлены в диаграмме №2 (Приложение 1).

После проведения формирующего этапа эксперимента показатели Критерия 1 повысились на 10 баллов, критерий №2 повысился с 9 до 18 баллов, то есть результат улучшился практически в два раза.

Указанные выше данные позволяют сделать вывод о том, что посещение детьми концертов, спектаклей и выставок современного и классического искусства, подготовительные беседы и заключительные анализы расширили кругозор воспитанников, научили их восприятию и оценке сложных эстетических объектов.

Неотъемлемое качество для танцора – музыкальность, получило развитие на 10 баллов. Следовательно, использование сложной классической музыки на занятиях, разнообразие музыки на тренингах и уроках по современному танцу, положительно сказалось на воспитании этого качества.

Эмоциональная сфера воспитанников изначально занимала главенствующее место среди всех показателей, по окончании формирующего этапа развитие ее составило 2 балла. Данный факт дает

понять, что психологический климат, и высокое эмоциональное состояние сохранилось в коллективе. Работа в данной области была целенаправленно сконцентрирована на закреплении дисциплины в учебном процессе и серьезном отношении к ней.

Критерий 5 и 6 выросли на 7, 12 баллов, соответственно. Это позволяет сделать вывод о верном построении учебной программы по предметам классического и современного танца, повышенном внимании педагога к методике исполнения движений.

Развитие у воспитанников потребности в творческих проявлениях увеличилось более чем в два раза. Индивидуальность воспитанников приобрела яркие очертания, ребятам нравится работать над предложенными образами, и проживать историю в танце.

Анализ работы по данной программе показывает, что у учащихся значительно вырос уровень интеллектуального развития, расширился круг интересов. Свои знания, умения и навыки, приобретенные на занятиях, тренингах и выступлениях, воспитанники активно применяют на практике, участвуя в концертной деятельности Локомотивного городского округа и Карталинского района. Заметно повысился статус воспитанников, занимающихся хореографическим искусством.

Подробно изучив диагностику нравственно-эстетического развития детей после формирующего периода, был замечен рост по каждому из приведенных показателей, замечен профессиональный рост участников в классе и на сцене. Этот факт дает на право говорить о грамотности составления комплексной программы и применения методических средств и приемов.

Выводы по 2 главе. Конечно, каждая образовательная система вносит свой вклад в развитие формирующейся личности. Образовательная область искусство предоставляет учащимся возможность осознать себя как духовно-значимую личность, развить способность художественного, эстетического, нравственного оценивания

окружающего мира. Освоить непреходящие ценности культуры, перенять духовный опыт поколений.

Искусство с первых дней школьной жизни служит средством формирования мировоззрения ребенка в целом, и его эстетической и нравственной сущности, развивает ассоциативное, образное мышление. Именно в искусстве ребенок развивает свои творческие способности, формирует свою индивидуальность.

Хочется отметить то, что учебная деятельность в хореографическом коллективе способствует формированию таких качеств характера как доброта, трудолюбие, дисциплина. Уникальность хореографических ансамблей в Российской системе образования заключается в том, что это действительно институт воспитания личности, нередко коллектив является для ребенка вторым домом, где присутствуют морали, нормы и традиции. Воспитание качеств, без которых невозможно формирование успешного танцовщика, являются важными и для успешного становления личности в обществе. Потому многие известные танцовщики добиваются успеха и в других сферах деятельности. А наличие высоких этических и моральных качества заставляют восхищаться деятелями хореографии, интересоваться их биографиями и брать в пример.



## Заключение

В выпускной квалификационной работе рассмотрены понятия «эстетика», «эстетическое воспитание» и «эстетическая культура», выявлены принципы и методы эстетического воспитания детей и подростков. Наиболее подробно рассмотрен такой метод формирования нравственно-эстетической культуры, как хореография, и, как следствие, выделены формы и методы воспитательной работы в хореографическом коллективе. Выявлены проблемы формирования нравственно-эстетической культуры учащихся. Проанализированы научная, методическая литература и материалы периодических изданий по проблеме исследования.

Результативность процесса формирования нравственно-эстетической культуры зависит от выполнения ряда требований:

1. Учета возрастных особенностей детей, определяющих характер их досуговых запросов и предпочтений.
2. Использования эффективных приемов, форм, методов, при организации процесса формирования нравственных, эстетических качеств.
3. Опоры на общепедагогические и специфические условия формирования эстетической культуры детей в процессе коллективной творческой деятельности.
4. Организации системы формирования умений и навыков самоорганизации участников коллектива.

Учреждения культуры являются важнейшим звеном в воспитании чувств и требований подрастающего поколения. На базе образцового танцевального детского ансамбля «Мальвина» было проведено исследование по особенностям формирования нравственно-эстетической культуры его участников, по результатам которого можно заявить о высоком профессионализме педагогов, достаточно высокой степени разработанности образовательных программ, а также применяемых

формах и методах по их реализации. Результатом углубленного обучения и воспитания явилось становление высокого уровня нравственно-эстетической культуры участников коллектива.

Можно констатировать, что задачи выпускной квалификационной работы выполнены: была изучена научно-методическая литература по проблеме формирования нравственно-эстетической культуры детей, выявлены проблемы формирования нравственной и эстетической культуры детей, так же были определены психолого-педагогические условия создания благоприятной подростковой культурной среды.

Ансамбль «Мальвина» отличается своей оригинальностью, высоким профессионализмом, направленностью на развитие современного эстрадного танца, но следует отметить, что большое внимание в коллективе оказывается урокам классического танца и современного, так как их специфика определяется многомерным воздействием на человека, что обусловлено самой природой танца, как сценического вида искусства. Влияя на развитие эмоциональной сферы личности, совершенствуя тело человека, воспитывая через музыку духовно, хореография помогает обрести уверенность в собственных силах, идет толчок к самосовершенствованию, к постоянному развитию.

Тем не менее, следует дать рекомендации следующего характера:

В образовательном пространстве большое внимание должно уделяться развитию джазового танца. Так как этот вид хореографии направленный на развитие здоровой личности, яркой и эмоциональной. Техника движений джазового танца строится на основе классического, а потому имеет совершенную структуру. Пластика и характер движений джазового танца интересны, близки и понятны ребенку.

Рекомендуется внедрять в работу новые методики по развитию физических данных ребенка, его эмоциональных качеств, ощущения психологической и телесной свободы.

Таким образом, реализована цель выпускной квалификационной

работы: выявить механизмы эстетического воспитания детей средствами хореографической культуры; использована комплексная программа эстетического воспитания средствами хореографии, включающая изученную и обобщенную нами систему методических средств, приемов и условий.

## Список литературы

1. Кант Иммануил. Основы метафизики нравственности. (С рецензией на книгу И. Шульца. 1783) // Сочинения в шести томах. — М.: «Мысль». — Т. 4. Ч. I. — С. 211—310. — 544 с. — (Философ. наследие).
2. Шиллер.Ф. Письма об эстетическом воспитании человека / Ф. Шиллер // Искусствоведение Культурология Педагогика, 1795
3. Павлов И.П. Об уме вообще, о русском уме в частности. — М.: АСТ, 2014 —320
4. Кудрявцев В.Т. Развитие детства и развивающее образование - Ч. →1. / В.Т. Кудрявцев - Дубна, 1997г. - 206с.
5. Маркс К. и Энгельс Ф., Из ранних произв., 1956, с. 593
6. Возрастная и педагогическая психология: Детство, отрочество, юность - М.: Академия, - 2000г. - 624с.
7. Сухомлинский В.А. Сердце отдаю детям. Рождение гражданина. Письма к сыну.-К.: Рад. шк" 1985.-557 с. 2 р. 20 к. 100000 экз.
8. Выготский Л. С. Психология искусства. Общ. ред. В. В. Иванова, коммент. Л. С. Выготского и В. В. Иванова, вступит. ст. А. Н. Леонтьева. 3-е изд. М.: Искусство, 1986. 573 с.
9. Егорова Э.Н. Эстетические аспекты становления хореографического восприятия. / Авт. Дис. Канд. Искусств.: М., 1996. – 24с
10. Немов Р.С. Психология. Учебник для студентов высш. учебн. заведений. Т.→1. Общие основы психологии. - М.: Просвещение: Владос, 199→4. - 576 с.
11. Михайлова М.А., Горбина Е.В. Поем, играем, танцуем дома и в саду. Ярославль: Академия развития, 1997.
12. Пинт А. О. Высокое призвание. М, 1973.
13. Прибылое Г.Н. Методические рекомендации и программа по классическому танцу для самостоятельных хореографических коллективов. М., 1984.

14. Сакулина Н.П. / Наглядность и слово в художественном воспитании дошкольника (методы художественного воспитания) / Отв. Ред. Н.П.Сакулина. - М.: Просвещение, 1982. - 208 с.

15. Пуляева Л.Е. Некоторые аспекты методики работы с детьми в хореографическом коллективе: Учебное пособие. Тамбов: Изд-во ТГУ им. Г.Р. Державина, 200→1. - 80 с.

16. Педагогика: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / В. А. Сластёнин, И. Ф. Исаев, Е. Н. Шиянов; Под ред. В.А. Сластёнина. - М.: Издательский центр "Академия", 2008.

17. Пуртурова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать: Учебное пособие для студентов учреждений среднего профессионального образования. - М.: Владос. - 200→3. - 256 с.: ил.

18. Психология детства: Практикум. / Под ред. А.А. Реана - М.: ОЛМА - ПРЕСС, 20047. - 224с.

19. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн - М.: Учпедгиз, 1946г. - 704с.

20. Развитие творческой активности школьников / Под ред. А.М. Матюшкина. - М.: Педагогика. - 199→1. - 160 с.

21. Рутберг И. Пантомима. Движение и образ. М., 1981.

22. Спарджер С. Телосложение и балет. Лондон, 1958.

23. Селиванов В.С. Основы общей педагогики: Теория и методика воспитания: Учебное пособие / В.С. Селиванов - М.: Академия, 2004г. - 336с.

24. Станиславский КС Полное собрание сочинений: В 8 т. М., 1958. Т. 5.

25. Станиславский КС. Этика. М., 1981.

26. Сухомлинский В.А. Избранные педагогические сочинения: В 3т. М, 1981.Т. 3.

27. Тарасов Н.И. Классический танец. М., 197→5.

28. Тарасов Н.И. Классический танец. 3-е изд. - СПб.: Издательство «Лань». - 200→5. - 496 с.: ил.
29. Уфимцева Т.И. Воспитание ребенка. - М.: Наука. 2010 год. - 230 с.
30. Ухтомский А. Общая психология: Учебник. - М.: Просвещение. 2001. - С. 117.
31. Халфина С. Воспоминания мастеров московского балета. - М.: Искусство. - 1990. С. 39
32. Хореографическое искусство. Справочник. - М.: Искусство. - 200→5. с ил.
33. Янковская О.Н. Учить ребенка танцам необходимо // Начальная школа. - 2010 год. №→2. С. 34-37.
34. Янаева Н.Н. Хореография. Учебник для начальной хореографической школы. - М.: Релиз. - 200→4. - 340 с.
35. Богданов, Г.Ф. Самобытность русского танца. М.: 2003.
36. Голейзовский, К.Я. Образы русской народной хореографии. М.: 1964.
37. Уральская, В.И. Природа танца М.:2004.
38. Пуртова, Т.В. Русский народный танец. История и современность: Материалы II Всероссийской научно-практической конференции по русскому народному танцу. М.: 2008.
39. Смирнов, И.В. Искусство балетмейстера. М.:2000.
40. Фокин, М.М. Против течения. Л., 1981. 7. Захаров, В.М. Поэтика русского танца. Том I, М.: 2004.
41. Заикин, Н. И., Заикина Н. А. Областные особенности русского народного танца. – Орел, 1999
42. Климов, А. Основы русского народного танца. – М.: Московского государственного института культуры, 1994.
43. Устинова, Т. А. Избранные русские народные танцы. – М.: Искусство, 1996.
44. Имакаев, В.Р. Педагогическое знание // Философские науки. 2005.

45. Основы философии. (Учебное пос. для ссузов) Губин В.Д.
46. Брызгалова, С.И. Введение в научно-педагогическое исследование.
47. ДШИ Локомотивного городского округа <http://dshi74.ru/>

### Анализ нравственно-эстетической культуры детей

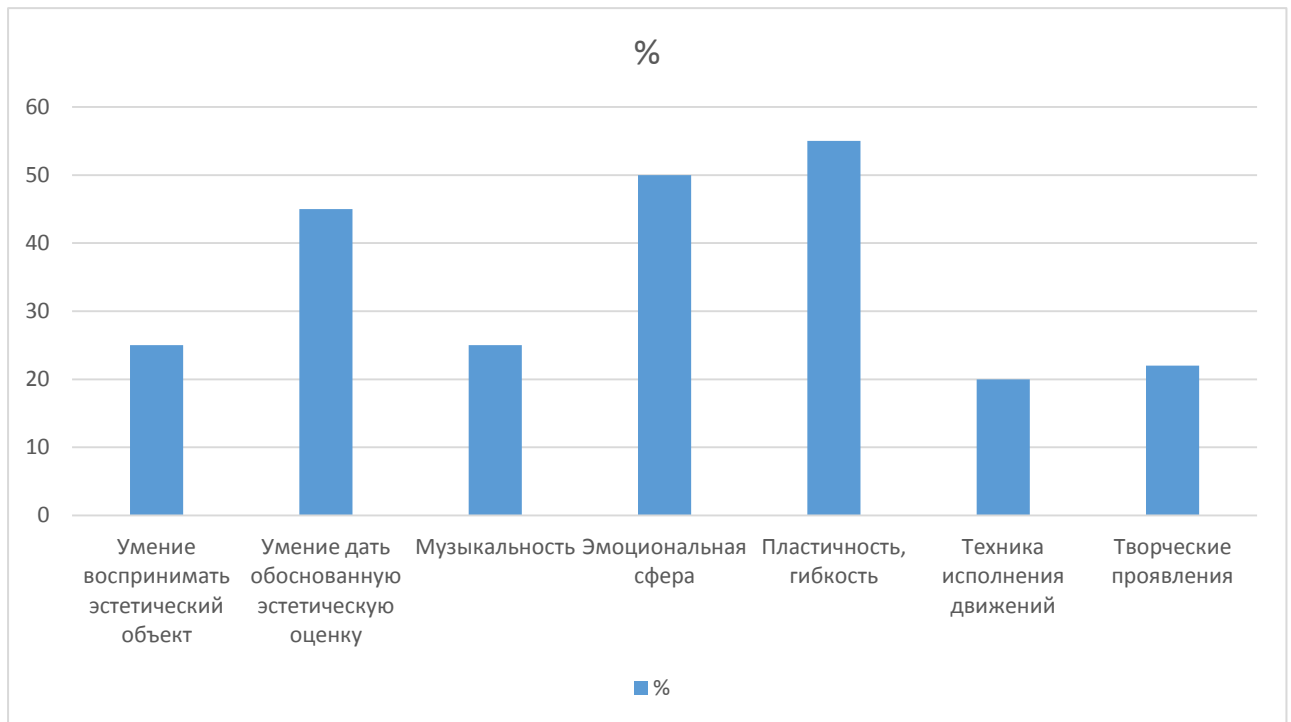


Диаграмма 1. Анализ нравственно-эстетической культуры детей на констатирующем этапе

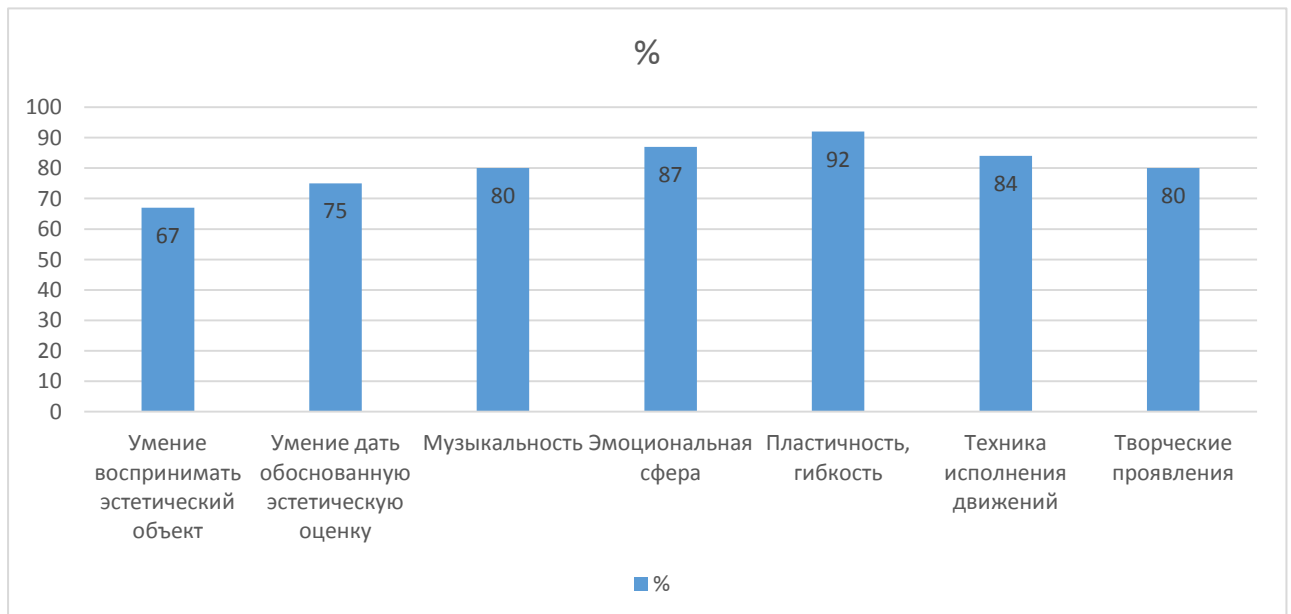


Диаграмма 2. Анализ нравственно-эстетической культуры детей на завершающем этапе



## Образовательные программы

Рабочая программа по предмету «Основы классического танца»

## Содержание

(второй год обучения)

Тема 1. Основные понятия (2 час.)

-allegro: понятие petit и grand.

Теория

Знакомство детей с основными понятиями темы, название движений, их перевод, правила исполнения.

Практика

Разучивание и исполнение упражнений. Отработка приемов petit и grand в прыжках.

Уровень освоения

Знать основные понятия темы: название движений, их перевод, правила исполнения.

Правильно исполнять движения, владея приемами petit и grand при исполнении прыжков.

Тема 2. Экзерсис у станка (24 час.)

- движения battements (16 ч.)

- battement tendu (2 час.)

- pour batterie

- battement fondu (2 час.)

- double на всей стопе и на полупальцах

- pas tombe (на месте) (2 час.)

- с полуповоротом en dehors, en dedans (рабочая нога в положении sur le cou-de-pied)

- battement frappe и battement double frappe (2 час.)

- с plie – releve и с окончанием в позы

- battement releve lent (2 час)
- с plie – releve и demi rond jambe en face и из позы в позу
- battement developpe (2 час.)
- с plie – releve и demi rond jambe en face и из позы в позу
- grand battement jete (4 час.)
- с passé par terre (через I позицию) с окончанием на носок вперед и назад; в позах
- упражнения для корпуса (4 час.)
- III port de brass с ногой, вытянутой на носок назад на plie (с растяжкой): без перехода с опорной ноги; port de bras с разнообразными движениями корпуса
- комбинации движений (4 час.)

#### Теория

Знакомство детей с основными понятиями темы, название движений, их перевод, правила исполнения.

#### Практика

Повторение и закрепление учебного материала предыдущего года обучения, проверка точности и чистоты исполнения пройденных движений. Продолжение работы над развитием эмоциональной выразительности движений. Вводится более сложная координация движений за счет использования поз в экзерсисе у станка. Усложняется построение комбинаций.

#### Уровень освоения

Знать основные понятия темы, названия движений, их перевод, правила исполнения. Правильно исполнять движения, владея навыками эмоциональной выразительности движений.

#### Тема 3. Экзерсис на середине зала (26 час.)

- движения battement (6 час.)
- battement fondu (2 час.)
- double на всей стопе

- battement double frappe (2 час.)
- с окончанием на demi plie
- pas tombe (2 час.)
- с продвижением, рабочая нога в положении sur le cou-de-pied носком в пол и на 45 градусов
- связующие движения (4 час.)
- pas de bourree ballote на croisee и efface носком в пол и на 45 градусов; шаг coupe без продвижения
- упражнения для рук и корпуса (6 час.)
- III port de bras: с ногой, вытянутой на носок назад на plie (с растяжкой) без перехода с опорной ноги; port de bras: с разнообразными движениями корпуса; temps lie на 90 градусов
- движения в повороте (6 час.)
- preparation к pirouette: с IV позиции en dehors и en dedans; pirouette: с IV позиции en dehors и en dedans
- комбинации движений (4 час.)
- комбинации проученных движений в различных сочетаниях друг с другом

#### Теория

Знакомство детей с основными понятиями темы, название движений, их перевод, правила исполнения.

#### Практика

Повторение и закрепление учебного материала предыдущего года обучения. Работа над пространственной ориентацией за счет более сложных построений танцевальных комбинаций. Отработка исполнительных приемов, направленных на развитие ансамблевого исполнительства.

#### Уровень освоения

Знать основные понятия темы, названия движений, их перевод, правила исполнения.

Правильно и выразительно исполнять более сложные танцевальные комбинации, владея пространственной ориентацией.

Тема 4. Allegro (16 час.)

- изучение прыжков (12 час.)

- petit pas chasse (все направления); grand changement de pied; grand echappe на II и IV позицию; petit pas jete с продвижением: все направления en face; в маленькие позы; sissonne ferme в маленьких позах

- комбинации движений (4 час.)

- комбинации проученных движений в различных сочетаниях друг с другом

Теория

Знакомство детей с основными понятиями темы: название движений, их перевод, правила исполнения.

Практика

Повторение и закрепление учебного материала предыдущего года обучения. Разучивание и исполнение упражнений темы. Продолжение работы над техникой исполнения прыжков за счет усложнения построения комбинаций.

Уровень освоения

Знать основные понятия темы, названия движений, их перевод, правила исполнения.

Правильно и технично исполнять движения, владея навыками более сложной координации движений.

Методические рекомендации.

В процессе работы должен строго соблюдаться принцип «от простого к сложному». Базовые умения и навыки, сформированные у учащихся на предыдущих годах обучения, в дальнейшем совершенствуются. Увеличение нагрузки в течение всего периода обучения производится планомерно и постепенно: именно постепенность гарантирует правильное развитие мышечного аппарата, предохраняет от травм связки и суставы. Усложнение

лексики, введение новых технических приемов должны быть также подготовлены всем предыдущим ходом обучения.

На каждом уроке, наряду с изучением новых движений, должен закрепляться пройденный материал. Для этого его необходимо включать в более сложные комбинации, которые вырабатывают мышечную силу, устойчивость, координацию движений, а также выносливость и волю в преодолении трудностей.

Помимо координации, сочетание движений воспитывает танцевальность, поэтому следует разнообразить сочетания движений, так ежедневное повторение одних и тех же сочетаний вырабатывает механичность исполнения. Наряду с этим необходимо повторять движения в чистом виде, проверяя правильность исполнения.

Музыкальное сопровождение урока любого года обучения требует четкого и понятного ритмического рисунка, и сдержанного темпа. В процессе занятий необходимо воспитывать у учащихся умение правильно воспринимать музыкальное сопровождение, понимать и передавать содержание музыки в танце, добиваться выразительного исполнения, развивать чувство синхронности и умения владеть пространством. Преподаватель и концертмейстер обязаны тщательно отбирать музыкальный материал, насыщенный образно-эмоциональным содержанием.

## Рабочая программа по предмету «Основы современного танца»

## Содержание

(третий год обучения)

## Тема 1. Экзерсис на середине в стиле модерн-танца (40 час.)

- движения plie (6 час.):
  - demi plie медленно, резкое с остановкой, demi plie с contract-release корпуса; grand plie с contract-release корпуса
- движения battement (28 час.)
- battement tendu (8 час.)
- point-flex; с последующим twist верха корпуса; heeldrop-bounce (опускание пятки); accent бедра (заворачивание)
- battement tendu jete (6 час.)
- с pirouette; balancoire; с brush
- battement fondu (4 час.)
- стопа с положением flex; с заворотом и разворотом бедра
- battement developpe (2 час.)
- стоя в положении flex
- grand battement jete (8 час.)
- в attitude; swing-balancoire; kick; kick-ball change (бросок через переступание)
- движения rond de jambe (4 час.)
- rond de jambe par terre: не выворотные рабочая и опорная ноги; с работой бедра
- комбинации движений (2 час.)
- комбинации движений с использованием изученных элементов

## Теория

Знакомство с основными понятиями темы, терминологией основных элементов, правилами исполнения.

## Практика

Разучивание и исполнение движений. Отработка исполнительских приемов, направленных на овладение техникой исполнения движений экзерсиса на середине в стиле модерн-танца.

#### Уровень освоения

Знать основные понятия темы, терминологию элементов, правила исполнения.

Правильно исполнять движения. Владеть навыками исполнения движений экзерсиса на середине в стиле модерн-танца.

#### Тема 2. Упражнения на середине (28 час.)

- движения *battement в par terre* (8 час.)
- в положении сидя и лежа: *battement tendu; battement tendu jete; grand battement jete*
- движения *rond de jambe в par terre* (2 час.)
- в положении сидя и лежа: *rond de jambe par terre*
- перекаты (6 час.)
- перекачивание со спины на живот и обратно; через бок (руки и ноги подняты, бедра подняты); ведут руки; ведут бедра; через колени с перегибом
- акробатические элементы (6 час.)
- кувырок назад через плечо: с окончанием на два колена; с окончанием на одно колено
- стойка на лопатках: с помощью рук; без помощи рук; ноги в различных положениях
- комбинации движений (6 час.)
- комбинации движений с использованием изученных элементов

#### Теория

Знакомство с основными понятиями темы, терминологией основных элементов, правила исполнения.

#### Практика

Разучивание и использование движений. Работа над техникой исполнения при использовании падений и подъемов, перекатов, акробатических элементов. Отработка навыков «мягкой работы» с полом.

Уровень освоения

Знать основные понятия темы, терминологию элементов, правила исполнения.

Правильно и выразительно исполнять движения, комбинации движений, владея техникой «мягкой работы» с полом.



## Программа «Пять ритмов Габриэлы Рот»

Цель: исследование различных качеств движения и их связи с личностными качествами и повседневным опытом.

Продолжительность: 25 – 30 минут.

Музыка: специальная, с альбомов Г. Рот.

Исполнение: индивидуально.

### Процедура

Авторство этого процесса принадлежит Габриэле Рот. Она выделяет пять первичных ритмов движения, которые, по ее мнению, присутствуют во всех культурах и являются репрезентациями качеств, с которыми человек неизбежно встречается во внутренней и внешней реальностях.

1. Flownig (Текучесть) — плавные, мягкие, округлые, непрерывные и текучие движения; движения «женской» энергии (инь).

2. Staccato (Прерывистость) — сильные, четкие, энергичные и ритмичные движения, направленные вовне; «мужские» движения (ян).

3. Chaos (Хаос) — хаотические, постоянно меняющиеся движения, «бурлящая лава».

4. Lirical (Лиричность) — тонкие, изящные, легкие движения, «полет бабочки» или «падающий лист».

5. Stillness (Неподвижность) — движение в неподвижности, постепенное замедление, наблюдение за первичными импульсами движения, «пульсирующая статуя».

Эти модальности или ритмы движения являются репрезентациями характеристик личности. У участника тренинга может быть неприятие определенных движений. Так, достаточно часто женщины не принимают «мужские», резкие и сильные движения. «Я не такая, мне это не нравится», — говорят они. Одновременно они жалуются на недостаток внимания в семье, невозможность выразить свои чувства, положение жертвы. В процессе работы выясняется, что именно ясное, яркое и четкое

выражение своих желаний помогает изменить ситуацию. Источник силы часто находится там, куда нам страшно и непривычно идти.

Другим распространенным «черным пятном» являются хаотические движения, что не удивительно для заключенного в рамки многочисленных личностных и социальных стереотипов современного городского жителя. Яркость и непредсказуемость хаоса пугает, и нам становится ясно, насколько мы не привыкли и не умеем «отпускать» себя, насколько мы лишаем себя непосредственности и спонтанности.

Важно знать, что работа Габриэлы Рот лежит, скорее, в области «нью-эйдж» и нуждается в некоторой модификации для привнесения ее в терапевтический контекст. В частности, достаточно важна процедура, когда сразу по завершению процесса можно задать вопросы. Эти вопросы направляют осознание и помогают формировать понимание связи между движениями, чувствами и смыслами.

Вот эти вопросы:

➤ Какой из ритмов был самым привычным, а какой — необычным и новым?

Если ритм вам известен, то это приятное узнавание родного или уже надоевшая рутина?

Если это незнакомый ритм, он чужд вам или стал открытием?

➤ В каком из ритмов у вас было больше энергии, а в каком вы больше устали?

➤ Когда у вас было больше чувств, а где вы больше делали?

➤ Когда вы могли занять много места, много пространства, а когда пространство вашего движения было ограничено?

➤ Скажите что-нибудь еще о каждом из них — какое движение было именно ваше?

Для этого процесса существует специальная музыка, практически любой альбом Г. Рот предназначен для этой практики. Каждая стадия

длится около пяти минут. Перед началом процесса проводится инструктаж, после процесса — проговор.

Примечания: «Танец пяти ритмов» в первый раз рекомендуется проходить с закрытыми глазами, полностью отдаваясь, включаясь всем телом в каждый из ритмов.

В дальнейшем возможны вариации с открытыми глазами, использованием разных ярусов и взаимодействием с партнерами (Power Wave).

Процесс проходит глубже и интенсивнее при использовании дыхания. Как пишет Габриэла Рот, дыхание — это ключ к каждому из ритмов.

1. Flownig (Текучесть) — медленное, глубокое, непрерывное дыхание.
2. Staccato (Прерывистость) — отрывистое дыхание с акцентом на выдох, звук на выдохе.
3. Chaos (Хаос) — хаотическое, постоянно меняющееся дыхание.
4. Lirical (Лиричность) — легкое дыхание, внимание на легком выдохе, осознание кончиков пальцев рук и ног.
5. Stillness (Неподвижность) — медленное поверхностное дыхание с акцентом на вдохе, внимание постепенно переходит от поверхности тела вглубь.

Эта техника может выполнять несколько функций:

Диагностическая функция — человек обнаруживает «освоенные и неосвоенные» качества и то, как эта картина связана с его жизнью. Он может сделать осознанный выбор — освоить определенную зону своей жизни, до этого незнакомую или даже «запретную».

Тестовая функция — если проводить эту технику в начале и в конце тренинга, то многие люди ясно воспринимают степень и качество наступивших личностных изменений.

Терапевтическая функция — в сочетании с другими техниками осознания и трансформации «5 ритмов» позволяет человеку найти способы выражения себя, расширить диапазон реакций и форм взаимодействия.

## Программа «Работа со взаимоотношениями»

### Тренинг 1:

Цели: расширение репертуара движений, развитие внимательности к телесным сигналам, установление эмпатических отношений.

Продолжительность: 5-10 минут. Музыка: нейтральная, среднего темпа. Исполнение: в парах.

#### *Процедура.*

Танцоры делятся на пары, встают друг напротив друга. Один из них — ведущий, другой — ведомый. Когда ведущий движется, ведомый отражает каждое движение настолько точно, насколько это возможно. Цель — достигнуть такой согласованности движения, чтобы свидетель не мог различить, кто ведет, а кто следует. Ведущий должен сосредоточить свое внимание на том, чтобы двигаться четко, чтобы ведомый сохранял с ним связь, а задача ведомого — чувствовать связь его движений с движениями ведущего. Через несколько минут танцоры меняются ролями и повторяют упражнение.

#### *Вариация.*

Лидерство перемежается между двумя танцорами. Смена может происходить в быстрой последовательности, так, что даже сами танцоры не смогут определить, когда эта смена происходит. Один из танцоров также может оставаться на время лидером. Ни один из танцоров не должен специально выбирать, сохранять ему лидерство или избегать этого.

#### *Примечание.*

Чтобы сделать зеркальное отражение максимально точным, ведущие должны двигаться достаточно медленно и избегать внезапных движений. Они должны смотреть на своих партнеров, а партнеры, будучи зеркальным отражением ведущих, смотрят на них. Танцоры не обязаны оставаться на одном месте. Они могут перемещаться вдоль зеркала, приближаться или

отдаляться от него. Они не должны, однако, двигаться сквозь зеркало. Они должны точно знать, где проходит зеркальная плоскость.

Тренинг 2 «Человек и его тень»:

Цели: расширение репертуара движений, углубление группового взаимодействия.

Продолжительность: 5-10 минут.

Музыка: нейтральная, среднего темпа. Исполнение: в парах.

Процедура

Танцоры делятся на пары, встают друг за другом. Тот, кто стоит сзади, — «тень», ведомый, другой — «хозяин тени», ведущий. Вначале происходит настройка, «тень» внимательно наблюдает за «хозяином», отмечая особенности его позы (постановку головы, положение рук и ног), «примеривает» его образ к себе. Когда ведущий движется, ведомый отражает каждое движение настолько точно, насколько это возможно. Через некоторое время танцующие разворачиваются на 180 градусов, и «тень» показывает «хозяину» характерные особенности его (ее) движения. Потом они обсуждают этот опыт в парах.

Затем партнеры меняются ролями и повторяют упражнение.

Тренинг 3 «Встречи и расставания»:

Этот процесс основан на конкретном жизненном опыте каждого человека — опыте взаимоотношений. Отношения с Другими в нашей жизни имеют разное значение, но одну структуру: они начинаются, развиваются и заканчиваются. В основе многих проблем во взаимоотношениях лежит неумение принимать их процессуальный характер, а также опыт первичных отношений, исследуемый в теории объектных отношений.

Цели: осознание чувств и стратегий поведения на разных стадиях взаимоотношений, иногда — выбор новых стратегий.

Продолжительность: 10-15 минут.

Музыка: эмоциональная, разнообразная, задающая настроение для каждого из этапов.

Исполнение: в парах.

*Процедура.*

Участники делятся на пары. Структура процесса: встреча – знакомство – взаимодействие – противодействие – расставание – собственный танец.

Основными действующими «лицами» в этом процессе являются руки. Вначале проводится демонстрация и объяснения. Важно создать настрой на честное эмоциональное вовлечение в процесс. Каждая пара проходит процесс в своем темпе, тем не менее, ориентируясь на смену музыки.

Партнеры начинают на расстоянии в 2-3 метрах друг от друга. Первые несколько секунд рекомендуется постоять с закрытыми глазами, дышать немного глубже и замечать свои чувства *перед* встречей с другим человеком, обратить внимание на имеющиеся страхи, надежды, ожидания. После этого участникам предлагается открыть глаза и встретиться с партнером сначала взглядом, оставаться в контакте глазами в течение всего процесса. Первый этап — знакомство, это танец на кончиках пальцев, постепенно ладони находят более полный контакт, переходя к стадии взаимодействия — совместного танца. Постепенно в этом взаимодействии появляются элементы противодействия. Помните, что это тоже танец. В какой-то момент наступит пора расставания. И это тоже танец. Когда вы остались одни, приходит время для вашего собственного танца.

По окончании процесса следуют вопросы для осознания:

- Кто из вас делает первый шаг?
- Хватило ли вам времени для знакомства или оно было очень коротким?
- Насколько глубоким и разнообразным было взаимодействие?
- Чем для вас было противодействие — борьбой, игрой, просто повышением плотности и энергичности взаимодействия или чем-то еще?

- Как вы расставались?
- И что такое для вас ваш собственный танец?

Вернитесь к своему партнеру и поблагодарите его. По окончании процесса проводится проговор.

*Примечания:*

- выбор партнера (пол, возраст, симпатия-антипатия) задает важный личный контекст процесса, поэтому вы можете в зависимости от состава группы предложить участникам разные варианты выбора;
- отказ, пропускание или сопротивление некоторым фазам процесса может дать богатый диагностический материал и понимание направлений дальнейшей работы. Традиционно, «сложными» стадиями являются противодействие и расставание;
- при проговоре очень важно проакцентировать разнообразие сценариев и «историй» взаимоотношений;
- в контексте работы с ранними отношениями (сепарация – индивидуализация, М. Малер) можно включить стадию возвращения: совместного танца с контактом глазами, но бестелесного контакта.