

**Возможности использования танцевальной терапии, как формы внеурочной деятельности для младших школьников**

**Научный руководитель – Элькинд Григорий Витальевич**

***Сивушкина Ксения Павловна***

*Абитуриент*

Смоленский государственный университет, Смоленск, Россия

*E-mail: spkvolonter@yandex.ru*

В современной психологии, танцевальная терапия рассматривается как особый вид помощи, в котором танец и движения используются как процесс, способствующий интеграции эмоционального и физического состояния личности, исходя из этого цель данного направления, это осознание собственного тела, повышение самооценки путем развития более положительного образа тела, развитие навыков общения, установление Танец выполняет следующие функции:

- 1.Связи между мыслями, чувствами и движением, а также приобретение группового опыта.
- 2.Функция общения.
- 3.Социально-психологическая функция.
4. Социокультурная функция.

Таким образом, для танцетерапевта главнейшим постулатом служит утверждение, что тело — это зеркало души, а движение является выражением человеческого «Я».

Важно отметить, что младший школьный возраст является классическим временем оформления моральных идей и правил. Конечно, значительный вклад во внутренний мир ребенка несет с собой и раннее детство, но основные принципы подлежащие исполнению, идея «нормы», «долга» - все это типичные черты моральной психологии определяются и оформляются как раз в младшем школьном возрасте. В тоже время, непосредственность детских реакций и ненасытная впечатлительность в этом возрасте бывают наиболее заметны во внешкольной обстановке. В ситуациях, где дети чувствуют себя достаточно непринужденно, они почти произвольно удовлетворяют свое любопытство: подбегают поближе к тому, что их интересует; стремятся все, что возможно, испытать сами.

Л.С. Выготский отмечал интенсивное развитие интеллекта в младшем школьном возрасте. Развитие мышления приводит, в свою очередь, к качественной перестройке восприятия и памяти, превращению их в регулируемые, произвольные процессы.

К окончанию начальной школы у ребенка формируются: трудолюбие, прилежание, дисциплинированность, аккуратность. Постепенно развиваются способность к волевой регуляции своего поведения, умение сдерживаться и контролировать свои поступки, не поддаваться непосредственным импульсам, растет настойчивость.

Исходя из вышесказанного нами была сформировано предположение о том, что использование элементов танцевальной терапии во внеурочной работе с младшими школьниками создаст условия для снятия психологических зажимов и уровня тревожности у младших школьников. Таким образом, нами был сформирован план экспериментальной работы, который состоит из следующих этапов:

- 1.Диагностика уровня тревожности по средством методик: «Цветовой тест отношений», Методика Дембо-Рубинштейн, тест «Человек под дождем».
- 2.Создание первичного эмоционального портрета выборки.
- 3.Проведение комплекса из 10 занятий по танцевальной терапии.
- 4.Повторная диагностика (через месяц после завершения цикла занятий)

5. Анализ полученных различий с помощью математического критерия Манна-Уитни, для оценки результативности проделанной работы.

Фактически на момент написания тезисов мы уже завершили цикл танцевальных занятий, и находимся в состоянии ожидания завершения периода активного следа, чтобы получить максимально точный результат в диагностики. Однако, эффективность проведенной работы может быть визуально оценена нами даже на данном этапе, а именно произошло снижение конфликтности в классе, а также повысилась эмоциональная вовлеченность в педагогический процесс, что говорит о возможном подтверждении нашей гипотезы.

#### **Источники и литература**

- 1) Выготский Л.С. Проблемы дефектологии. — М: Просвещение, 1995
- 2) Вильгельм Райх Посмотри на себя!/Мир Гештальта, 1997