Метод танцевальной терапии как средство развития творческих способностей детей с ОВЗ

[Внеклассная работа](https://urok.1sept.ru/%D0%B2%D0%BD%D0%B5%D0%BA%D0%BB%D0%B0%D1%81%D1%81%D0%BD%D0%B0%D1%8F-%D1%80%D0%B0%D0%B1%D0%BE%D1%82%D0%B0)

**Введение.**

Двигательная активность всегда являлась мощным биологическим стимулятором жизненных функций растущего организма. Современный человек значительно отошел от природы, которая никогда не освобождала нас от необходимости двигаться. Потребность в движениях и сейчас составляет одну из основных физиологических особенностей детского организма.

В настоящее время наблюдается увеличение числа детей с отклонениями в развитии, а проблемы их обучаемости не вполне разрешимы.

Современные методы коррекции детей с отклонениями в развитии разделяются на два основных направления. Первое – собственно когнитивные методы, чаще всего направленные на преодоление трудностей в усвоении школьных знаний и формирование ВПФ. Например: целенаправленная работа в сфере слухоречевой памяти, формирование счетных операций и т.д. Второе направление – методы двигательной (моторной) коррекции, или телесно- ориентированные методы. Немногочисленные попытки «связать» воедино эти два направления чаще всего сводятся к обычной суммации (например, в обычную коррекционную программу вводятся и когнитивные и двигательные методы). Но опыт показывает, что желаемые результаты часто не достигаются.

**Таким образом, в сложившейся актуальной ситуации оптимальным является системный подход к коррекции психического развития ребёнка**. Данное направление исходит из того, что воздействие на сенсомоторный уровень вызывает активизацию в развитии всех ВПФ. Актуализация и закрепление любых телесных навыков предполагают востребованность извне таких психических функций, как, например, эмоции, восприятие, внимание, память, процессы саморегуляции и т.д. Это доказывает необходимость проведения специальных занятий, направленных на развитие и коррекцию базисных составляющих психической и двигательной сферы.

Поэтому передо мной встал вопрос о необходимости создания комплекса занятий танцами, с использованием метода танцевальной терапии. С давних пор танцевально-двигательная терапия применялась к людям с проблемами в развитии и в здоровье. Движения в любой форме, адекватные физиологическим возможностям детей, всегда выступали как оздоровительный фактор – этим можно объяснить высокую эффективность танцевальной терапии.

Считаю, что использование данного метода позволит не только развивать творческие способности у детей с ограниченными возможностями здоровья, но и в определённой мере улучшать психодинамические функции, таким образом воздействовать на продуктивность их учебной деятельности.

**Подходы к организации танцевальных занятий.**

Танцевально-двигательная терапия-это междисциплинарная область, она существует на стыке психотерапии и танцевального искусства. Кроме того, она тесно связана со многими другими областями знания. Среди них: анатомия, физиология, психофизиология, кинезиология (наука о двигательных возможностях человека), нейропсихология, самые разные теории движения и танца, психология и т.д., – т.е. практически все, что можно отнести к областям знания о теле, движении, танце, психике, о творческом процессе и творческом выражении.

Танцевальная терапия для детей заключается в том, чтобы ребёнок мог выразить свои эмоции через танец, вытанцевать свое настроение, ощущения.

Движения под музыку не только оказывают коррекционное воздействие на физическое развитие, но и создают благоприятную основу для совершенствования таких психических функций, как мышление, память, внимание, восприятие. Организующее начало музыки, ее ритмическая структура, динамическая окрашенность, темповые изменения вызывают постоянную концентрацию внимания, запоминание условий выполнения упражнений, быструю реакцию на смену музыкальных фраз. Танец может улучшить психодинамические функции человека. На самом деле, ритмические движения укрепляют разные группы мышц, и улучшает работу суставов, а также воздействуют на такие способности, как быстрота, точность и синхронизация движений. Логично в начале коррекционного процесса отдать предпочтение именно двигательным методам, создавая тем самым базовую предпосылку для полноценного участия психических процессов в овладении чтением, письмом, математическими знаниями. Это доказывает необходимость проведения специальных танцевальных занятий.

Занятия танцами эффективны для воспитания положительных качеств личности. Выполняя упражнения на пространственные построения, разучивая парные танцы и пляски, двигаясь в хороводе, дети приобретают навыки организованных действий, дисциплинированности, учатся вежливо обращаться друг с другом.

Существует ряд различных методик применения танцетерапии. На мой взгляд интересными являются: эвритмия, искусство движения с музыкой и речью, развитая в школах Рудольфа Штейнера для детей с целью обучения ритму, и Пять Танцев в вольном стиле Габриэллы Рота. Обе эти формы терапии разработаны специально, чтобы поощрить самовыражение и творческий потенциал.

**Разработка комплекса танцевальных занятий.**

Наличие трудностей в современных методах коррекции психических процессов у детей с ограниченными возможностями здоровья можно объяснить как особенностями развития аномального ребёнка, так и, по моему мнению, отсутствием системного подхода к организации коррекционной работы с такими детьми.

В связи с этим мною был разработан танцевальный проект «Движение- танец», включающий в себя метод танцевальной терапии, для детей с ограниченными возможностями здоровья.

**Цель проекта**: развитие творческих способностей детей с проблемами в развитии средствами танцевального искусства.

Основные задачи:

1. Последовательно знакомить аномального школьника с различными видами танца.
2. Воспитывать устойчивый интерес к танцевальной деятельности.
3. Совершенствовать артистические навыки и умения в плане переживания и воплощения образа, моделирование навыков социального поведения в заданных условиях в танцевальных постановках.
4. Стимулировать развитие внимания, памяти, мышления, воображения ребёнка с проблемами в развитии.
5. Формировать коммуникативные навыки, тем самым повышая уровень социальной адаптации учащихся в обществе.

**Проект направлен на всестороннее развитие личности ребёнка, его неповторимой индивидуализации.**

Обучению танцам и пляскам детей с ограниченными возможностями здоровья предшествует работа по привитию навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. К каждому упражнению подбирается такая мелодия, в которой отражены особенности движения. Например, освоение хорового шага связано со спокойной русской мелодией, а топающего- с озорной плясовой. Задания должны носить не только развивающий, но и познавательный характер. Разучивая танцы и пляски, учащиеся знакомятся с их названиями (полька, гопак, хоровод, кадриль, вальс), а также с основными движениями этих танцев (притопы, галоп, шаг польки, переменчивый шаг, присядка и др.). Исполнение танцев разных народов приобщает детей к народной культуре, умению находить в движениях характерные особенности танцев разных национальностей.

Игровая творческая детская танцетерапия позволяет разглядеть и принять свои чувства, дать им выход. Эмоции обеспечивают оптимальный уровень деятельности центральной нервной системы и отдельных ее структур, что влияет на продуктивность деятельности – ее темп и ритм. Ритмичные движения снимают мышечное напряжение, помогают избавиться от чувства неуверенности, повысить самооценку, Такой танец с детства повышает стрессоустойчивость. Кроме того, ленивым подросткам полезны энергичные танцы, как встряска для всего организма.

**Проект состоит из трёх разделов**: (сентябрь – ноябрь, декабрь – февраль, март – май).

 развернуть таблицу

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Виды творческой деятельности** | **Репертуар** | **Сроки** |
| **Сентябрь – ноябрь** | | |
| Знакомство с основами танцевального искусства. | Позиции рук и ног, основные танцевальные движения. | 1-3 нед. сентября |
| Знакомство с различными видами танцев (медленные и быстрые). Разучивание танц.движений для выступления на празднике. | Современные и классические виды танцев. | 4 нед. сентября, 1-2 нед. октября. |
| Танцевально-двигательная терапия | Танцевально-двигательная импровизация перед зеркалом. | 3-4 нед. октября. |
| Знакомство с танцами народов мира. | Различные танцы народов мира. | 2-4 нед. ноября. |
| **Декабрь – февраль** | | |
| Танцевально-двигательная терапия | эвритмия, «Пять Танцев в вольном стиле» | 1-2 нед. декабря. |
| Разучивание танц.движений. | Характерные танцы. | 3-4 нед. декабря. |
| Разучивание танц.движений (вальсовый шаг). | Вальсы. | 3-4 нед. января. |
| Разучивание танц.движений Вальсовый шаг, квадрат, продвижение по кругу. | Вальсы. | 1-2 нед. февраля. |
| Разучивание современных танц.движений | Современное направление в танцевальном искусстве. | 3-4 нед февраля. |
| **Март – май** | | |
| Разучивание движений танца к празднику. | Вальс. Современный танец. | 1-3 нед. марта. |
| Танцевально-двигательная терапия | Танцевально-двигательная импровизация перед зеркалом, эвритмия. | 1-2 нед. апреля. |
| Разучивание движений танца к празднику. | Спортивные бальные танцы. | 3-4 нед. апреля. |
| Разучивание новых танц.движений. | Все виды изученных танцев. | 1-2 нед мая. |
| Подготовка к заключительному выступлению. | Все виды изученных танцев. | 3-4 нед. мая. |

 развернуть таблицу

С целью выявления результативности данного проекта, возможно, не только проводить мониторинг эмоциональной, двигательной (моторной), когнитивной сферы учащихся, но и наблюдать динамику развития через показательные выступления детей на праздниках, школьных мероприятиях. Данный вид исследования помогает выявить уровень развития эмоционально-волевой сферы, процессов саморегуляции, памяти, пространственного восприятия. К тому же участие детей в праздниках, школьных мероприятиях благотворно влияет на развитие чувств прекрасного, а положительное эмоциональное состояние – на продуктивность учебной деятельности учащихся.

Успешность реализации данного проекта, по моему мнению, положительно сказывается на развитии творческих способностей учащихся с нарушением интеллекта, повышает уровень психодинамических функций детей и благотворно влияет на продуктивность их учебной деятельности.

Над данной темой я работаю с 2008года, опыт моей работы подтвердил значимость применения метода танцевальной терапии на занятиях проектной деятельности, помог более успешно развивать творческие способности детей с ограниченными возможностями здоровья.

В течение этого времени наблюдалась стабильно положительная динамика в развитии эмоционально-волевой сферы учащихся. Результатом чего явились показательные выступления на школьных мероприятиях, где дети проявляли дисциплинированность, выдержку. Это наглядно можно проследить по мониторингу, представленному в приложении (Таблица 1).

Систематическая работа по данной теме показывает, что в течение 3-х лет обучения неизменно повышался уровень двигательной (моторной) сферы, включающей в себя такие необходимые качества как: развитие общей моторики, умение повторять ритмический рисунок, точность координации движений, согласованность движений всех частей тела, синхронность выполнения движений в группе (Таблица 2).

Наблюдая динамику развития некоторых видов памяти на протяжении с 2 по 4 класс, можно убедиться, уровень незначительно, но повышается (Таблица 3).

Таким образом, по результатам мониторинга, можно сделать вывод, что в развитии творческих способностей, повышении уровня психодинамических функций и продуктивности учебной деятельности детей с ограниченными возможностями здоровья, немаловажную роль сыграло создание комплекса занятий танцами, с использованием метода танцевальной терапии.

**Заключение.**

Работа по теме: «Метод танцевальной терапии как средство для развития творческих способностей детей с ограниченными возможностями здоровья», помогла выявить ряд трудностей в современных методах коррекции психических процессов у детей с ограниченными возможностями здоровья. Это можно объяснить как особенностями развития аномального ребёнка, так и, по моему мнению, отсутствием системного подхода к организации коррекционной работы с такими детьми.

Проверка эффективности использования предложенной мной методики показала, что создание комплекса танцевальных занятий, способствовало не только успешному развитию творческих способностей у детей с ограниченными возможностями здоровья, но и в определённой мере улучшению психодинамических функций.

В рамках актуальности этой темы мною был обобщён имеющийся опыт использования метода танцевальной терапии и разработан танцевальный проект «Движение – танец», для детей с ограниченными возможностями здоровья.

Считаю, что моя работа в этом направлении в условиях Специальной (коррекционной) общеобразовательной школы VIII вида, помогает в решении ряда актуальных задач:

* повышение уровня развития психических процессов,
* развитие творческих способностей учащихся,
* повышение уровня эмоционально-волевой сферы,
* повышение уровня социальной адаптации учащихся к жизни.

**Список литературы:**

1. Буянов М.И. Беседы о детской психиатрии. – М.: “Просвещение”, 1986.
2. Кольцова М.М. двигательная активность и развитие функций мозга ребёнка. – М.: “Просвещение”, 1973.
3. Курис. И. Биоэнергетика йоги и танца. – М.: 1994.
4. Медведева Е.А. Музыкальное воспитание детей с проблемами в развитии и коррекционная ритмика. – М.: “Академия”, 2002.
5. Психотерапевтическая энциклопедия. (п./р. Б. Д. Карвасарского). – М.: 1998.
6. Столяренко Л.Д. Основы психологии для студентов вузов. – Ростов-на-Дону: “Феникс”, 2002.
7. Танцевально-двигательная терапия (сборник). – Ярославль: 1994.
8. Фирилёва Ж.Е., Сайкина Е.Г. Танцевально-игровая гимнастика “СА-ФИ-ДАНС”. – СПб.: “Детство-пресс”, 2003.
9. Шварц И. Искусство эвритмии в воспитании человека. – Журнал “Музыкальная палитра” №2 – 2000.
10. Щербакова Н.А. От музыки к движению и речи. – М.: “Гном и Д”, 2001.