

*Сорокина О.Н.,  
студентка 3 курса магистратуры, направления подготовки  
«Психолого-педагогическая реабилитация лиц с ограниченными  
возможностями здоровья»*

*ФГАОУ ВО СКФУ, г. Ставрополь*

*Браккер Е.Л.,  
кандидат психологических наук, доцент кафедры коррекционной  
психологии и педагогики, ФГАОУ ВО СКФУ, г. Ставрополь*

## **МЕТОДЫ ТАНЦЕВАЛЬНОЙ ТЕРАПИИ В КОРРЕКЦИОННОМ ПРОЦЕССЕ С ДЕТЬМИ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С НАРУШЕНИЯМИ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА**

***Аннотация:** в статье рассматриваются методы и приемы танцевальной терапии для детей младшего школьного возраста с нарушениями опорно-двигательного аппарата. Проведен анализ программ и пособий других педагогов, на основании полученных данных выделены основные приемы и методы, которые наиболее эффективны в работе с детьми рассматриваемой нами категории.*

***Ключевые слова:** методы, танцевальная терапия, дети младшего школьного возраста, нарушения опорно-двигательного аппарата, коррекционный процесс.*

***Annotation:** the article discusses methods and techniques of dance therapy for children of primary school age with disorders of the musculoskeletal system. The analysis of programs and manuals of other teachers is carried out, based on the data obtained, the main techniques and methods that are most effective in working with children of the category we are considering are highlighted.*

*Key words: methods, dance therapy, children of primary school age, disorders of the musculoskeletal system, correctional process.*

Танцевальная терапия – это междисциплинарная область, которая появилась на стыке двух наук психотерапии и танцевального искусства. В основу танцевальной терапии также вошли знания из других дисциплин таких, как анатомия, физиология, психофизиология, кинезиология, нейропсихология, теория движения и танца, балетный минимум, психология.

Это направление появилось в 50-70е годы XX века сначала в США, а потом в 60-80е годы в Великобритании, Германии и Израиле. В 80-90е годы танцевальная терапия получила развитие и в других странах Европы, в том числе и России. Официальным годом появления танцевальной терапии является 1995 год.

Танцевальная терапия включает в себя танцевальную импровизацию – способ спонтанного движения, когда человек может выражать себя. Танцевальная терапия выступает инструментом для открытия возможностей к самопознанию и обретению большей личностной целостности и интегрированности. Все это является ключевой частью и целью психотерапевтического процесса.

Нарушения опорно-двигательного аппарата – это нарушения двигательных функций, которые проявляются в раннем возрасте могут присутствовать с момента рождения ребенка. Симптомы, как правило проявляются на первом году жизни ребенка.

Двигательные нарушения являются результатом нарушения мозговой деятельности. Под нарушением мозговой деятельности понимают любое поражение мозговых структур или функций [1].

Танцевальная терапия представляет собой сознательную деятельность педагога, ориентированную на развитие, реабилитацию, обогащение телесно-двигательных возможностей детей младшего школьного возраста с

нарушениями опорно-двигательного аппарата, изменений в актуальном, эмоциональном и личностном развитии.

В настоящее время необходимо предоставлять возможность каждому ребенку вести полноценный образ жизни. Нужно создавать условия для формирования полноценного физического и психического развития ребенка, а также его социализации. Всего этого можно добиться, используя в коррекционном процессе танцевальную терапию.

Танцевальная терапия очень важна для детей младшего школьного возраста с нарушениями опорно-двигательного аппарата. Так как, именно эта категория детей часто дезадаптирована, ограничена в двигательных функциях, социальных контактах и имеет повышенную тревожность, страх перед обществом.

Целями танцевальной терапии являются:

- развитие осознания своего тела, его возможностей и его принятие;
- установление чувства собственного достоинства путем создания позитивного образа тела;
- развитие двигательных, социальных навыков общения, физических умений и выражения своих эмоций;
- освобождение от негативных эмоций и чувств, стресса, депрессивных состояний;
- раскрытие творческого потенциала, творческих способностей.

Танцевальная терапия для детей младшего школьного возраста с нарушениями опорно-двигательного аппарата используется как форма самовыражения, форма невербального общения с целью развития личности и ее отношений, направлена на развитие двигательных возможностей, музыкально-ритмических движений, творческих способностей, социальной, физической и психологической адаптации [2].

В программе по танцевальной терапии Е.А. Микишановой описаны приемы вовлечения в занятия танцами детей с нарушениями опорно-

двигательного аппарата. Автор приводит следующие приёмы: игровые приемы; чередование упражнений с отдыхом; музыкально-ритмические упражнения; парные танцы; танцы с пением; хороводы; сюжетные, национальные, характерные танцы.

Из работ Д.Ю. Толошиновой можно увидеть эффективность танцевальной терапии за счет использования техники индийского танца – языка жестов, с целью развития мелкомоторных функций, мимической активности, эмоциональной коммуникативности и развития моторно-образного воображения [3].

В программе «Жизнь в танце» Задорина А.С. описывает следующие формы и упражнения для выстраивания танцевального занятия для детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- 1) музыкально-подвижные игры, направленные на развитие ловкости, пластичности, чувства ритма, выносливости, координации движений;
- 2) сюжетно-ролевые игры, направленные на развитие творческих способностей;
- 3) коммуникативные игры, развивающие доверительные отношения в коллективе и умение общаться;
- 4) импровизация, музыкальные этюды, развивающие фантазию; игровые тренировки, развивающие мимику, пантомимику;
- 5) индивидуальная импровизация;
- 6) усложненный уровень для детей младшего школьного возраста. Работа с ритмом, знание понятий: мелодия, движение, ритм, темп, музыкальный размер, перестроение в рисунках, рисунок танца;
- 7) музыкально-пространственные упражнения;
- 8) тематический танец, умение ребенка вживаться в заданную роль, умение взаимодействовать с другими детьми;
- 9) работа с реквизитом. Развитие фантазии у ребенка с использованием реквизитного материала для совершенствования импровизационных возможностей;

- 10) кинестетическая эмпатия – практика взаимодействия партнеров в танце; зачетные и открытые занятия [3].

Танец является движением в танцевальной терапии и рассматривается как способ коммуникации. Танцевальные занятия помогают детям младшего школьного возраста не только развивать двигательные навыки, но и помогают научиться наблюдать и понимать движения тела. Посредством танцевальных занятий происходит присоединение ребенка к двигательному языку, что создает пространство для особого танцевального диалога и эмоциональной поддержки, что позволяет ребенку младшего школьного возраста с нарушениями опорно-двигательного аппарата преодолеть замкнутость, нерешительность, изоляцию и дезадаптацию.

Через специальные техники и приемы в танцевальной терапии дети младшего школьного возраста с нарушениями опорно-двигательного аппарата могут освободиться от физической и эмоциональной скованности, что повысит их самооценку и приведет к социальной и физической активности.

#### **Использованные источники:**

- 1) Покровский, В.И. Энциклопедический словарь медицинских терминов / В.И. Покровский. – Москва: Медицина, 2005. – 1592 с.
- 2) Барнакова, Н.Ч. Метод танцевальной терапии как средство развития творческих способностей детей с ограниченными возможностями здоровья / Н.Ч. Барнакова. – / Образовательная социальная сеть nsportal.ru: [сайт]. – URL: <https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2013/11/26/metodtantsevalnoy-terapii-kak-sredstvo-razvitiya> – Дата публикации: 12.11.2023.
- 3) Литвинова А.В. Танцевально-двигательная терапия как средство физической реабилитации детей с ДЦП // Инклюзия: от теории к практике: материалы Региональной научно-практической конференции. - Комсомольск-на-Амуре, 2020. - С. 50-57.