

УДК 372.878

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ТАНЦТЕРАПИИ НА УРОКАХ МУЗЫКИ

В. Ю. Бережник (МГУ имени А. А. Кулешова)

Науч. рук. *Н. В. Павленко*,

ст. преподаватель

Задачей современного образования является не только формирование всесторонне развитой личности, но и сохранение физического и психического здоровья ребенка. Сегодня эмоциональное состояние участников образовательного процесса вызывает серьезную тревогу: у детей отмечаются высокая тревожность, проявления общей апатии, повышенная раздражительность, порой агрессивность.

Одной из форм сохранения психологического и физического здоровья является танцтерапия [1, с. 123]. Танцтерапия представляет собой интеграцию танца и музыки для улучшения психоэмоционального и физического здоровья, развития творческого потенциала личности.

Танцевальная терапия дает уникальную возможность ребенку свободно выразить свои эмоции в пластике тела. Один из методов ее применения – создание танцевальных упражнений, которые дети придумывают самостоятельно и исполняют на уроке. В качестве примера приведем фрагмент урока темы «Музыкальное путешествие в страну Балет», где затрагивается жанровая основа музыки. Через танцевальные движения и музыкальные мотивы дети могут неосознанно выразить свое эмоциональное состояние. Например, грустный мотив или монотонный ритм могут свидетельствовать о внутренней скованности и неуверенности. Педагог, наблюдая за исполнением, может определить, кто испытывает трудности в коллективе и помочь таким детям подобрать более энергичный ритм, вдохновляющий мотив, а также предложить элементы свободного танца, снимающего эмоциональные блоки.

Таким образом, танцтерапия, реализованная через творческие задания, становится эффективным средством для психологической поддержки детей, гармонизации внутреннего состояния ребенка. Она помогает не только выявлять скрытые барьеры, но и бережно их устранивать через движение, ритм и музыку. Несмотря на относительную новизну в музыкальной педагогике, она уже доказала свою эффективность.

Литература

1. Ромм, В. В. Танцевально-музыкальная терапия / В. В. Ромм // Вестник музыкальной науки. – 2017. – №4 (18). – С. 123-127.