

7. Куницына, В. Н. Межличностное общение : учебник для вузов / В. Н. Куницына, Н. В. Казаринова, В. М. Поголына. – Санкт-Петербург : Питер, 2001. – 544 с. – Текст : непосредственный.

8. Психология : Словарь / под общ. ред. А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского. – [2-е изд., испр. и доп.]. – Москва : Политиздат, 1990. – 494 с. – URL: <https://search.rsl.ru/ru/record/01001538220> (дата обращения: 14.10.2021). – ISBN 5-250-00364-8. – Текст : электронный.

©П. П. Веретенникова, 2021.

УДК 374.1+37.036.5

*Ильина Е. И.*,  
педагог дополнительного образования  
ГБУДО ДУМ «Магнит»,  
г. Магнитогорск  
[ilina.e.i@inbox.ru](mailto:ilina.e.i@inbox.ru)

## САМОДЕЯТЕЛЬНЫЙ ХОРЕОГРАФИЧЕСКИЙ КОЛЛЕКТИВ КАК БЕЗОПАСНАЯ СРЕДА САМОВЫРАЖЕНИЯ ПОДРОСТКОВ

**Аннотация.** В статье рассмотрены методы организации деятельности хореографического коллектива с целью создания благоприятного безопасного пространства для самовыражения подростков, способствующего их успешной адаптации, снижению эмоционального напряжения, творческой самореализации. Определены компоненты учебного процесса, составлен календарно-тематический план, проведены анкетирования среди воспитуемых.

**Ключевые слова:** хореографический коллектив, дополнительное образование, самовыражение, творческая реализация.

## AMATEUR CHOREOGRAPHIC TEAM AS A SAFE ENVIRONMENT FOR SELF-EXPRESSION ADOLESCENCE

**Abstract.** The article discusses the methods of organizing the activities of the choreographic team in order to create a favorable safe space for self-expression of adolescents, contributing to their successful adaptation, reducing emotional stress, creative self-realization. The components of the educational process were determined, a calendar and thematic plan was drawn up, questionnaires were conducted among the students.

**Keyword:** choreographic team, additional education, self-expression, creative realization.

Одной из наиболее актуальных и часто поднимаемых на различных информационных площадках проблем последних лет являются, как отмечает И. А. Комарова [1], проблема психологического выгорания, стрессоустойчивости, психоэмоционального истощения и отдаления, повышение уровней дисфункциональных убеждений человека. В особенности это свойственно для подростков, переживающих период, характеризующийся как переходный, сложный, критический, однако определяющий серьезные изменения в личности че-

ловека, его самоощущении и самопознании. Повышенная возбудимость, эмоциональная неустойчивость, сниженная самооценка, становление собственного «Я» и поиск «себя», борьба за признание независимости и самостоятельности – всё это представляет препятствия для планомерного и гармоничного развития личности, поэтому работа с подростковыми группами требует дополнительных усилий и особого подхода, позволяющего максимально бережно и аккуратно взаимодействовать с неустоявшейся психикой.

Особое внимание при организации работы с подростками уделяется культивированию полезных, положительных форм и видов досуговой деятельности, её организация, перенаправление энергии в «мирное» русло, самовыражение и реализация личностных стремлений путями творчества. Так же очень важным в этот период является возможность «выплеснуть» эмоции, проявить собственную индивидуальность, при этом осознавая свою причастность к чему-то большему, коллективу, иметь «чувство локтя», а хореография как нельзя кстати может прийти на помощь подростку в данном деле.

Среди преимуществ дополнительного образования – то, что выбор направления деятельности, педагога-руководителя, а также сама инициатива ответственного посещения занятий и усердной работы ложится на совесть самого воспитуемого, то есть само по себе становится проявлением его волевых качеств и характеризует его как заинтересованную в своём развитии и становлении личность. Специфические особенности системы дополнительного образования позволяют учитывать индивидуальные потребности и интересы воспитанников, учитывать различный уровень физического, культурного, социального развития. Параллельно с различными социальными институтами и областями жизнедеятельности существенную роль в развитии эмоциональной культуры подростков играет досуговая сфера.

Досуговая деятельность предоставляет развивающейся личности способы постигать широкий спектр социальных ролей, предлагает большое пространство для самореализации и обретения личностной идентичности через групповую идентичность, что всецело относится к самостоятельным хореографическим коллективам, занятия в которых способствуют развитию нравственно-эстетических качеств и формированию здоровой эмоциональной культуры, повышают уровень культурной компетенции.

Личностно-ориентированное обучение это по сути своей такое обучение, основное место в котором отводится личности, с её неповторимостью и самобытностью. При его реализации отношения «учитель-ученик» строятся на принципах сотрудничества и свободы выбора вектора развития, личностно-ориентированное обучение в первую очередь признаёт уникальность субъектного опыта учащегося, его важность и ценность, целями личностно-ориентированного обучения являются развитие познавательных способностей и максимальное раскрытие индивидуальности.

Особенностью Дома Учащейся Молодёжи «Магнит» является то, что на его базе на бюджетной основе проходят занятия творческих и технических объединений для студентов колледжей города. Специфика данной категории воспитуемых в повышенном уровне стресса, ассоциированном с переломными по-

граничными периодами в жизни студентов – на 1 курсе это новый жизненный этап «студенчество»: смена места проживания, новый коллектив, новое учебное заведение, новый социальный статус. На 2 курсе в учебный план добавляются спецпредметы, происходит осознание выбранной профессии, реальная примерка получаемых навыков на собственные возможности. На 3 курсе студенты колледжей становятся совершеннолетними, что тоже сказывается на их самосознании – взрослая жизнь, увеличение степени ответственности и так далее, а 4 курс – выпускной – и все связанные с ним волнения.

В процессе социальной адаптации подростки стремятся к самоутверждению, овладению новыми знаниями и умениями, как средствами проявления социализации. В подростковом возрасте появляются определённые противоречия в психологическом и физиологическом развитии, а также связанные с ними нестабильность самооценки, стремление к доказательству собственной значимости. Предпосылками деструктивного поведения чаще всего являются ощущение одиночества, неуверенность, глубокие душевные переживания, отсутствие способов реализации себя в творчестве или какой-либо социально полезной деятельности.

А. А. Лукьяненко [2] и З. Г. Финагина [4] в своих работах предлагают множество разнообразных методов коррекции и профилактики деструктивного поведения подростков, в том числе *арт-терапию – терапию искусством*, которая не может изменить травмирующий опыт или исцелить значительные психолого-эмоциональные нарушения, однако в состоянии мобилизовать и раскрыть их внутренние психоэмоциональные ресурсы. Арт-терапия основана на комплексном применении коррекционных методик, с характерными особенностями для данного типа творчества, и особой технологией психокоррекционного лечебного применения.

При создании нами образовательной программы хореографического коллектива «More» были учтены все вышеупомянутые аспекты и изучена специализированная научная и научно-популярная литература. Основные разделы программы: *цели и задачи, учебный тематический план, планируемые результаты, методическое обеспечение и формы аттестации обучающихся*.

**Цель** данной программы определена как **«раскрытие творческого потенциала, физических данных, эмпатических способностей и темперамента учащихся, развитие сценической и социальной культуры»**. На сегодняшний день современная хореография находится на той стадии своего развития, когда чёткие границы между стилями стираются, возникают новые, синтезированные направления, черпающие основы, стилистику, характерность исполнения из самых разнообразных источников. Это позволяет каждому направлению быть структурно подвижным, охватывать большое количество тем для вдохновения и искать всё большее количество средств эмоционального выражения.

В основе учебного плана лежат не только такие разделы, как общая физическая подготовка, ритмика, растяжка, основные хореографические направления по стилям, но и история хореографии, сценическая культура, основы актерского мастерства, техника искусства импровизации, самостоятельной постановки

вочной работы и многое другое – всё то, что поможет подросткам максимально раскрыться с творческой стороны, научиться самовыражению путём искусства, владению своим телом и эмоциями.

Особенностью нашей программы стало включение в образовательный процесс входного, промежуточных и контрольного тестирований учащихся на уровень эмпатии (по теории А. Мехрабиана и Н. Эпштайна), уровень тревожности и эмоционального выгорания, депрессии, оценка нервно-психической устойчивости и эмоционального интеллекта (по модели Н. Холла) [5]. Сделано это было по нескольким причинам, в числе которых: стремление к актуализации программы, согласно общему уровню переживаний конкретной группы подростков; более близкое «знакомство» с воспитанниками; возможность «держать руку на пульсе» относительно проблемных эмоциональных и психологических областей каждого учащегося; углубление индивидуализации подхода, подбор особых средств донесения информации до каждого подростка.



Рис. 1. Занятие хореографического коллектива, индивидуальная разминка



Рис. 2. Занятие хореографического коллектива, индивидуальная разминка

По результатам исследований Т. П. Мориновой [3], в работе с группами подростков могут быть рекомендованы следующие приёмы:

– открытый доступ к информации о целях, задачах занятий, долгосрочных планах и предполагаемых результатах – всё это способствует приобщению участников группы к творческому процессу, оптимизирует процесс коммуникации в коллективе;

– работа в парах и группах во время занятия является как способом обеспечения благоприятного климата групп подростков, так и методом его анализа и контроля, позволяющего педагогу оценить характер отношений между участниками группы, повысить уровень эмпатии, социальной компетентности участников группы и сплочённости; работа в малых группах способствует увеличе-

нию количества проявлений доброжелательной критики и взаимному доверию, выражению собственного мнения;

– использование танцевально-двигательной терапии приводит к произвольным межличностным коммуникациям, раскрывая представление об эмоциональном состоянии партнера; импровизация помогает исполнителям вести физический, невербальный диалог друг с другом;

– ситуационные задачи, поставленные педагогом перед группой, не всегда эффективно влияют на формирование благоприятного климата, особенно на начальном этапе, однако вполне эффективны в качестве метода мониторинга характера взаимоотношений внутри группы, обнаружения неформальных лидеров, межличностных связей, наличия эмпатических отношений между участниками;

– развитие традиций группы (поздравление с днём рождения, особые ритуалы и приметы перед выступлениями, активное общение в социальных сетях, совместное времяпрепровождение вне занятий коллектива) удовлетворяет необходимость участников в коммуникации и получении нового опыта, способствует выстраиванию благоприятного социально-психологического климата и улучшению таких его показателей, как личностный компонент, групповая мотивация, сплоченность.

Формирование благоприятной атмосферы в группе подростков хореографического коллектива – кропотливый педагогический процесс, связанный с различного рода трудностями, как вызванными спецификой деятельности, так и возрастными особенностями группы. Вместе с тем, возникает возможность проанализировать межличностные отношения, сложившиеся в группе, оценить степень их влияния на творческую деятельность коллектива, взглянуть на педагогическую работу со стороны и с помощью различных методик и практик приступить к развитию положительного психоэмоционального фона с целью повышения результативности совместной работы участников коллектива.

На развитие творческой личности подростка в хореографическом коллективе большое влияние оказывает творческий климат, включающий в себя благоприятные условия для межличностного общения, четкую организационную структуру, развитую систему поощрений, положительные эмоциональные связи между участниками, внимание и уважение к участникам объединения со стороны руководителя. В процессе работы осуществляется совместная деятельность, во время которой усваиваются и воспроизводятся определенная система знаний, норм, ценностей, социальных ролей, позволяющих подростку быть полноправным членом общества, формируется нравственная культура, развивающая инициативность, независимость, способствующая развитию творческого мышления.

Подытожив всё вышеописанное, можно утверждать, что самовыражение подростков через хореографию, самоопределение себя как отдельной личности, так и части коллектива – перспективный путь развития индивидуальности подростка. Посредством хореографии, в качестве арт-терапии, возможно также отрабатывать проявление положительных эмоций, личные внутренние переживания, особенно характерные для подросткового периода, бороться с чувством

отстранённости и одиночества, находить пути реализации личностных стремлений и творческого самовыражения.

### Литература

1. Комарова, И. А. Когнитивный аспект психолого-педагогической работы с подростками в условиях социальной депривации / И. А. Комарова. – Текст : непосредственный // Инновации-2011 : сб. науч. ст. – Витебск, 2011. – С. 88–90.

2. Лукьяненко, А. А. Арт-терапия как средство коррекции аутодеструктивного поведения подростков / А. А. Лукьяненко. – Текст : непосредственный. – Текст : непосредственный // Лучшая научно-инновационная работа – 2021 : сб. ст. Междунар. науч.-исслед. конкурса. – Петрозаводск, 2021. – С. 115–123.

3. Моринова, Т. П. Педагогические методы формирования социально-психологического климата (на примере любительского хореографического коллектива) / Т. П. Моринова. – Текст : непосредственный // Вопросы педагогики. – 2020. – № 11-1. – С. 159–167.

4. Финагина, З. Г. Клубы по интересам как средство воспитания творческой активности подростков / З. Г. Финагина. – Текст : непосредственный // Новая наука: Стратегии и векторы развития. – 2016. – № 9. – С. 61–63.

© Е. И. Ильина, 2021.

УДК 373.5+376

**Кондрашова Е. Н.,**

кандидат педагогических наук, доцент кафедры педагогического образования и документоведения  
ФГБОУ ВО «МГТУ им. Г. И. Носова»,

г. Магнитогорск

[elena\\_060671@mail.ru](mailto:elena_060671@mail.ru)

**Голубева А. А.,**

ФГКОУ «Средняя общеобразовательная школа № 6»  
г. Душанбе, республика Таджикистан

[aapanfilova@mail.ru](mailto:aapanfilova@mail.ru)

## К ВОПРОСУ О ФОРМИРОВАНИИ У ОБУЧАЮЩИХСЯ ОСНОВНОЙ ШКОЛЫ МЕЖЛИЧНОСТНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ В СИСТЕМЕ ИНКЛЮЗИВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

**Аннотация.** В данной статье рассматривается одна из актуальных проблем в современной педагогической науке и общества в целом – формирование у обучающихся основной школы межличностного взаимодействия. В связи с этим, данная статья направлена на раскрытие сущности понятия «межличностное взаимодействие обучающихся основной школы в системе инклюзивного образования», на анализ содержания смежных понятий, представленных разными авторами и выявления смысла понятия «межличностное взаимодействие».