



**Научно-практическая конференция
«Развитие самосознания личности ребенка:
взгляд из Дворца, проблемы, пути решения»**



**Особенности развития структурного звена
самосознания личности «Отношение к телу»
посредством хореографии**

Тугаева Дарья Сергеевна,
педагог дополнительного образования
МАОУ ДО г. Иркутска «Дворец творчества»

г. Иркутск, 15 апреля 2024 года



«Тело – не только организм человека в его внешних физических формах и проявлениях; оно – индивидуальный образ, отражение культуры и духовности человека». Тело отражает физические, психические и духовные свойства и особенности человека.

*В. С. Мухина,
доктор психологических наук, профессор*

Методологическая основа

- Взаимосвязь личности и телесного опыта показал еще З. Фрейд. Процесс развития личности был представлен как процесс локализации либидо в разных частях тела.
- Позднее А. Адлер описал взаимосвязь между самооценкой личности, ее поведением и образом физического «Я».
- В. Райх в своих работах уже непосредственно связывает физическое «Я» и характер личности. Он впервые доказал, что зажатость человека возникает в самом детстве и напрямую связана со страхом быть наказанным, непонятым.
- М. Фенделькрайз выделяет четыре компонента в образе себя: движение, ощущение, чувствование и мышление. Под образом себя подразумевается физическое «Я». Полный образ себя по мнению Фенделькрайза – «...это сознание всех связок, скелетной структуры и всей поверхности тела...»
- «Тело – не только организм человека в его внешних физических формах и проявлениях; оно – индивидуальный образ, отражение культуры и духовности человека». Тело отражает физические, психические и духовные свойства и особенности человека. (В. С. Мухина)
- Тело является важной составляющей частью личности , он взаимосвязан с остальными компонентами и качествами личности

По мнению В.С. Мухиной, развитие личности определяет три фактора: это предпосылки (генотип), условия и внутренняя позиция.

В рамках реализации инновационного проекта был проведен анализ деятельности ансамбля современного танца «Эдельвейс» Дворца творчества г. Иркутска

В наш хореографический ансамбль «Эдельвейс» принимаем всех детей, независимо от природных данных и способностей, т.е. к нам приходят дети со своими предпосылками (генотипом) и наша задача создать условия для здорового отношения ребенка к своему телу.



В хореографии тело является главным инструментом самовыражения и мастерства.

Для достижения результатов в хореографии с телом необходимо обходиться правильно и бережно:

- Правильное питание,
- Тренировки,
- Соблюдение техники безопасности



По нашим наблюдениям, главным мотиватором для бережного отношения к телу служит участие в концертах и конкурсах.

В конкурентной среде танцевального коллектива очень важно принимать свое тело, знать его недостатки и достоинства и развивать последние.

Задача педагога при этом - мягко указать ребенку, где можно еще поработать, но самое главное сделать акцент на сильных сторонах, похвалить.

Иногда одно правильное замечание значимого взрослого может дать толчок к принятию своего тела.



По нашим наблюдениям, у тех детей, которые занимаются хореографией с детства, привыкли часто бывать на сцене, умеют управлять своим телом, умеют носить разные костюмы, как правило, таких проблем не бывает. Они умеют презентовать себя перед большим количеством зрителей и их тело в этом случае является показателем уверенности в себе, оно их помощник и союзник.



- Также инструментом для формирования правильных привычек и бережному отношению к своему телу могут служить совместные выезды на природу на длительное время.
- Таким образом в комфортной среде формируются правильные привычки.



Каждый день поход, с инструктажем по технике безопасности. Во время похода педагоги следят за выполнением правил безопасности.

Каждый день проводятся тренировки для развития физических данных ребенка.

Таким образом, в комфортной среде формируются правильные привычки: правильное питание, ежедневная зарядка, регулярные тренировки, бережное отношение к своему телу.



Выводы:

- занятие в хореографическом Коллективе помогает ребенку принять свое тело;
- избавиться от ряда комплексов;
- приобрести полезные привычки
- (если они не выработались в семье), для сохранения своего здоровья, хорошей физической формы;
- через тело формировать уверенность в себе.

Перспективы

- увеличить количество совместных выездов с предоставлением детям посильных ответственных заданий (провести зарядку, помыть посуду, проверить, что надели кроссовки в поход и т.д.);
- разговоры с родителями о необходимости и важности правильного питания, режима дня, регулярности физических нагрузок;
- возможность освоения педагогами ансамбля Эдельвейс такого направления, как танцевальная терапия для снятия мышечных зажимов.
- Ввести диагностику для отслеживания динамики в развитии структурного звена самосознания личности «отношение к телу».





Спасибо за внимание!