

**Развитие структурного звена самосознания «Имя; отношение к телу»
в рамках реализации дополнительной общеразвивающей программы
по художественной направленности «Эко.театр» и «Графика и живопись»**

*Гайда Алёна Александровна,
педагог дополнительного образования*

В данном докладе, хотелось бы поделиться опытом работы в рамках реализации инновационного федерального проекта по развитию структурного звена самосознания личности «Имя; отношение к телу» на примере двух творческих объединений художественной направленности Дворца творчества: «Экологический театр» и «Графика и живопись».

Согласно теории Валерии Сергеевны Мухиной, осознание своего имени и тела является важной частью формирования самосознания личности. По мере роста ребенок активно воспринимает свое имя, и это оказывает значительное влияние на его психику. С помощью имени и местоимения «Я» ребенок учится выделять себя среди окружающих, формируя чувство собственной индивидуальности. Уже в раннем возрасте ребенок начинает идентифицироваться со своим именем — ему сложно воспринимать себя отдельно от него. Имя становится основой для развития самосознания и обретает глубокий личный смысл. Именно благодаря своему имени ребенок осознаёт свою уникальность и отделенность от остальных людей.

Исходя из вышесказанного, мы можем сделать вывод, что очень важно привить ребенку любовь и уважение к своему имени и телу и трепетно относиться к нему на протяжении всей жизни.

В обоих творческих объединениях перед началом работы педагоги провели занятие «Беседа – я, и мое имя», целью которого было выявить отношение ребят к своему имени, результаты оказались схожими: примерно 40 процентов опрошенных были недовольны своим именем, 70 процентов детей не интересовались своим именем (не знали, что означает и почему их так назвали родители).

Остановимся подробнее на театре. Театр как искусство всегда служил не только средством развлечения, но и мощным инструментом социальной трансформации и самовыражения.

Театр может стать пространством, где актеры имеют возможность через ролевые игры и различные тренинги на раскрепощение и снятие зажимов прочувствовать свое отношение как к имени, так и к телу.

В творческом объединении «Экологический театр» был проведен цикл занятий на тему: «Мое имя». Первое занятие включало в себя беседу о своем имени.

Следующее занятие в коллективе строилось на основе домашнего задания - детям было предложено подготовить этюд на тему: «Я и мое имя».

Этюд в театре — это упражнение в котором создается короткая сценка для тренировки своих навыков в театральной деятельности. Этюды помогают актерам лучше понимать мотивы, эмоции и поведение своих героев, а также улучшать взаимодействие с партнерами на сцене. Они могут быть импровизированными или заранее подготовленными и часто используются в учебных целях или в процессе репетиций спектаклей.

В данном случае, этюд мог быть абсолютно любым, участник мог подобрать костюм, музыку, показать себя в имени пластически, это могла быть статика, или история.

На данном занятии присутствовало 14 человек, возраст участников занятия составлял от 8 до 12 лет, домашнее задание подготовили абсолютно все, один ребенок отказался показывать свой этюд. Нужно отметить, что по итогам первого занятия, он вошел в группу детей с негативным отношением к своему имени.

Семь человек представили историю происхождения своего имени с характеристикой его значения. На вопрос: ты согласен со значением и характером имени, отвечали «да, это соответствует действительности», хотя в ряде случаев тело (поза на сцене при демонстрации этюда) «говорило» обратное.

Один этюд был музыкальный, была подобрана музыка, которая соответствовала имени, по мнению ребенка.

Еще один – был ассоциацией своего имени через животного, один этюд был статический (поза – отношение себя в своем имени), один участник – прочел стихотворение, один показал историю себя сейчас в имени и кем он станет в будущем и как его имя будет звучать. И, наконец, один ребенок показал историю о себе, как он ищет себя через имя.

По итогу занятия, ребята поделились впечатлениями, что им очень понравилось создавать этюд на тему своего имени. Некоторые даже сделали какое-то маленькое личное открытие в отношении себя и своего имени.

Следующий цикл занятий был посвящен отношению к телу, целью являлось познание себя через тело.

Отношение к телу является значимым элементом самосознания, которое активно развивается благодаря театральной практике. Тело как средство выразительности в театре служит главным инструментом передачи чувств и идей. Актеры осваивают осознанность собственного тела, изучают его движения и жесты, что ведет к лучшему восприятию себя как личности и принятию своей физической формы.

Для проработки структурного звена «имя; отношение к телу» педагогом был подобран ряд тренингов:

- подготовка к работе, начало занятия - участникам (стоя) предлагается закрыть глаза и мысленно заглянуть внутрь себя, представив свой скелет, начиная от кончиков пальцев ног и заканчивая макушкой и медленно в обратном направлении, прочувствовав каждую косточку своего тела.
- в продолжении занятия могут быть использованы такие упражнения как «глина» или «камень», где участники работают над каждой частью своего тела.
- упражнения «превращение в состояния» (стекло, вата, дерево, железо и т.д.).
- упражнения на расслабления, когда участники лежат на спине и их задача ощутить, что тело им не подвластно, «не наше», что позволяет расслабить все мышцы и зажимы у участников тренинга.
- динамичные упражнения, когда участники передвигаются по площадке, но ведущая часть тела меняется, например, идут ведомые головой или ведет рука, коленка и т.д.
- тренинг «нэчки», когда участники превращаются в статуэтки, выражающие одну определенную эмоцию всем телом (злость, радость, зависть, восхищение).

Все эти упражнения позволяют познать и принять свое тело, ощутить себя в полной мере в нем, и начать любить и заботиться о его благополучии.

В дальнейшем, после проведения тренингов, с целью отследить динамику в отношении к имени и телу, планируется вернуться к опыту создания этюдов своего имени, но уже не в качестве домашней заготовки, а в качестве продуманного и отрепетированного этюда каждого участника, продемонстрировав наработки в рамках открытого занятия с последующей рефлексией. Работа еще не завершена, но на этапе тренингов – промежуточной рефлексии, дети ждут повторения опыта создания этюдов на тему своего имени, делятся открытиями имени и особенными возможностями своего тела.

Таким образом, театральная практика становится не только средством художественного выражения, но и важным инструментом личностного роста и самопринятия.

В творческом объединении «Графика и живопись» после, также проведенной беседы, ребятам было предложено узнать значение и историю своего имени, почему его так называли, в честь кого и какие чувства и ассоциации вызывает у него его имя.

Следующим этапом работы стал выбор любимых цветов, и создание цветового эскиза на сочетание и переход цвета, форму, а также на создание статичной или динамичной композиции.

Выполняя графические эскизы на образ своего имени, ребята погружаются в собственные чувства и ощущения, они пытаются найти образ по своим ассоциациям с именем.

Заключительным этапом работы является завершение логической цепочки цвета и образа. В процессе работы дети использовали гуашь и акварель.

Ребята старались передать суть своего имени через визуальные образы и цвета, кто-то использовал насыщенные цвета и динамичные формы, если имя ассоциируется с чем-то ярким и жизнерадостным. Если же оно связано с чем-то более спокойным или глубоким, выбирали мягкие оттенки и минималистичные композиции. Каждая работа — это не просто изображение, а отражение внутренней сущности, стремление к тому, чтобы зритель мог почувствовать ту атмосферу и эмоции, которые дети вложили в свои произведения.

Из выполненных работ обучающихся творческого объединения «Графика и живопись» во Дворце творчества была организована выставка «Имя в образе моем...».

По завершению работы, ребята открыли для себя красоту и уникальность своего имени, выразив это в цветах и формах, а также дополнительных деталях своего рисунка, о чем поделились в беседе с педагогом! Дети говорили, как изменилось их отношение к имени, многие стали воспринимать его как часть себя, которая приносит радость и вдохновение.

Также, мы увидели, что некоторые ребята, создавая образ своего имени, связали его со своим профессиональным будущим. Процесс рисования своего имени помог ребятам укрепить свою самооценку и уверенность в себе.

Рисование образа своего имени стало для ребят не только способом самовыражения, но и возможностью глубже понять себя, свои чувства и эмоции. Имя — это не просто набор букв, а целая история, которую ребята рассказали через свои работы.

Таким образом, рисование имени через рисование образа формирует положительное отношение к имени, помогает ребенку принять своё имя и сформировать позитивное отношение к себе и своей личности.

Следующий этап педагогом планируется рисование автопортрета.

Автопортрет — это не только художественное произведение, но и способ самовыражения и исследования своей идентичности. В процессе рисования автопортрета дети учатся наблюдать за телом — своим и других людей. Они изучают анатомию, пропорции и движения, что способствует более глубокому пониманию своего тела. Это может помочь развить положительное отношение к своему физическому состоянию и внешнему виду.

В заключении, хочется отметить, что формирование и развитие структурного звена самосознания «имя; отношение к телу» через художественную деятельность представляет собой сложный процесс, который включает в себя идентификацию, принятие и трансформацию. Творчество в целом предлагает уникальную возможность развития всех структурных звеньев самосознания личности, позволяя участникам глубже понять и принять себя.

В перспективе планируется данный опыт работы с обучающимися включить в содержание дополнительных общеразвивающих программ «Экологический театр» и «Графика и живопись».