**Организация педагогической помощи детям с эмоционально-волевыми нарушениями на занятии по хореографии.**

**(Сударева Наталья Вячеславовна)**

Одной из основных задач дополнительного образования является задача всестороннего и гармоничного развития человека. Задача гармоничного развития обучающихся предполагает не только определенный уровень развития у них широкого круга знаний и умений, способов овладения различным содержанием, но и обязательно достаточно высокий уровень развития эмоционально-волевой сферы. Воспитание чувств у ребенка должно служить, прежде всего, формированию гармонически развитой личности, и одним из показателей этой гармонии является определенное соотношение интеллектуального и эмоционально-волевого развития. Задача педагога – помочь найти выход чувствам, эмоциям ..

Австрийский психоаналитик Вильгельм Райх объяснял суть танцевальной терапии так: у каждого человека есть свой защитный панцирь из скованных мышц и внутренних зажимов, который образуется в результате стрессов, обид, тревожных мыслей и т.д. Танцуя, человек освобождается от этого панциря, обретет гармонию, исчезают болезни... Райх писал про взрослых людей. У детей эти процессы происходят намного быстрее. Даже самые «зажатые» дети, приведенные в хореографический коллектив, уже через месяц-два начинают «оттаивать»: общаться со сверстниками в группе, разговаривать с педагогом. Спустя какое-то время они уже выражают свои эмоции и чувства, становятся раскрепощенными, у них наблюдается резкий скачок психического развития. Кроме того, выбрасывая в движении эмоциональные «излишки», характерные для их возраста, дети становятся более уравновешенными, что позволяет избежать многих психических проблем их возраста, связанных с эмоциональной сферой.

Обучение танцам играет многозначную роль в становлении личности: здесь и стимулирующая и организующая роль танца в связи с его спортивным аспектом, необходимость совмещения танцев и учебы, самоорганизация, дисциплина, нацеленность на результат, повышение уровня самооценки, культуры общения, восприятия музыки, развитее эстетического и музыкального вкуса, активного творческого мышления, нравственное развитие. В танце неосознанно отражается личность человека и если внимательно приглядеться, можно рассказать о характере танцующего, его привычках, страхах, особенностях взаимодействия с разными людьми и с самим собой, его фантазии, отношении к себе, к миру, и многое другое.

Давно отмечено, что дети, занимающиеся хореографией, психически и эмоционально взрослеют раньше своих сверстников. Освоение движений хорошо влияет и на развитие речи ребенка – он учится точнее понимать слова взрослых, расширяется словарный запас, улучшаются коммуникативные навыки. Обучающийся, пришедший в хореографический коллектив, попадает в другой мир – мир музыки, завораживающих движений, мир красоты, которой ему может недоставать в обычной жизни. Танец гармонизирует развитие обучающегося, предоставляя возможность для взаимовлияния и взаимообогащения различных качеств личности подрастающего человека.

Рассмотрим основные внешние проявления эмоционально-волевых нарушений:

Эмоциональная напряжённость. При повышенной эмоциональной напряжённости, кроме общеизвестных проявлений также ярко могут быть выражены затруднения в организации умственной деятельности, снижение игровой активности, характерной для конкретного возраста.

* Быстрое психическое утомление ребёнка по сравнению со сверстниками или с более ранним поведением выражается в том, что ребёнку сложно сосредотачиваться, он может демонстрировать явное негативное отношения к ситуациям, где необходимо проявление мыслительных, интеллектуальных качеств.
* Повышенная тревожность. Повышенная тревожность, кроме известных признаков, может выражаться в избегании социальных контактов, снижении стремления к общению.
* Агрессивность. Проявления могут быть в виде демонстративного неповиновения взрослым, физической агрессии и вербальной агрессии. Также его агрессия может быть направлена на самого себя, он может причинять боль себе. Ребёнок становится непослушными и с большим трудом поддаётся воспитательным воздействиям взрослых.
* Отсутствие эмпатии. Эмпатия-способность чувствовать и понимать эмоции другого человека, сопереживать. При нарушениях эмоционально-волевой сферы этот признак, как правило, сопровождается повышенной тревожностью. Неспособность к эмпатии также может являться тревожным признаком психического расстройства или задержки интеллектуального развития.
* Неготовность и нежелание преодолевать трудности. Ребёнок вялый, с неудовольствием контактирует со взрослыми. Крайние проявления в поведении, могут выглядеть как полное игнорирование родителей или других взрослых — в определённых ситуациях ребёнок может сделать вид, что не слышит взрослого.
* Низкая мотивация к успеху. Характерным признаком низкой мотивации к успеху является стремление избегать гипотетических неудач, поэтому ребёнок с неудовольствием берётся за новые задания, старается избежать ситуаций, где есть даже малейшие сомнения в результате. Очень сложно уговорить его попробовать что-либо сделать. Частым ответом в этой ситуации является: «не получится», «не умею». Родители это ошибочно могут истолковывать как проявления лени.
* Выраженное недоверие к окружающим. Может проявляться как враждебность, зачастую сопряжённая плаксивостью, дети школьного возраста могут проявлять это как чрезмерную критичность к высказываниям и поступкам как сверстников, так и окружающих взрослых.
* Чрезмерная импульсивность ребёнка, как правило, выражается в слабом самоконтроле и недостаточной осознанности своих действий.
* Избегание близких контактов с окружающими людьми. Ребёнок может отталкивать окружающих замечаниями, выражающими презрение или нетерпение, дерзостью и т.п.

Задачи, стоящие перед педагогом:

1) «преобразование непроизвольных психических процессов в произвольные;

2) обретение ребенком контроля над своим поведением;

3) выработка волевых качеств личности».

Познакомить детей с основными эмоциями, способствовать обогащению эмоциональной сферы ребенка; учить распознавать эмоциональные проявления других людей по различным признакам (мимика, пантомимика, голос и прочее); дать понятие о разделении эмоций на положительные и отрицательные; способствовать открытому проявлению эмоций и чувств различными социально приемлемыми способами (словесными, физическими, творческими); развивать у детей умение выражать свое эмоциональное состояние различными способами: вербально, движениями, мимикой, в танце; развивать у них силу воли, выдержку и настойчивость в достижении поставленной цели.

Методы , приемы в решении этих проблем:

1.При построении и проведении занятий учитывается утомляемость обучающихся, поэтому в течение занятия меняются виды деятельности, а также четко соблюдается время проведения занятия. На протяжении занятия педагог помогает детям выполнять упражнения, а также сам «дает» эмоциональные реакции на происходящее, поэтому постепенно ребенок учится не только реагировать и отзываться на происходящее, но и становится активным участником взаимодействия. Он знает, как адекватно выразить то, что происходит с ним, начинает различать свои состояния, оценивает чувства другого человека и на основе этой оценки устанавливает эмоциональный контакт, он оказывается способным «примерить»  эмоциональные состояния другого на себя. Все это позволяет ребенку регулировать свои эмоции и выражать их таким образом, чтобы укрепить эмоциональный, коммуникативный и социальный контакты с окружающими и сохранить свое внутреннее равновесие. Осознание и понимание своих эмоциональных состояний приводит к успешному саморегулированию и значительно повышает адаптивные возможности ребенка.

2.Ритмические упражнения. Следует отметить, что развитие творческих способностей детей на занятиях  может быть эффективным лишь на основе продуманного музыкального материала. Швейцарский музыкант и педагог Эмиль Жак Далькроза в комплексе ритмических упражнений выделял как основу именно музыку, поскольку в ней имеется идеальный образец организованного движения: музыка регулирует движения и дает четкие представления о соотношении между временем; пространством и движением; развивает тонкий музыкальный слух и богатое воображение.

3. «Музыкотерапия представляет собой метод, использующий музыку в качестве средства психологической коррекции». Функциональные упражнения «Послушай тишину», «Летняя ночь», «Звуки» учат детей различать звуки на улице за окном, способствуют снятию сильного эмоционального или физического напряжения у обучающихся.

4. «Беседа - это вопросно-ответный метод обучения, применяемый с целью активизации умственной деятельности учащихся в процессе приобретения новых знаний или повторения и закрепления уже полученных знаний». Беседа формирует умение быть сдержанными и доброжелательными, приучает ребят работать в коллективе. В качестве обобщения материала и выделения ключевых моментов, беседа может проводиться с детьми сразу до изучения нового материала.

Беседа также может проводиться на определенные (намеченные педагогом заранее) актуальные темы. С целью развития у учеников эмоциональной притязательности, отзывчивости важно обсуждать такие понятия как «Дружба», «Взаимоотношения», «Конфликт». Что такое настоящая дружба и умеют ли ребята дружить - ответы на эти вопросы учащиеся ищут совместно с педагогом. Детям необходимо дать возможность понять, что все люди имеют как хорошие качества, так и те или иные недостатки. Установление позитивного тесного эмоционального контакта с ребенком, включение его в увлекательную деятельность (совместно с педагогом и другими детьми) – с учетом его интересов и склонностей.

5. «Игротерапия - это метод психотерапевтического воздействия на детей с использованием игры, поскольку оказывает большое влияние на воспитание у учащихся определенных волевых качеств и эмоциональной отзывчивости». Таким образом, в качестве игр с целью формирования позитивного отношения у учащихся к своему «Я» и для сплочения классного коллектива можно использовать такие психологические игры, как: «Паутинка», «Машина с характером», «Переправа». Такие игры развивают толерантность учащихся по отношению друг к другу, в коллективе устанавливается дружелюбная атмосфера.

С целью развития у обучающихся волевой сферы необходимо особое место уделить играм, направленным на обучение приемам саморегуляции и самоконтроля, произвольности внимания, его устойчивости и переключаемости, развития координации, в том числе зрительно-моторной, а также памяти, мышления, воображения и восприятия. Игры с определенными правилами способствуют развитию выдержки, ответственности и дисциплинированности. К таким играм можно отнести: «Четыре стихии» - где дети выполняют определенные движения по команде ведущего; упражнение «День и Ночь» - по команде «День» ребята бегают в произвольном порядке, изображая мышей, а по команде «Ночь» - засыпают для того чтобы ведущий-сова их не съел; игра «Атомы и молекулы» - где дети меняют свободное движение и группируются по определенному количеству с сигналом педагога.

Важно отметить, что любые игры должны вызывать положительный настрой у детей.

Игра «Три движения» - когда ребятам необходимо в правильном порядке выполнять движения, тогда как ведущий специально путает группу случайной очередностью движений.

Обязательно включаются в занятие подвижные игры с правилами, с целью развития координации движений и произвольной регуляции собственной деятельности. Используются такие игры, как: «Солнце, дождь и ветер», «Снежный ком», «Постройтесь по росту!». Участие младших школьников в таких играх способствует их самоутверждению в роли успешного ведущего, развивает настойчивость. Стремление к успеху развивает мотивационные качества и вместе с тем учит принимать неудачу без агрессии и обиды.

6.После проведения основных игр с обучающимися необходимо оказать успокаивающее и расслабляющее воздействие на их эмоциональное состояние. С этой целью можно использовать различные релаксационные упражнения (партерный экзерсис- коррегирующие движения на полу) или психодинамические медитации с музыкальным сопровождением. Релаксации и психодинамические медитации, как вспомогательный прием, проводятся с целью расслабления и снятия мышечного напряжения. Такие релаксации, как: «Лучики», «Кораблик», «Ковер - самолет», «Чудесная ночь» помогают обучающимся снять физическое и мышечное напряжение после активной двигательной деятельности. Педагог подробно объясняет обучающимся соответствующие инструкции, и помогает эмоциональному расслаблению - создавая спокойную, умиротворенную атмосферу.

7. Важным на занятиях является развитие у детей творческих способностей, умений проявлять фантазию. У детей способность импровизировать существует подспудно, и ее можно и нужно развивать. Ребята обычно по-разному относятся к заданиям, содержащим элементы импровизации. Это зависит от индивидуальных особенностей ребенка: одним импровизация дается легче, другим труднее. В этом случае важно, чтобы все участники танца увлеклись ощущением «сиюминутности» процесса творчества. Появление способности управлять эмоциями, то есть произвольного поведения- главное направление развития эмоционально-волевой сферы .

 В импровизациях у обучающихся формируется способность находить собственные решения, действовать в плане образных представлений. Ситуация увлекает ребенка, дает возможность самостоятельной деятельности. Так, например, в связи с изменением игровой ситуации он должен проявить более сложную, то есть мгновенную и правильную реакцию, поскольку лишь быстрота действия приводит к благоприятному результату.  При использовании на занятиях игр-импровизаций описывается ситуация, но ничего не показывается, чтобы дети сами искали образ, проявляя свою творческую индивидуальность.

«Дети должны жить в мире красоты, игры, сказки, музыки, рисунка, фантазии и творчества» – писал В.А. Сухомлинский. На занятиях хореографии создается ряд персонажей: Гнев– Сердитка, Боястик–Дрожастик, Вредитель, Веселинка, Грустинка как аналоги базовых эмоций, а также Лень как персонаж, наиболее часто используемый при работе с проблемами эмоционально-волевой сферы. А еще есть персонажи, которые можно отнести к дополнительному составу: Обидка, Раздражинка, Высокомер Надменович, Застенчик, Хитрик, Фантазер–Придумка, Жадина–Недамка, Обманка, Завидуха, Упрямыч ..

Разучивание этюдов на выражение разных настроений, например: радости – «Новая кукла», гнева – «Баба Яга», удивления – «Фокус», печали – «Золушка», и т. д. Сначала дети разыгрывают этюды, в которых эмоции сменяют друг друга, затем мы проигрываем этюды, в которых несколько участников взаимодействуют, переживая различные эмоции. Каждый обучающийся создает свою версию ситуации, затем мы это все вместе обсуждаем, у кого более ярко передано настроение, почему и какими средствами.

8.Хореографических постановок на передачу различных эмоций и чувств, на проявление выдержки, настойчивости и силы воли, Нельзя подвести рядом стоящего в танце, нельзя опоздать, потому что от тебя находятся в зависимости другие, нельзя не выучить, не выполнить, не доработать.В танце обучающийся проявляет свои способности, свою творческую активность, развиваются творческие способности: обучающийся учится сам создавать эмоциональные образы. Взаимодействия воспитанников в коллективе и коллективные выступления перед зрителем так же положительно влияют на воспитание обучающихся и прививают чувства ответственности, дружбы, товарищества, переживание успеха ;приносят им моральное удовлетворение, создаются условия для самореализации творческого потенциала .

Каждый танец, исполняемый на сцене, сопровождается эмоциями. Если не научить детей раскрепощаться, чувствовать себя свободными в выражении эмоций, то выступления будут «сухими», тусклыми и невыразительными. Развитие эмоциональной сферы помогает участвовать в концертах, конкурсах, праздниках. Развитие воли и настойчивости помогает детям двигаться к достижению любой цели.

Таким образом, развитие эмоциональных и волевых качеств ребенка достигается только тренировкой.

9. Сотрудничество с родителями , как обязательный фактор в нашей работе –. Родители должны быть включенными в процесс обучения. Необходимо обратить внимание родителей на то, чтобы они обращали внимание детей на поступки, эмоции, свои и окружающих, тем самым, закрепляя пройденный материал на занятиях. Для родителей в течение года проводятся открытые занятия, на которых они могут быть просто зрителями, или даже участвовать в занятии (дети очень радуются, когда родители заинтересованы в их достижениях и успехах).

Положительный эмоциональный фон, позитивное отношение к занятиям, улыбка, радость – это главное условие проведения занятий. Дети легко заряжаются чужими эмоциями, поэтому, чтобы заинтересовать их, надо самому увлечься. Поэтому важно чтоб педагог сам с удовольствием готовился к занятиям и с удовольствием проводил их, дети это обязательно «ценят»,

Для достижения наилучших результатов занятия по развитию эмоционально-волевой сферы занятия проводятся с обучающимися как в индивидуальной, так и в групповой формах, поскольку они оказывают на воспитанников различное воздействие и педагогу необходимо отмечать как достижения всей группы в целом, так и индивидуальные ресурсы каждого ученика.

**Заключение:** Из этого следует что двигательная активность - является не только фундаментом настоящего и будущего здоровья и физического развития ребенка, но и представляет собой решение эмоционально-волевой сферы детей и подростков. Использование вышеизложенных методов и приемов сформируют у обучающихся эмоционально - мотивационные установки по отношению к себе, окружающим, сверстникам и они приобретут навыки, умения и опыт необходимый для адекватного поведения в обществе. При целенаправленном комплексном воздействии у них сформируются такие волевые качества как: ответственность, упорство, настойчивость, решительность, повысится самооценка. Занятия танцем хорошо снимают напряжение, активируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и в целом повышают трудовой и жизненный тонус обучающегося.