

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное  
образовательное учреждение высшего образования  
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н. Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра педагогики и психологии  
профессионального образования

**ВЛИЯНИЕ ТАНЦЕТЕРАПИИ НА ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ  
СОСТОЯНИЕ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ  
В ОРГАНИЗОВАННОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студентки 4 курса группы 412

направления 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование»

Института дополнительного профессионального образования

**Сваиной Веры Владимировны**

Научный руководитель:

Зав. кафедрой

к.пед.н., доцент

\_\_\_\_\_

подпись , дата

В. А. Ширяева

Зав. кафедрой

к.пед.н., доцент

\_\_\_\_\_

подпись , дата

В. А. Ширяева

Саратов 2019

## ВВЕДЕНИЕ

Развитие эмоциональной сферы ребенка способствует процессу социализации человека, становлению отношений во взрослом и детском сообществах. Дети, которые не способны различать эмоции других людей или адекватно выражать собственные эмоциональные состояния, постоянно находятся в состоянии тревожности, у них возникают внутриличностные проблемы, которые вытекают в тревожность, гиперактивность, застенчивость, агрессивность, замкнутость и т.д. Погашение таких негативных явлений зависит от своевременной помощи в период дошкольного детства. Одной из действенных методик в практической психологии является танцетерапия.

**Цель:** определить эффективность использования танцетерапии в организованной деятельности для развития положительного эмоционального состояния старших дошкольников.

**Задачи исследования:**

- Осуществить теоретический анализ научной литературы по проблеме исследования.
- В ходе организованного эксперимента выявить особенности эмоционального развития детей (в сравнении с возрастной нормой).
- Составить методические рекомендации воспитателям, родителям по развитию эмоциональной сферы старших дошкольников средствами танцетерапии и экспериментально подтвердить их эффективность.

**Объект исследования:** Эмоциональное состояние старших дошкольников.

**Предмет исследования:** Танцетерапия как средство развития эмоционального состояния старших дошкольников.

**Гипотеза:** предполагает, что танцетерапия в развитие эмоционального состояния дошкольников будет эффективнее если:

- учтены психологические, физиологические и социальные особенности старшего дошкольного возраста;

- выявлены специфические проблемы в эмоциональном развитии каждого ребенка;
- составлены методические рекомендации, оказывающие влияние на формирование эмоционального развития старшего дошкольника, по средствам танцетерапии.

Для достижения поставленной цели и решения гипотезы исследования были использованы следующие методы:

1. Анализ научно-методической литературы.
2. Диагностирование детей.
3. Психолого-педагогический эксперимент.
4. Методы математической обработки.

Бакалаврская работа состоит из введения, двух глав, заключения и списка использованных источников, приложения.

### **ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ**

Первая глава работы посвящена теоретическому анализу исследований эмоционального состояния и развития старших дошкольников, в рамках которой были рассмотрены следующие темы: Эмоциональное состояние как психологический феномен в современной литературе; Психофизиологические особенности детей старшего дошкольного возраста; Особенности реализации образовательной деятельности в ДООУ в соответствии с ФГОС; Танцевальная терапия как средство изменения эмоционального состояния детей дошкольного возраста: теоретический анализ.

Вторая глава посвящена экспериментальному исследованию влияния танцевальной терапии на эмоциональное состояние дошкольников, которой рассматриваются такие аспекты, как: Организации экспериментального исследования; Результаты входящей (первичной) диагностики эмоционального состояния старших дошкольников; Особенности реализации эксперимента использования танцевальной терапии с детьми старшего дошкольного возраста; Результаты контрольной диагностики. Интерпретация результатов экспериментального исследования.

Для достижения поставленной цели и решения гипотезы исследования были использованы методики психологов – Е. И. Изотовой, М. З. Дукаревич, О. А. Ореховой.

Выбранные методики исследования подходят для диагностического обследования детей старшего дошкольного возраста, они наиболее полно характеризуют особенности эмоционального развития и присутствие у них негативных эмоциональных реакций.

Так как идентификация эмоций осуществляется по внешним проявлениям эмоции: мимике, пантомимике, поведенческим реакциям, в первую очередь мы применили методику «Эмоциональная идентификация» Е. И. Изотовой, которая дает нам представление об эмоциональном опыте, о форме его эмоционального реагирования.

При обработке первичных данных эмпирического исследования по выявлению особенностей идентификации эмоций различных модальностей и эмоционального развития детей старшего дошкольного возраста были получены следующие результаты у:

- 11 (36%) детей из группы обладают достаточно высоким уровнем эмоционального развития;
- 12 (40%) детей из всей группы средний уровень развития.

И оставшиеся 7 (23%) детей показали очень низкий уровень развития.

Анализ результатов исследования негативных эмоциональных проявлений и наличие тревожности по методике «Рисунок несуществующего животного» М. З. Дукаревич также показал нарушение эмоционального развития. Большинство дошкольников испытывали трудности в изображении несуществующего животного.

Качественный анализ результатов данной методики свидетельствует, о преобладании низкого уровня эмоциональных проявлений и среднего уровня тревожности.

Далее проведено диагностирование по методике цветowych выборов «Домики» О. А. Ореховой. В диагностику было включено 2 задания.

По результатам диагностики, выявлено, что у:

- 9 (30%) детей преобладают отрицательные эмоции над положительными;
- 13 (43,4%) детей эмоциональное состояние в норме;
- 8 (26,6%) детей преобладают положительные эмоции над отрицательными.

При этом:

- переутомление, истощение, общая ослабленность организма и низкая работоспособность наблюдается у 5 (16,6%) испытуемых дошкольников;
- перевозбуждение выявлено у 7 (23,3%) детей;
- компенсируемое состояние усталости свойственно также 5 (16,6%);
- оптимальная работоспособность организма выявлена у 13 (43,5%).

На основе выделенных проблем у старших дошкольников, были разработаны направления психолого-педагогической работы по развитию эмоционального состояния при помощи танцетерапии. Совокупность занятия представляет и актуальность использования нескольких составляющих методик: упражнений, игр и т.д.

Среди педагогических технологий, которые возможно использовать при работе со старшими дошкольниками наиболее оптимальными являются игры. Танец в сочетании с игрой помогает в свободной импровизации переработать напряжения чувств, снятия или коррекции избытка тревожности, скованности и страха, неуверенности в себе и застенчивости.

Так же для развития эмоционального состояния весьма успешно использовались минитеатрализованные представления, включающие в себя танец, пластические движения, которые отражают эмоциональное состояние героя при помощи пластики. Для закрепления положительных эмоций и повышению положительного эмоционального тонуса на занятиях формировалось умение находить способы улучшения настроения с помощью психо-

гимнастических игр и упражнений. Для развития навыков произвольности в выражении эмоций был проведен тренинг по танцетерапии «Танец с тенью», который способствовал открытому проявлению эмоций различными социально приемлемыми способами.

С целью расширения и обогащения знаний об эмоциональном развитии ребенка-дошкольника, проведены консультации: для воспитателей «Применение танцетерапии в организованной деятельности»; для родителей «Игры для снятия страхов у детей». Таким образом, психолого-педагогическая работа со старшими дошкольниками при помощи танцетерапии носила комплексный характер и ориентировалась прежде всего на устранение составляющих, формирующих негативные эмоциональные проявления.

С целью выявления результативности проделанной работы была проведена повторная диагностика, в результате которой, мы видим положительную динамику в эмоциональном развитии. Так, контрольная диагностика по методике «Эмоциональная идентификация» Е. И. Изотовой показала, что у дошкольников экспериментальной группы:

- 6 детей (50%) показали высокий уровень эмоционального развития (правильно назвали и соотнесли более 8 эмоций), в первичной диагностике ни один ребенок из экспериментальной группы не справился с заданием;
- у 5 детей (41,6%) средний уровень развития;
- только 1 ребенок (8,4%) не смог правильно определить и соотнести эмоциональное состояние, в первичной диагностике 6 человек не справились с заданием.

В контрольной группе изменений практически не произошло.

Графически сравнительные результаты по методике «Эмоциональная идентификация» Е.И. Изотовой представлены на диаграмме рисунок 1.

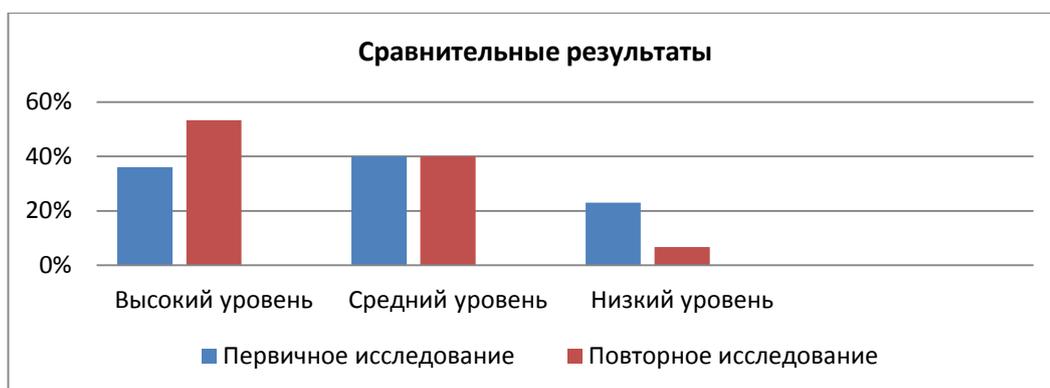


Рисунок 1 – Диаграмма «Сравнительные результаты по методике «Эмоциональная идентификация» Е.И. Изотовой»

Данные контрольной диагностики по выявлению негативных эмоциональных проявлений и наличие тревожности по методике «Рисунок несуществующего животного» М. З. Дукаревич, также свидетельствуют о положительной динамике развития эмоциональной сферы у детей экспериментальной группы.

Результаты в экспериментальной группе по выявлению негативных проявлений показали следующее:

- высокий уровень негативных проявлений снизился с 25% (3 детей) на 8,3% (1 ребёнок);
- средний уровень повысился с 33,3% (4 ребёнка) на 50% (6 детей);
- низкий уровень негативных проявлений остался на том же уровне, что и предыдущих исследований – 41,6% (5 детей).

Результаты контрольной группы так же немного изменились, мы видим, что:

- высокий уровень негативных проявлений снизился с 33,3% (6 детей) на 16,6% (3 ребёнка);
- средний уровень повысился с 27,7% (5 детей) на 33,3% (6 детей);
- низкий уровень негативных проявлений имеет отрицательную динамику – повысился с 39% (7 детей) на 50% (9 детей).

Результаты в экспериментальной группе по выявлению тревожности показали следующее:

- высокий уровень тревожности снизился с 41,6% (5 детей) на 8,3% (1 ребёнок);
- средний уровень повысился с 33,3% (4 ребёнка) на 58,6% (7 детей);
- низкий уровень тревожности повысился с 25% (3 детей) на 33,3% (4 ребёнка).

Результаты уровня тревожности в контрольной группе остались практически без изменений. Сравнивая результаты диагностики на первичном и повторном этапе эксперимента, можно констатировать тот факт, что в экспериментальной группе произошли изменения эмоционального состояния детей в лучшую сторону. В контрольной группе изменения в уровнях практически не произошло, но у них улучшились результаты по выполнению отдельных заданий. Положительную динамику по сравнению с первичными показателями мы видим на диаграммах рисунков 2 и 3.

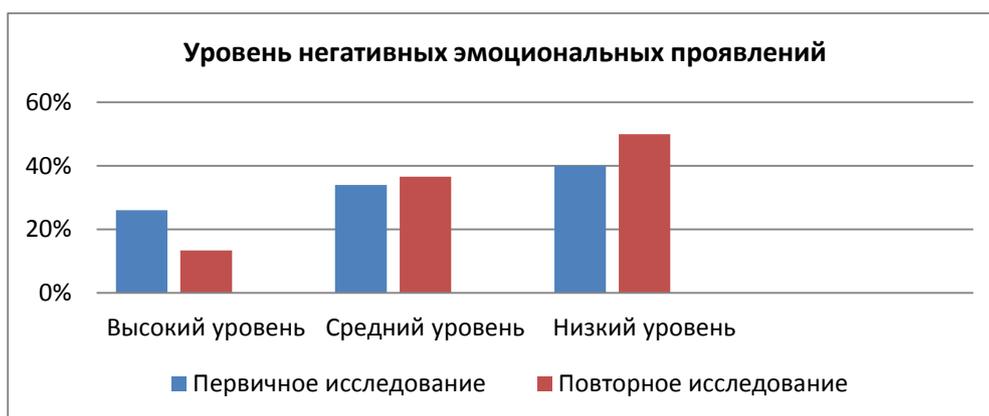


Рисунок 2 – Диаграмма «Сравнительные результаты по методике «Рисунок несуществующего животного» М. З. Дукаревич»

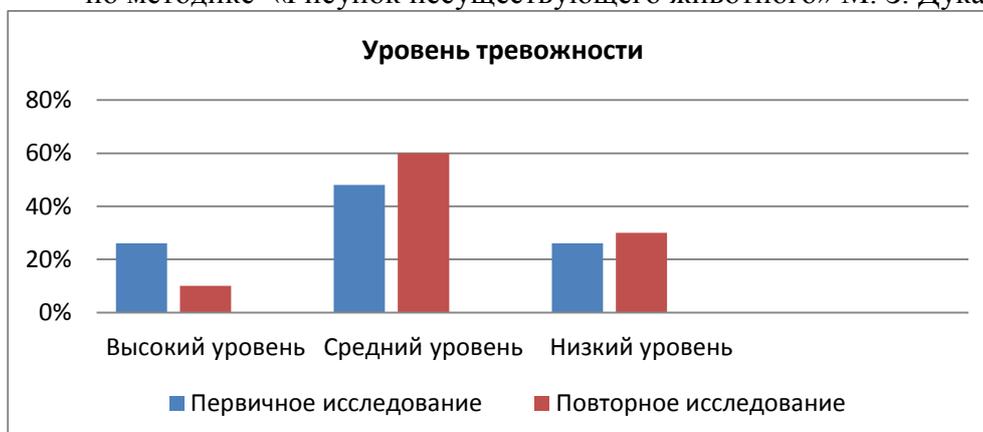


Рисунок 3 – Диаграмма «Сравнительные результаты по методике «Рисунок несуществующего животного» М.З. Дукаревич»

Данные повторной диагностики по методике цветowych выборов «Домики» О. А. Ореховой, также свидетельствуют о положительной динамике развития эмоциональной сферы у детей экспериментальной группы.

Итак, анализируя повторную диагностику нашего эксперимента, мы видим, что: в первичной диагностике в экспериментальной группе у 75% (9 детей) отрицательные эмоции преобладали над положительными, то сейчас только у 33,3% (4 детей); в контрольной группе, эмоциональное состояние осталось на том же уровне.

При этом у детей экспериментальной и контрольной группы переутомление и низкая работоспособность не наблюдается совсем, по сравнению с первичным результатом – 41,6% (5 детей) в экспериментальной группе. У большинства детей 33,3% (4 ребёнка) экспериментальной группы и 83,3% (15 детей) контрольной группы, выявлена оптимальная работоспособность организма. Положительную динамику по сравнению с первичными показателями можно увидеть на диаграммах рисунков 4 и 5.

Сопоставительный анализ данных первичного и повторного исследования нашего эксперимента доказывает, что после развивающей работы показатели уровня эмоционального развития детей экспериментальной группы имеют выраженную положительную динамику по всем тестам, в то время как в контрольной группе детей изменений практически не произошло.

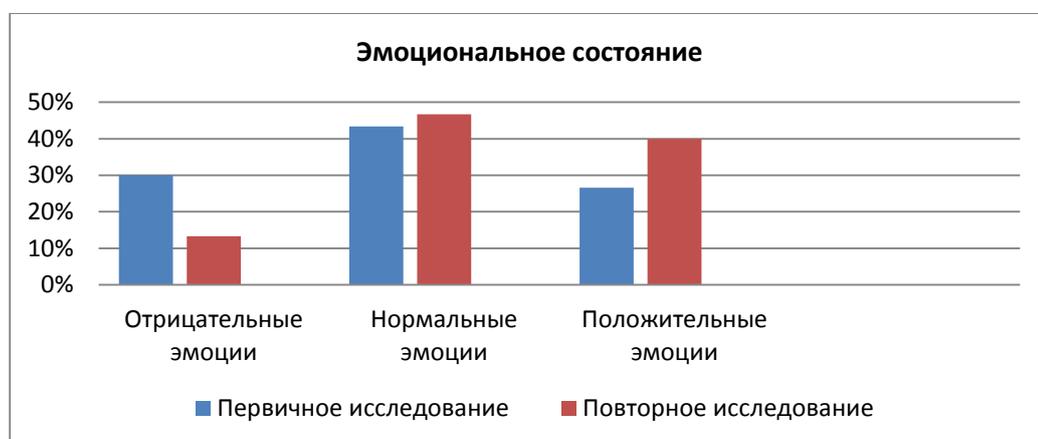


Рисунок 4 – Диаграмма «Сравнительные результаты по методике «Домики» О.А. Орехова»

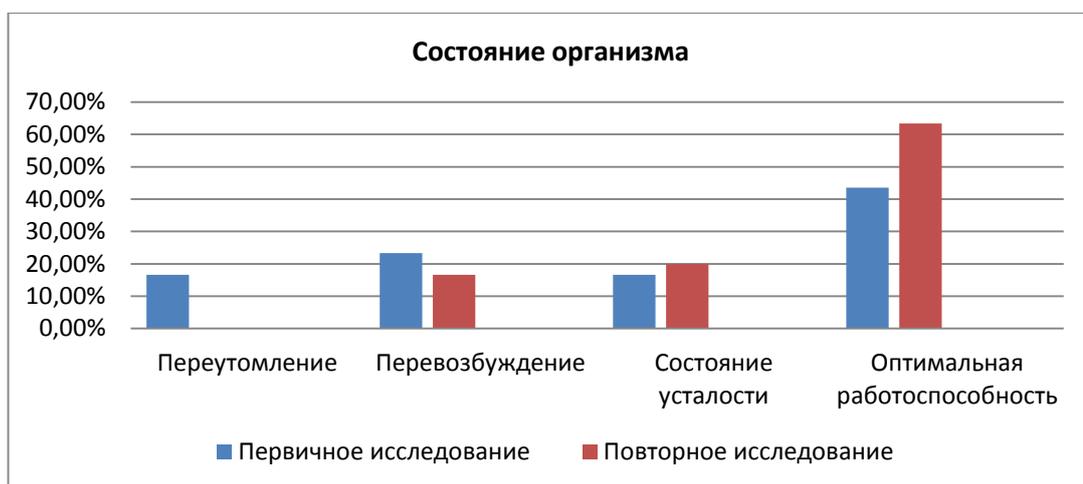


Рисунок 5 – Диаграмма «Сравнительные результаты по методике «Домики» О.А. Орехова»

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проанализировав теоретический анализ исследований эмоционального состояния и развития старших дошкольников, можно сказать, что в настоящее время актуальность исследования эмоционального состояния диктуется необходимостью адаптации каждого человека к быстро меняющимся социально-экономическим условиям. Увеличение умственной активности ведет к росту эмоционального напряжения, а понижение физической активности не приводит к эмоциональному облегчению.

Эмоциональное состояние возникает на этапе оценки значимости актуальной потребности и заканчивается возникновением психофизиологического состояния, поддерживающего необходимость поиска возможностей для эмоциональной разрядки и удовлетворения потребности.

Проанализировав психофизиологические особенности детей старшего дошкольного возраста можно сказать, что старший дошкольный возраст имеет особенно важное значение для психического развития ребенка: в данный период жизни начинается формирование новых психологических механизмов поведения и деятельности. Старший дошкольник уже способен к рефлексии, то есть анализировать собственную деятельность и соотносить собственные мнения, действия и переживания с оценками и мнениями окружающих, в связи с этим самооценка старших дошкольников уже более реалистична, в привычной деятельности и привычных ситуациях близка к адекватной.

Рассмотрев особенности реализации образовательной деятельности в ДООУ в соответствии с ФГОС, можно сказать, что несмотря на трудности, которые он испытывает внедрение ФГОС в образовательную деятельность в ДООУ, есть и положительные результаты – ему удалось сохранить лучшие российские традиции. Педагогический процесс охватывает все основные направления развития ребенка (Физическая культура, ознакомление с окружающим миром, художественно-эстетического и др.), соблюдается система мер по охране и укреплению здоровья детей, принцип сложности, используются частичные программы, объединяющие разные стороны педагогического процесса. Появляются также новые, нетрадиционные виды содержания дошкольных образовательных учреждений: хореография и ритм, изучение иностранного языка, новые технологии изобразительного искусства, компьютерная подготовка, приобщение к национальной культуре, больший акцент на создание условий для самостоятельного экспериментирования и поисковой деятельности самих детей. Происходит переход на другой стиль общения и игры с ребенком – с учетом личностно-ориентированного взаимодействия.

Одной из действенных методик в практической психологии является танцетерапия. Танцетерапия определяется одним из средств успешного развития эмоционального состояния. Данный вид терапии основывается на взаимосвязи тела и психики, влиянии определенных телодвижений на эмоциональное состояние человека. Во многом танцетерапия также сочетается с музыкальной терапией так, как музыка является неременной составляющей танца и воздействует на эмоции и чувства человека, формируя определенные побуждения, в том числе и к различным формам взаимодействия. Таким образом танцетерапия – это удачное невербальное взаимодействие, формирующий навык контакта между двумя или несколькими танцорами, помогающее понимать значение движений, эмоций, мимики, действий.

На основе выделенных эмпирических исследований были разработаны направления психолого-педагогической работы по развитию эмоционального состояния при помощи танцетерапии. Результаты проведенного эксперимен-

та позволили нам сделать вывод, что предложенная работа по развитию эмоций, посредством танцетерапии с элементами игровых приёмов и упражнений, способствовала развитию эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста, повышению знаний об уже знакомых эмоциональных состояниях, положительному взаимодействию дошкольников, а значит оказывали позитивное воздействие на развитие ребенка в целом.

Следовательно, наша гипотеза о том, что танцетерапия эффективна и будет способствовать развитию эмоционального состояния старших дошкольников – подтверждена. Так как были учтены психологические, физиологические и социальные особенности старшего дошкольного возраста. Также были выявлены по средствам методик на изучение эмоциональной сферы специфические проблемы в эмоциональном развитии каждого ребенка. И составлены методические рекомендации, оказывающие влияние на формирование эмоционального развития старшего дошкольника, по средствам танцетерапии.