

## ЗНАЧЕННЯ ТОНІЧНО – КІНЕТИЧНОЇ РУХОВОЇ ФУНКЦІЇ У ТАНЦЮВАЛЬНІЙ ТЕРАПІЇ.

Куцин Еріка Карлівна

аспірант, асистент кафедри співу

диригування та музично-теоретичних дисциплін

Мукачівський державний університет

М.Мукачево, Україна

**Анотація :** У статті розглянуто сутнісну характеристику танцювальної терапії як одного з різновидів арт-терапії та розкрито значення її тонічно – кінетичної рухової функції у формуванні та розвитку особистості учня в умовах ЗОШ. Виявлено її терапевтичний потенціал, що спрямований на вирішення психолого-педагогічних, соціально-педагогічних та психосоматичних проблем школяра.

**Ключові слова :** Музичне мистецтво, танцювальна терапія, арт-терапія, тонічна, кінетична, рух, музика.

Формування та розвиток майбутнього громадянина як гармонійної особистості, духовно й фізично здорової, морально вихованої, естетично спрямованої нагальна потреба сучасного суспільства. У реалізації цієї потреби мистецтво як інструмент впливу на особистість і дорослої людини, і дитини має великі можливості, адже, кожен твір мистецтва є багатокompетентною, інформаційною, художньо-естетичною системою, що містить різні типи інформації. Їх використання реалізує освітні, виховні та розвивальні функції педагогічної діяльності [2].

Музичне мистецтво має великий психоенергетичний потенціал, який дозволяє використовувати його не тільки у виховному сенсі, а й застосовувати як педагогічно-терапевтичний інструмент. Музика в освітніх закладах

супроводжує дитину в навчальному та виховному процесах, є засобом формування свідомості, чуттєво-емоційної сфери, естетичного ставлення до навколишнього світу, розвитку творчого потенціалу особистості. Інше призначення музичного мистецтва у процесі формування та розвитку дитини – реалізація психолого-педагогічно-терапевтичної функції завдяки інформаційним можливостям музики.

Дослідження взаємодії музики та психіки людини розкрито українськими авторами ( Б. Любан-Плоцца, Г. Побережна О. Белов) у праці «Музика і психіка» через вивчення історії виникнення та розвитку музики, її зв'язку з нейрофізіологічними процесами в організмі людини, що дозволяє використовувати музику як дієвий засіб для лікування душі й тіла людини [3]. Людство з давніх часів використовує різні музичні форми як засіб регуляції станів, поведінки та діяльності. Експериментальні дослідження доводять, що прослуховування музики викликає зміни в роботі всіх фізіологічних систем організму, в емоційній і руховій сферах людини, в роботі аналізаторів, як в окремих показниках діяльності мозку, так і його функціонального стану в цілому. Ці дані свідчать про те, що зміни у функціональному стані людини внаслідок прослуховування музики мають прояв на всіх можливих рівнях його дослідження. Музика завжди має певну семантику, емоційний зміст. Основні її компоненти – мелодія і ритм, які найбільш яскраво виражені в музиці танцювальних жанрів, і вона безпосередньо спрямована на моделювання емоційного стану людини. Саме так музика сприяє підтримці та відновленню активного стану, покращує контакт людини з оточенням, стимулює вияв емоцій і підвищує рухову активність[ 1, с. 56].

Танець – спонтанна трансформація внутрішнього світу в рух, у процесі якої пробуджується творчий потенціал і потенціал до зміни старого способу життя. Немає такої емоції або переживання, які б не виражалися в тілесному русі. Виразний рух це не лише міміка , жести, а також – напруга або розслаблення мускулатури, характер і темп дихання. Через виразні рухи людина може усвідомити свій внутрішній стан, повідомити іншому про свої переживання,

міри, сподівання. У зв'язку з цим можна говорити про мову тіла, мову виразних рухів, які застосовуються як засіб комунікації з оточуючими, засіб самопізнання й розуміння іншого. Існує поділ на дві функції рухів. А саме: **тонічна** – вираження емоцій та **кінетична** – спрямована на зовнішній світ (переміщення тіла в просторі). Отже, рух-це екстеріоризована (винесена назовні) емоція. Наприклад, від страждання сильного горя шукають полегшення в різких, сильних, шалених рухах, тоді як сильна радість викликає різні хаотичні рухи. Гнів проявляється в посиленні м'язової напруги, страх – тремтіння в тілі, широко відкриті очі, сором – в бажанні сховатися. Таким чином можна з упевненістю стверджувати, що танцювально-рухові заняття являються важливою формою у роботі з дітьми для корекції їх уваги та координованості роботи різних частин їхнього тіла. Ритміка широко використовується при лікуванні рухових та мовних розладів, при корекції психомоторики, відчуття ритму, тахілалії [1, с. 60].

Танцювальна терапія як різновид арт-терапії входить у систему естетотерапії та займає в ній важливе місце. Саме з такої позиції розглядає танцювальну терапію українська вчена-педагог О. Федій. Досліджуючи питання естетотерапії, вона підкреслює важливість комплексного застосування всіх позначених нею компонентів естетотерапевтичної системи взагалі й танцювальної терапії зокрема [4, с. 186].

Отже, професійна підготовка вчителів до використання арт-терапії та професійне володіння танцювально-терапевтичною технологією (методикою) має, на наш погляд, дуже важливе значення, оскільки в Україні сьогодні ще відсутній такий напрям фахової підготовки. Тому, це питання є важливим для вирішення проблеми використання різних новітніх технологій у навчально-виховному процесі загальноосвітньої школи, а відповідно – й підготовленості та компетентності фахівців, які обирають арт-терапію, зокрема, один із її різновидів - танцювальну терапію як професійний інструмент вирішення психолого-педагогічних та соціально-педагогічних проблем у формуванні й розвитку особистості в умовах загальноосвітнього закладу.

## СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Вознесенська О. Арт-терапія в роботі практичного психолога : Використ. арт-технологій в освіті / О. Вознесенська, Л. Мова. – К.: Шк.світ, 2007. – 120 с., [4] арк. – (Б-ка «Шк.світу»). – Бібліограф.: с.118-119.
2. Локарева Г. В. Художньо-естетична інформація як педагогічна проблема : монографія / Г. В. Локарева. – Запоріжжя : ЗДУ, 2001. – 254 с.
3. Любан-Плоцца Б., Побережная Г., Белов О. Музыка и психика : Слушать душой / Б. Любан-Плоцца, Г. Побережная, О. Белов. – Киев : АДЕФ Украина, 2002. – 198 с.
4. Федій О. А. Естетотерапія : навч. посіб. / О. А. Федій. – 2-ге вид., перероб. та доп. – Київ : Центр навчальної літератури, 2012. – 304 с.



# МУКАЧІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

89600, м. Мукачево, вул. Ужгородська, 26

тел./факс +380-3131-21109

Веб-сайт університету: [www.msu.edu.ua](http://www.msu.edu.ua)

E-mail: [info@msu.edu.ua](mailto:info@msu.edu.ua), [pr@mail.msu.edu.ua](mailto:pr@mail.msu.edu.ua)

Веб-сайт Інституційного репозитарію Наукової бібліотеки МДУ: <http://dspace.msu.edu.ua:8080>

Веб-сайт Наукової бібліотеки МДУ: <http://msu.edu.ua/library/>