

А. Ю. Криворотенко, О. О. Прилуцька

ПІДГОТОВКА МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ ХОРЕОГРАФІЇ ЗАСОБАМИ ТАНЦЮВАЛЬНО-РУХОВОЇ ТЕРАПІЇ

Нині у всьому світі поширилась танцювально-рухова терапія як універсальний метод діагностики і корекції різних проблем зі здоров'ям людей. Завдяки використанню її засобів є змога віднайти гармонію свідомості і тіла, інтегрувати емоційний і фізичний стан особистості. Під цим впливом краще формується творча індивідуальність майбутнього вчителя хореографії.

На сучасному етапі розвитку педагогічної науки в Україні є низка досліджень, присвячених творчій індивідуальності вчителя, підготовці майбутнього вчителя хореографії, впливу арт-терапії в цілому і танцювально-рухової терапії, зокрема, на особистість дитини тощо. Однак залишається недостатньо вирішеною проблема використання теоретико-методичних засад танцювально-рухової терапії в розвитку творчої індивідуальності майбутнього вчителя хореографії у системі його фахової підготовки.

Фаховою підготовкою майбутнього вчителя хореографії у вищому навчальному закладі передбачено вивчення загальнопедагогічних і профільних дисциплін, проходження практики в загальноосвітніх та позашкільних навчальних закладах, участь у концертній та конкурсній діяльності, виховних заходах і творчих проектах тощо. Однак глибокому розумінню власної особистості, налагодженню зв'язку між свідомістю, емоціями та тілом, на нашу думку, найкраще сприяє танцювально-рухова терапія.

Різноманітні діагностичні, розвивальні і терапевтичні вправи, отримані на курсі танцювально-рухової терапії для професіоналів, організованому Українською асоціацією танцювально-рухової терапії (автор і ведуча курсу – С. Ліпінська) допомагають ретельно й усвідомлено дослідити у танці кожную частину свого тіла (вправа «Танець семи центрів»), раціонально використовувати сили і контролювати своє тіло (вправа «Чергування напруги і розслаблення у тілі»), бути у гармонії із внутрішнім і зовнішнім простором

(вправа на відчуття простору), налагодити комунікацію в парі чи групі (вправа «Дзеркало») тощо. За результатами тренінгу помічено, що тіло танцівника зберігає колосальну енергію й усі життєві ресурси, подаровані йому. Різні техніки дослідження свого тіла, вираження емоцій, розуміння себе через рух допомагають сформувати цілісну творчу індивідуальність.

Для майбутнього педагога-хореографа необхідне усвідомлення того, *що* він робить, *як* і *коли*. Танцювально-рухова терапія відкриває можливості глибокого усвідомлення руху як такого, себе і свого тіла, у чому криється справжня сила людської індивідуальності.

Отже, танцювально-рухова терапія – це комплексний метод, що дає змогу зрозуміти й усвідомити себе, подолати внутрішні страхи, усунути м'язове блокування, налагодити комунікацію в групі. Між рухом тіла, емоціями й уявою існує тісний зв'язок, який допомагає майбутнім учителям хореографії по-новому себе розуміти. Танцювально-рухова терапія дозволяє подивитися на себе зсередини, знайти проблеми і вирішити їх за допомогою зовнішнього вираження через рух. Щоб ефективно виховувати творчих, гармонійно розвинених особистостей засобами хореографії, педагоги-хореографи мають навчитися слухати і розуміти своє тіло, знаходячи в ньому надзвичайну енергію для формування власної творчої індивідуальності та успішної фахової підготовки.