**Педагогический потенциал занятий современным танцем в развитии коммуникативных качеств подростков**

Понятие «коммуникативные качества личности» в научных работах рассматриваются с разных точек зрения и не имеют единого определения. В данной работе мы опираемся на понятие, где коммуникативные качества выступают как необходимые компоненты в межличностном взаимодействии, на эффективность которых влияет уровень развития этих качеств. Также в ходе анализа литературы было выявлено, что развитие коммуникативных качеств невозможно без общения.

При изучении сущности понятия коммуникативных качеств, нами были установленные следующие их особенности:

- коммуникативные качества определяют эффективность общения и взаимодействия;

- в перечень характеристик входят психологические особенности индивидуума;

- коммуникативные качества включают в себя не только интеллектуальную, но и эмоциональную составляющую;

- исходя из уровня развитости коммуникативных качеств в коллективе определяется психологический климат;

- развитие уровня коммуникативных качеств невозможно без межличностного взаимодействия;

- понятие «коммуникативных качества» включает в себя широкий спектр компонентов, для нашего исследования мы выделим изучение возможности развития таких компонентов как эмпатия, способность взаимодействовать в группе и коммуникабельность.

Подростковый возраст является оптимальным для эффективного развития уровня коммуникативных качеств, так как коммуникативная деятельность является ведущей, и их отсутствие значительно затрудняет внутреннее раскрытие подростка и реализацию в обществе в целом, приводит к отклонению от социализации. Однако, существует возможность коррекции уже выработанных коммуникативных умений, поэтому актуальной становится социально-педагогическая работа по формированию коммуникативных навыков у подростков, так как особенности данного возраста позволяют рассчитывать на высокую эффективность деятельности.

Рассматривая особенности подросткового возраста, основные потребности и характеристики данной возрастной категории, мы пришли к выводу о том что именно развитию коммуникативных качеств необходимо уделять должное внимание в процессе обучения ребенка. Учитывая необходимость творческого подхода и ситуации сотрудничества, здесь также важно отметить что дополнительное образование в области современной хореографии будет эффективным способом достижения поставленной цели. Целью нашего исследования является рассмотрение возможности развития коммуникативных качеств подростков средствами современного танца. Исходя из этого, необходимо дать определение данному жанру.

В.Ю Никитин отмечает, что в нашей стране само понятие современного танца как бы расслаивается на профессиональное, где речь идет о сценическом танце как о жанре искусства, и понятие современного танца как социально-бытового, доступного всем и каждому в рамках досуговой деятельности [24].

Жанр, который сейчас принято называть современным танцем, зародился в ХХ веке и получил название модерн-танец.В соответствии с историческим развитием духа времени и искусства,он звучал как протест против общепринятых канонов элитарного искусства – классической балетной школы. Ф.С Федин определяет как по своей сути аллегорически-пластическое толкование внутреннего мира человека, балетмейстера-постановщика, танцовщика. считает Ф.С Федин [36].

Н.А. Александрова в своей работе «Танец модерн. Пособие для начинающих», также отмечает, что особенностью стиля модерн является то, что он исходит из естественных двигательных возможностей человека, где главным определяющим движения является центр собственного тела (под этим понимается центр корпуса-грудной отдел позвоночника). И только из понимания работы центра складывает импульс движений – истинная энергия рук, корпуса и вращений [1].

Танец модерн первоначально определял себя как противоположность традиционному, отвергая правильность и догматичность классического танца. Модерн, отрицая одну систему, предложил мировому сообществу ряд индивидуальных техник, созданных основоположниками модерна: Мартой Грэм, Хосе Лимоном, Рудольфом фон Лабаном, Дорис Хамфри, Чарльзом Вейдманом и многими другими. Перечисленные авторские техники имели свои особенности: каждый из их создателей был личностью со своими представлениями о различных аспектах восприятия и расположения тела в пространстве. Поэтому на этапе прохождения обучающимися техники танца модерн необходимо оперировать характерными особенностями каждой из основных авторских техник: Марта Грэм, например, осуществляла работу с центром тела, концентрируя энергию при помощи сжатия и расслабления; Дорис Хамфри поднимала вопросы о земном притяжении – её техника базируется на падении-восстановлении [22].

Детищем модерна в современной хореографии стал постмодерн, или контемпорари, где средствами выразительности могут выступать даже самые обычные движения. В своей особенности контемпорари как бы разрывает грань между танцовщиком и зрителем. Импровизационная сторона танца возводится в принцип построения композиции. Тело танцовщика – вот что интересует хореографов танца постмодерн. Возможности и взаимодействие человеческих тел становятся основой хореографического исследования, сюжетом и объектом для танца [24].

Проведя обзор рассмотренных направлений современного танца, мы можем отметить, что важным для нашего исследования выступает именно его направленность на раскрытие личности. Современный танец в профессиональной и любительской сфере дает возможность личности изучать саму себя. Центром внимания в этом направлении является сам человек, его уникальность.

В своих исследованиях В.В. Антипин отмечает весьма значимую особенность данного направления: исторически современный танец долгое время был непринятым направлением хореографии. Вся философия танца-модерн противоречила канонам традиционного искусства, ведь во главе выступала свобода, естественность, направленность на человеческую индивидуальность. Именно в связи с этими фактами долгое время направление современной хореографии преподавалось исключительно с точки зрения техник разных авторов-основателей, но единой системы преподавания дисциплины «Современный танец» не существует и по сей день. Обусловлено это и тем, что точного термина данное направление не получило и по сей день [2].

Однако, в связи с тем, что в понятие современного танца входит огромное разнообразие техник и методик, а также танцевальных стилей, для педагога дополнительного образования в области хореографии открывается огромный педагогический потенциал: возможность создания собственных, уникальных разработок, методик и стилей, направленных на развитие именно тех компонентов, которые педагог ставит в приоритет. Ведь современный танец направлен на развитие множества факторов: координации, ритмичности, гибкости, пластичности, чувственности, эмоциональности. Таким образом, данное направление хореографии способствует не только воспитанию эталонного артиста, но и развитию множества качеств личности.

К вопросу о развитии коммуникативных качеств обучающихся хореографических коллективов в наше время обращается немало педагогов, ведь данный аспект очень важен в процессе работы. Так, в рамках изучения современного танца хореографы широко используют упражнения на установление визуального контакта, что помогает развитию комфортного ощущения себя в коллективе [12].

Широко известны и популярны в данной теме такие техники как партнеринг – это техника современного танца, прежде всего, основанная на силовых поддержках, когда два человека перемещаются в пространстве, вместе, в соприкосновении друг с другом, в телесном контакте. Здесь танцор учится не только чувствовать себя, но и непосредственно взаимодействовать с партнером, поддаваясь импульсам и его, и своих движений. Партнеринг направлен более не на отработку техники, а на создание внутреннего ощущения движения, себя внутри этого движения [17].

Еще одна особенность партнеринга – это помощь в социальной адаптации подростков, так как в основном это танец в паре. На занятиях развивается умение общаться и слушать партнера, помогает общению в коллективе. Обучающиеся становятся более увереннее в себе, быстрее адаптируются в новом коллективе. В совместном творческом процессе участников, где каждый полностью включен в него и ориентирован на партнера, достигаются хорошие результаты в чувствовании и в понимании друг друга. Кроме того, взаимодоверие становятся неотъемлемой частью таких занятий, что помогает развить коммуникативные качества личности, то есть умение общаться, адекватно оценивать свои поступки в ситуации общения, чутко относиться к творчеству сверстников, корректировать отношения в коллективе [21].

Техника импровизации в современном танце ставит перед участниками процесса задачу выйти из привычной и устойчивой танцевальной формы. Интерпретировать уже полученный хореографический опыт через призму собственного восприятия движения. Импровизация эффективна как индивидуальный способ работы, где танцовщик двигается независимо от других, так и групповая практика, направленная на гармонизацию взаимодействия между участниками движения. Как самостоятельная техника в данном направлении выступает и контактная импровизация, где обучающимся предстоит не только исполнение движений, но и сопровождение их непрерывным телесным контактом с партнером или группой.

Так же при развитии коммуникативных качеств подростков стоит сделать акцент и на их внутреннем самопознании и самоощущении, так как было отмечено ранее – на данном этапе развития они переживают сильнейшие внутренние перестроения. Опираясь на это, многими педагогами и психотерапевтами в своей практике была введена техника аутентичного движения, которую основала Джанет Адлер в 1970-е годы. Форма Аутентичного движения: есть движущийся и наблюдатель. Движущийся закрывает глаза и ждет импульсов движения – это процесс проживания движения. Тело является гидом, и движущийся следует импульсам движения, когда они появляются. Наблюдатель наблюдает, сохраняя полное осознание своего опыта и опыта движущегося. Через некоторое время наблюдатель объявляет, что сессия движения окончена, и следует вербальный диалог о том, что происходило. Движущийся говорит, а наблюдатель дает обратную связь о своем опыте во время сессии, без каких- либо оценок и осуждений.

Конечной целью является обретение внутри себя нецентрированного и неосуждающего свидетеля во время движения, так, чтобы мы могли наблюдать за собой, не вмешиваясь в естественный поток движения. При этом подходе к Аутентичному движению форма обеспечивает появление материала из бессознательного, его осознание и выражение или оформление полученного опыта в разговоре или творчестве [18].

Таким образом, для составления программы по дисциплине «современный танец» в рамках дополнительного образования, педагог должен учитывать следующие особенности данного стиля:

1. Современный танец включает в себя два основных направления – модерн, постмодерн. Однако строгого разграничения между ними не существует, ведь само направление современного танца зародилось в стремлении к свободе и избавлению от рамок и клише;
2. Современный танец априори направлен на развитие внутреннего мира личности в равной степени с техническими и танцевальными данными;
3. Для педагога в работе появляется уникальная возможность создания собственных хореографических методик и техник, обусловленных тем, что современный танец является свободным пластическим выражением, не ограничивающим автора жесткими рамками.

Для развития коммуникативных качеств детей подросткового возраста на занятиях современным танцем будут эффективны следующие техники:

*Импровизация,* сочинение хореографии происходит непосредственно в процессе ее исполнения. Эта техника направлена на использование в работе разных органов восприятия от зрительных до осязающих, с помощью которых танцовщик получит возможность самовыражаться.

*Контактная импровизация* где участники взаимодействуют друг с другом путем прямого телесного контакта, создавая эффективное взаимодействие друг с другом.

*Партнеринг* – техника, направленная на работу с весом в паре. Изучая распределение веса на разные центры тела, партнеры учатся ощущать друг друга в движении, при этом создавая наименьший риск травматизации.

*Аутентичное движение* способствуеткак познанию самого себя, так и развитию группового ощущения общности.

**СПИСОК ИСТОЧНИКОВ И ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Александрова Н.А. Танец модерн. Пособие для начинающих. Методическое пособие. — 2-е изд., стер. —М.: СПб; Лань; Планета музыки; 2011. С. 9.

2. Антипин, В. В. О понятии "современный танец" в отечественной хореографической педагогике / В. В. Антипин // Вестник Академии Русского балета им. А.Я. Вагановой. – 2018. – № 5(58). – С. 125-134. – EDN YTAGDJ.

3. Батаршев А.В. Психодиагностика способностей к общению или как определить организаторские и коммуникативные качества личности. - М., ВЛАДОС, 2001.

4. Безрукова В. С. Язык характера: открытая книга-словарь человеческих свойств и состояний / В. С. Безрукова. — Вологда : Инфра-Инженерия, 2022. 536 с. — ISBN 978-5-9729-5013-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/282155> [дата обращения: 11 октября 2024].

5. Булыгина Л. Н. О формировании коммуникативной компетентности подростков в школьном обучении: из опыта работы // Образование и наука. 2013. № 3. С.26-37

6. Вагайцева Е.С. Коммуникативные качества и коммуникационные умения в структуре гражданственности современного школьника // Современные проблемы науки и образования. – 2017. – № 2.; URL: <http://www.scienceeducation.ru/ru/article/view?id=26277> [дата обращения: 02 октября 2024].

7. Васина, Н. В. Функции представлений о коммуникативных качествах в межличностном общении / Н. В. Васина, С. С. Костыря // Человеческий капитал. – 2012. – № 5(41). – С. 34-38. – EDN SNNGFJ.

8. Гальперин Б.Я., Актуальные проблемы возрастной психологии /Б.Я Гальперин, А.В. Запорожец, С.Н. Карпова М.: Педагогика, 1978. С. 33., С. 105.

9. Гамезо М.В., Степаносова А.В. Хализева Л.М. Словарь-справочник по педагогической психологии.

10. Гиршон А. Е. Истории, рассказанные телом. Практика Аутентичного Движения. - 2е изд., расширенное и дополненное. - СПб.: Речь, 2010. - 158 с

11. Головин.С.Ю. Словарь практического психолога, электронное издание <https://bookap.info/genpsy/golovin_slovar_prakticheskogo_psihologa/gl10.shtm>

12. Грёнлюнд Э., Оганесян Н., «Танц. Терапия». М.: СПб, 2004. С. 21

13. Дубровина И. В.  Руководство практического психолога. Психолог в школе : практическое пособие / ; под редакцией И. В. Дубровиной. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2024. – 206 с. – (Профессиональная практика). – ISBN 978-5-534-08757-4. – Текст : электронный //Образовательная платформа Юрайт [сайт]. –URL: <https://urait.ru/bcode/537715> (дата обращения: 02.11.2024).