**Современная хореография как средство саморазвития личности**

В условиях современного мира, где в последнее время уделяется особое внимание развитию творческой личности человека, так как творчество является одной из основных линий, на которых строятся и осуществляются инновационные преобразования. Развиваться творческая личность может многими путями, и современный танец является одним из таких.

«Творческая личность, – утверждает американский психолог Л.С. Кьюби, – это такая, которая некоторым, еще случайным образом сохраняет способность использовать свои подсознательные функции более свободно, чем другие люди, которые, может быть, потенциально являются в равной мере одаренными». Педагогический энциклопедический словарь объясняет личность как неповторимое своеобразие отдельного человека совокупность только ему присущих особенностей. Особенное сочетание чувств и мыслей, желаний и мотивов, проявлений воли, интересов, потребностей, привычек, склонностей, способностей и других особенностей человеческой натуры, которое образует уникальную целостную структуру переживающей и действующей личности [3, с105].

В процессе своего развития индивидуальность проходит ряд этапов. Многочисленные факты, взятые из жизни про подростков свидетельствует о том, что именно здесь проходит образование собственной индивидуальности, Так как у подростка в отличие от младшего школьника, возникает интерес к собственной личности, своему внутреннему миру обнаруживается стремление к самоутверждению [4, с.80]. Педагогический опыт показывает, что наиболее лучший способ сделать подростков открытыми и коммуникабельными – обеспечить им свободу и самоидентификацию в системе деятельности в целом и творческой деятельности в частности. В таком случае подросток ведёт себя в качестве автора. Вслед за М.М Бахтиным подчеркнем, что такие процессы становится личным выражением творческого диалога, показывающего суть искусства и тем самым подталкивающие к развитию творческой личности подростка.

Развитие творческой личности в подростковом возрасте имеет ряд особенностей: подросток представляет себя в качестве автора, появляется необходимость в проявлении этого нового состояния, осмысленная творческая деятельность становится внутренним стержнем само изучения, происходит наполнение новыми ценностями внутреннего мира подростка, пересматриваются и формируются новые ценности в повседневной жизни, самооценка становится более адекватной.

В течении долгих лет ученые пробовали не только теоретически понять суть, механизмы и критерии творчества, но и обозначить его прикладные аспекты. Одним из таких аспектов был поиск средств, применение которых способствует развитию творческой индивидуальности.

Согласно толковому словарю С. И. Ожегова, средство-это прием, способ действия для достижения чего-нибудь, а также орудие (предмет, совокупность приспособлений) [5].

Эффективным, но мало используемым на сегодняшний день средством для развития творческой личности, является искусство танца.

Танец – это один из самых древних видов искусства, и наиболее совершенный способ самовыражения человека из всех существующих. По средству танца можно передать свои эмоции, желания, чувства. Танец является подлинным выражением глубочайших душевных чувств.

Современный танец(contemporary dance)-направление искусства танца, включающее танцевальные техники и стили конца XX начала XXI вв. сформировавшегося на основе американского танца модерн и постмодерн. На данном этапе развития искусства современная хореография появляется путём смешение различных танцевальных стилей и направлений, развивавшихся на протяжении XX века, она существует как единое целое.

Для современного танца характерна исследовательская направленность обусловленная взаимодействием танца с постоянно развивающийся философии движения и комплексом знаний по возможностям человеческого тела и движениям, в свою очередь рассматривается как средство выражения внутреннего состояния танцовщика и хореографа, служит для создания индивидуальной хореографической лексики.

Художественными приемами современного танца считается смесь танцевальных стилей и техник.

Возможно выделить главные техники современного танца:

а) технику релиз (основанную на освобождении разных групп мышц с целью использования лишь тех, которые станут необходимы в ходе танца);

б) направление Соматик (совокупность дисциплин, изучающие взаимосвязи в человеческом теле, влияние сознания и на функции и строение телесных тканей и применяющих концепцию целостности тела, разума и духа) [6];

в) контактную импровизацию (основой является физический контакт как отправная точка для импровизации и исследования движения человеческого тела).

Необходимо соотнести возможности выше представленных техник с их педагогическими возможностями. Таким образом, техника релиза в практике работы с детьми прежде всего бережёт их психологическое и физическое здоровье, дает возможность расширить запас хореографических движений танцующего, учит его преодолевать зажимы как внутренние душевные так и мышечные, помогает расслабиться и раскрепостится.

Современный танец остается очень многосторонним и быстро развивающимся направлением, его возможности увеличиваются с каждым днем, что дает этому направлению уникальность для изучения его в контексте саморазвития творческой личности.

Далее я бы обратилась к импровизационной составляющей современного танца как к средству становления творческой личности подростков. Стив Пэксон заметил, «что импровизации невозможно научиться».

Процесс воспитания творческой способности личности только тогда достигает своей цели, когда активируются, интенсифицируется процессом саморазвития личности. Для саморазвития своих естественных задатков, включая становления собственных творческих способностей, потребуется целенаправленная активность, созидательная деятельность [5, c.192].

Такой процесс может проявляться особенно интенсивно на занятиях современным танцем, а именно в процессе танцевальный импровизации. Поэтому в ходе занятий педагогу необходимо создавать условия для оптимального включения личности в креативный процесс, так как именно в созидательной деятельности развивается её творческий потенциал.

Импровизация подразумевает глубокую внутреннюю работу, требует развития личности индивидуальности и этим отличается от чистой техники танца. Импровизация требует изменения мышления особого отношение к своему телу, личной истории, внутренним импульсам, которые становится, в каком-то смысле, соавторами и импровизационного танца.

В личностном плане способность к импровизации не столько основана на имеющихся задатках, знаниях, умения, навыков, сколько развивает их, способствует становлению личности, созиданию самого себя, она больше средства саморазвития, нежели самореализации.

Для каждой импровизации характерно, что создание чего-либо нового и его воспроизведения (показ создаваемого) совпадает по времени. Импровизация всегда публична – предполагает свидетелей и воспринимается ими как экспромт.

Присутствие импровизации – показатель творчества в любой деятельности. Для детей импровизация – это первое творчество в их стихийном или организованном самовыражения, самопроявление, самоутверждения, уже, поэтому импровизация педагогический самоценна [7, с. 10].

В процессе контактной импровизации партнеры учатся взаимодействовать друг с другом, появляется чувство своей важности, приобретается чувство ответственности за себя и за своего партнера, открывается огромное количество способов самовыражения.

Учитывая мнение Т. Б. Эльконина, который определяет общение как специфическая новую деятельность, особенно активно осваиваемую в подростковом возрасте, в отличие от предметной деятельности, игры, учения и труда, пришли к выводу что контактная импровизация способна удовлетворить достаточно большую часть общения [8, с.378].

В конечном итоге применения вышеуказанных техник и разное их сочетание, позволяет индивидуализировать обучение, научить ребёнка следовать за своим телом, быть выразительным, чувственным импровизировать, – это все способствует развитию творческой личности. Также мы рассматриваем творчество подростков не только лишь как накопление чувственного опыта либо возможности творить новый продукт культуры, да и качественную организацию жизнедеятельности, построение взаимоотношений с людьми [9, с. 67].

И.И. Савицкий замечал, что в подростковом возрасте индивидуальность окончательно не установилась, процесс его развития ещё не закончен. Подростковый возраст – это переходный возраст от детского состояния взрослому, от незрелости к зрелости. Насколько данный период будет наполнен творчеством, поиском и самовыражением, во многом определяет будущее ребёнка, его здоровье и способность радоваться окружающему миру.

Список использованных источников:

1. Абрамова, Г. С. Возрастная психология / Г. С. Абрамова. – Екатеринбург : Деловая книга, 2002. – 704 с.

2. Андреев, В. И. Педагогика : учебный курс для творческого саморазвития / В. И. Андреев. – Казань : ЦИТ, 2000. – 608 с.

3. Педагогический энциклопедический словарь / Гл. ред. Б. М. Бим – Бат; Редкол.: М. М. Безруких, В. А. Болотов, Л. С. Глебова и др. – М. : Большая Российская энциклопедия, 2003. – 528 с.

4. Резвицкий, И. И. Философские основы теории индивидуальности / И. И. Резвицкий. – Спб. : Изд-во Ленинград. ун-та 1973. – 1173 с.

5. Толковый словарь русского языка С. И. Ожегова [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http:// slovarozhegova.ru/word.php?wordid=30293 (2011) (дата обращения 15.05.2017).

6. Козлов, В. В. Интегративная танцевально-двигательная терапия / В. В. Козлов, А. Е. Гиршон, Н. И. Веремеенко. – 2-е изд., расшир. и дополн. – СПб. : Речь, 2006. – 286 с.

7. Харькин, В. Н. Импровизация... Импровизация? Импровизация! / В. Н. Харькин. – М. : ИЧП «Издательство Магистр», 1997. – 288 с.

8. Эльконин, Д. Б. Детская психология : Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Ред.-сост. Б. Д. Эльконин. – М. : Академия, 2004. – 384 с.

9. Пузыни, Т. Г. Авторство - пространство развитие творческой индивидуальности школьника / Т. Г. Пузыни // Новые ценности образования. – 2004. – № 2 (17). – С. 62-71.