**РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТИ ПОДРОСТКОВ СРЕДСТВАМИ ФОЛЬКЛОРОТЕРАПИИ В УСЛОВИЯХ УЧРЕЖДЕНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

***Т.В. Куриленко***

*МБУ ДО «Центр детского творчества», г. Киселёвск Кемеровской области*

Народные песни и наигрыши были составной частью древней празднично-обрядовой культуры, которая интегрировала разные виды художественно-творческой деятельности. В фольклоре отражены формы взаимодействия личности с природой и обществом, гарантирующие сохранение ее физического и душевного здоровья [1]. Пестушки помогали детям расти здоровыми, прибаутки и потешки делали их весёлыми, колыбельные успокаивали, другие песни учили их добру, мудрости, любви к природе, семье, родному краю. Народное творчество формирует такие человеческие качества, как искренность, обаяние, открытость, способствующие, в сочетании с мастерством и профессионализмом, полноценной жизнедеятельности личности [2, с.140].

В настоящее время для педагогов современной общеобразовательной школы и дополнительного образования остро встала проблема роста количества детей с нарушениями в психическом развитии. Многие ищут новые нетрадиционные методы и модели психолого-педагогической помощи детям. В том числе и педагоги, имеющие практику работы с особыми детьми, решили также не оставаться в стороне и обратились к такому мало изученному методу как фольклоротерапия (фольклорная арт-терапия).

«Арт-терапия» (излечение искусством) - метод исцеления и реального улучшения состояния человека и, в первую очередь, душевных недугов. Его можно отнести к наиболее древним и естественным формам эмоциональных состояний. Сегодня же это – один из самых мягких, глубоких методов работы с личностью. С недавних пор этот метод используют и в педагогике [1].

Во всем мире широко обсуждается вопрос о научной основе этого метода. Находятся как сторонники, так и противники. В дискуссию о том, действительно ли это эффективный способ излечения от многих болезней, обучения и передачи опыта из поколения в поколение или просто модное поверье, включились врачи, художники, педагоги, психологи, работники искусства [2, с. 139]. Фольклор способствует исцелению души, тела и духа человека. Ритм, звук, темп, игра, танец, звучание главного инструмента - голоса, движения и театрализация – всё это оказывает благотворное влияние на состояние личности.

Так, пение оказывает положительное воздействие на здоровье посредством вибраций, стимулирующих работу внутренних органов, которые частично поглощают звуковые волны из-за резонанса. Посредством вокальных упражнений можно влиять на психоэмоциональный фон, мышечный тонус и другие состояния ребенка, так как голос является составляющей различных происходящих в организме психофизиологических процессов.

Психологи и нейрофизиологи отмечают тонизирующее воздействие регулярной музыкальной ритмики и повышение позитивного эмоционального настроя при пении. Эмоции, вызванные музыкой, влияют на изменение пульса, дыхания, скорости, реакции, мускульной силы, музыка регулирует эмоциональную сферу личности, снижение которой приводит к ослаблению иммунитета.

Музыка способна оказывать лечебное воздействие на детей с расстройством поведения и общения, с нарушениями зрения, с речевыми дисфункциями, с задержкой психического развития. Различные по эмоционально-образному содержанию музыкальные произведения нормализуют биохимические процессы, воздействуя на организм человека посредством эмоций.

Арт-терапевтическая технология применяется для преодоления психологических проблем и развития эмоционального восприятия, которые необходимы для развития творческих способностей (эмоционально-художественная и эвристическая направленность), формирования действенно-практической сферы (прикладная направленность) и ориентации на развитие личности ребёнка (психологическая и педагогическая направленность).

Так, например, звуковой массаж органов дыхания, производимый в ходе занятий пением (в особенности чистым звуком), дает весьма ощутимые результаты. Известно, что за пять лет занятий члены [коллективов](https://pandia.ru/text/category/koll/), постоянно занимавшиеся фольклором стали болеть респираторными заболеваниями значительно реже (меньше одного раза в год).

Фольклор увлекает детей, особенно подросткового возраста, в свое собственное пространство и позволяет увидеть оттуда жизнь иначе, чем она порой есть – чище, целостней, радостней.

Игры, вождение хороводов, действенность обрядовых фрагментов способствуют физическому развитию подростков и имеют значительный здоровьесберегающий эффект, особенно в ситуации многочасового сидения совершенно не свойственного их физиологии, ведущего к гиподинамии. В целом наблюдалась гармонизация психофизиологического состояния ребят, позитивное эмоциональное воздействие и последействие занятий.

Праздничность, мажорность звучащих красок фольклора радостно принимается детьми. В ходе занятий фольклором подростки поют и осваивают музыкально-игровые формы произведений традиционного детского фольклора, разучивают колядки, водят хороводы, играют в народные игры, знакомятся с этнографией русской деревни, со спецификой культуры других народов России. Также организуются театрализованные обрядовые представления, которое разыгрывается в качестве народного праздника вместе с родителями. Благодаря этому, ребята начинают петь фольклорные песни не только на занятиях, но и когда просто хочется, когда «душа поет». Таким образом гармонизируя свои эмоции и общее психическое состояние.

Резюмируя вышесказанное, делаем вывод, что музыкальный фольклор можно рассматривать в современном образовательно-воспитательном процессе как эффективную здоровьесберегающую технологию, позитивно влияющую на здоровье подростков, укрепляющую их духовный иммунитет, развивающую социально-адаптивные способности, способствующую развитию личности и формированию их жизненной позиции.

*Литература:*

1. Афанасьева А. Б. Фольклоротерапия: здоровьесберегающий эффект занятий народным творчеством - <https://pedagogika-cultura.ru/osvoenie-detmi-narodnoj-kultury/afanaseva-folkloroterapiya>
2. Афанасьева А.Б. Фольклоротерапия на уроках музыки // Актуальные проблемы музыкально-педагогического образования: Традиции, перспективы, поиски/ Вып.3. – Саранск: Мордов. гос. пед. ин-т им. М.Е. Евсевьева, 2000. – С. 139-145.