

## РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА ПУТЕМ ТАНЦЕВАЛЬНЫХ ПРАКТИК У ДЕТЕЙ 6–10 ЛЕТ

Кузнецова Ю.Н.<sup>1</sup>

<sup>1</sup> ФГБОУ ВО «Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма», Казань, e-mail: ompa17@mail.ru

Развитие эмоционального интеллекта в обществе определяется как важная компетенция, которой обладает та или иная личность. При этом данное качество может позволить как взрослому, так и ребенку быть более тактичным, гибким, свободным в выражении своих эмоций и чувств, спокойнее идти на контакт с другими людьми, а также уметь найти правильный путь решения проблемы и выбрать верную траекторию достижения поставленных целей. В статье рассмотрен младший школьный возраст, который является наиболее благоприятным для развития эмоционального интеллекта. Поднимается проблема развития эмоционального интеллекта в условиях дополнительного образования, что обуславливает необходимость создания программ психолого-педагогического сопровождения развития эмоционального интеллекта как важной компетенции у детей младшего школьного возраста. Предложена программа психолого-педагогического сопровождения развития эмоционального интеллекта у младших школьников посредством танцевальных практик. Теоретически обосновано и экспериментально проверено влияние танцевальных практик на развитие эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста. Доказано, что внедрение и реализация программы психолого-педагогического сопровождения, направленной на развитие эмоционального интеллекта у младших школьников посредством танцевальных практик, повысят уровень эмоционального интеллекта, а именно его когнитивный и поведенческий компоненты.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, танцевальные практики, дополнительное образование, психолого-педагогическое сопровождение, младший школьный возраст.

## DEVELOPMENT OF EMOTIONAL INTELLIGENCE THROUGH DANCE PRACTICES IN CHILDREN 6-10 YEARS OLD

Kuznetsova Yu.N.

*Volga State University of Physical Culture, Sports and Tourism, Kazan, e-mail: ompa17@mail.ru*

The development of emotional intelligence in society is defined as an important competence possessed by a particular person. At the same time, this quality can allow both an adult and a child to be more tactful, flexible, free in expressing their emotions and feelings, to make contact with other people more calmly, as well as to be able to find the right way to solve a problem and choose the right trajectory to achieve their goals. The article considers the primary school age, which is the most favorable for the development of emotional intelligence. The problem of the development of emotional intelligence in the conditions of additional education is raised, which necessitates the creation of programs of psychological and pedagogical support for the development of emotional intelligence as an important competence in primary school children. A program of psychological and pedagogical support for the development of emotional intelligence in younger schoolchildren through dance practices is proposed. The influence of dance practices on the development of emotional intelligence in children of primary school age is theoretically substantiated and experimentally verified. It is proved that the introduction and implementation of a program of psychological and pedagogical support aimed at developing emotional intelligence in younger schoolchildren through dance practices will increase the level of emotional intelligence, namely its cognitive and behavioral components.

Keywords: emotional intelligence, dance practices, additional education, psychological and pedagogical support, primary school age.

Понятие эмоционального интеллекта впервые было описано в работах психологов Дж. Майера и П. Сэловея в 1990 году. В этот год они опубликовали совместную работу «Эмоциональная разведка», в которой было представлено исследование о влиянии эмоций на мышление и поведение человека в обществе. Первоначально эмоциональный интеллект представлял собой познавательную способность обработки информации, которая может

содержаться в человеческих эмоциях. В 1997 году авторы усовершенствовали понятие эмоционального интеллекта и включили в него ряд отдельных способностей [1].

В 1995 году американский писатель, психолог и научный журналист Дэниел Гоулман на уже представленных работах П. Сэловея и Дж. Мэйера основал собственную концепцию представления об эмоциональном интеллекте человека. Данная концепция имеет иерархичный порядок и включает в себя 5 составляющих: самосознание, самоконтроль, мотивацию, эмпатию, социальные навыки. Только в 1999 году эмоциональный интеллект был описан как личностная черта характера человека. Эмоциональным интеллектом можно назвать способность человека распознать, оценить и понять собственные эмоции и эмоции других, возможность управлять как своими чувствами и эмоциями, так и собеседника [1, с. 122].

Развитие эмоционального интеллекта в условиях дополнительного образования – одна из актуальных на данный момент проблем, поскольку она обуславливается необходимостью создания программ психолого-педагогического сопровождения развития эмоционального интеллекта как важной компетенции у детей младшего школьного возраста. Создание программ сопровождения позволит удовлетворить потребность общества в высоком уровне развития эмоционального интеллекта.

Недостаточная теоретическая разработанность, а также практическая значимость данной проблемы развития эмоционального интеллекта младших школьников позволили обусловить актуальность выбранной автором тематики, определить цель, объект, предмет, задачи исследования, вместе с тем выдвинуть рабочую гипотезу с ее дальнейшим подтверждением.

Цель исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить влияние танцевальных практик на развитие эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста.

**Материал и методы исследования:** анализ научной и научно-методической литературы по теме исследования; эмпирический (наблюдение, количественный и качественный анализ результатов); тестирование; педагогический эксперимент; метод математической статистики.

### **Результаты исследования и их обсуждение**

Исследование проводилось на учениках танцевальной студии «Лаборатория танца» г. Казани. Возраст учеников, выбранных в качестве апробирования, от 6 до 7 лет. Были задействованы 60 учеников, которые были поделены на 2 группы: контрольную и экспериментальную.

Исследование проводилось поэтапно и включало в себя:

1-й этап – подготовку к проведению опытно-экспериментального исследования: разработку тестов и подбор эффективных методик для повышения уровня эмоционального интеллекта и когнитивных способностей младших школьников, начало апробации участников исследования – первичное тестирование;

2-й этап – проверку эффективности внедрения программы психолого-педагогического сопровождения развития эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста на танцевальных практиках. Разработанные методики развития эмоционального интеллекта и когнитивных способностей применялись в танцевальной студии на протяжении 8 месяцев;

3-й этап – анализ и подсчет результатов опытно-экспериментальной проверки эффективности внедрения программы психолого-педагогического сопровождения, подведение выводов о разработанной и примененной программе сопровождения.

На 1-м этапе после беседы с детьми и их родителями были проведены разработанные тесты: 1 – авторский тест, основанный на определении эмоций и выражений лица по картинкам. За основу был взят тест, который разработал ученый и психолог Пол Экман [2]. Тест включает в себя 2 части вопросов. Первая часть вопросов состоит из картинок, на которых изображены 2 эмоции. Задача ребенка – внимательно рассмотреть каждую из эмоций и дать ответ. Вторая часть вопросов состоит из 1 картинки и 3 вариантов ответов; 2 – модифицированный тест, который включает в себя 5 основных когнитивных способностей ребенка (восприятие, воображение, внимание, память, мышление). Тест был разработан на основе теста психолога, психодиагноста и психиатра Дэвида Векслера [3]. Тест разделен на 5 субтестов, в каждом из которых представлено по 2 вопроса.

Результаты опытно-экспериментального исследования показали, что у детей младшего школьного возраста на танцевальных практиках в обеих группах в начале эксперимента наблюдается средний (51–74%) и низкий (менее 50%) уровень развития эмоционального интеллекта, таким образом, у детей наблюдаются полное или частичное отсутствие эмпатии, скудный эмоциональный диапазон, а также неспособность воспринимать эмоции окружающих.

Параллельно был проведен тест на определение уровня когнитивных способностей до начала педагогического эксперимента.

Тест включал в себя 10 вопросов, разбитых по два вопроса на 5 субтестов (восприятие, воображение, внимание, память, мышление).

Возрастные особенности, представленные в таблице, послужили основанием для выделения критериев уровня развития когнитивных способностей в процентной оценке при подведении итогов по каждому субтесту [4].

## Возрастные особенности когнитивных функций младшего школьного возраста

Когнитивная способность	Возрастная особенность
Восприятие	Развиты слуховое восприятие, острота зрения, острота слуха, восприятие цвета, формы, размера, величины, пространственных характеристик объекта и иное; усвоены простейшие сенсорные эталоны
Воображение	Развивается воссоздающее (репродуктивное) и творческое (продуктивное) воображение. Отличительная особенность – опора на конкретные предметы для создания новых образов
Внимание	Произвольное; опосредованные; неустойчивое; объем снижен при когнитивных функциях мозга (внутренние действия); высокая устойчивость при внешних действиях; переключение внимание плохо развито
Память	Непроизвольное; избирательность; развитие произвольного запоминания; овладение различными способами запоминания, мнемическими действиями; улучшение логической памяти
Мышление	Доминирует наглядно-образное мышление; опирается на наглядные образы; развита способность сопоставлять отдельные факты и делать простые выводы; понятийное мышление начинает постепенно формироваться; развивается мыслительный процесс анализа; преобладает действенный и чувственный анализ

Тест на определение уровня когнитивных способностей детей, согласно возрастным особенностям, показал, что восприятие, воображение, внимание и память находятся на среднем (51–74%) уровне развития, а мышление – на низком (менее 50%). Восприятие новой информации у детей происходит тяжелее, воображение недостаточно развито, дети обладают рассредоточенным вниманием, плохо запоминают материал, имеются проблемы в построении логических конструкций.

В первую очередь такие результаты тестирования связаны с тем, что развитию эмоционального интеллекта и когнитивных способностей было уделено недостаточно времени и внимания со стороны родителей и педагогов.

На 2-м этапе, в рамках танцевальных практик, были использованы предложенные в программе сопровождения игры и упражнения. Также на данном этапе нашего исследования автором было проведено повторное тестирование детей в танцевальной студии «Лаборатория танца», в отношении которых в течение 8 месяцев активно использовалась предложенная методика по развитию эмоционального интеллекта посредством игр и упражнений, основанных на танцевальных движениях [5, 6].

3-й этап включал в себя вычисление результатов деятельности детей и педагога на танцевальных практиках по предложенной программе сопровождения, математическую обработку полученных данных, а также подведение итогов внедрения программы психолого-

педагогического сопровождения по танцевальным практикам для детей младшего школьного возраста и, как следствие, развития их эмоционального интеллекта в учебно-тренировочном процессе.

Программа психолого-педагогического сопровождения развития эмоционального интеллекта посредством танцевальных практик предназначена для детей в возрасте от 6 до 8 лет (смешанная группа). Предлагаемая авторами программа психолого-педагогического сопровождения, в которой имеются игровые и импровизационные формы организации части танцевальных практик, несомненно, будет полезна педагогам, работающим в области дополнительного образования.

Продолжительность и срок реализации программы психолого-педагогического сопровождения – 1 учебный год.

Цель программы сопровождения – предоставить детям эмоциональную разгрузку во время учебного и тренировочного года, увеличить их активность и подвижность, повысить их гибкость и пластичность, добавить работу над актерским мастерством, тем самым повысить уровень их эмоционального интеллекта; представить комплекс упражнений, который сможет помочь педагогу по танцевальным практикам наиболее эффективно поспособствовать развитию эмоционального интеллекта ребенка.

К задачам внедрения программы сопровождения следует отнести: 1) укрепление здоровья и поднятие общего уровня физической подготовки; 2) развитие танцевальных навыков, то есть ритмичности, музыкальности и артистических способностей; 3) развитие способностей осознания собственных эмоций и эмоций других людей; 4) формирование у детей представления о разнообразии проявляемых чувств и эмоций; 5) формирование навыков управления собой и управления тенденциями своего поведения; 6) поддержание у детей положительных эмоций от танцевальной деятельности; 7) развитие уверенности в себе и повышение позитивной самооценки [7].

По результатам повторного тестирования и исходя из результатов можно наблюдать, что показатели уровня эмоционального интеллекта у детей экспериментальной группы по сравнению с ребятами из контрольной группы в среднем значении выросли более чем на 20%.

Уровень эмоционального интеллекта в экспериментальной группе со среднего (51–74%) поднялся до высокого (75–100%). Дети стали намного лучше распознавать эмоции как свои, так и друг друга, а также у них стало более заметно проявление эмпатии и гибкости мышления (рис. 1).

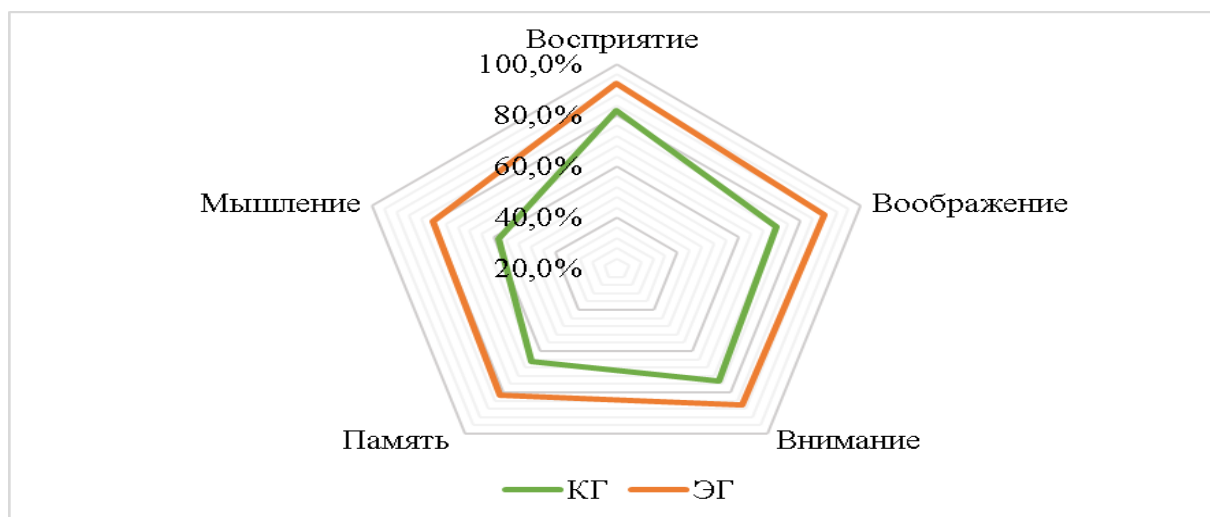


Рис. 1. Результаты повторного тестирования на уровень когнитивных способностей контрольной и экспериментальной группы

Таким образом, можно сделать вывод о том, что дети стали лучше воспринимать информацию, активнее использовать воображение для творческих заданий, уровень наглядно-образного мышления стал выше.

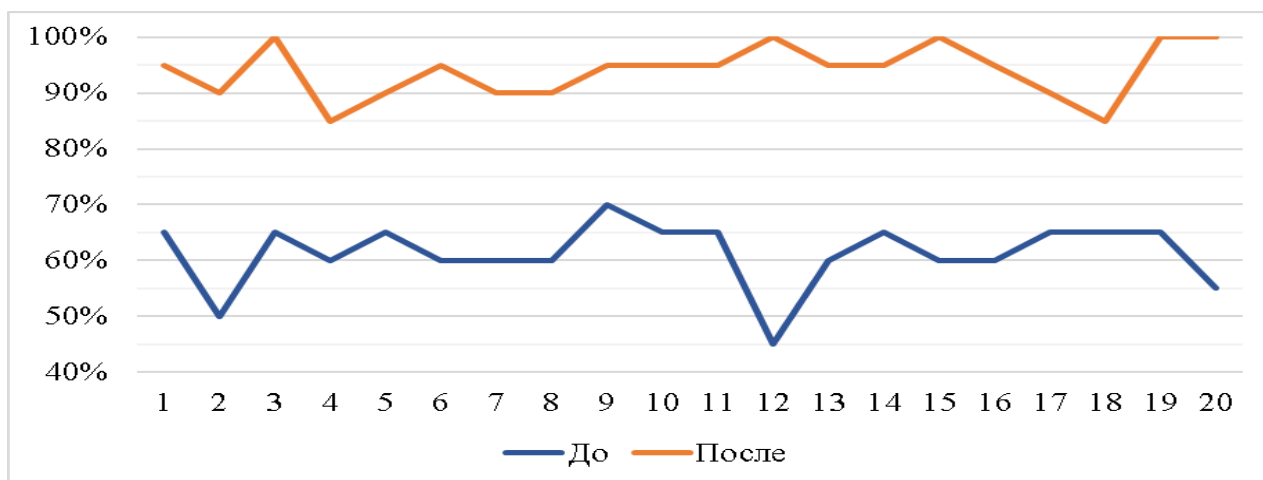
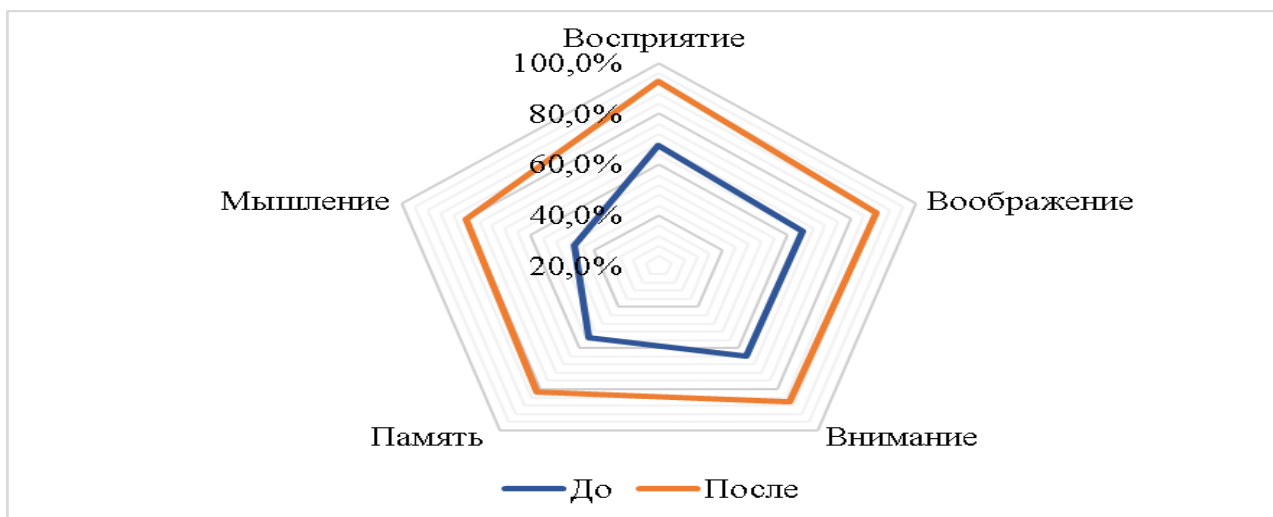


Рис. 2. Сравнение показателей уровня эмоционального интеллекта экспериментальной группы до и после эксперимента

Уровень развития эмоционального интеллекта в экспериментальной группе после внедрения программы психолого-педагогического сопровождения вырос на 32,8% в среднем значении (рис. 2). Это говорит о положительной тенденции в развитии эмоционального интеллекта младших школьников на танцевальных практиках.



*Рис. 3. Сравнение показателей уровня когнитивных способностей экспериментальной группы до и после эксперимента*

Основываясь на данных, представленных на рисунке 3, видим, что в экспериментальной группе уровень когнитивных способностей в усредненном значении вырос на 26,1%, это говорит о том, что танцевальные практики и их внедрение совместно с общим образовательным процессом в школе могут оказать положительное воздействие на развитие когнитивных способностей у детей младшего школьного возраста.

Результаты исследования были подвергнуты математически-статистическому анализу, за основу которого были взяты непараметрический критерий для независимых выборок U-критерий Манна–Уитни и непараметрический критерий для зависимых выборок T-критерий Уилкоксона.

### **Выводы**

1. Сочетание низкого и среднего уровней развития межличностного и внутриличностного эмоционального интеллекта сопряжено с риском недостаточного уровня развития когнитивных способностей для дальнейшего личностного роста.
2. Эмоциональная сфера представляет собой главный элемент в развитии и становлении любого ребенка.
3. В работе над повышением уровня эмоционального интеллекта младших школьников посредством танцевальных практик наиболее существенны компоненты, относящиеся к внутриличностному эмоциональному интеллекту (понимание своих эмоций, управление своими эмоциями), межличностным отношениям (эмпатия, социальная ответственность), адаптивность (гибкость мышления, оценка действительности), управление стрессом (контроль за импульсивностью), общее настроение (позитивное восприятие происходящего, оптимизм).

Программа психолого-педагогического сопровождения развития эмоционального интеллекта на танцевальных практиках, построенная на основе учета сформированности когнитивных способностей (восприятие, воображение, внимание, память, мышление), способствует повышению уровня эмоционального интеллекта. По результатам итогового тестирования в экспериментальной группе установлено, что в результате внедрения авторской программы психолого-педагогического сопровождения «Эмоушен лаб» наблюдается повышение уровня эмоционального интеллекта по всем критериям, что свидетельствует о положительной динамике процесса развития необходимых для их личностного роста навыков.

### Список литературы

1. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. Почему он значит больше, чем IQ / Пер. с англ. А.П. Исаевой. 6-е изд. М.: Манн, Иванов и Фербер, 2018. 544 с.
2. Экман Пол. Психология эмоций [= Emotions Revealed: Recognizing Faces and Feelings to Improve Communication and Emotional Life] / Пер. с англ.: В. Кузин. СПб.: Питер, 2015. 336 с.
3. Филимоненко Ю.И., Тимофеев В.И. Тест Д. Векслера. Диагностика структуры интеллекта. СПб.: Иматон, 2018. 112 с.
4. Габдулхаков В.Ф. О взаимосвязанном развитии физических и когнитивных способностей детей // Современное дошкольное образование. 2021. № 1(103). С. 18-26. DOI: 10.24411/1997-9657-2021-10092.
5. Руссу Н.А. Развитие эмоционального интеллекта детей среднего детства в процессе танцевальной деятельности // Труды Санкт-Петербургского государственного института культуры. 2020. Т. 221. С. 67-72.
6. Афиногенова Е.А., Романова О.В. Танец как средство развития эмоционального интеллекта в младшем школьном возрасте // Весенние психолого-педагогические чтения: материалы V Всероссийской научно-практической конференции, посвящённой памяти почётного профессора АГУ А.В. Буровой (Астрахань, 19 апреля 2021 года). Астрахань: Издательский дом "Астраханский университет", 2021. С. 213-216.
7. Кузнецова Ю.Н. Ценностные детерминанты содержания принимаемых личностью решений: автореф. дис. ... канд. психол. наук. Казань, 2007. 19 с.