# Дисциплина в детском хореографическом коллективе

**Дисциплина —** качество, которое так необходимо в хореографии. Без него организовать процесс занятий и прийти к поставленной в цели практически невозможно.Это определенный порядок поведения людей в соответствии с установленными в обществе правилами, нормами и законами*.*

**Дисциплина:**

* необходимое условие существования человека в обществе;
* позволяет обеспечить упорядоченный характер жизни человека;
* дает возможность контролировать человеку свои поступки, желания и чувства;
* позволяет человеку отделять свои поступки от преступлений, тем самым в обществе соблюдается установленный порядок.

**Дисциплина** — понятие социальное, и то, что дети не обладают дисциплинированностью — норма. Поэтому дисциплинированность необходимо формировать и развивать.

**В основу дисциплины входят:**

* произвольное поведение;
* волевое поведение.

Произвольность**—**это осознанность своего поведения, возможная благодаря развитию средств овладения собой. Произвольность действийхарактеризуется сознанием цели и стремлением к ее достижению, а также предварительным представлением о характере самого движения.

Воля**—**это способность действовать в направлении сознательно поставленной цели, преодолевая при этом внешние и внутренние препятствия.

Произвольность формируется у детей старшего дошкольного возраста, а воля к 10-12 годам.

При этом произвольное поведение развивается в неразрывном единстве с волей: каждый этап развития произвольности предполагает становление новых мотивов, побуждающих к овладению своим поведением.

### Развитие произвольности и волевых усилий

1. **Дошкольники — 3-7 лет.** В этот период происходит развитие произвольности посредством речевых инструкций, образцов и правил поведения. Сначала совместно со взрослым, а потом самостоятельно. К 6-7 годам включаются игры с правилами и ограничениями. Очень хорошим элементом подкрепления произвольного поведения детей становятся одобрение, похвала и вознаграждение.

**Схема развития воли и произвольности** в дошкольном возрасте:

* Мотивы, побуждающие к овладению своим поведением;
* Произвольность поведения (осознанность, опосредованность средствами-образцы: инструкция, нормы, правила);
* Волевая регуляция.

*Важно! Если ребенок не овладел инструментами произвольности, у него будет очень слабая воля. Показатель формирования волевых усилий — это сформированность произвольной сферы, когда ребенок четко понимает план действий.*

Большинство западных психологов употребляют термины саморегуляция и самоконтроль как синонимы слова «произвольность», предполагая следование образцам социального, одобряемого поведения. Так, Э. Маккоби выделяет следующие новообразования дошкольного возраста, свидетельствующие о развитии самоконтроля:

* появление способности к торможению двигательной активности;
* способность откладывать удовольствие (подкрепление);
* становление способности сдерживать сильные эмоции;
* возможность вести себя в соответствии с требованиями ситуации.

Исследования известного отечественного психолога Смирновой Е.О. показали, что осознание своего свободного, ненормированного поведения и овладение им можно рассматривать как следующий и высший в дошкольном возрасте этап развития произвольности. Средством осознания поведения на этом этапе является временной план деятельности, связь настоящих действий с прошлыми и с будущими. Предметом сознания и деятельности ребенка становится его собственное поведение, которое он сам может контролировать и преобразовывать.

*Важнейшим условием развития произвольности в дошкольном возрасте является организация самостоятельной осмысленной деятельности ребенка, предполагающая последовательную актуализацию:*

1) позиции взрослого над ребенком;

2) постановку ребенка в активную позицию;

3) постановку ребенка в позицию над взрослым в совместной деятельности;

4) постановку ребенка в позицию над ситуацией.

**2. Младший школьный возраст — 7-8 лет.**Начинается старт формировании воли.

**3. Средний школьный возраст** — 10-12 лет.Формирование воли проявляется в форме волевых усилий, когда необходимо подчиниться требованиям учителя, взрослых, сверстников.

**4. Подростковый возраст** — 14-15 лет.Умение сдерживать себя, произвольность внимания, сосредоточенность.

**5. Юношеский возраст** — 16-18 лет.Развивается устойчивое умение преодолевать трудности, самостоятельность, умение проявлять выдержку и решительность.

*Развитие произвольности и воли проходит поэтапно. И если на каком-то из этапов произошел сбой — то к 16-18 годам ребенок не получит устойчивости к преодолению трудностей, привыкнет лениться, не будет самостоятельным, не будет проявлять выдержку и решительность.*

### Признаки волевого поведения

1. **Дисциплинированность** — сознательное выполнение установленного в данной деятельности порядка (соблюдение требований учителя, выполнение правил в учебной деятельности), добровольное выполнение правил, установленных коллективом, недопущение проступков (уход без разрешения с занятий, неявка на мероприятие), соблюдение хорошего поведения при изменении обстановки.

**2. Самостоятельность** — умение отстоять свое мнение,   
самому найти себе занятие и организовать свою деятельность или досуг без помощи взрослых, не проявляя при этом упрямства,   
соблюдение выработанных привычек самостоятельного поведения в новых условиях деятельности, выполнение посильной работы без помощи и постоянного контроля со стороны (без напоминаний, подсказок).

**3. Упорство и настойчивость** — умение продолжать деятельность при нежелании ею заниматься или при возникновении другой, более интересной деятельности, умение проявить упорство при изменившейся обстановке (смене коллектива, условий труда).

**4. Выдержка** — проявление терпения в деятельности, выполняемой в затруднительных условиях (помехи, неудачи), контроль своего поведения в непривычной обстановке, умение держать себя в конфликтных ситуациях (при спорах) и тормозить чувства при сильном эмоциональном возбуждении (радость, негодование).

**5. Организованность** — соблюдение определенного порядка, способствующего успеху в деятельности (держать в порядке книги, рабочее место),   
планирование своих действий и разумное их чередование, рациональное распределение времени с учетом обстановки, умение вносить в свою деятельность определенную организацию при изменении обстановки, опрятный внешний вид, пунктуальность.

**6.** **Решительность** — быстрое и обдуманное принятие решений при выполнении того или иного действия или поступка,  выполнение принятого решения без колебаний, уверенно, время эмоциональных возбуждений, проявление решительных действий в непривычной обстановке.

**7. Инициативность** — проявление субъективного творчества, выдумки, рационализации, участие в осуществлении разумного новшества, хорошего начинания, исходящего от других, активная поддержка коллектива в реализации намеченных планов, стремление проявить инициативу в непривычной обстановке.

**8. Целеустремленность** — является волевым свойством личности, проявляющимся в подчинении человеком своего поведения устойчивой жизненной цели, готовности отдать все силы и способности для ее достижения. Этой перспективной целью обусловлены частные цели как необходимые ступени на пути к достижению основной цели — а все лишнее, ненужное отбрасывается.

**9. Смелость** — умение противостоять страху и идти на оправданный риск во имя поставленной цели.

### Факторы, влияющие на становление дисциплинированности

1. **Тип детско-родительских отношений.**

Дети дисциплинированны, как правило, в авторитетных семьях, где дисциплина привита с рождения и является нормой поведения.

1. **Модель дисциплины в семье.**

Дисциплина у ребенка — это результат модели дисциплины в его семье (есть ли у ребенка режим дня, умеют ли родители планировать день или свою деятельность и учат ли этому своего ребенка).

1. **Тип темперамента.**

Холерик, сангвиник, флегматик, меланхолик — дается при рождении и никогда не меняется. Надо учитывать, что наименее дисциплинированные ученики — это холерики, часто нарушающие дисциплину из-за своей манерности и желания все делать по-своему.

1. **Психологическое здоровье.**

Психологически благополучный и адекватный ребенок, как правило, дисциплинирован, когда это необходимо.

1. **Мотивация к занятиям.**

Низкая мотивация и отсутствие интереса способствует потере у ребенка важности и осознанности своего поведения и, как следствие, дисциплины на занятиях.

1. **Личность педагога-хореографа.**

Педагогу самому необходимо быть собранным, целеустремленным и дисциплинированным, а также четко понимать, что постоянно «держать в дисциплине» детей нельзя — это может способствовать усталости, напряженности и неврозу, а также потере у детей интереса к занятиям хореографией.

### Рекомендации педагогам-хореографам

1. Разработка правил группы и озвучивание перед детьми требований хореографа. Эффективно это делать в начале учебного года.
2. Система вознаграждений и ограничений.
3. Введение в урок минутки «шалости» для дошкольников и младших школьников. Отдых, переключение для более старших детей.
4. Поддержание интереса и мотивации на занятиях.
5. Взаимодействие с учениками с учетом типа темперамента.

**Рекомендации детям по тренировке своей силы воли**

1. Продолжай делать то, что делал, ещё пять минут, даже если ты устал.
2. Попробуй сделать очень медленно то, что ты обычно делаешь быстро.
3. Воздержись говорить то, что «подмывает» сказать сразу, и медленно сосчитай до десяти.
4. Сразу же приступай к тому, что тебе хочется отложить на потом.
5. В деле, которое тебе не нравится, но которое всё равно надо делать, найди не меньше трёх привлекательных сторон.
6. Если что-то не получается сразу, говори себе волшебные слова «Я могу!**»**, они придадут тебе силы и уверенность.

### Правила взаимодействия хореографа с учениками в зависимости от их типа темперамента

* 1. **Холерик:**

Вспыльчив, резок, раздражителен, эмоционально реактивен, быстро включается в дело и быстро остывает, требует оценки своих действий.

*Правила взаимодействия с ним:*

* спокойный ровный тон педагога;
* предъявление четких и обоснованных требований;
* демонстрация перспектив деятельности;
* положительная оценка деятельности ученика.
  1. **Сангвиник:**

Подвижный, легко приспосабливается к обстоятельствам, общительный, контактный, способен быстро схватывать все новое, конструктивен, однако бывает излишне рационален, не всегда доводит дело до конца.

*Правила взаимодействия с ним:*

* четкая постановка целей деятельности;
* возможность демонстрации ребёнком его достижений;
* одобрение и поддержка взрослого;
* учет интересов ребёнка в порученном деле.
  1. **Флегматик:**

Инертен, спокоен, мало подвижен, медлителен, но очень настойчив.

*Правила взаимодействия с ним:*

* демонстрация практического результата выполняемой работы;
* контроль выполняемой работы (на каждом этапе деятельности);
* использование положительных методов воздействия;
* отсутствие в деятельности взрослых ярлыков;
* поддержка начинаний ребёнка проявления его инициативы.
  1. **Меланхолик:**

Необщителен, замкнут, впечатлителен, обидчив и слезлив, медлителен, рассудителен, эмоционален.

*Правила взаимодействия с ним:*

* эмоциональное поглаживание и эмпатия;
* создание условий для выполнения совместной групповой деятельности;
* демонстрация достижений ребёнка;
* объективная оценка вклада его действий в общее дело.

***Итак,*** *на какие моменты стоит обращать внимание при формировании дисциплины в группе:*

* создание условий для сотрудничества хореографа с учениками и учеников между собой;
* создание доброжелательной обстановки, позитивные установки, отсутствие криков и оскорблений;
* внимательное наблюдение за особенностями межличностного общения между детьми, купирование конфликтов и совместная рефлексия;
* учет темперамента учеников и возрастных особенностей формирования произвольности и воли;
* создание четких и понятных правил. За первое нарушение правил — прощение, за последующие — ограничения.

*К 18 годам дисциплина должна стать внутренним средством личности ребенка: «Если я понимаю, что я нарушаю правила и мои действия ведут к разобщенности в коллективе и к проблеме — я не буду этого делать».*