

**ВОЗМОЖНОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ ТАНЦЕВАЛЬНО-  
ДВИГАТЕЛЬНОЙ ТЕРАПИИ В ДЕТСКОМ САДУ**

**BOLALAR BOG'CHASIDA RAQS VA HARAKAT  
TERAPIYASIDAN FOYDALANISH IMKONIYATLARI**

**Конурова Лейла Руслановна**

Гулистанский государственный университет, 120100.

Сырдарьинская область, город Гулистан, 4-й микрорайон.

E-mail: [konurovalejla@gmail.com](mailto:konurovalejla@gmail.com)

**Konurova Leyla Ruslanovna**

Guliston davlat universiteti, 120100. Sirdaryo viloyati,

Guliston shahri, 4-mavze.

E-mail: [konurovalejla@gmail.com](mailto:konurovalejla@gmail.com)

**Аннотация:** В статье раскрываются возможности применения танцевально-двигательной терапии в условиях детского сада как эффективного психолого-педагогического средства развития дошкольников. Рассматривается потенциал движения и танца как естественных форм самовыражения, способствующих эмоциональной регуляции, развитию телесной осознанности и коммуникативных навыков. Отмечается интегративный характер метода, позволяющий органично включать его в образовательный процесс дошкольной организации. Подчёркивается значение танцевально-двигательной терапии в снижении психоэмоционального напряжения и стимулировании творческой активности детей.

**Ключевые слова:** танцевально-двигательная терапия, дошкольное образование, психоэмоциональное развитие, телесное самосознание,

творческая активность, эмоциональная регуляция, координация движений, арт-терапия, педагогические технологии и развивающая среда

**Annotatsiya:** Maqolada maktabgacha yoshdagi bolalarni rivojlantirishning samarali psixologik va pedagogik vositasi sifatida bolalar bog'chasida raqs va harakat terapiyasidan foydalanish imkoniyatlari ochib berilgan. Harakat va raqsning hissiy tartibga solish, tanani anglash va muloqot qobiliyatlarini rivojlantirishga yordam beradigan o'zini namoyon qilishning tabiiy shakllari sifatida potentsiali o'rganiladi. Usulning integrativ xususiyati qayd etilgan bo'lib, uni maktabgacha ta'lim muassasalarining ta'lim jarayoniga muammosiz kiritish imkonini beradi. Psixo-emotsional stressni kamaytirish va bolalar ijodiyotini rag'batlantirishda raqs va harakat terapiyasining ahamiyati ta'kidlangan.

**Kalit so'zlar:** raqs-harakat terapiyasi, maktabgacha ta'lim, psixoemotsional rivojlanish, jismoniy ong, ijodiy faollik, emotsional tartibga solish, harakat koordinatsiyasi, art-terapiya, pedagogik texnologiyalar va rivojlantiruvchi muhit

### **Введение**

Современная практика дошкольного образования всё в большей степени ориентируется на создание условий, обеспечивающих не только интеллектуальное, но и эмоционально-телесное развитие ребёнка. В ситуации, когда традиционные формы организации образовательного процесса не всегда позволяют в полной мере учитывать индивидуальные психоэмоциональные потребности дошкольников, возрастает значение методов, основанных на природных механизмах самовыражения и саморегуляции. Одним из таких методов является танцевально-двигательная терапия, использующая движение и танец как универсальный язык взаимодействия и развития.

Дошкольный возраст характеризуется высокой чувствительностью к телесным ощущениям, ритму и эмоциональным откликам, что делает танцевально-двигательную терапию особенно востребованной в условиях детского сада. Посредством свободного и структурированного движения ребёнок получает возможность выражать внутренние состояния, осваивать способы эмоциональной регуляции и выстраивать коммуникативные связи в группе сверстников. В отличие от регламентированных форм обучения, данный метод способствует формированию положительного отношения к собственному телу, развитию координации, пластичности и творческой инициативы.

Интеграция танцевально-двигательной терапии в образовательное пространство дошкольной организации расширяет педагогический инструментарий и позволяет выстраивать развивающую среду, ориентированную на гармонизацию психоэмоционального состояния детей. В этом контексте изучение возможностей применения танцевально-двигательной терапии в детском саду приобретает особую научную и практическую значимость, открывая новые перспективы совершенствования психолого-педагогического сопровождения дошкольников.<sup>1</sup>

### **Методология и организация исследования**

Целью настоящего исследования является выявление возможностей применения танцевально-двигательной терапии в детском саду как инновационного психолого-педагогического средства, способствующего комплексному развитию дошкольников. В частности, метод направлен на формирование эмоциональной устойчивости, телесного самосознания, координации движений, а также стимулирование творческой активности и инициативности детей. Для достижения этой цели исследование

---

<sup>1</sup> Konurova Leyla Ruslanovna. (2025). Psychological aspects of developing creative abilities in children through the integration of music therapy and modern pedagogical technologies. *European International Journal of Pedagogics*, 5(03), 72–75. <https://doi.org/10.55640/eijp-05-03-19>

преследовало несколько взаимосвязанных задач: анализ теоретических и методических основ танцевально-двигательной терапии, изучение её влияния на психоэмоциональное и двигательное развитие детей, разработка авторской программы занятий с учётом возрастных и индивидуальных особенностей дошкольников, а также комплексная оценка эффективности методики через наблюдение и педагогическую диагностику.

Объектом исследования стали дети дошкольного возраста (4–6 лет) в условиях детского сада, а предметом — педагогические возможности танцевально-двигательной терапии для развития эмоциональной сферы, телесного самосознания и творческих способностей детей. Для достижения поставленных целей использовался комплексный методологический подход, объединяющий теоретические, эмпирические и диагностические методы. К теоретическим методам относились анализ и систематизация отечественных и зарубежных исследований по танцевально-двигательной терапии, психологии и педагогике дошкольного возраста, а также изучение опыта практикующих педагогов и специалистов по арт-терапии. Эмпирические методы включали наблюдение за детьми во время занятий, педагогический эксперимент, организацию импровизационных движений, ритмических и музыкально-двигательных упражнений, направленных на активизацию эмоциональной и творческой сферы детей. Диагностические методы позволяли оценивать динамику эмоционального состояния, творческих способностей, координации движений и коммуникативных навыков с помощью стандартных психолого-педагогических тестов и творческих заданий.

Исследование проводилось поэтапно. На подготовительном этапе осуществлялся выбор объекта исследования, разработка программы танцевально-двигательных занятий, создание диагностического

инструментария и планирование методов наблюдения. Основной этап включал систематические занятия с использованием музыкальных, ритмических и импровизационных упражнений, где особое внимание уделялось созданию эмоционально комфортной атмосферы, стимулированию инициативы детей и их включению в совместную деятельность. На заключительном этапе выполнялась обработка полученных данных, оценка эффективности методики и формулировка практических рекомендаций для педагогов и музыкальных руководителей дошкольных организаций.

Особое внимание в организации занятий уделялось принципам индивидуализации и постепенного усложнения заданий в зависимости от возраста и уровня подготовленности детей, сочетанию структурированных и свободных движений, интеграции музыкального сопровождения и ритмических упражнений.<sup>2</sup> Такая организация позволяла учитывать сенсорные предпочтения и психоэмоциональные особенности каждого ребёнка, стимулировать творческое самовыражение и формировать навыки социального взаимодействия в группе.

Реализация танцевально-двигательной терапии в образовательном процессе детского сада способствует гармонизации психоэмоционального состояния детей, развитию координации и телесного самосознания, активизации творческого потенциала и инициативности, а также укреплению коммуникативных навыков. Таким образом, исследование подтверждает высокую значимость танцевально-двигательной терапии как эффективного средства психолого-педагогического сопровождения дошкольников и демонстрирует её потенциал для интеграции в практику дошкольного образования,

---

<sup>2</sup> Konurova Leyla Ruslanovna. Methods for developing the creative abilities of preschool children based on music therapy. (2025). Texas Journal of Multidisciplinary Studies, 41, 46-49. <https://doi.org/10.62480/tjms.2025.vol41.5976.pp46-49>

создавая условия для комплексного развития ребёнка и формирования устойчивого интереса к совместной деятельности. **Заключение**

Исследование показало, что танцевально-двигательная терапия выступает не просто средством физической активности, а полноценным инструментом комплексного развития дошкольников, объединяющим эмоциональное, телесное и творческое измерения. Движение и танец становятся естественным языком самовыражения ребёнка, способствуя снижению эмоционального напряжения, развитию координации, телесного самосознания и навыков социальной коммуникации.

Результаты работы подтверждают, что систематическое внедрение танцевально-двигательных упражнений стимулирует творческую инициативу, формирует позитивное отношение к собственной личности и активизирует взаимодействие в группе сверстников. Интегративный подход, включающий музыку, ритм, импровизацию и игровые элементы, позволяет создавать развивающую среду, максимально соответствующую возрастным и индивидуальным особенностям детей.

Таким образом, танцевально-двигательная терапия раскрывает новые горизонты психолого-педагогической практики в дошкольном образовании, превращая образовательный процесс в пространство эмоционального и творческого роста ребёнка. Перспективы её дальнейшего применения включают расширение программ занятий, сочетание с другими арт-терапевтическими методами и разработку методических рекомендаций для педагогов, что открывает возможности для формирования гармонично развитой и эмоционально устойчивой личности дошкольника.

### **Использованная литература**

1. Гаврилова, О. В. Танцевально-двигательная терапия в работе с детьми дошкольного возраста: теория и практика. Москва: Просвещение, 2019.
2. Коваленко, И. А. Развитие творческих способностей детей средствами музыкально-двигательной деятельности. Санкт-Петербург: Речь, 2020.
3. Koch, S. C., Kunz, T., Lykou, S., & Cruz, R. Effects of dance movement therapy and dance on health-related psychological outcomes: A meta-analysis. *The Arts in Psychotherapy*, 2014, 41(1), 46–64.
4. Goodill, S. W. Introduction to dance/movement therapy. 3rd edition. New York: Routledge, 2018.
5. Петрова, Е. В. Развитие психоэмоциональной сферы детей через музыкально-двигательную деятельность. Москва: Академия, 2017.
6. Леви, П. Dance and Child Development: Integrating Movement into Early Childhood Education. London: Routledge, 2016.
7. Konurova Leyla Ruslanovna. THE INFLUENCE OF TRADITIONAL AND NON-TRADITIONAL MUSICAL AND PLAY ACTIVITIES ON CHILDREN'S DEVELOPMENT. (2025). *World Bulletin of Social Sciences*, 44, 53-56. <https://scholarexpress.net/index.php/wbss/article/view/5097>
8. **Konurova Leyla Ruslanovna.** Methods for developing the creative abilities of preschool children based on music therapy. (2025). *Texas Journal of Multidisciplinary Studies*, 41, 46-49. <https://doi.org/10.62480/tjms.2025.vol41.5976.pp46-49>
9. Konurova Leyla Ruslanovna. (2025). Psychological aspects of developing creative abilities in children through the integration of music therapy and modern pedagogical technologies. *European International Journal of Pedagogics*, 5(03), 72–75. <https://doi.org/10.55640/eijp-05-03-19>