

Наталія Чупрун

ПЕДАГОГІЧНІ АСПЕКТИ МЕТОДИКИ ФОРМУВАННЯ ОСНОВНИХ КОМПОНЕНТІВ КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ У ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ХОРЕОГРАФІЄЮ

Стаття присвячена вивченню проблеми формування координаційних здібностей у дітей молодшого шкільного віку в процесі занять хореографією. Мета роботи – розкрити педагогічні аспекти методики формування основних компонентів координаційних здібностей у дітей молодшого шкільного віку в процесі занять хореографією. Методи і організація дослідження: аналіз і узагальнення науково-методичної літератури та передової педагогічної практики, методи математичної статистики. Дослідження проводилося на базі ЗОШ №7 м. Переяслава – Хмельницького, в експерименті взяли участь 59 дівчаток і 62 хлопчики молодшого шкільного віку. У статті розкриті педагогічні аспекти формування основних компонентів у структурі координаційних здібностей дівчаток та хлопчиків 6-9 років.

Ключові слова: координаційні здібності, молодший шкільний вік, хореографія.

Статья посвящена изучению проблемы формирования координационных способностей у детей младшего школьного возраста в процессе занятий хореографией. Цель работы - раскрыть педагогические аспекты методики формирования основных компонентов координационных способностей у детей младшего школьного возраста в процессе занятий хореографией. Методы и организация исследования: анализ и обобщение научно-методической литературы и передовой педагогической практики, методы математической статистики. Исследование проводилось на базе ООШ № 7 г. Переяслава - Хмельницкого, в эксперименте приняли участие 59 девочек и 62 мальчика младшего школьного возраста. В статье раскрыты педагогические аспекты формирования основных компонентов в структуре координационных способностей девочек и мальчиков 6-9 лет.

Ключевые слова: координационные способности, младший школьный возраст, хореография.

The paper studies the problem of formation of coordination abilities in children of primary school age in the choreography. Purpose - to reveal the pedagogical aspects of the method of forming the main components of the coordination abilities of children of primary school age in the choreography. Methods and organization studies: analysis and synthesis of scientific and methodological literature and pedagogical practice, methods of mathematical statistics. The study was conducted on the basis of secondary school № 7 Pereyaslav - Khmelnytsky, the experiment was attended by 59 girls and 62 boys of primary school age. In the article the pedagogical aspects of the formation of the main components in the structure of the coordination abilities of boys and girls 6-9 years.

Key words: coordination abilities, primary school age, and choreography.

Постановка проблеми. Національна доктрина розвитку освіти вказує на необхідність використання різноманітних форм рухової активності та інших засобів фізичного вдосконалення з метою збереження здоров'я громадян як найбільшої суспільної цінності. Одним із перспективних напрямів удосконалення системи фізичного виховання молодших школярів є пошук і наукове обґрунтування ефективних засобів і методів розвитку рухових якостей і координаційних здібностей дітей.

У наш час танець широко застосовують у галузі професійно–прикладної підготовки,

спеціальної й позатренувальної підготовки спортсменів, фізичного виховання дошкільників та дітей молодшого шкільного віку. Як синтетичний вид мистецтва, хореографія має потенційні можливості для вирішення багатьох завдань фізичного виховання, у тому числі й сприянні розвитку координаційних здібностей, оскільки хореографічні вміння й навички за своєю природою, структурою й методикою вивчення ідентичні до рухових. Проте відсутні науково-методичні розробки, які б висвітлювали всі аспекти процесу формування координаційних здібностей дітей засобами хореографічної діяльності. Тому ця проблема є особливо актуальною і потребує детального дослідження та висвітлення.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Історично склалося так, що відомі мистецтвознавці, педагоги, філософи різних часів підкреслювали необхідність раннього залучення дітей до танцювальної діяльності з метою їх різнобічного розвитку (В. Верховинець, Д. Лок, Лукіан, К. Орф, Р. Оуен, Платон, С. Русова).

Сучасна теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного та молодшого шкільного віку рекомендує включати танцювальні рухи у зміст ранкової гімнастики (Л.А. Блудова, Е.С. Вільчковський), ритмічної гімнастики (С.В. Варданян, В.Е. Гранде, М.П. Малашенко, В.Ю. Соміна, Т.Т. Ротерс), наповнювати танцями й образними танцювальними рухами різні форми роботи з фізичного виховання (Е.Г. Сайкіна, Ж.Е. Фірілеєва).

Вивченню проблеми розвитку фізичних та координаційних здібностей молодших школярів у дослідженнях останніх років приділено багато уваги (Л.В. Волков, В.І. Лях, І.І. Козетов, Т.В. Скалій, А.П. Матвеев, С.В. Сембрат, П.П. Коханець, С. І. Присяжнюк, О.П. Швець, Л.В. Ковальчук та інші). Більшість учених, практиків, авторів сучасних програм із фізичної культури для загальноосвітніх шкіл визнають важливість розвитку координаційних здібностей у підростаючого покоління [1; 3; 6]. Особливо це стосується дітей молодшого шкільного віку. У цей віковий період закладаються основи управління рухами, формуються вміння і навички, відсутність яких неможливо компенсувати в старшому віці [3; 8]. Все це залишає актуальною проблему рухового досвіду та координаційної підготовленості в молодшому шкільному віці.

Мета написання статті – визначити педагогічні аспекти методики формування основних компонентів координаційних здібностей у молодших школярів у процесі занять хореографією.

Методи і організація дослідження: аналіз і узагальнення науково-методичної літератури та передової педагогічної практики, педагогічне тестування, методи математичної статистики. Дослідження проводилося на базі ЗОШ №7 м. Переяслава – Хмельницького, в експерименті взяли участь 59 дівчаток і 62 хлопчики молодшого шкільного віку.

Виклад основного матеріалу. У якості теоретичного й методичного підґрунтя при розробці методики формування основних компонентів координаційних здібностей молодших школярів в процесі занять хореографією ми використали знання та практичний досвід провідних фахівців [1; 2; 4; 5], дотримувалися основних концепцій та положень сучасних вітчизняних та зарубіжних дослідників.

Узагальнення передового досвіду з проблем формування координаційних здібностей дітей молодшого шкільного віку [1; 3] свідчить про те, що своєчасний початок занять є основою успішності розвитку цих здібностей.

Формування основних компонентів координаційних здібностей елементами хореографії на уроках фізичної культури в школі має базуватися на врахуванні у побудові методики найбільш інформативних показників для певного віку й статі, які впливають на успішне засвоєння того чи іншого елемента. Передбачається, що цілеспрямований педагогічний вплив на інформативні для кожного віку та статі психофізіологічні показники у процесі занять танцювальними вправами підвищить ефективність формування основних компонентів у структурі координаційних здібностей учнів початкової школи.

На основі узагальнення теоретичних положень нами визначені основні педагогічні умови ефективного використання танцювальних рухів у формуванні координаційних здібностей

школярів, а саме:

- постійне поповнення рухового досвіду;
- використання в зазначеній діяльності танцювальних елементів з різних видів хореографії;
- цілеспрямований розвиток фізичних здібностей, високий рівень розвитку яких забезпечує успішність засвоєння техніки танцювальних рухів, що обумовлює розвиток координаційних здібностей;
- створення умов для імпровізації танцювальних рухів у процесі занять фізичною культурою.

Постійне використання музично-рухових ігор хореографічної спрямованості сприяє стійкості сформованих умінь і навичок та підвищує інтерес до занять фізичними та танцювальними вправами.

Вивчення літературних даних [3; 4; 5; 8] та проведені дослідження дозволили окреслити зміст та особливості методики формування основних компонентів координаційних здібностей елементами хореографії у процесі занять фізичною культурою.

Таким чином, при розробці змісту занять із фізичної культури хореографічної спрямованості з учнями 1-4 класів основними завданнями ми вважаємо систематичне поновлення рухового досвіду, удосконалення морфофункціональних показників та спеціальної фізичної підготовки, які беруть участь у формуванні структури координаційних здібностей та їх основних компонентів.

При підборі засобів навчання за експериментальною методикою ми керувалися необхідністю розвитку м'язових відчуттів, чуття часу, простору, ритму та рівноваги, що забезпечується цілеспрямованим впливом на функціонування рухового, слухового та зорового аналізаторів і вестибулярного апарату за допомогою спеціальних вправ з хореографії.

Методика формування основних компонентів координаційних здібностей уключає комплекси танцювальних вправ для розвитку психофізіологічних показників учнів, які є найбільш інформативними для формування того чи іншого компонента в структурі координаційних здібностей залежно від віку та статі, зокрема здібностей до рівноваги, часової, силової та просторової орієнтації, точності та координації рухів і відчуття ритму.

Комплекси застосовувалися в підготовчій частині уроку у вигляді загально та спеціально розвиваючих (підвідних) вправ, а також в основній частині у вигляді танцювальних етюдів і музично-рухових ігор хореографічної спрямованості.

Для розвитку почуття рівноваги ми використовували вправи, що вимагають участі вестибулярної та сенсорної системи. Так, на уроках фізичної культури ми пропонуємо застосовувати вправи класичного та народного екзерсису – основу при формуванні *aplomb* як біля опори, так і по середині залу, витримання поз «attitude», «arabesque», імітаційних поз «ластівки», «журавля» та інших. Також для розвитку вестибулярного апарату дітей 6-9 років пропонуємо використовувати музично-рухові ігри з різким припиненням гри та збереженням пози за сигналом учителя або зміною музичного супроводу.

Для розвитку в дітей 6-9 років здібності відчувати час ми обирали вправи, які чітко обмежені за часовими параметрами і вимагають контролю часу виконання. Зазвичай, це були марширування на місці і в русі, підвідні танцювальні рухи та елементи танців з конкретною кількістю повторень за одиницю часу, на встановлену кількість рахунків, у певному темпі за заданий час. При цьому особлива увага приділялася вмінню самостійно вести підрахунок, слідкуючи за часом.

Для формування в учнів м'язового відчуття ми використовували вправи на розслаблення та напругу різних м'язових груп послідовно та одночасно; вправи з дозованими зусиллями та вагою додаткових предметів, зокрема: танцювальні рухи з м'ячами, хустинками, стрічками та прапорцями. Варто зазначити необхідність формування в учнів уявлення про ступені максимальних, оптимальних та мінімальних зусиль. Лише за умови вироблення відчуття міри власних зусиль учні виконували вправи за завданням учителя. Тож для вирішення даних завдань ми використовували марш та різновиди бігу, танцювальні кроки, імітацію ходи тварин та природних явищ у заданому темпі зі зміною напрямку за сигналом учителя.

Для розвитку в учнів початкових класів відчуття орієнтування в просторі ми використовували фігурне марширування, різні види танцювальних бігів та стрибків, елементи танців, які виконували з пересуваннями у різні сторони; зміна напрямку руху за сигналом учителя чи зміною характеру музичного супроводу. При цьому особлива увага приділялася умінню самостійно орієнтуватися в залі та чітко просуватися в заданому напрямку.

За даними В.І. Ляха [3], відчуття часових, м'язових зусиль та просторових параметрів рухів ефективно розвиваються у комплексі одне з одним. Підтвердженням цьому є й результати власних досліджень. Найкращим засобом для вирішення цих завдань є музично-рухові ігри хореографічної спрямованості, які вимагають точних рухів. При цьому в поєднанні з високою емоційністю дозволяють підвищувати в учнів інтерес не лише до занять фізичними вправами, а й до занять хореографією.

З метою виховання відчуття ритму в учнів початкової школи ми використовували вправи на зв'язок рухів з музикою, а саме: різні види ходьби та бігу в певному темпі та із зміною темпу, під музику різного розміру та характеру; марш на місці та в русі із притопами та прихлопами; стрибки на місці та в різних напрямках під музику заданого темпу чи темпу, що змінюється; чергування повільних і швидких, високих і низьких стрибків під музичний супровід; хореографічні комбінації на основі вивчених різновидів ходьби, бігу та стрибків у поєднанні з прихлопами та притопами під музику.

Для розвитку в учнів 1-4 класів здібності до точності та координації рухів ми використовували вправи, що вимагають узгодження рухів різних частин тіла з музичним супроводом, зокрема: елементи народного танцю, передбачені чинною навчальною програмою для учнів 1-4 класів із фізичної культури [6], елементи сучасної пластики, імітаційні рухи звірів, явищ природи, образів з мультфільмів та казок, які близькі дитячій уяві, під музичний супровід, складені в танцювальні етюди та танці. При цьому особлива увага зверталася на техніку виконання танцювальних рухів, уміння розрізняти сильну долю такту та узгоджувати рухи тіла з музичним супроводом.

Висновки. Аналіз стану проблеми в літературі підтвердив, що питання використання танцювальних вправ для формування основних компонентів координаційних здібностей дітей молодшого шкільного віку далекі від остаточного розв'язання і потребують детального дослідження та висвітлення.

Заняття танцювальними вправами відповідає потребам, здібностям та можливостям дітей молодшого шкільного віку і має цінний педагогічний потенціал для розвитку їх фізичних та координаційних здібностей.

Отже, врахування педагогічних аспектів є невід'ємною складовою методики формування основних компонентів координаційних здібностей у дітей молодшого шкільного віку з урахуванням їх вікових та статевих особливостей розвитку.

Перспективи подальших досліджень полягають у спрямуванні педагогічного впливу засобами хореографії на формування основних компонентів координаційних здібностей дітей 6-9 років з урахування статево-вікових та індивідуальних особливостей учнів при плануванні змісту навчального матеріалу на уроках фізичної культури та визначенні посильної міри складності.

ЛІТЕРАТУРА

1. Волков Л.В. Спортивна підготовка молодших школярів / Л.В. Волков. – К. : Освіта України, 2010. – 388 с.
2. Егорова С.А., Шумакова Н.Ю. Хореография в помощь школьникам / С.А. Егорова, Н.Ю. Шумакова // Физическая культура в школе. – 2005. – №7. – С. 25-28.
3. Лях В.И. Координационные способности : диагностика и развитие / В.И. Лях .- М. : ТВТ Дивизион, 2006. – 290 с.
4. Ротерс Т. Т. Теория и методика развития личности школьника на ритмических занятиях в общеобразовательной школе / ЛГПУ имени Т. Шевченка / Т.Т. Ротерс. – Луганск : Альма-Матер, 2001. – 250с.

5. Сосина В. Ю. Хореография в гимнастике : учеб. пособие для студентов вузов / В.Ю. Сосина. – К. : Олимпийская литература, 2009. – 135 с.
6. Фізична культура. Програма для загальноосвітніх навчальних закладів 1-4 класи / під ред. Т.Ю. Круцевич. – К., 2011. – 55 с.
7. Фриз П. Теорія і методика хореографічної роботи з дітьми : навч. -метод. пос./ П. Фриз. – Дрогобич, 2006. – 190 с.
8. Шевчук А.С. Українські музично-хореографічні традиції як засіб музично-рухового розвитку старших дошкільників / А.С. Шевчук. – Фастів : Поліфаст, 2005. – 252 с.

ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРА

Чупрун Наталія Федорівна – старший викладач кафедри теорії та методики фізичного виховання і спорту ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди».

Надійшла до друку 24.12.2012 р.