

Н. Ф. Чупрун, Державний вищий навчальний заклад «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»

**СПРЯМОВАНІСТЬ ПЕДАГОГІЧНОГО ВПЛИВУ ПРИ ФОРМУВАННІ
ОСНОВНИХ КОМПОНЕНТІВ КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ
ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ В ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ
ХОРЕОГРАФІЄЮ**

Чупрун Н. Ф.

Спрямованість педагогічного впливу при формуванні основних компонентів координаційних здібностей дітей молодшого шкільного віку в процесі занять хореографією

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. Хореографія має потенційні можливості для вирішення багатьох завдань фізичного виховання, в тому числі, й сприянні розвитку координаційних здібностей, оскільки хореографічні уміння й навички за своєю природою, структурою й методикою вивчення ідентичні до рухових. В статті розкрито спрямованість педагогічних впливів на формування основних компонентів у структурі координаційних здібностей дівчаток та хлопчиків 6-9 років.

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

Чупрун Н. Ф.

Направленность педагогического воздействия при формировании основных компонентов координационных способностей детей младшего школьного возраста в процессе занятий хореографией

Одним из перспективных направлений совершенствования системы физического воспитания младших школьников является поиск и научное обоснование эффективных средств и методов развития двигательных качеств и координационных способностей детей. Хореография имеет потенциальные возможности для решения многих задач физического воспитания, в том числе и содействии развитию координационных способностей, поскольку хореографические умения и навыки по своей природе, структуре и методике изучения идентичны двигательных. В статье раскрыты направленность

педагогических воздействий на формирование основных компонентов в структуре координационных способностей девочек и мальчиков 6-9 лет.

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

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.

В наш час танець широко застосовують в 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, в тому числі, й сприянні розвитку координаційних здібностей, оскільки хореографічні уміння 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 дана проблема є особливо **актуальною** і потребує детального дослідження та висвітлення.

Зв'язок роботи з науковими програмами. Стаття виконується згідно із «Зведеним планом науково – дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту на 2010-2013рр» Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту у межах теми 3.2 «Організаційна структура та критерії оцінювання рівня сформованості спортивного стилю життя підростаючого покоління України» на замовлення Міністерства освіти та науки України, яка виконується на кафедрі теорії та методики фізичного виховання і спорту ДВНЗ «Переяслав –

Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди».

Аналіз останніх 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 в 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), насичувати танцями і образними танцювальними рухами різні форми роботи з фізичного виховання (Е. Г. Сайкіна, Ж. Е. Фірілєєва).

Вивченню проблеми розвитку фізичних та координаційних здібностей молодших школярів в дослідженнях останніх років приділено багато уваги (Л. В. Волков, 2010; В. І. Лях, 2006; І. І. Козетов, 2001; Т. В. Скалій, 2006; А. П. Матвєєв, 2003; С. В. Сембрат, 2003; П. П. Коханець, 2006; С. І. Присяжнюк, 2009; О. П. Швець, 2009; Л. В. Ковальчук, 2004 та інші). Більшість учених, практиків, авторів сучасних програм з фізичної культури для загальноосвітніх шкіл визнають важливість розвитку координаційних здібностей в підростаючого покоління [1, 3, 6]. Особливо це стосується дітей молодшого шкільного віку. У цей віковий період закладаються основи управління рухами, формуються уміння і навички, відсутність яких неможливо сформувані в старшому віці [3, 8]. Все це залишає актуальною проблему рухового досвіду та координаційної підготовленості в молодшому шкільному віці.

Мета роботи – розкрити спрямованість педагогічного впливу при формуванні основних компонентів координаційних здібностей у молодших школярів в 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. Переяслав – Хмельницький протягом 2011-2012 навчального року, в експерименті взяли участь 341 учень початкової школи (170 дівчаток і 171 хлопчик) основної медичної групи.

Результати дослідження. 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.

Вивчення літературних даних [3, 4, 5, 8] та проведене дослідження дозволили виявити сенситивні періоди розвитку окремих компонентів координаційних здібностей у дітей молодшого шкільного віку та окреслити спрямованість педагогічного впливу і особливості методики формування цих компонентів елементами хореографії в процесі занять фізичною культурою.

Таким чином, при розробці змісту занять з 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, відчуття часу, простору, ритму та рівноваги, що забезпечується цілеспрямованим впливом на функціонування рухового, слухового та зорового аналізаторів і вестибулярного апарату за допомогою спеціальних вправ хореографії.

Так, у процесі формування відчуття рівноваги в учнів 6-ти річного віку слід застосовувати наступні вправи: вивчення позицій ніг, рухи у напіввиворотних позиціях; вправи класичного екзерсису *demi* та *grand plie*, *passé*, *releve* у напіввиворотних позиціях біля опори та на середині залу; стрибки по I, II, III позиціях під музику з витягуванням носків у фазі польоту; витримування імітаційних поз «ластівки», «журавля»; музично-рухливі ігри хореографічної спрямованості з різким припиненням рухів та збереження пози за сигналом учителя.

У процесі формування відчуття часових, силових і м'язових зусиль та відчуття просторових параметрів рухів у дітей 6-ти річного віку слід застосовувати наступні вправи: марші на місці та в русі зі встановленою кількістю повторень у заданому темпі; марш в русі зі зміною напрямку за сигналом учителя під музику; фігурне марширування по діагоналі, колу; перешикуння з колони у коло, шеренгу, ланцюжок, «равлик» під рахунок та музику в заданому темпі зі встановленою кількістю повторень; танцювальні кроки – з носка, перемінний, приставний, галоп, польки із зміною напрямку за сигналом учителя чи зміною музичного супроводу; рухи народного танцю – припадання і па де баск на місці та з просуванням у різних напрямках; елементи бального танцю: підготовка до польки (крок і підскок вперед-назад), підготовка до вальсу (крок в сторону і два кроки на місці) вправо і вліво; імітація ходи котика, півника та інших тварин із встановленою кількістю повторень у заданому темпі та із зміною напрямку за сигналом учителя; музично-рухливі ігри хореографічної спрямованості із зміною напрямку руху.

Для формування здібності до точності рухів у хлопчиків 6-ти річного віку ми пропонуємо наступні вправи: підвідні вправи до припадання: *demi plie* та *releve* під музику народного характеру; вправи класичного екзерсису *Battement tendu* вперед, назад в сторону з I, II, III напіввиворотних позицій; елементи народного танцю: присядки - пружинки, м'ячики, жабка; одинарний та потрійний притуп, припадання на місці; I пор де бра для рук.

Під час виконання вправ необхідно загострювати увагу учнів на чіткому виконанні техніки, збереженні позицій, початком і закінченням танцювального руху з музичним супроводом.

У процесі формування відчуття ритму у дівчаток 6-ти річного віку варто застосовувати такі вправи: різні види ходьби на місці під музику у заданому темпі: ходьба з прихлопами, ходьба з притопами; стрибки по I, II, III позиціях під музику різного темпу; чергування повільних і швидких, високих і низьких; крок галопу з короткочасним прискоренням за сигналом учителя; хореографічні комбінації ігрового характеру на основі ритмічних рухів з прихлопами та притопами.

Для ефективного формування координаційних здібностей у хлопчиків та дівчаток 7-ми річного віку важливо здійснювати цілеспрямований педагогічний вплив на розвиток відчуттів до збереження рівноваги, ритму, управління силовими, часовими та просторовими параметрами рухів та координації рухів. Так, у процесі формування відчуття рівноваги в учнів 7-ти річного віку слід застосовувати наступні вправи: вправи класичного екзерсису *demi* та *grand plie*, *passé par terre*, *releve*, *bettement* і *rond de jamb* у напіввиворотних позиціях біля опори та на середині залу; стрибки *saute* під музику з витягуванням носків у фазі польоту; витримування положення *sur le sou-de-pied*, поз I та II «arabesque», «attitude», імітаційних поз тварин; елементи танцю: підготовка до вірьовочки, гармошки, вихилясника; підготовка до *pas balanse* і *pas de bourgee*; музично-рухливі ігри хореографічної спрямованості з різким припиненням рухів та збереження пози за сигналом учителя.

У процесі формування відчуття часових, силових і м'язових зусиль та відчуття просторових параметрів рухів у дітей 7-ти річного віку слід застосовувати наступні вправи: 1) *відчуття силових та м'язових зусиль*: вправи на розслаблення та напруження різних м'язових груп послідовно та одночасно; вправи з хустинками, м'ячами; танцювальні кроки в образах: оленя, журавля, лисиці, кішки, ведмедя, півника; елементи танцю: пружинка, ковирялочка, припадання і *па де баск* на місці, зберігаючи закрите положення рук на поясі.

2) *відчуття часових параметрів рухів*: марші на місці та в русі з встановленою кількістю повторень у заданому темпі; рухи народного танцю – припадання і па де баск на місці під заданий рахунок або у заданому темпі; танцювальні кроки в образах: оленя, журавля, лисиці, кішки, ведмедя, півника із встановленою кількістю повторень у заданому темпі.

3) *відчуття просторових параметрів рухів*: фігурне марширування (хода на високих півпальцях, на п'ятах, з високо піднятими колінами, з підскоком), різноманітні перебудови (з колони в шеренгу і навпаки, з одного кола в два і навпаки, просування по внутрішньому та зовнішньому колі); «ланцюжок», «зірочка», «плетінь», «равлик»; марш в русі зі зміною напрямку за сигналом учителя; танцювальні кроки – з носка, перемінний, приставний, галоп, польки із зміною напрямку за сигналом учителя чи зміною музичного супроводу; рухи народного танцю – припадання і па де баск на місці та з просуванням у різних напрямках; танцювальні кроки в образах: оленя, журавля, лисиці, кішки, ведмедя, півника із зміною напрямку за сигналом учителя; музично-ритмічні ігри хореографічної спрямованості із зміною напрямку руху.

При формуванні здібності до координації рухів у дітей 7-ми річного віку варто застосовувати наступні танцювальні етюди на основі вивчених елементів: «Вовк та семеро козенят», «Пінгвін», «Курчата», «Музичні змійки», масові танці: «Метелиця», «Козачок», «Веселі гуцулята».

У процесі формування відчуття ритму у хлопчиків 7-ми річного віку необхідно використовувати такі вправи: 1) *різні види бігу під музику різного темпу*: крок галопа правим та лівим боком, короткочасні прискорення за сигналом, різноманітні завдання по хлопку: біг із стрибками з поворотом на 90°, 180°; 2) *стрибки під музику різного темпу*: sote по I, II, III позиціях і changement de pieds з витягуванням носків у фазі польоту, стрибки на двох ногах з поворотом на 90°, 180°, чергування швидких і повільних та низьких і високих стрибків; 3) *відплескування різних тривалостей з одночасним маршируванням на місці*.

Для ефективного формування координаційних здібностей у дівчаток і хлопчиків 8 – ми річного віку варто спрямовувати педагогічний вплив на розвиток наступних компонентів, зокрема: відчуття рівноваги, координації та часових параметрів рухів. Так, для розвитку відчуття рівноваги у дітей 8-ми річного віку варто застосовувати такі вправи: вправи класичного екзерсису *demi* та *grand plie*, *passé*, *releve* у виворотних позиціях на середині залу в положеннях; витримування положення *sur le cou-de-pied*, «arabesque», «attitude», імітаційних поз «журавель», «чапля», «півень готовий до бою», «гусак»; стрибки *sote* по I, II, III позиціях і *changement de pieds* у заданому темпі; музично-ритмічні ігри хореографічної спрямованості з різким припиненням рухів та збереження пози за сигналом учителя.

При формуванні здатності до координації рухів у дітей 8-ми річного віку варто застосовувати наступні танцювальні рухи (елементи народного танцю: припадання з подвійним ударом, ковирялочка з моталочкою, вихилясник з упаданням, па де баск, гармошка та присядки, розніжки, повзунець для хлопчиків з одночасним винесенням рук у II чи III позицію) під музику; елементи історико - побутового та бального танцю: крок полонезу балансе, вальсова доріжка під музичний супровід; танцювальні етюди та танці на основі вивчених рухів: «Вальс дружби», «Козачок», «Шкільна полька», «Сороконіжка», «Чунга-чанга», «Наш друг – Буратіно».

При формуванні здібності до часових параметрів рухів у дітей 8-ми річного віку необхідно використовувати такі вправи: марширування на місці та в русі в заданому темпі на вказаний часовий відрізок (кількість тактів чи разів); біг з високо піднятими колінами, з підніманням випрямлених ніг вперед і назад, дрібний біг на півпальцях з конкретною кількістю повторень за відрізок часу; елементи народного танцю: припадання з подвійним ударом, ковирялочка з моталочкою, вихилясник з упаданням, па де баск, гармошка та присядки, розніжки, повзунець для хлопчиків в заданому темпі чи на вказаний часовий відрізок.

При формуванні здібності до точних рухів у хлопчиків 8 ми річного віку варто застосовувати наступні вправи: вправи класичного екзерсису *battement tendu jete*, *grand battement jete*, *battement frappe* вперед, назад з I, II, III боком до опори; підготовка до каблучних рухів; елементи народного танцю: чосанка, присядка з виведенням ноги на носок чи каблук, розніжка, гусячий хід; поворот на півпальцях (сутеню), підготовка до туру шине.

Під час виконання вправ необхідно загострювати увагу учнів на чіткому виконанні техніки, збереженні позицій, початком і закінченням танцювального руху з музичним супроводом.

При формуванні здібності до управління просторовими параметрами рухів у хлопчиків 8 – ми річного віку необхідно використовувати такі вправи: різноманітні перебудови за сигналом учителя: танцювальним кроком (з носка, перемінний, приставний, галоп, польки) з колони в шеренгу і навпаки, з одного кола в два і навпаки, просування по внутрішньому та зовнішньому колу; стрибки по VI позиції з поворотом на 90°, 180°, 270° та 360°; підготовка до туру шине; елементи народного танцю: бігунець, повзунець, гусячий хід з просуванням по колу, діагоналі чи зміною напрямку руху за вказівкою вчителя.

У процесі формування відчуття ритму у дівчаток 8 – ми річного віку доречно використовувати наступні вправи: відплескування різних тривалостей з одночасним маршируванням чи перебудовою; різні види бігу під музику різного темпу: крок галопу правим та лівим боком, короткочасні прискорення за сигналом, біг з підскоком, біг з підскоком і пробіжкою; стрибки під музику різного темпу: *sote* по I, II, III позиціях і *changement de pieds* з витягуванням носків у фазі польоту, стрибки на двох ногах з поворотом на 90°, 180°, чергування швидких і повільних та низьких і високих стрибків; перемінний хід вперед і назад, дробний хід, крок польки зі зміною темпу; *pa de баск*, вірьовочка, ковирялочка з моталочкою на місці у заданому темпі та з короткочасними прискореннями за вказівкою учителя.

Для ефективного формування координаційних здібностей у дівчаток і хлопчиків 9-ти річного віку варто спрямовувати педагогічний вплив на

розвиток наступних компонентів, зокрема: здібності до управління часовими, силовими, просторовими параметрів рухів та відчуття рівноваги. Так, в процесі формування у дітей 9-ти річного віку *здібності до точних рухів* доцільно застосовувати такі вправи: допоміжні та підвідні вправи: pas de bourree, coupe, flic-flac, en dedans, en dehors; елементи класичного танцю: demi та grand plie, passé, releve battement tendu jete, grand battement jete, battement frappe вперед, назад з I, II, III позицій боком до опори та на середині залу; елементи народного танцю: упадання, припадання з подвійним ударом, вірьовочка, затактовий ключ, дріб з підскоком, чосанка, та (для хлопчиків) присядка з виведенням ноги на носок чи каблук, розніжка, гусячий хід пі музичний супровід.

У процесі формування *здібності до управління просторовими параметрами рухів* дітей 9-ти річного віку варто використовувати наступні вправи: різноманітні перебудови за сигналом учителя: танцювальним кроком (з носка, перемінний, приставний, галоп, польки) з колони в шеренгу і навпаки, з одного кола в два і навпаки, просування по внутрішньому та зовнішньому колу; елементи класичного танцю: demi та grand plie, passé, releve battement tendu jete, grand battement jete, battement frappe вперед, назад з I, II, III позицій середині залу в положеннях en face, epaulement croisee та epaulement efface; стрибки по VI позиції з поворотом на 90°, 180°, 270° та 360°; тур шине з просуванням у різних напрямках; елементи народного танцю: упадання, припадання з подвійним ударом, вірьовочка, для хлопчиків - бігунець, повзунець, гусячий хід з просуванням по колу, діагоналі чи зміною напрямку руху за вказівкою вчителя.

Для ефективного формування у дітей 9-ти річного віку *здібності до управління часовими, силовими, просторовими параметрів рухів* необхідно на уроках фізичної культури використовувати елементи творчої імпровізації: «метелики біля квітів», «падаючі листочки», «сніжинки», танцювальні етюди «Веселі жабенята», «Червоні Шапочки та Вовк» та музично – ритмічні ігри.

У процесі формування здібності до збереження рівноваги у хлопчиків 9-ти річного віку доцільно застосовувати наступні вправи: витримування положення *sur le cou-de-pied*, I – III «arabesque», «attitude», імітаційних поз «чаплі», «на полюванні», «у бою» та інших; стрибки з поворотом на 90°, 180°, 270° та 360° у заданому темпі; музично-ритмічні ігри хореографічної спрямованості з різким припиненням рухів та збереження пози «чаплі», «на полюванні», «у бою» за вказівкою вчителя.

Висновки. 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, для ефективного формування координаційних здібностей та їх компонентів у хлопчиків та дівчаток 6-9-ти річного віку важливо здійснювати цілеспрямований педагогічний вплив на розвиток конкретних психофізіологічних показників організму з урахуванням їх вікових та статевих особливостей розвитку.

Перспективи подальших досліджень полягають у виявленні оптимальних педагогічних умов формування основних компонентів координаційних здібностей дітей 6-9 років у процесі занять хореографією.

Література

1. Волков Л. В. Спортивна підготовка молодших школярів / Л. В. Волков. – К.: Освіта України, 2010. – 388 с.
2. Егорова С. А. 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 шимени Т. Шевченка / Т. Т. Ротерс. – Луганск : Альма-Матер, 2001. – 250 с.

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.
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.

Chuprun N. F.

The focus of pedagogical influence in the formation of the main components of coordination abilities of primary school children in the training process choreography

One of the promising areas of improvement of physical education primary school children is to find and scientific evidence of effective tools and methods for development of motor skills and coordination abilities of children. Choreography has the potential to solve many problems of physical education, including promoting and coordinating capabilities as choreographic skills and skills in their nature, structure and methodology of the study are identical to the motor. In the article the focus of pedagogical influence on the formation of the main components in the structure of coordination abilities of girls and boys 6-9 years.

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

Відомості про автора

Чупрун Наталія Федорівна – старший викладач кафедри теорії та методики фізичного виховання і спорту Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди. Основні наукові інтереси зосереджені навколо проблематики розвитку координаційних здібностей у дітей та молоді.

Стаття надійшла до редакції 10.01.2013 р.
Прийнято до друку 25.01.2013 р.