

ЗМІСТ УРОКІВ ХОРЕОГРАФІЇ В ПОЧАТКОВІЙ ШКОЛІ

Кирилович О. Ф.

*старший викладач кафедри теорії і методики початкової освіти
Міжнародного економіко-гуманітарного університету
імені академіка Степана Дем'янчука
м. Рівне, Україна*

Сотник Ж. Г.

*кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент,
доцент кафедри фізичної культури і спорту
Міжнародного економіко-гуманітарного університету
імені академіка Степана Дем'янчука
м. Рівне, Україна*

Хореографія – це один із видів мистецтва, яка має ціль створення краси, що рівнозначна добру, душевній і фізичній досконалості людини, формує в людині благодійні наміри до самовдосконалення. За виразом Майї Ангелу «все у всесвіті ритмічно, все танцює». Саме танці допомагають всебічному розвитку душі та тіла, тому танцювальні уроки є важливими особливо для дітей молодшого шкільного віку, так як формують відчуття музики, поставу, координаційні здібності, відчуття прекрасного.

Про ефективність впливу засобів ритміки і хореографії на фізичну підготовленість дітей молодшого шкільного віку розглянуто в працях Голенкової Ю. В., Пальчук Н. І. [1]. Автори вважають за доцільне під час уроків фізичної культури в початкових класах впроваджувати вправи ритміки, елементи класичного танцю, танцювальні елементи дитячих бальних, народних і сучасних танців. Відзначають позитивну динаміку в показниках фізичних якостей, а саме гнучкості та координаційних здібностей у школярів.

Хореографічні заняття для учнів молодшого шкільного віку покликані сприяти фізичному, духовному й естетичному вихованню, а також дати початкову хореографічну підготовку, задовольнити потребу у руховій активності, почуття ритму, уміння сприймати мистецтво танцю [2].

Завдання уроків хореографії наступні: дати учням початкову хореографічну підготовку, виявити нахили дітей, задовольнити їх потребу в руховій активності. Розвивати почуття ритму, хореографічну виразність, координацію рухів і на цій основі виховувати художній смак, здатність повноцінно сприймати мистецтво танцю. Навчити дітей основам танцювального мистецтва, дати їм необхідні знання, навички, танцювальну техніку, враховуючи їх вікові особливості. Прищепити дітям любов до танцю, пропорційно сформувати їх танцювальні здібності.

У типових освітніх програмах зазначено, що зміст хореографічної діяльності складають рухові дії та операції з опанування танцювальних вмінь і навичок [3]. Вчителі фізичної культури засвідчують, що за допомогою уроків хореографії задовольняється потреба школярів у руховій активності, сприяння дітям виразити емоції та почуття в тілесних рухах. Заняття з хореографії передбачають інноваційність, винахідливість, мислення дитини, засвоєння знань, вираження емоцій та почуттів. Тому акцент в хореографічній діяльності для учнів початкових класів направлений на розвиток сфер: когнітивної (знання); мотиваційної (зацікавлене ставлення до танцювального мистецтва); психофізичної (взаємозв'язок між внутрішнім і зовнішнім станом особистості та вміння передавати його у відповідних рухах); емоційно-почуттєвої (емоційна насиченість духовних потреб та емоційне оцінювання зовнішнього та внутрішнього світу дитини, формування емоційно-ціннісної шкали ставлення до світу); активно-творчої (самовиявлення та самореалізація в процесі танцювальної творчості) [2].

Ефективність музично-рухової активності будується на принципах зв'язку з практикою життя, саморозвитку, оптимального поєднання індивідуальної та колективної форм навчально-творчої діяльності, інформативності, віри у власні сили і можливості дитини [2].

Зміст уроків хореографії включає наступні види вправ: колективно-порядкові, ритмічні, біля станка, на підлозі, на розвиток рівноваги, танцювальні елементи, танці-ігри.

Колективно-порядкові вправи ставлять завдання організувати колектив, створити у дітей бадьорий і робочий настрій. В свою чергу поділяються на марширування та шиккування. Під час марширування учні вчаться ходити по одному; розходитися вправо, вліво; з'єднуватися у пари. Акцент робиться на ходіння з носка на півпальцях, з високо піднятим коліном. Учні ознайомлюються з поняттями коло

і колона. Надалі вчать шикуватися на марші в коло, колону, перешикуватися на марші, з колони в пари і знову в колону, створення кола з колони, вільне розміщення на майданчику.

Виконання ритмічних вправ з хореографії спрямовані на розвиток музично-слухового сприйняття; чуття музичного звучання; вчасні оплески долонями нескладних ритмічних малюнків на слух. Музично-ритмічне тренування включає рух з врахуванням характеру і темпу музики, вправи на розвиток уваги, початок і закінчення руху одночасно з музикою. Виконання ритмічних вправ відображає рухову імпровізацію музики, динамічні відтінки твору, розвиток уваги та ініціативи. Фізичні вправи підбираються для розвитку емоційного сприйняття музики, передачі музичного образу через рух, з врахуванням характеру музики.

Хореографія включає вправи біля станка: позиції ніг (I, II, III), батман тандю з позиції I убік (з другого півріччя – вперед і назад), демі пліє за I, II, III позиціями, положення ку де п'є (вперед і назад), пасе (за III позицією).

Вправи на підлозі. Виконуються вправи з розкриттям стоп ніг з природної позиції у першу і знову у першу природну; лежачи на спині, руки заведені під голову; на натягування ніг до кінчиків пальців стоп і виведення їх у положення, на п'ятки (ноги паралельно); Пасе (ковзний рух ногою по підлозі), почерговожною ногою, лежачи на спині, ноги витягнуті в колінах і підйомі тримаються паралельно; на гнучкість «жабка», лежачи на животі з зігнутими ногами в колінах, з намаганням дотягнутися до голови, а голову до ніг; для розвитку амплітуди стоп «гойдалки», сидячи навпочіпки з перекатами на стопах, з імітацією гойдання.

Розвитку рівноваги сприяють поклони і стрибки. За VI позицією із заведенням рук за спину дівчата виконують поклон у бік, із закінченням у III позицію в демі пліє, а хлопчики – крок у I позицію. Стрибки: соте за I позицією; підскоки на місці з виведенням колін високо вперед і поперемінно.

До танцювальних елементів хореографії відносять: танцювальний крок з носка; крок убік з присіданням у III позицію; підскоки з просуванням вперед; виніс ноги на носок і на п'ятку; па галопу; па польки; приставний бічний крок; гуцульський дрібний хід (на місці і з просуванням); чосанка (поперемінний винос вперед); присядки-пружники для хлопчиків; притупування однією ногою; потрійне притупування; підготовка до вихильника.

Музичні та ритмічні вправи застосовуються з метою виховання почуття ритму, музичності, пластичності й виразності. Для розвитку музичного слухового сприйняття виконують вправи ходьби з акцентом на сильну долю звучання музики. Увагу тренують за допомогою ходьби під різну музику зі зміною характеру та її темпу.

Масові танці відносяться до народної хореографії, в яких поєднуються слова, ритм, рухи і музика. Для дітей молодшого шкільного віку рекомендують «По гриби», «Перші кроки», «Коники», «Гуцулята».

Основний зміст уроків хореографії складають рухи класичного, народного і сучасного бального танцю. Елементи класичного танцю дисциплінують дитину, виховують витривалість і стійкість, впливають на формування свідомості дитини. Народні танці впливають на розвиток громадянської та загальнокультурної компетентності, почуття патріотизму, національної самосвідомості. Вивчення елементів народних танців інших держав ознайомлює з особливостями культури та народними традиціями націй. Бальні танці дають можливість усвідомити гендерну приналежність та соціальну роль.

Після завершення проходження навчального матеріалу учні ознайомлюються з позицією рук (1, 2, 3), позицією ніг (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7); вміють ходити в різних темпах; перешиковуватися з колони, шеренги, водити хороводи по колу; знати рухи українського танцю; вміти рухатися з предметами (хусточками, брязкальцями, бубнами, парасольками, квітами); вміти імпровізувати в такт мелодії.

Уроки хореографії для учнів молодшого шкільного віку мають багато переваг. Танцювальна освіта сприяє естетичному вихованню, позитивно впливає на фізичний розвиток, емоційний стиль, психомоторику, поведінкову реакцію, ритмічне і слухове сприйняття.

Отже, хореографічне мистецтво є потужним засобом виховання творчої особистості учнів початкових класів. Уроки хореографії будуть ефективними при умові урахування хореографічної художньої діяльності дітей, вікових особливостей, змісту хореографічної діяльності сучасних форм танцю, використання мультимедійних засобів і технічної підготовки, ознайомлення учнів з творчістю видатних майстрів хореографії, перегляду танцювальних відеороликів з подальшим обговоренням їх змісту.

Література:

1. Голенкова Ю. В., Пальчук Н. І. Вплив засобів ритміки і хореографії на фізичну підготовленість дітей молодшого шкільного віку. ТМФВ. 2014. № 3. С. 39–42.
2. Літвінчук О. М. Формування ключових компетентностей учнів початкових класів на уроках хореографії. URL: [https:// genezum.org/library/formuvannya-klyuchovyh-kompetentnostey-uchniv-pochatkovykh-klasiv-na-urokah-horeografii](https://genezum.org/library/formuvannya-klyuchovyh-kompetentnostey-uchniv-pochatkovykh-klasiv-na-urokah-horeografii)
3. Типові освітні програми для закладів загальної середньої освіти: 1–2 класи. К. : ТД «Освіта – Центр+». 2018.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-278-7-61>

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ, ПОВ'ЯЗАНІ ІЗ ВВЕДЕННЯМ ВОЄННОГО СТАНУ В УКРАЇНІ

Ліпський В. В.

*начальник управління у справах молоді та спорту
Рівненської обласної державної адміністрації
м. Рівне, Україна*

Сьогодні фізична культура і спорт відіграють важливу роль у суспільстві. Завдяки цьому людина живе, відчуває себе здоровою і сильною, у неї відбувається все більший приплив позитивної енергії. Звідси і випливає, що відповідно до ст. 1 Закону України „Про фізичну культуру і спорт” фізична культура – це складова загальної культури суспільства, що спрямована на зміцнення здоров'я, розвиток фізичних, морально-вольових та інтелектуальних здібностей людини з метою гармонійного формування її особистості [1].

Основним завданням фізичної культури та спорту виступає підвищення рівня здоров'я, фізичного та духовного розвитку населення, а також утвердження міжнародного авторитету України у світовому співтоваристві. Фізичною культурою і спортом мають право займатися всі громадяни, незалежно від походження, соціального і майнового стану, раси, статті, освіти, віросповідання, місця проживання та інше [1].