

ПЕДАГОГІЧНА ТЕХНОЛОГІЯ РОЗВИТКУ РУХОВОЇ КООРДИНАЦІЇ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ ХОРЕОГРАФІЇ

Постановка проблеми та її актуальність. Одним із перспективних напрямків удосконалення рухової функції дітей дошкільного віку в системі фізичного виховання є пошук і наукове обґрунтування ефективних засобів і методів розвитку рухової координації. Високий рівень розвитку координації рухів є фундаментом успіху людини в різних сферах рухової діяльності (спортивній, трудовій, професійній тощо), необхідною умовою її успішної, повноцінної життєдіяльності та критерій її здоров'я, що актуалізує увагу багатьох авторів на цілеспрямований розвиток даної рухової якості (В. І. Лях, Е. П. Льїн, О. М. Худолій та інші) [3; 6].

У дітей старшого дошкільного віку відбувається інтенсивне формування різноманітних рухових навичок, тому чим краще точність відчуттів руху, тим швидше вони оволодівають новими вправами; маючи великий запас рухових навичок – скоріше засвоюють нові рухи; висока ступінь розвитку рухової координації обумовлює більш успішне удосконалення інших рухових якостей. Теоретичний аналіз літературних джерел, присвячених закономірностям розвитку дітей старшого дошкільного віку, показав, що інтенсивний розвиток рухової функції (В. С. Фарфель, О. В. Запорожець, Е. С. Вільчковський, А. М. Шлемін), потреба у самовираженні та творчості (Л. С. Виготський, Б. М. Теплов), інтерес до музично-рухової діяльності (К. В. Тарасова, А. С. Шевчук) створюють реальні передумови для цілеспрямованого розвитку рухової координації дітей засобами хореографії.

Актуальність розробки даної проблеми зумовлена наявністю суперечностей між потребами дошкільної освіти в цілеспрямованому розвитку координації рухів дітей старшого дошкільного віку та недостатньою розробленістю теоретико-методичного забезпечення процесу розвитку даної якості засобами хореографії.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Діяльність людини в значній мірі обумовлена здатністю економно та з великим робочим ефектом утримувати певні пози, змінювати їх та досягати гармонії в рухах. Рациональні рухи визначають результат діяльності людини і тому існує необхідність удосконалення методики розвитку координації рухів починаючи з дошкільного віку, адже швидкість формування навичок прямо залежить від рівня розвитку рухової координації (М. О. Бернштейн, О. В. Коробков).

Ефективність цілеспрямованого впливу на координаційні здібності дітей старшого дошкільного віку залежить від раціонально підібраних засобів і методів їх розвитку (Б. Шиян, Т. Ю Круцевич.), крім того даний вік є сприятливим для утворення умовно-рефлекторних зв'язків та розвитку рухового відчуття (В. І. Лях, В. А. Романенко та інші). Діти старшого дошкільного віку відзначаються емоційністю, рухливістю, вони активніше

сприймають матеріал в умовах різноманітності видів та форм діяльності, що потребує від інструктора з фізичної культури впровадження нововведень в різноманітні форми організації занять фізичними вправами.

Сучасна теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку рекомендує включати танцювальні рухи в зміст ранкової гімнастики (Д. А. Блудова, Е. С. Вільчковський), ритмічної гімнастики (С. В. Шарманова, Т. Т. Ротерс, С. Ю. Максимова), насичувати танцями і образними танцювальними рухами різні форми роботи з фізичного виховання (Е. П. Рясвська, С. Д. Руднева, М. Єфименко, В. Т. Кудрявцев).

Питанню фізичного вдосконалення дітей засобами ритмічної гімнастики та хореографії присвятили свої дослідження П. В. Козлова, Н. П. Назаренко, Т. Т. Ротерс, Н. А. Фоміна та інші, які відзначають, що заняття хореографією розвивають творчі здібності, координацію рухів, почуття ритму, вміння орієнтуватися у просторі та сприяють розвитку психічних процесів.

Метою дослідження є розробка педагогічної технології розвитку координації рухів дітей старшого дошкільного віку засобами хореографії.

Викладення основного матеріалу. Теоретичний аналіз науково-методичної літератури засвідчив, що основою хореографічної діяльності є танок, специфічну особливість якого становлять два компоненти: духовно-культурний і фізичний. Хореографічні вправи сприяють естетичному вихованню – допомагають зрозуміти красу правильних, легких, виразних рухів; сприяють фізичному розвитку дітей, виробляють у них правильну поставу, впевнену легку ходу, спритність і витонченість рухів.

Музично-рухова діяльність, забезпечуючи синтез, взаємопроникнення, збагачення і доповнення руху і музики, сприяє впливу на фізичну і психічну сферу дитини, що забезпечує високий розвиваючий ефект. Синтез рухової діяльності з музичною, обумовлює виникнення унікального педагогічного середовища, здатного: задовольняти природну потребу дітей у русі, грі, пізнанні, музичному, емоційному і чуттєвому збагаченні; формувати у дитини усвідомлену цілеспрямованість діяльності; забезпечувати специфічні параметри впливу музично-рухових засобів, спрямованих на якісне оволодіння руховими діями та розвиток координації рухів.

Реалізація завдань констатуючого експерименту передбачала визначення впливу хореографічних вправ на показники координації рухів дітей старшого дошкільного віку. В наших дослідженнях під час проведення підготовчої частини заняття з фізичної культури ми застосовували хореографічні вправи (види танцювальних кроків: м'який, приставний, пружинний, перемінний, високий; види танцювальних вправ: полька, вальсові кроки, «бігунець», російський крок та інші). Під час виконання хореографічних вправ змінювались положення рук, поєднувались ці кроки з іншими вправами, виконувались з різними предметами. Для розвитку рухової уяви в кожному занятті ми пропонували дітям самостійно придумувати вправи для рук, під час виконання запропонованих кроків. В кінці підготовчої частини діти повинні були вільно рухатись відповідно до запропонованої мелодії.

Впровадження хореографічних вправ в заняття з фізичної культури позитивно вплинули на зміни параметрів рухової координації дітей старшого дошкільного віку (помилка відтворення просторового параметру рухової координації (S) зменшилась на 12,4 % і склала $1,41 \pm 0,05$ см. ($p < 0,05$); часового (t) – на 1,7 % і склала $0,57 \pm 0,03$ сек. ($p < 0,05$) та силового (F) – на 4 % і склала $0,56 \pm 0,02$ кг. ($p < 0,05$)); відбулося покращення стійкості пози (рівноваги) – на 11,4 % ($p < 0,05$); покращення показника «попадання в ціль» на 15 %. Крім зазначених змін, ми спостерігали у дошкільників значне покращення оцінки виразності, пластичності рухів і взагалі артистичності.

Результати експерименту, в процесі констатувального експерименту, та аналіз літературних джерел з досліджуваної проблеми, є підставою для розробки педагогічної технології розвитку координації рухів дітей старшого дошкільного віку засобами хореографії та її різноманітних версій (рис. 1).

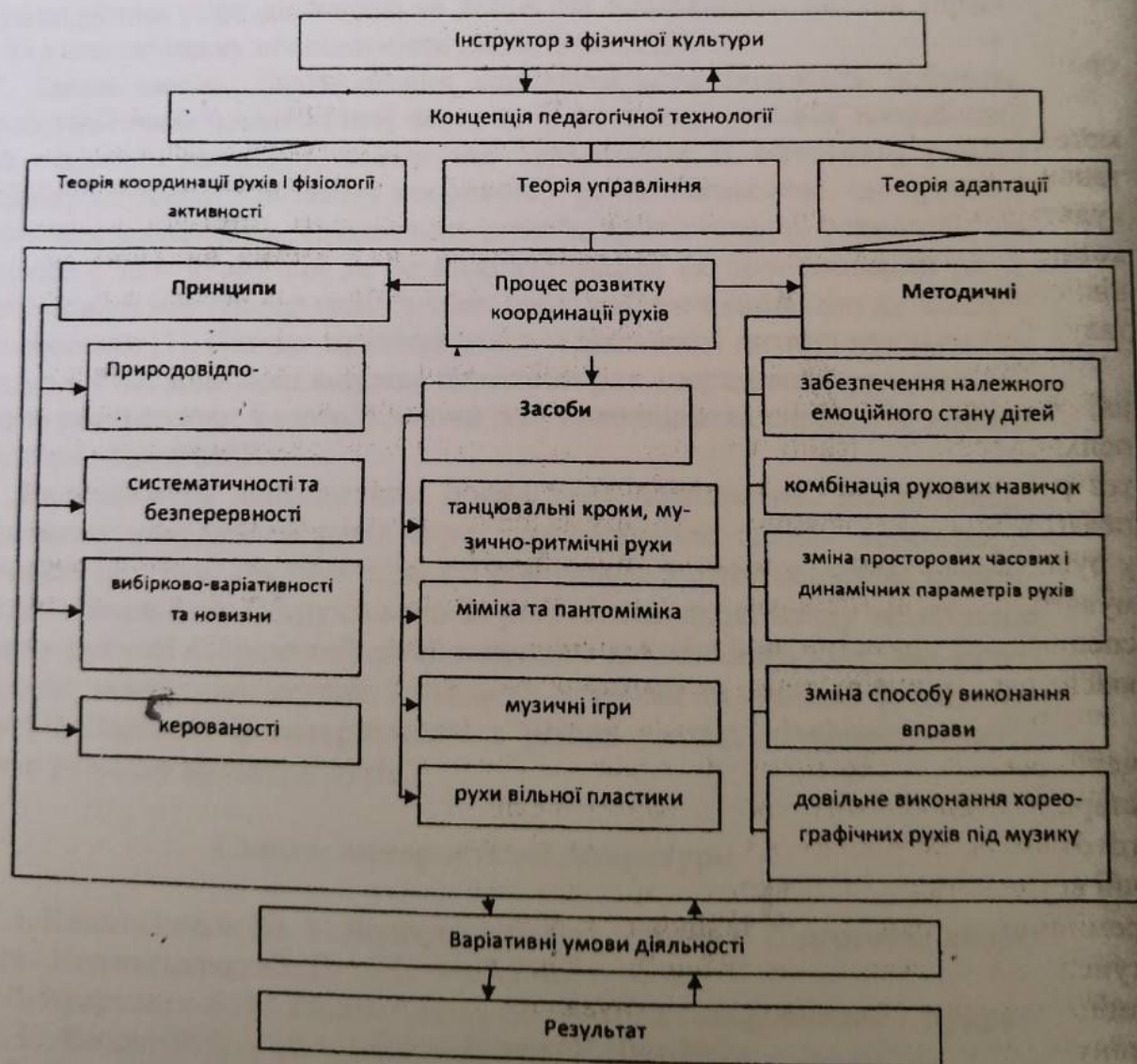


Рисунок 1 – Педагогічна технологія розвитку координації рухів дітей старшого дошкільного віку засобами хореографії

Концепція побудови педагогічної технології розвитку рухової координації дітей старшого дошкільного віку полягає у цілеспрямованому, варіативному використанні як хореографічних засобів, так і різноманітних версій цієї технології. Вона спирається на теорії управління, адаптації, координації рухів, дидактику.

Сформована нами педагогічна технологія розвитку координації рухів передбачає дотримання наступних *принципів*: природовідповідності (необхідно добирати такі засоби, методи та методичні прийоми, які відповідають віковим особливостям дітей); новизни навчального матеріалу (для більш ефективного розвитку координації рухів слід використовувати нові музично-рухові впливи, або згради ці зміненіми умовами діяльності); систематичності та безперервності (регулярні, цілеспрямовані, систематичні заняття хореографічними вправами, призводять до виникнення термінових та кумулятивних адаптаційних змін в організмі дітей); послідовності (процес розвитку координації рухів повинен відбуватись за конкретним планом педагогічних впливів, у відповідності з результатами тестування); вибірково-варіативного застосування різноманітних умов навчальної діяльності [4]; керованості (для ефективного управління розвитком рухової координації дітей обов'язкова наявність оперативного, об'єктивного контролю, що забезпечує своєчасність, обґрунтованість педагогічних впливів та внесення відповідних коректив).

Важливе значення в дошкільному віці має формування рухового уявлення, як логічного, так і чуттєвого [5]. Рухове уявлення – це не лише побудова нового образу і входження в нього, але це ще і передача через образ смислового змісту, котрий адресується іншій людині. Досягнення виразності рухів – це своєрідна задача рухового уявлення. Чуттєве уявлення – це відображення м'язового відчуття після практичного виконання вправ, а його уточнення є безпосередньо кроками до поліпшення координації рухів. Для розвитку рухового уявлення В. Т. Кудрявцев, Б. Б. Єгоров запропонували такі завдання: передача уявного ритму через рух без музичного супроводу; формування вміння вірно сприймати мелодією образи і виражати їх через рух (в довільних хореографічних рухах); самостійний пошук образів і побудова сюжету під заданий музичний супровід [2].

М. Єфименко в своїй програмі застосовує новий напрямок у фізичному вихованні дітей дошкільного віку – горизонтальний пластичний балет, котрий поєднує в собі окремі риси художньої гімнастики, аеробіки, акробатики, хореографії і типового музичного заняття в дитячому садку. В програмі «пластик-шоу» пропонується три рівні складності: наслідування – діти повторюють за педагогом усі його рухи; з елементами самостійності – у програмах даного рівня діти пробують самостійно використовувати набуті раніше вміння та навички; повне самовираження – самостійно без участі педагога створюють свою рухову музичну композицію «пластик-шоу».

Враховуючи підходи М. Єфименка, В. Т. Кудрявцева, Б. Б. Єгорова та на основі загальної класифікації засобів хореографії нами було зроблено

вибір хореографічних вправ для розвитку координації рухів дітей старшого дошкільного віку: танцювальні кроки та музично-ритмічні рухи; міміка та пантоміміка; музичні ігри; рухи вільної пластики.

Зміст розробленої нами педагогічної технології розвитку координації рухів дітей старшого дошкільного віку полягає у спрямованості педагогічних впливів (спеціально відібраних засобів хореографії) для підвищення рівня координації рухів та активації координаційних здібностей за рахунок варіативного використання різноманітних умов діяльності (рис. 1). Хореографічні вправи разом із варіантами ускладнень об'єднувались в серії завдань, застосовувались не тільки з урахуванням ступеню складності, але і для розвитку творчої імпровізації.

Алгоритм реалізації педагогічної технології розвитку координації рухів дітей старшого дошкільного віку ґрунтується на варіативному використанні різних умов діяльності та доцільній вибірковості засобів хореографії і включає певну послідовність дидактичних дій.

Таким чином, впровадження концептуальних положень побудови розробленої нами педагогічної технології розвитку рухової координації дітей старшого дошкільного віку має забезпечити їх ефективну рухову поведінку та сприяти розвитку координації рухів. Визначено, що організм дитини має властивість запозичення ритмів, пропонованих зовнішнім середовищем, при цьому він як би налаштовується на пропонований ритм, прискорюючи або сповільнюючи темп своєї роботи відповідно до конкретних обставин [1]. Під час музично-рухової діяльності дитина чує музичну мелодію і в неї мимоволі виникає слухомоторна координація рухових дій, помітно полегшуючи чи стимулюючи їхнє виконання та сприяючи розвитку рухової координації.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Встановлено, що розвитку координації рухів сприяє застосування засобів хореографії, музичність програм, театралізація, які створюють у дітей особливо позитивний емоційний фон. Обґрунтовано та розроблено педагогічну технологію розвитку рухової координації дітей старшого дошкільного віку, яка включає в себе: концепцію, методи, методичні прийоми та систему засобів хореографії. Варіанти її використання в різних умовах діяльності будуть сприяти розвитку культури рухів.

Список використаної літератури

1. Коджиспиров Ю. Г. Функциональная музыка в подготовке спортсменов / Коджиспиров Ю. Г. — М : ФиС, 1987. — 63 с.
2. Кудрявцев В. Г. Развивающая педагогика оздоровления / Кудрявцев В. Г., Егоров Б. Б. — М. : Линка — Пресс, 2000. — 290 с.
3. Лях В. И. Взаимоотношения координационных способностей и двигательных навыков: теоретический аспект / Лях В. И. // Теория и практика физической культуры. — 1991. — № 3. — С. 31–35.

4. Огієнко М. М. Побудова педагогічних технологій навчання культури рухів у фізичному вихованні / Огієнко М. М., Лисенко Л. Л. // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка. — Чернігів : ЧДПУ, 2009. — № 64. — Т.1. — С. 163–167.

5. Филиппов В. К. Условия для самостоятельного выполнения заданий на уроке / Филиппов В. К., Бойко Ю. Н. // Физическая культура в школе. — 1978. — № 2. — С. 32–33.

6. Худолій О. М. Загальні основи теорії та методики фізичного виховання : навч. посібник. — Харків : ОВС, 2007. — 405 с.

Л. М. Алексеенко

ВЛИЯНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ НА ПРАКТИЧЕСКУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ СПЕЦИАЛИСТОВ ГУМАНИТАРНЫХ ПРОФЕССИЙ

Постановка проблемы. Одной из важнейших задач педагогической науки является подготовка специалиста, отвечающего целям, содержанию и требованиям современного общества. На это и должен быть направлен комплекс практических и методических приемов для подготовки студентов к педагогическому творчеству и мастерству [1, с.112].

Физическая культура в высшем учебном заведении является неотъемлемой частью формирования общей и профессиональной культуры личности современного специалиста, и как учебная дисциплина, обязательна для всех специальностей, она является одним из средств формирования всесторонне развитой личности, оптимизации физического и психофизиологического состояния студентов в процессе профессиональной подготовки.

Анализ исследований на данную тему. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) представляет собой специализированный вид физического воспитания, осуществляемый в соответствии с требованиями и особенностями избранной профессии. Термин «прикладная» подчеркивает сугубо утилитарную профилированную часть физической культуры применительно к основной деятельности человека к профессиональному труду.

Исследования по ППФП проводили такие видные ученые, как: Адансон Г. Т., Белинович В. В., Бурок Л. В., Виленский М. Я., Григорович Е. С., Горчаков А. М., Загорский Б. И., Кабачков В. А., Морган П. Е., Раевский Р. Т., Сафин Р. С., Цаун В. А. и другие авторы.

В основе учебно-воспитательного процесса в высшей школе лежит комплексный системный характер образования, воспитания и профессиональной подготовки специалистов, в которой органически сливаются формирование мировоззрения, нравственное, физическое, эстетическое и другие виды воспитания.