



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования

«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО-  
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»

(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ НАРОДНОГО ХУДОЖЕСТВЕННОГО ТВОРЧЕСТВА  
КАФЕДРА ХОРЕОГРАФИИ

«Эстетическое и физическое развитие детей младшего школьного  
возраста средствами хореографии»

Выпускная квалификационная работа по направлению

44.03.01 Педагогическое образование

Направленность программы бакалавриата

«Дополнительное образование (в области хореографии)»

Форма обучения заочная

Проверка на объем заимствований:

65,91 % авторского текста

Работа рекомендована к защите

рекомендована/не рекомендована

«02» 08 2021 г.

зав. кафедрой хореографии

А.Г. Чурашов Чурашов А.Г.

Выполнила:

Студентка группы ЗФ 507-118-5-1

Дильдина Вера Григорьевна

Научный руководитель:

к.п.н., доцент

А.Г. Чурашов

Чурашов Андрей Геннадьевич

Челябинск  
2021

## Оглавление

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ЭСТЕТИЧЕСКОГО И ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА СРЕДСТВАМИ ХОРЕОГРАФИИ.....	7
1.1 Проблемы эстетического развития детей младшего школьного возраста средствами хореографии.....	7
1.2 Влияние занятий хореографией на физическое развитие детей младшего школьного возраста.....	17
1.3 Особенности физического и психического развития детей младшего школьного возраста.....	24
ГЛАВА 2. ОПЫТНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ РАБОТА ПО ВЛИЯНИЮ ЗАНЯТИЙ СОВРЕМЕННОЙ ХОРЕОГРАФИЕЙ НА ЭСТЕТИЧЕСКОЕ И ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА .....	32
2.1 Организационно-педагогические условия использования современной хореографии при работе с детьми младшего школьного возраста .....	32
2.2 Программа современного танца для развития эстетического и физического развития детей младшего школьного возраста .....	37
2.3 Анализ результатов исследования .....	49
ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....	53
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ .....	55

## ВВЕДЕНИЕ

В условиях динамичного социально-экономического развития российского общества проблема развития эстетического и физического воспитания приобретает общественную значимость и является ключевой в саморазвитии личности ребенка. Система дополнительного образования выступает связующим звеном между семьей, школой и обществом. Обладая всеми условиями для эстетического развития детей, она в состоянии выполнить заказ общества на формирование и воспитание разносторонне развитой творческой личности.

Особенностью танцевального искусства считается его многогранность влияния на человека, что оправданно самой природой танца как вида искусства. Воздействуя на становление чувственной сферы личности, совершенствуя человека на физиологическом уровне, воспитывая сквозь музыку духовно, танцевальное искусство может помочь обрести уверенность в личных силах, дать толчок к самосовершенствованию и постоянному развитию. На различных этапах личностного роста люди постоянно обращались к танцу как к глобальному средству воспитания тела и души человека – средству гармонизации воспитания личности.

В последние годы особенно возрастает внимание к проблемам теории и практики эстетического и физического воспитания как важнейшим средствам формирования отношения к действительности, средствам нравственного и умственного воспитания, т.е. как средствам формирования разносторонней, духовно богатой личности.

Формирование личности и эстетической культуры в ней, как отмечают многие писатели, педагоги, деятели культуры (Д.Б. Кабалевский, А.С. Макаренко, Б.М. Неменский, А.М. Новиков, В.А. Сухомлинский, Л.Н. Толстой, К.Д. Ушинский и др.), особенно важно в наиболее благоприятном для этого старшем дошкольном возрасте. Чувство красоты природы, окружающих людей, вещей создает в ребенке особые эмоционально

психические состояния, возбуждает непосредственный интерес к жизни, обостряет любознательность, развивает мышление, память, волю и другие психические процессы. Различные стороны проблемы формирования эстетической культуры нашли отражение в работах Ю.Б. Борева, М.А. Верба, С.А. Герасимова, Н.И. Киященко, Б.Т.Лихачева, Л.А. Клыковой, Е.Б. Юнусовой, А.Г. Чурашова и др., раскрывающих отдельные вопросы эстетического образования и воспитания школьников.

Качественное воспитание немислимо без эстетического и физического развития, которое представляет собой специфический вид общественно значимой деятельности, осуществляемой субъектом (общество и его специализированные институты) по отношению к объекту (индивид, личность, группа, коллектив, общность) с целью выработки у последнего системы ориентации в мире эстетических и художественных ценностей в соответствии со сложившимися в данном конкретном обществе представлениями об их характере и назначении. В процессе воспитания происходит приобщение индивидов к ценностям, перевод их во внутреннее духовное содержание путем интериоризации. На этой основе формируется и развивается способность человека к эстетическому восприятию и переживанию, его художественный и эстетический вкус и представление об идеале.

Хореография является уникальным средством становления и развития художественно-эстетических впечатлений ребенка, формирует не только тело, но и его художественное «Я», тем самым выкристаллизовывая эмоционально и физически здоровую личность. Танец создает условия для развития творческой личности, обладающей высокими духовными ценностями.

Задача, стоящая сегодня перед учителями, руководителями детских творческих коллективов заключается в поиске и использовании специальных методик, которые позволяют подойти к вопросу развития детей (физического, эстетического, психологического, интеллектуального)

более продуктивно, применяя новые технологии. Актуальность представленного исследования заключается в разрешении сложившегося противоречия, в котором с одной стороны выступает необходимость развития двигательной моторики и прививание эстетического вкуса детей младшего школьного возраста и недостаточным количеством развивающих методик с другой.

Это проблема и определило тему выпускной квалификационной работы: «Эстетическое и физическое воспитание детей младшего школьного возраста средствами хореографии».

Объект исследования – процесс эстетического и физического развития младших школьников.

Предмет исследования – занятия хореографией как средство повышения эффективности эстетического и физического развития младших школьников.

Цель работы – выявить влияние занятий хореографией на эстетическое и физическое развитие младших школьников.

Для достижения поставленной цели необходимо решить следующие задачи:

- изучить психологическую, педагогическую, методическую литературу по проблеме исследования;

- разработать организационно-педагогические условия использования современной хореографии при работе с детьми младшего школьного возраста;

- внедрить организационно-педагогические условия в программу современного танца для младших школьников.

- проанализировать результаты опытно-исследовательской работы.

Гипотезой исследования является предположение о том, что эстетическое и физическое развитие детей младшего школьного возраста средствами хореографии будет эффективным если:

- в его процессе будут применяться разнообразные формы и методы эстетического и физического развития детей средствами хореографии;
- будет реализован комплекс необходимых организационно-педагогических условий.

В исследовании были использованы следующие методы исследования: анализ психолого-педагогической, методической литературы по проблеме исследования; наблюдение; тестирование и анализ диагностики; педагогический эксперимент.

Базой нашего исследования являлся ансамбль современной хореографии «Вдохновение» г. Златоуст, дети младшего школьного возраста 7 – 8 лет.

Теоретическая значимость исследования заключается в раскрытии и уточнении понятий «эстетика», «организационно-педагогические условия использования современной хореографии», в анализе влияния хореографии на эстетическое и физическое развитие старших дошкольников, в анализе работы руководителей детских хореографических коллективов.

Практическая значимость исследования состоит в том, что положения и выводы исследования свидетельствуют об эффективном и результативном процессе влияния хореографии на эстетическое и физическое развитие детей при создании соответствующих организационно-педагогических условий; разработана и внедрена программа по хореографии, способствующая повышению эффективности обучения старших дошкольников.

Полученные результаты можно использовать в других детских коллективах и учреждениях.

Структура работы состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников и приложений.

# **ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ЭСТЕТИЧЕСКОГО И ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА СРЕДСТВАМИ ХОРЕОГРАФИИ**

## **1.1 Проблемы эстетического развития детей младшего школьного возраста средствами хореографии**

На данный момент в качестве центрального вопроса в педагогике стоит подготовка воспитанников к будущей жизни. Но самое главное, нужно сформировать личность, которая сможет противостоять всем проблемам, с которыми придется сталкиваться на жизненном пути. Каждый ребенок от природы получает определенные эстетические интересы. Нужно прилагать колоссальные усилия, чтобы их поддерживать, развивать и совершенствовать. Но, принимая во внимание возрастные особенности ребенка, отметим, что эстетическое воспитание в начальной школе может быть весьма продуктивным. В этом возрасте у ребенка имеются отменные художественные потребности, чувственность. Соответственно, такие качества в комплексе обуславливают эстетические, высоконравственные начала ребенка.

Известно о том, что с помощью искусства можно проводить эстетическое воспитание детей в младшем школьном возрасте. В течение многих лет эта тема была крайне актуальной. Так, искусство помогает развивать многопланово детей, делает человека внимательным по отношению к другим людям. Самое главное, что воспитанник становится нетерпимым к безвкусице, к отсутствию нравов. На этой основе формируется умение, с помощью которого порождаются творения по законам красоты. Раскрывается очень много потенциальных способностей, о которых сам ребенок может и не догадываться [49, с. 74].

Особого внимания заслуживают хореографические занятия. За счет своего универсализма, они считаются крайне важными в плане воспитания подростков. Тут дети получают духовные знания, интеллектуальные, а

также развиваются физически. За счет эластичности, раскрывается эстетика в движениях, а дисциплина на тренировках позволяет развивать ответственность, а также полный самоконтроль.

Представления о сути эстетического воспитания, его задачах, цели менялись, начиная со времен Платона и Аристотеля вплоть до наших дней. Эти конфигурации во взорах были обоснованы развитием эстетики как науки и осознанием сути ее предмета. Философы-материалисты (Д. Дидро и Н.Г. Чернышевский) считали, собственно, что объектом эстетики как науки считается великолепное. Данная категория и прилегла в базу системы эстетического становления и воспитания. Эстетическое образование, процесс формирования и становления эстетического эмоционально-чувственного и ценностного сознания личности и соответственной ему работы.

Эстетика – происходит от греческого слова *aisthetikos* (чувствующий, чувственный). Это раздел философии, исследующий закономерности чувственного освоения реальности, о сути и формах творчества по законам красоты.

Понятие «эстетика» в научный оборот ввел немецкий просветитель Александр Баумгартен (от греч. *Aistheticos* «чувственный») в середине XVIII в. Однако история изучения эстетики уходит глубоко в прошлое. Предмет и задачи эстетики в ходе ее развития менялись. Первоначально эстетическое знание было вплетено в систему общефилософских размышлений о мире, а впоследствии эстетика не раз меняла сферу своего развития.

В истории эстетической мысли и в современном ее развитии существовали и существуют различные, резко отличающиеся друг от друга концепции, но в одном они едины: в сведении эстетического отношения к познавательному, искусства – к познанию, а самой эстетике – к разновидности теории познания [38, с. 55].



В истории эстетической мысли обнаруживают два течения в определении соотношения эстетического и этического, красоты и добра. Античная философия смело настаивала на неразрывном единстве прекрасного и нравственного и на долге искусства оказывать на людей благотворное моральное воздействие.

Эстетический вкус – это способность по чувству удовольствия или неудовольствия («нравится» – «не нравится») дифференцированно-оценочно воспринимать различные эстетические свойства. Прежде всего, эстетический вкус характеризуется, как способность отличать прекрасное от безобразного в действительности и в искусстве [46].

Эстетический вкус дает возможность человеку, до какого бы то ни было рационального анализа и объяснения угадывать по внешним признакам явления характер его эстетического свойства.

В процессе эстетического развития человека возникает не только подчас безотчетная эстетическая установка – эстетический вкус, но и вполне осознаваемая система представлений о том, какой должна быть эстетическая ценность, и прежде всего ее основной вид – прекрасное. Идеал, как и вкус, возникает на основе эстетического опыта и обобщает этот опыт [15, с. 79].

Эстетическое воспитание развивающейся личности – одна из основных проблем, стоящих перед образованием. Она разработана в научных трудах отечественных педагогов и психологов, таких как Н.И. Киященко, А.В. Луначарский, Б.Т. Лихачев, В. Н. Шацкие, Л.А. Клыкова, Е.Б. Юнусова, А.Г. Чурашов и др.

Таким образом, для эстетического воспитания характерны две стороны, составляющие единство: оно определяет эстетически-ценностную ориентацию человека и в то же время развивает его эстетически-творческие потребности.

Если анализировать понятие «хореография» в широком плане, то под ним нужно рассматривать танец, сопровождающийся звучанием музыки.

Поэтому хореографическое искусство сравнивается с искусством танца; оно, в свою очередь, выступает в качестве средства развития, целостного воспитания; может положительно повлиять на процесс раскрытия потенциалов ребенка. При тесном сочетании музыки, танца и игры формируется среда, наполненная положительными эмоциями. Ребенок как бы раскрепощается под их влиянием, а поведение становится красивым и естественным.

В системе эстетического развития младших школьников одно из важнейших мест занимает искусство хореографии, эффективно влияет на всестороннее и гармоничное развитие личности. Об эстетическое значение танца рассуждали древнегреческие философы и писатели – Платон, Аристотель, Плутарх, Лукиан, составил целый трактат «О танце», который дошел до наших дней. В настоящее время важны труды ученых (Г. Арзамовой, Г. Баталиной, В. Вульфа, Н. Витковской, Д. Джоли, Н. Калашниковой, Л. Коваль, Е. Квятковского, Б. Лихачева, Н. Мирецкого, Б. Неменского, Т. Ротерса, И. Смольянинова, А. Щербо и др.), посвященные вопросам эстетического воспитания детей в системе школьного образования.

Понятие «эстетическое развитие» в педагогической литературе рассматривается как неотъемлемая составляющая идейного, трудового, нравственного, физического воспитания, как систематическое, научно мотивированное обращение к человеческим эмоциям, которые развивают у младших школьников такие способности, способствуют не только эстетическому восприятию прекрасного в жизни и искусстве, но и делают каждого из них творцом эстетических ценностей.

Д.К. Медведева дает такое определение: «Эстетическое развитие – это систематический целенаправленное воздействие на личность, ориентированный на формирование ее эстетических идеалов, вкусов и потребностей, на выработку способности воспринимать, переживать и оценивать прекрасное в природе, жизни, искусстве и труду, на пробуждение

и развитие ее творческих способностей и непримиримости ко всему безобразному и ничтожному в жизни и деятельности» [25, с. 246].

Эстетическое развитие младших школьников как процесс овладения ими эстетической культурой способствует всестороннему гармоничному развитию личности, привлечению к духовной культуре человечества, творчества в различных областях жизнедеятельности и т.д., формирует отношение к труду, познанию, общению, природе, миру вещей и т.п. Эстетическое воспитание младших школьников предполагает определенную организацию системы учебно-воспитательного процесса, в условиях которых учащиеся могут непосредственно сталкиваться с прекрасным, постоянно обогащаться новыми эстетическими впечатлениями и знаниями, воспитывая чувствительность к прекрасному в жизни, природе, искусстве. Реализация этой задачи осуществляется в процессе изучения основ наук, во внеклассной и внешкольной работе в семье, путем самовоспитания, направленного на обогащение и совершенствование человеческого характера, внутреннего мира личности, ее взглядов, чувств, представлений, вкусов.

Вне сомнения, хореография, будучи разновидностью искусства, порождает множество характерных средств, а также приемов. Тут же выстраивается выразительный язык, за счет которого учащиеся могут формировать хореографические образы. Практика показывает, что они рождаются на основе осуществляемых движений танца под музыку. Отметим, что язык выражения можно охарактеризовать обобщенно: раскрывается внутреннее состояние личности, ее духовный мир. В качестве основы для всякого образа в хореографии выступает движение. Оно, как известно, тесным образом связано с ритмом [23, с. 70].

Нельзя не отметить тот факт, что хореография, выступая в качестве разновидности искусства, связана с музыкой. Кстати, с ее помощью ребенок раскрывает полноту и яркость хореографического образа.

На данный момент хореография – это эффективное, массовое средство, которое дает возможность развивать эстетические качества; положительно влияет на гармоничность в формировании человека, как личности. В целом, танец представляет собой разновидность самодеятельного искусства. Его любят дети, а потому с помощью танца развиваются не только интеллектуальные, но и физические способности. Когда ребенок обучается хореографии, то он получает специальную подготовку, формирует гибкость, а также корректирует возможные физические недостатки.

Установлено, что для каждого ребенка хореография выступает в качестве самого лучшего средства, которое помогает не только развивать слух в музыкальном плане, но и гибкость, а также координацию осуществляемых телодвижений. Появляется идеальная возможность для формирования правильной осанки, уверенность в собственных силах. Как только воспитанник попадает в танцевальный кружок, практически с первого дня начинается обучение: коммуникации, поиску компромиссов с партнерами, диалог. Кроме прочего, ребенок учится слушать взрослых (педагога), отчего развивается внимательность, а также ответственность.

Стоит подчеркнуть, что в целом младший школьный возраст – это особое время, в которое происходит эстетическое воспитание. Большую часть времени ребенок проводит с педагогом. Грамотные специалисты пользуются такой возможностью, а потому не только формируют основу для эстетического развития личности, но и с помощью характерного воспитания выстраивают у человека мировоззрение. Практика показывает, что именно в это время у ребенка формируется отношение к окружающему миру, развиваются эстетические качества [18, с. 33].

На каждом занятии педагог в классе должен создавать положительную творческую, а также продуктивную, эмоциональную атмосферу. Все это приносит небывалое удовольствие детям. Главная цель, которая поставлена перед эстетическим воспитанием – развивать у ребенка

способность чувствовать, воспринимать прекрасное в мире. Кроме прочего, нужно научиться выделять добро и зло; научить ребенка действовать самостоятельно.

Таким образом, через ознакомление с хореографическим искусством и творчеством у детей формируется понимание прекрасного, лучше усваиваются эталоны красоты.

Выделим наиболее существенные пути (средства) эстетического развития младших школьников [21, с. 198]:

1. Овладение эстетическими знаниями в процессе изучения учебных предметов (предметы художественного цикла: изобразительное искусство, музыкальное искусство и искусство (театр, хореография, кино, телевидение);

2. Организация факультативов дает большие возможности формирования эстетической культуры младших школьников. В некоторых школах введен специальный курс, в котором изучаются вопросы литературы, музыки, хореографического и изобразительного искусства, театра, киноискусства;

3. Эстетическое развитие во внеклассной и внешкольной работе. Основные задачи внеклассной и внешкольной работы – это:

- а) привлечение младших школьников к прекрасному;
- б) ознакомление их с произведениями искусства;
- в) организация эстетической деятельности детей;

4. Большие возможности влияния на формирование эстетической культуры школьников имеет семья;

5. Побуждение школьников к эстетическому самовоспитанию.

Хореография – это один из самых богатых источников эстетического воздействия на ребенка. Прежде всего, он формирует художественное «Я» ребенка, влияет на правильную осанку, знакомит с основами актерского мастерства, этикета, манеры поведения. Благодаря ритмичности движений развивается воображение детей, их творческая активность. Танец

последовательно соединяет движения рук, ног, головы и всего корпуса. Под разные ритмы, которые фиксируются в танцевальных па, позах, жестах, мимике создается пластический рисунок с помощью музыки, песни, пантомимы, драматургии.

Занятия хореографией способствуют физическому развитию детей и обогащают их духовно. Это гармоничное занятие привлекает и детей, и родителей. Ребенок, обладающий балетной осанкой, захватывает окружающих. Но ее формирования – процесс длительный, требующий многих качеств от детей.

Существует несколько качеств, например, трудолюбие и терпение, дисциплинированность. Именно они нужны ребенку не только в процессе занятия в хореографической студии, но и в обычной жизни. К слову сказать, такие качества хореографы воспитывают много лет к ряду. На их основе в перспективе определяются успехи детей во многих начинаниях. В жизни каждый человек должен демонстрировать важное чувство – ответственность. С его помощью ребенок движется вперед. Получается, что в танце нельзя подвести партнера, нельзя не вовремя прийти на занятия, так как от тебя зависит работа других детей; нельзя что-то не доработать и так далее [31, с. 82].

В танце не бывает мелочей. Это значит, что исполнительство должно быть всегда безупречным, формы – опрятные. Соответственно, если дети научатся следовать этим правилам в хореографическом классе, то без труда смогут пользоваться ими и в быту. Чистота, элегантность, опрятная прическа – все это воспитывается не только родителями, но и при занятии искусством.

Еще одна важная сторона личности, которую позволяет воспитывать хореография – этикет. Намного приятнее, если ребенок вежливо обходится с взрослыми, когда мальчики помогают девочкам. Забота, внимание для других людей – это требуемое качество. Именно хореографические занятия помогают решить многие проблемы, воспитать требуемые качества.

С точностью можно сказать о том, что только благодаря эстетическому воспитанию в младшем, и даже дошкольном периоде происходит воспитание духовного богатства. Считается, что это время, когда формируется не только эстетическое, но и нравственное отношение ребенка к жизни в целом. Такие личностные качества формируются в раннем детстве, сохраняются практически в неизменной форме – всю жизнь. Вот благодаря чему мы переживаем чувство восторга, когда воспринимаем прекрасные вещи. Каждый человек ищет для себя только положительные эмоции и впечатления. В этом помогает поход в театр, на концерт в филармонию, просмотр фильма, и, конечно же, занятие хореографическим искусством. Часто дети стараются повторить увиденное. Пока что они не знают, что такие проявления – есть выражение эстетических начал. Самое главное, что эмоциональные переживания надолго закладываются в памяти, позволяют в дальнейшем формировать привычки, разные навыки, а в других случаях – становятся стимулирующим инструментом поведения [36, с. 112].

Ученые доказали, что мотивационная сфера воспитанника изменяется уже в раннем школьном возрасте. Ребенок сравнивает отношение к искусству и красоте, а также к реальному миру. Обращаясь к работе Д.Б. Лихачева, видим, что автор акцентирует внимание на важной детали. Суть ее заключается в том, что познавательный стимул в раннем школьном возрасте ребенка пополняется новым явлением – осознание мотивов. Прежде всего, это отражено в том, что воспитанники относятся эстетически не только к искусству, но и окружающему миру. Все то, о чем дети думают, за чем наблюдают – вызывает яркое, эмоциональное ощущение. В младшем школьном возрасте дети не могут практически сдерживать чувства, контролировать их проявление. Они откровенны при выражении радости и горя, удовольствия и недовольства.

Соответственно, нужно все время для детей создавать только праздничную, радостную атмосферу. Главная особенность развития воображения в младшем возрасте – совершенствование воссоздающих

воображений. Это означает, что впечатления, полученные ранее, перерабатываются, порождаются комбинации, сочетания новых впечатлений. За счет того, что у школьников развивается воображение, создаются предпосылки для воспитания эстетического. Поставленное эстетическое воспитание развивает воображение в целом.

Таким образом, появляются новые требования, которые продиктованы к деятельности, с параллельным развитием творческих способностей воспитанника [44, с. 307].

В жизни каждого ребенка хореография может стать дополнением реального образа жизни. При занятии данным искусством возникают такие эмоции и переживания, которые в другой любой ситуации получить практически невозможно.

В процессе обучения в целом, а также при эстетическом воспитании педагоги ставят главную цель – воспитать творческую личность. Если не удастся сформировать способность заниматься эстетическим творчеством, то не удастся гармонично, многогранно развивать личность. Очевидно, что каждый учитель с помощью занятий искусством будет готовить детей к дальнейшей жизни. Что касается хореографа, то ему нужно развивать потребности детей – обращаться к искусству, понимать его.

Ценность хореографического искусства как средства эстетического воспитания состоит в том, что оно часто изображает те стороны действительности, увидеть которые человек не способен. И, несмотря на то, что в наше время танцевальное искусство остается одним из самых популярных и распространенных форм эстетического воспитания, общество, заботится о культуре людей, пытается наиболее полно использовать для этой цели различные формы и методы [26, с. 52].

Хореография – один из самых массовых и действенных средств эстетического воспитания, имеет эффективное влияние на всестороннее гармоничное развитие личности.



Танец – любимый и популярный вид самодеятельного искусства – способствует эстетическому воспитанию и физическому развитию детей. Участь хореографии, дети знакомятся с искусством хореографии, приобретают определенную танцевальную подготовку, развивают пластичность, умение красиво двигаться, укрепляют организм, исправляют некоторые физические недостатки [30, с. 29].

Таким образом, занятия хореографией имеют большое значение для эстетического развития детей. Дети начинают чувствовать эстетику поведения в быту; подтянутость и вежливость становятся нормой поведения. Они следят за своей внешностью, за чистотой, аккуратностью, изяществом своего костюма и прически. Хореография как средство эстетического воспитания имеет большое значение в эстетическом развитии младших школьников, поскольку средства танцевального искусства прививают любовь к прекрасному.

## 1.2 Влияние занятий хореографией на физическое развитие детей младшего школьного возраста

Искусство хореографии с каждым годом приобретает все большую популярность, становится одним из самых действенных факторов формирования гармонически развитой, духовно богатой личности.

Нужно подчеркнуть, что на практике хореография, как вид искусства, формирует особую потребность – проведение преобразовательной, творческой активности. В это время стоит сложная задача – научить ребенка не просто понимать язык танца, но и научить его применять данный инструмент в процессе самовыражения. Подобно прочим видам искусства, танец может приносить огромное удовольствие. Ребенок, который танцует, старается передать настроение и эмоции в пластике. Легкие, а также непринужденные движения радуют не только человека, который исполняет танец, но и зрителя.

Говоря о процессе самообучения танцу, стоит выделить наличие творческого процесса. При тренировках, при преодолении разных трудностей, при осваивании лексики танца, ребенок может познавать красоту танцевального творчества [42, с. 174].

В настоящее время хореография, как искусство, не имеет ограничений, так как доступно для занятия каждому человеку. Миллионы детей каждый год по всей стране записываются в хореографические кружки. За счет того, что занятия там проводятся целенаправленно, систематически, учащиеся получают не только танцевальную, но и эстетическую базу, культуру. Музыкальные способности, которые развиваются вместе с танцем, дают возможность тонко воспринимать хореографическое искусство в его профессиональном понимании.

Во время занятий решаются не только проблемы физического воспитания, но и задачи эстетической направленности. Если грамотно подобрать музыку к движениям, то учащиеся смогут развивать и укреплять мышечное чувство, на слух – запоминать движения по музыке. Со временем такие занятия воспитывают память, вырабатывают привычку красивых и ритмически правильных движений.

Овладевая новыми, все более сложными музыкальными движениями, занимающиеся стремятся соразмерять их во времени и пространстве, подчинять ритмическому рисунку, требованиям пластики и внешней выразительности [14, с. 14].

Определенная ценность занятий хореографией заключена в их образовательных возможностях.

Занимающиеся под руководством педагога получают знания по теории музыки, приобретают умения и навыки выполнения движений в соответствии со средствами музыкальной выразительности. Возможность использования бесконечных вариаций движений (по форме, структуре, последовательности выполнения) в зависимости от создаваемого музыкального образа позволяет занимающимся расширить представления о

двигательных возможностях организма, познавать закономерности движений во взаимосвязи с музыкой и таким образом практически осуществлять связь между умственным образованием и физическим воспитанием [20, с. 198].

Нельзя не отметить тот факт, что занятия хореографией имеют колоссальное гигиеническое, оздоровительное значение. Под звуки ритма в музыке организуются разные движения, а настроение детей – стремительно растет. На основании полученных положительных эмоций появляется еще больше желания – энергично включаться в работу. Таким образом, работоспособность человека растет. Парадоксально, но в танце ребенок активно отдыхает и оздоравливается.

На основании постоянного занятия танцами происходит развитие фигуры, формируется красивая осанка. Движения становятся грациозными. Главная задача, которая поставлена перед руководителем – сохранить начальный интерес к танцу, к его движениям. Развивается также эмоциональность в плане восприятия. Самое главное, чтобы ребенок старательно в дальнейшем подходил к тренировкам. Вот почему педагогу целесообразно на каждом занятии ставить все новые и новые задачи. Особое внимание уделяется новым деталям в образе, в музыкальном материале. Например, если необходимо уточнить определенное движение, то педагогу стоит внимательно относиться к инициативе ребенка, поощрять ее.

После того, как ребенок пройдет обучение в танцевальном коллективе, он начнет демонстрировать не только уверенный танец, но и будет чувствовать себя в обычной жизни раскрепощенно, уверенно и свободно.

Вне сомнения, правильные движения в хореографии положительно влияют на общее здоровье воспитанников. Применения разных движений для оздоровления подростков – это главный метод, посредством которого на практике можно корректировать здоровье. В танце движения подкрепляются звучанием музыки. При этом они оказываются, обогащены

эстетическим наполнением, а значит – удваиваются оздоравливающие качества, возможности [19, с. 137].

При проведении ранних занятий стоит главная цель – закрепить достаточно прочно сильное, гармоничное и здоровое поколение; расширить ряд двигательных способностей, компенсировать недостаток в двигательной активности детей.

Таким образом, если соблюдать ряд методических рекомендаций, то удастся справиться со всеми трудностями:

- гармонично развивать разные функции, формы организма, укреплять общее здоровье;
- выработка правильной осанки;
- сбалансированная, многогранная, специальная и общая подготовка;
- развитие характерных качеств: танцевальность, музыкальность, творческая и выразительная активность;
- выработка качеств аккуратности, старательности, а также дисциплины.

Каждый ребенок, который занимается в хореографическом кружке, получает правильную осанку. У него развиваются основы этикета, а также отменные манеры поведения в обществе.

Кроме прочего, воспитанник получает определенные представления об актерском мастерстве. Предположим, с помощью классического экзерсиса возле станка можно укрепить мышцы, а также суставы на теле. Руки, голова, ноги – получают правильную постановку. Тело становится максимально эластичным и свободным при осуществлении координированных движений. В танце важно правильно удерживать корпус. Соответственно, при контроле данного параметра, позвоночник все время удерживается в правильном положении, вытягивается – вне зависимости от возраста человека. Часто в классическом танце используются позиции выворота. Они выступают в качестве эффективной профилактики так называемой «косолапости» [24, с. 174].

С уверенностью можно сказать о том, что на занятиях по хореографии ребенок постоянно переживает физические нагрузки. Они положительно сказываются на развитии нервной системы. Прежде всего, это обусловлено тем, что возникают афферентные импульсы, изменения, протекающие во внутренней среде организма.

Музыкальная синхронизация, звуковые ритмы – все это положительно сказывается на ритме сокращений сердца, на частоте, а также глубине дыхания, на координации моторных рефлексов. Равномерные физические нагрузки стимулирующим образом могут воздействовать на параметры иммунитета.

Здоровье, а также физическое воспитание, выстраивание процесса тренировок в хореографии – все это зависит от точности в плане принятого подхода к обучению ребенка на начальной стадии развития. Тут важно принимать во внимание особенности возраста. Так, физические качества могут развиваться в разное время. Например, быстрота и гибкость развивается в раннем возрасте, а потом – координация в движениях.

Педагогу нужно активно воздействовать на развитие гибкости. Такие занятия приносят максимальный эффект только в том случае, если их систематически применять в младшем, а также дошкольном возрасте. При этом работа, проводимая с различными предметами, дает возможность развивать моторику. Большинство физических упражнений выполняется в свободном пространстве. Параллельно с тем развивается пространственное воображение, способности анализировать свои действия. Коллективная работа способствует тому, что дети адаптируются к совместной деятельности, вырабатывают индивидуальные черты характера [6, с. 44].

Незаметно для самих себя, при обучении воспитанники осваивают разные упражнения, с помощью которых можно развивать двигательные функции. Например, дети правильно учатся выполнять ходьбу, прыжки, бег, движения в танце. Вырабатываются такие важные качества, как

настойчивость, внимательность, инициатива и прочее. Среди физических качеств назовем координацию, гибкость и быстроту.

Главная задача, которая ставится перед проведением занятий – научить ребенка максимально правильно выполнять все упражнения. Прежде всего, нужно уделить особое внимание планомерному распределению нагрузки на голеностоп, позвоночник, коленные суставы и на тазовый пояс.

Хореография не только помогает в целом укрепить здоровье человека, понизить перегрузки, но и развивает координацию, креативность, воспитывает силу воли, настойчивость, художественный вкус и коллективизм. Мало того, хореография оказывает благотворное воздействие на опорно-двигательный аппарат, на кости, мышцы, связки, а также на сухожилия. Под воздействием физических тренировок волокна мышц укрепляются, а кости перестраиваются. К слову сказать, данный процесс – постоянный, но одна часть кости может рассасываться, а другая – восстанавливаться. Таким образом, если ребенок регулярно занимается танцами, то кости укрепляются активнее. Нагрузки укрепляют сухожилия, связки, делают их прочнее. Однако нельзя ни в коем случае забывать о том, что при чрезмерных физических нагрузках суставы изнашиваются.

Известно о том, что достаточно развитая система мышц выступает в качестве опоры для скелета. Так, при слабых спинных мышцах и плечевого пояса может наступить искривление позвоночника. Грудная клетка деформируется, как итог – нарушается работа органов дыхания. В то же время развитая мускулатура укрепляет позвоночник, принимает на себя часть нагрузки, разгружает его, не позволяет развиваться негативным преобразованиям в группе межпозвоночных дисков [5, с. 123].

Мышцы, которые оказываются под воздействием физических нагрузок, становятся эластичными, твердыми. Танцы помогают нормализовать кровоснабжение всех мышц и органов.

Не подвергается сомнению тот факт, насколько важна для ребенка дошкольного возраста правильная осанка. Нарушения в ней влекут за собой хронические заболевания, а также нарушения в работе систем, органов. В это время формируется в целом опорно-двигательный аппарат, формируются основы функциональных параметров организма. Поэтому вопрос, связанный с осанкой – крайне актуальный.

Ребенок, который с раннего возраста посещает хореографический кружок, получает не только огромный заряд эмоций, но интерес к двигательной активности. Прежде всего, у воспитанника будет сформирована правильная осанка [11, с. 214].

Практики, педагоги, мастера танца, эксперты в сфере физической культуры неоднократно указывали на то, что формирование правильной осанки – это залог отсутствия в дальнейшем нарушений, связанных с прочими функциональными системами организма. Это касается мышц, сухожилий, внутренних органов, а также развития таких качеств, как ловкость, координация и двигательная память.

Вот почему танцам, хореографии в целом нужно отводить много времени для дошкольников. Но сегодня в большинстве дошкольных образовательных учреждений страны отношение к занятиям хореографией, танцами в частности – не однозначное. А ведь танец сегодня изучать – крайне актуально. Мало того, к этому искусству наметился большой интерес. Чаще всего танцами начинают заниматься дети в возрасте до 10 лет.

Упражнения классического экзерсиса получают особое внимание в плане физического развития ребенка, при формировании, а также при коррекции осанки. Это упражнение позволяет комплексно укреплять мышцы, суставы человека. Если правильно ставить корпус, то позвоночник всегда будет в выпрямленном состоянии, вытягивается.

Дети, которые на регулярной основе занимаются физическими упражнениями, хореографией, имеют практически совершенную нервную

систему. Музыка и движения в синхронизации положительно сказываются на ритме сердечных сокращений, на частоте и глубине дыхания, на координации моторных рефлексов [22, с. 64].

Особенно полезными оказываются занятия танцами при формировании осанки и при укреплении мышц; упражнения партерной гимнастики здесь занимают не последнее место. Прежде всего, они помогают в целом укреплять опорно-двигательный аппарат, развивать дыхательные органы, некоторые способности и качества ребенка (координация, гибкость, сила, выносливость). Важно подчеркнуть, что вместе с тем развиваются и психические качества: сообразительность, внимание; развиваются музыкальные качества.

Каждый ребенок, который посещает хореографические занятия, может раскрыть себя, собственные физические способности; получает новые знания и навыки, которые пригодятся в дальнейшей жизни. За счет комплекса упражнений, с каждым занятием ребенку будет все интереснее, проще выполнять физически сложные упражнения.

### 1.3 Особенности физического и психического развития детей младшего школьного возраста

Развитие физических качеств (главными параметрами физического развития считаются масса тела и рост) – это показатели, которые наглядным образом демонстрируют динамику изменений, что происходят с возрастом. Начинаются первые изменения пропорций в теле. Человек с короткими ногами и большой головой, с большим туловищем в 6–7 лет становится пропорционально сформированным мальчишкой или девчонкой, которые имеют уже увеличенную длину рук и ног. Соотношение головы и туловища становятся практически такими же, как и у взрослого человека. Все это говорит о том, что организм на определенном этапе – созрел. В 6–7 лет интенсивно развивается опорно-двигательная система (суставы, сухожилия,



связки, скелет). Каждая с 206 костей скелета меняется по форме, по внутреннему строению, а также по размерам [7, с. 66].

Однако опорно-двигательный аппарат пока что не завершен в развитии. Он переживает колоссальные нагрузки, когда во время учебы, в течение длительного периода времени нужно сидеть в статичной позе. Вот почему детям сложно усидеть на одном месте. В то же время очевидно и то, почему неправильная поза влечет за собой нарушения осанки. Позвоночник особенно чувствителен к разным воздействиям деформационного характера. Например, при неправильной посадке за партой начинаются изменения, нарушающие рост ребенка.

Дети в возрасте 6–7 лет имеют развитые крупные мышцы конечностей и туловища, но окостенение только лишь начинается. Вот почему удается без проблем овладеть столь сложными движениями, как прыжки, бег, катание на коньках и прочее. Но мелкие мышцы рук развиты в рассматриваемом возрасте слабо. Не до конца завершен процесс окостенения запястья, а также фаланг пальцев. Итак, часто дети при письме жалуются на боли в руках, на усталость в кисти [27, с. 40].

Говоря о несовершенстве нервной регуляции движений, отметим, что данный момент обусловлен недостаточной быстротой и точностью выполнения движений, сложностями в осуществлении разных движений по команде.

Когда ученики выполняют графические движения, то в возрасте 6–7 лет у них контроль переносится на зрительные органы. Важно заметить, что фиксируется не просто поле деятельности, а контролируется все движение – от начала и до его завершения. Вот почему дети старательно, тщательно выводят буквы, срисовывают картинки. Но параллельные линии провести практически не могут, а еще сложнее – на глаз определить размер букв, наклон. Таким образом, оказывается, что написать крупные буквы или цифры проще, чем мелкие.

В рассматриваемый период времени у ребенка пока что не завершены процессы развития, трансформации системы дыхания, а также эндокринной системы. Получается, что детский организм растет, совершенствуется. Некоторые процессы могут протекать интенсивнее, а другие – медленнее. Всякие проблемы со здоровьем, особенно хронические заболевания, ухудшают состояние ЦНС, выступают в качестве главной причины низкой умственной активности, высокой утомляемости. Отсюда – низкая успеваемость.

Мало того, для растущего организма считаются тяжелыми микросоциальные, негативные условия воспитания (семейные конфликты, чрезмерная опека или беспризорность) [40, с. 111].

Практика показывает, что в дошкольный период заканчивается сложный и длительный процесс овладения речью. В семь лет у ребенка язык выступает в качестве главного инструмента коммуникации, мышления. Во время подготовки к школе язык – это предмет сознательного изучения. Развивается звуковая часть речи. Дети начальных классов уже понимают особенности произношения. В конце дошкольного возраста оканчивается процесс фонематического развития. Активным образом увеличивается словарный запас. Но важно принимать во внимание индивидуальные особенности. Так, у одних детей словарный запас может быть богатым, а у других детей, напротив – не такой обширный. Все зависит от качества и количества общения ребенка в повседневной жизни. Если у ребенка имеется богатый словарь, то можно вести контекстный разговор; ребенок без проблем пересказывает прочитанный текст, описывает картинки. Монологическая, связная речь – изначально проявляется в устной форме, а потом – на письме. Особенно важной она является при овладении учебной деятельностью.

Монологическая связная речь – это не просто отдельные предложения. Тут имеется в виду развернутое высказывание, которое будет состоять с нескольких предложений. Прежде всего, рассматривается текст в

его широком понимании. Вот почему монологическая речь выступает в качестве объекта, который строится по законам литературного, но не разговорного языка. Для того чтобы выразить монологическое, развернутое высказывание, ребенку нужно демонстрировать больше произвольности, чем просто в диалоге. Самая простая форма монолога для воспитанников в рассматриваемом возрасте – пересказ сюжетного текста [37, с. 192].

Со временем процессы восприятия обретают черты целенаправленности, осмысленности, а также становятся анализирующими. В восприятии может появляться масса произвольных действий. Колоссальное воздействие на развитие восприятия оказывает речь. Ребенок активно применяет названия качеств. Он может выделять, называть свойства и качества некоторых явлений, а также предметов, дифференцировать их, понимать реальные между ними отношения. В конце младшего школьного возраста восприятие становится синтезирующим. Итак, можно налаживать связи между компонентами объекта, который воспринимается.

Единая черта развития мышления – переход от наглядно-действенных начал к наглядно-образному мышлению, к словесному мышлению. Известно о том, что дети дошкольного периода мыслят образно, но пока что не имеют взрослой логики рассуждений. В конце дошкольного периода появляются тенденции обобщения, установления некоторых связей. Это важно для того, чтобы развивать интеллект. Решение множественных типов интеллектуальных задач протекает образно. Образные представления позволяют понимать условия поставленной задачи, сопоставлять их с действительностью, а потом контролировать решение задачи.

Отмечается, что в конце дошкольного периода у детей образное мышление не характеризуется ситуативностью и сугубой конкретикой. Воспитанник может не только представлять предмет во всем его многообразии (по характеристикам, по полноте), но и выделяет важные признаки. Формируется схематически наглядное мышление. Это особая

форма мышления, которая проявляется в том, что ребенок понимает, а также успешно пользуется разными схематическими изображениями предмета (простой чертеж, макет или план). Со временем дети понимают условные изображения с абстрактных взаимосвязей: отношения между словами в одном предложении; отношения между буквами в слове; отношения величин в математике и так далее. Все это позволяет обучать детей математике, грамоте, акцентируя внимание на наглядно-условные отражения главных закономерностей в учебном материале [33, с. 80].

Доказано, что ребенок, которому исполнится 6 лет, можно совершать простой анализ обстановки, которая его окружает. Например, он может отделить основное от несущественного; проводит простые рассуждения, правильно делает выводы. Но важно подчеркнуть, что такая деятельность в целом ограничивается детскими познаниями. В рамках того, что уже известно, ребенок успешно выстраивает казуальные связи, что и проявляется в его речи. Активно применяются разные выражения, например, «если...то...», «потому что» и так далее. При этом бытовые рассуждения считаются логичными.

Развитие памяти протекает по двум направлениям: осмысленность, а также произвольность. Дело в том, что каждый ребенок может произвольно запоминать учебный материал, который вызывает интерес. Главное, чтобы такой материал предоставлялся в игровой форме, был связан с красочными картинками, образными представлениями и тому подобным.

Однако, если в дошкольном возрасте ребенку постоянно преподносить материал для запоминания, который не вызывает интерес, то со временем обучение выстраивается на основе произвольной памяти. Дошкольники, а также младшие школьники имеют отменную механическую память. Есть даже такие дети, которые в начальной школе просто заучивают тексты. Но в будущем это приводит к тому, что в средних классах у ребенка возникают проблемы. Ведь материал становится объемным, сложным; старым методом его запомнить нереально.

При этом совершенствованием смысловой памяти позволяет осваивать множество приемов по запоминанию. Как только воспитанник осмыслит учебный материал, поймет его, то и запомнить будет – проще [37, с. 72]. Как видим, интеллектуальная работа выступает в качестве работы по запоминанию, мышлению, а также смысловой памяти. Каждый компонент тесно связан друг с другом. И если такая психическая функция будет сформирована в недостаточной степени, то в дальнейшем процесс обучения будет весьма затруднен. В сравнении с дошкольниками, дети начальных классов будут более внимательны. Они могут концентрировать внимание на неинтересных действиях, но все же – остается непроизвольное внимание. Внешние впечатления вызывают отвлеченность; трудно сконцентрироваться на непонятных вещах. Внимание отличается незначительной устойчивостью. Одно занятие вызывает интерес примерно в течение 20 минут. С одного задания на другое – переключиться очень трудно. Но нельзя забывать о том, что все дети внимательность демонстрируют по-разному. И если внимание характеризуется разными свойствами, то и развиваются они разными способами. Например, может быть устойчивое, но не переключаемое внимание; одна задача решается старательно, но все последующие – с противоположным результатом [32, с. 25].

Особенно стоит рассмотреть поведение таких детей, которые не концентрируют внимание на учебе. Они могут пребывать в собственных мыслях, рисуют на парте. Соответственно, возникает ощущение рассеянности, хотя на самом деле внимание может быть развито качественно.

То или иное качество внимание можно развивать в неодинаковой степени. Меньше всего можно повлиять на объем памяти, так как это параметр считается сугубо индивидуальным. Свойства устойчивости, распределения внимания можно тренировать, чтобы не было их хаотического развития. Только в 9–10 лет резко изменится обстановка, дети

начнут работать больше времени, концентрируя внимания; будет меньше ошибок и отвлечений. При этом произвольное внимание не прочное. Если появляется интересный объект, то внимание моментально переключается на него. Вот почему для младших школьников важно объяснять не на словах, а с помощью показов. На длительное время удержать внимание не получится, так как нервные клетки коры головного мозга быстро истощаются. После 15 минут интенсивной работы внимание детей снижается примерно на 70%.

Придя в школу, ребенок переживает перестроение системы отношений с реальным миром. Имеется 2 сферы социальных отношений: «ребенок-дети», «ребенок-взрослый». В условиях школы эти системы существенно перестраиваются. Так, система «ребенок-взрослый» может разделяться. Кроме родителей появляется педагог. Отношения с ним во многом обуславливают отношения со сверстниками, с родителями. Новая система отношений – есть основа жизни ребенка. Теперь взрослые спрашивают у ребенка, как он учится. Примечательно, что первое время дети строго выполняют указания педагога. Но если учитель лояльно относится к правилам, то такие правила будут разрушены изнутри [43, с. 185]. Между собой дети выстраивают отношения в плане того, как оппонент относится к правилам, которые вводятся педагогом. Разумеется, в коллективе будет ябеда. При отношениях, которые выстраиваются между ребенком и взрослым – разделяются функции. Это означает, что взрослый будет ставить цели, контролировать действие ребенка на пути к достижению такой цели. Сначала всякое действие совершается под строгим контролем педагога, а потом – ребенок может сам выполнить задачу. Появляется замкнутый круг: ребенок не может осваивать новые действия без взрослого, но при помощи последнего – действие не осваивается в полной мере, так как контроль и оценка – прерогатива педагога.

Как видим, помощь взрослого может быть не достаточной мерой, которая позволит освоить все аспекты конкретного действия [47, с. 174].

Отношения с друзьями, в которых ошибки легко исправимы, дают возможность накапливать взаимный, полезный опыт переживаний, сопротивления границ чужого психологического пространства. Как показывает практика, собственно во взаимоотношениях со сверстниками воспитанники учатся быть терпеливыми, учатся дружить. Общение с друзьями важно для формирования способности – становиться на точку зрения оппонента, принимать задачи, которые предусматривают совместных действий.

Из всего вышеизложенного можно сделать вывод, что танец выступает средством массового общения людей, дает возможность содержательно провести время, познакомиться, подружиться.

## **ГЛАВА 2. ОПЫТНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ РАБОТА ПО ВЛИЯНИЮ ЗАЯТИЙ СОВРЕМЕННОЙ ХОРЕОГРАФИЕЙ НА ЭСТЕТИЧЕСКОЕ И ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

2.1 Организационно-педагогические условия использования современной хореографии при работе с детьми младшего школьного возраста

Хореография обладает огромными возможностями как для эстетического воспитания, так и для полноценного физического развития. Синкретичность хореографического искусства подразумевает развитие не только музыкальных и двигательных навыков, но учит сохранять и укреплять здоровье, что является особо актуальным для сегодняшнего дня. Занятия хореографией оказывают благоприятное воздействие на внутреннюю и внешнюю красоту личности, а также прививают основы нравственной культуры, этикета и манер поведения в обществе.

Как известно, понятие «педагогические условия» включает в себя элементы всех составляющих процесса обучения, воспитания и развития: цели, содержание, принципы, методы, формы, средства.

Л.Е. Пуляева отмечает, что педагогические условия – это «обстоятельства процесса обучения, которые являются результатом целенаправленного отбора, конструирования и применения элементов содержания, методов, а также организационных форм обучения для достижения определенных дидактических целей» [29].

Н.Н. Янаева дает более обширное понятие педагогическим условиям. На ее взгляд, это совокупность мер педагогического процесса, которые направлены на повышение его эффективности. Они отмечают, что условия являются всегда внешними факторами по отношению к предмету [50].

Опираясь на исследования ученых и учитывая специфику учебно-воспитательного процесса в учреждениях дополнительного образования на



технико-эстетических видах спорта, мы заключили, что под педагогическими условиями эффективности занятий хореографией в данных учреждениях следует понимать совокупность внешних и внутренних обстоятельств образовательного процесса, от реализации которых зависит сам процесс развития. Педагогические условия выступают при этом необходимым компонентом данного процесса эстетического воспитания. На наш взгляд, эффективность эстетического воспитания обучающихся в процессе занятий хореографией может быть существенно повышена, если будут учитываться следующие педагогические условия: комплексность, последовательность, междисциплинарные связи, дидактическо-техническая оснащенность, а также использование активных форм обучения.

Анализируя труды педагогов-хореографов (А.Я. Вагановой, Г.П. Гусева, Р.В. Захарова, И.А. Моисеева, В.Ю. Никитина, И.В. Смирнова) и исследования ученых, отводящих ключевую роль искусству в процессе эстетического воспитания (Д.Б. Кабалевского, Б.М. Неменского, Т.С. Комаровой, К.В. Тарасовой), можно сделать вывод, что обучение детей и подростков хореографией, в том числе и секциях спортивного профиля, будет осуществляться более эффективно, если будет учитываться условие комплексности. Под комплексностью следует понимать обучение и воспитание, основанное на практических занятиях по изучению всех систем танца и сопутствующих беседах по основам физиологии и эстетики, которые позволяют реализовать образовательную, развивающую и воспитывающую функции обучения.

Общепринято, что классический танец является базовым в процессе подготовки спортсменов в артистических видах спорта. Это действительно так, поскольку классический танец формирует правильную осанку, аккуратные линии ног и рук, гармонично развивает всё тело, раскрепощая движение.

Включение классического тренажа в урок способствует воспитанию опорно-двигательного аппарата, уравнивая право- и левостороннее развитие всех мышц корпуса и конечностей, развитию сложной координации движений, расширению двигательного диапазона, тренировке дыхательной и сердечнососудистой системы, повышая тем самым жизненную активность организма ребёнка. Более того, классический танец придает ощущение легкости и грациозности движению [48, с. 101]. Не менее важное значение имеет и народный (прежде всего русский) танец. Обладая колоссальным разнообразием лексики, эффектностью и зрелищностью, русский народный танец дает представление о специфике мужского и женского характера исполнения, строго разграничивая их. Более того, трюковая техника русского народного танца порой не уступает акробатическим элементам в степени сложности. Элементы русской народной хореографии и хореографии народов мира, изучаемых на уроке, восстанавливают собственные этнические связи ребёнка, воспитывают этническую толерантность.

Однако не стоит недооценивать роль современного танца (модернджаз танец, танец модерн и contemporary dance). Не имея кодифицированной лексики, в отличие от классического и народного танца, современный танец расширяет границы в поиске выразительных возможностей тела при раскрытии определенного характера и художественного образа, тем самым позволяет находить неординарные и оригинальные подходы, создавая интересные положения рук, ног, корпуса и головы. Кроме того, современные танцы наиболее привлекательны среди подрастающего поколения.

Изучая ту или иную систему хореографии в учебном процессе, педагогу необходимо понимать, что для наиболее эффективного восприятия материала обучающимися целесообразно будет проводить беседы по физиологическим возможностям организма с демонстрацией видео и фотоматериала (процесс сокращения мышечных волокон, строение

позвоночника и др.). Во-первых, это поможет избежать серьезных травм, при длительных и напряженных тренировках, во-вторых, позволит достичь максимального результата при наименьшем усилии, и, в-третьих, сделает ребенка более эрудированным. Как вариант, в подростковых группах, в процессе бесед уместно затрагивать темы о негативном воздействии алкоголя и наркотических веществ на организм, а особенно детский, о его несоизмеримостью со спортом. Демонстрация видеоматериалов только усилит эффект, поскольку, как правило, они сопровождаются неприятными кадрами, например, деформацией и разрушением внутренних органов и др. На наш взгляд, это существенно снизит попытки и процесс употребления алкоголя и наркотических веществ в подростковом возрасте.

Помимо этого технико-эстетические (артистические) виды спорта неразрывно связаны с понятием «эстетический идеал», поэтому в процессе занятий по хореографии рекомендуется проводить беседы и по основам эстетики и демонстрировать видео и фотоматериал (произведения искусства в области живописи и архитектуры, балеты выдающихся хореографов и пр.). К тому же коллективный просмотр сближает детей и педагога. Появляется общая тема для разговора, в котором педагог умно и тактично направляет детей в русло правильных рассуждений [45, с. 21].

Сверх того, педагог-хореограф на личном примере, используя пластику своего тела, может продемонстрировать различные категории эстетики: прекрасное – безобразное, трагическое – комическое. Данные категории отображают наиболее существенные стороны эстетической деятельности человека. Дети, изучая эти категории, приобретают не только навыки познания и оценки действительности, но и формируются как высоконравственные личности, что в современном социуме встречается все реже.

Эффективность учебно-воспитательного процесса напрямую зависит от условия последовательности, опирающегося на возрастные и психофизиологические возможности детей. Данное условие базируется на

постепенном расширении и существенном углублении знаний, развитии умений и формировании устойчивых навыков у детей, путем последовательного прохождения по схеме обучения по принципу от простого к сложному (разучивание отдельных элементов той или иной системы танца, далее разучивание фраз и комбинаций на лексическом материале определенной системы, затем разучивание полной композиции с передачей заданного художественного образа).

В секциях технико-эстетических видах спорта, как правило, педагог-хореограф работает совместно с тренерами-преподавателями по различным спортивным дисциплинам, закрепленными на общих группах. Это абсолютно логично, поскольку каждый из них является специалистом в своей дисциплине. Однако все чаще такое сотрудничество носит формальный характер, когда и хореограф, и тренер не могут профессионально контактировать друг с другом и вынуждены работать сами на себя [16, с. 30].

Вместе с тем именно обучающиеся зачастую испытывают на себе негативные последствия конфликтов тренерско-преподавательского состава, что приводит к крайне неприятным результатам. Поэтому междисциплинарные связи, подразумевающие совместную деятельность тренеров-преподавателей по спортивным дисциплинам и хореографов, грамотно владеющих своей профессиональной деятельностью, а также имеющих высокий общекультурный уровень развития, педагогические навыки при работе с обучающимися, обладающих педагогическим тактом и способных контактировать друг с другом, избегая конфликтных ситуаций, являются необходимым педагогическим условием.

Следующим важным условием, способствующим развитию эстетического восприятия, формированию эстетической оценки, является дидактическо-техническая оснащенность помещения, в котором проводятся занятия. Это означает, что уроки должны проводиться в специально оборудованных стендами, наглядными пособиями, дидактическим

материалом классах и залах, оснащенных станками, зеркалами, свето- и звукотехникой.

Формирование творческой личности – важнейшая цель эстетического воспитания. Без него, без формирования способности к эстетическому творчеству, невозможно решить [12, с. 22].

Педагог-хореограф должен сформировать, развить и укрепить у детей потребность в общении с искусством, понимание его языка, любовь и хороший вкус к нему. Используя специально подобранные активные формы обучения на основе интеграции разнообразных форм деятельности (игровые занятия, творческие соревнования, обсуждение художественного образа в композиции, создание эскиза костюма, сочинение сценарной драматургии и т. д.), педагог сможет направлять обучающихся к поиску и развитию неординарного мышления, творческой активности, способствующей повышению самооценки уверенности в собственных силах и возможностей, а также формировать творческую личность.

## 2.2 Программа современного танца для развития эстетического и физического развития детей младшего школьного возраста

Данная программа рассчитана на детей 7–8 лет, у которых не было базовой физической и хореографической подготовки. Программа рассчитана на два года.

Цель программы: эстетическое и физическое развитие детей младшего школьного возраста с использованием организационно-педагогических условий.

В связи с этим выдвигаются определенные задачи:

1. Формирование основных знаний, умений и навыков на основе программного материала.

2. Развитие творческих и эстетических способностей ребенка на основе сознательного и вдумчивого отношения к занятиям.

3. Развитие музыкальности и артистизма у танцоров.

4. Развитие общекультурных ценностей и воспитание высоконравственной личности.

5. Развитие гибкости, координации, выносливости, силы и других физических качеств.

Решения задач, выдвигаемых данной программой, требует учета психологии детей разного возраста и физиологических особенностей организма. В связи с этим, в работе с младшими воспитанниками используется игровое начало.

Данная программа, в отличие от других подобных программ, является универсальной. В ней содержится необходимый комплекс танцевальных и спортивных дисциплин: аэробики, СА-ФИ ДАНСЕ (танцевально-игровой гимнастики), пластики, спортивного танца, направленных на получение необходимых навыков и умений для начинающего танцора и совершенствования по мере его творческого роста.

Программа рассчитана на два учебных года для всех желающих детей без медицинских противопоказаний в возрасте от 7–8 лет. Основная форма занятий – групповая.

На каждом этапе обучения дается материал по 8 основным разделам:

1. Азбука музыкального движения
2. Ритмика
3. Партерная гимнастика
4. Хореография
5. Эстрадный танец
6. Спортивный и балльный танец
7. Эстрадно-джазовый танец.
8. Современные направления танцевальной аэробики: Фанк, Тойчи, Workoute (шоу-балет).

Кроме того, в программе даются часы на индивидуальные занятия и постановочную работу над репертуаром. По усмотрению педагога и необходимой потребности обучающихся.

Основой занятий по хореографии является изучение современного танца т.к. он является фундаментом всего комплекса танцевальных дисциплин ансамбля и источником высокой исполнительской культуры. Кроме того, важный акцент уделяется индивидуальным занятиям в двух направлениях: работа с неуспевающими в группе детьми и работа с более способными детьми по подготовке сольных партий.

Кроме групповых и индивидуальных занятий используются и другие формы: беседы, прослушивания и анализ музыки, просмотр учебных видеоматериалов и выступлений, посещение концертов и мероприятий, организационная работа.

Для отслеживания результатов обученности по данной программе на начальных этапах обучения проводится анкетирование и тестирование детей для выявления уровня усвоения ЗУН (знания, умения, навыки) по трем направлениям: высокому, среднему и низкому. По результатам мониторинга педагог, анализируя работу танцевального ансамбля за учебный год, составляет диаграммы для лучшей наглядности по каждой группе.

Общим итогом работы педагога и танцевального коллектива является проведение открытых уроков и отчетных концертов для родителей, выступления на мероприятиях, участие в фестивалях и конкурсах детского творчества.

Содержание программы 1 года обучения.

Занятия с детьми первого года обучения проводятся по 2 часа с 5 минутным перерывом. Дети младшего возраста отличаются неустойчивостью внимания, большой подвижностью. Поэтому, на уроках необходимо чередовать теорию и практику, а также быстро переключаться с одного вида деятельности на другой. При работе с малышами в основу обучения танцу берется игровое начало и используется пантомима и жесты, различные атрибуты и игрушки для развития эмоциональности и артистизма у детей.

Обучение ЗУН ведется по принципу «от простого к сложному». Основные задачи обучения хореографии 1 года обучения следующие:

1. Общее физическое развитие.

2. Развитие внимания, целеустремленности, собранности, коллективизма.

3. Усвоение базовых танцевальных навыков: осанки, выворотности ног, «шага» и т.д. Осваивая основные танцевальные навыки, дети учатся работать в паре, группе. А также знакомятся с различными видами хореографии, усваивают танцевальную «лексику» и терминологию, делают первые шаги на сцене.

1. Азбука музыкального движения.

Теория: Элементы музыкальной грамоты, Характер музыки – веселый, грустный, спокойный. Темп музыки – медленный, умеренный, быстрый.

Практика: Движение в характере музыки. Маршировка, шеренга, колонна, пары, четверки. Круг – сужения и расширения. Танцевальный шаг с носка, шаг на полупальцах. Бег «с захлестом», бег с выбросом ног вперед, назад; шаг с пятки, бег с высоким подниманием колен.

2. Ритмика

Теория: Прослушивание музыки и выстукивание ритма хлопками и притопами.

Практика: Ритмичные шаги – вперед, назад, вправо, влево. Приставной шаг, шаг с каблука с соскоком. Повороты головы по сторонам, наклоны вправо, влево. Вращение кистей, локтей, рук. Наклоны корпуса по четырем сторонам, круговые вращения. Позиции ног – шестая и третья. Поднимание согнутой в колене ноги вверх и опускание. Приседание. Позиции рук – подготовительная, первая, вторая, третья. Прыжки по 6 позиции на двух ногах, на одной ноге, с скрещенными ногами, прыжки с продвижением вперед, назад, вправо, влево, с поворотом на  $1\frac{1}{4}$  круга.

3. Партерная гимнастика



Сокращение и вытягивание стопы, вращение стоп. Наклоны корпуса к ногам. Упражнения: «кошка», «Мячик», «березка», «лягушка», «корзинка», «качели», «рыбка», «коробочка». Растяжка ног и спины. Прогибы позвоночника - «мостик».

#### 4. Хореография

Теория: Знакомство с танцевальным станком. Беседы о понятии современного танца. Понятие «тренаж». Правильная постановка корпуса у станка. Выворотность ног. В первом полугодии тренаж делается лицом к палке.

Практика:

А) выворотные позиции ног 1,2,5.

Б) «Плие» (приседание): деми-плие и гранд-плие по 1 и 2 позициям.

В) «Батман тандю» (выдвижение ноги вперед, в стороны) по 1 позиции.

Г) «Пике» (удар носка по полу)

Д) «Ролевэ» (подъем на полупальцы) по 6, 1, 2 позиции.

Е) «Сотэ» (прыжки) по 6, 1, 2 позиции.

Ж) «Ронд де жамб пар тэр» (круг ногой по полу)

#### 5. Эстрадный, спортивный, и современный фанк.

Теория: Элементарные сведения о том или ином виде танца. Постановка корпуса, рук, ног и головы.

Практика: Позиции ног (полувыворотные) 1, 2, 3, 6. Основной поклон. Положения рук современного танца: подготовительное положение – руки опущены; Первое положение – руки раскрыты в стороны ладонями вверх; Второе положение – руки вытянуты и раскрыты в стороны ладонями внутрь. Ход танца: простой, переменный, приставной шаг.

Элементы современного танца: roll down, roll up, flat back.

Элементы балльных танцев: «охотничий шаг», шаг «подскок», шаг «галоп», шаг «польки», шаг «полонез», «самба» шаг, ударные колени. Тойчи: скакалка, султанчики, шарфы. Правильные хваты, передачи, отмахи.

## 6. Репертуар

Теория: Понятие о мимике, жестах, пластике тела. Понятие «танцевальный этюд». Понятие тойчи, какие предметы используются.

Практика: Упражнения на воображение – изображение живого и неживого предмета, явлений природы, повадок животных. Изучение танцевальных композиций, с использованием усвоенной танцевальной лексики, с применением мимики и жестов. Примерный репертуар: «Ку-ка-ре-ку», «Полька для гостей», «Мячик», «Дружба», полька «Вару-вару», «Веселая разминка», «Точка, запятая».

Тойчи со скакалкой, шарфами «Под парусами», «Осень в гости просим».

Таблица 1 – Учебная программа 1 года обучения

№	Наименование разделов и тем	Общее количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Азбука музыкального движения	9	3	6
	1.1 Музыкальная фраза		1	2
	1.2 Длительность ног		1	2
	1.3 Музыкальный размер		1	3
2.	Хореография	40		34
	1.1 Позиции ног		1	1
	1.2 Позиции рук		1	3
	1.3 «Плие»			1
	1.4 «Батман тандю»			5
	1.5 «Жэтэ»		1	3
	1.6 «Батман дэвлопэ»		1	5
	1.7 «Сотэ»			6
	1.8 Растяжка ног на «станке»		1	5
	1.9 «Гранд батман		1	5
3.	Эстрадный и современный танец.	40		34
	1.1 Позиции рук		1	2
	1.2 Позиции ног		1	1
	1.3 Ходы		1	5
	1.4 Элементы эстрадного танца		1	8

Окончание таблицы 1

№	Наименование разделов и тем	Общее количество часов		
		Всего	Теория	Практика
	1.5 Элементы современного танца		1	8
	1.6 Вращения		1	10

4.	Эстрадно-спортивный и бальный	40		37
	1.1 «Полонез»		1	5
	1.2 «Модерн»		1	9
	1.3 «Вальс»		1	12
	1.4 Элементы эстрадно-спортивных танцев		-	11
5.	Партерная гимнастика	12	2	10
	1.1 Растяжка спины		-	3
	1.2 Растяжка ног		-	3
	1.3 Упражнения на выворотность ног		1	1
	1.4 Упражнения на гибкость		1	3
6.	Учебно-постановочная работа	59	3	56
	1.1 Эстрадно-спортивный		-	26
	1.2 Модерн		1	5
	1.3 «Театрализация в танце»		-	10
	1.4 «Полонез»		1	5
	1.5 Фигурный вальс		1	10
7.	Мероприятия воспитательно-познавательного характера	16	8	8
	1.1 Прослушивание и анализ музыки		2	2
	1.2 Беседы		6	-
	1.3 Просмотр видео концертов		-	6
	Всего часов за год:	216	31	185

#### Содержание программы 2 года обучения

Занятия с детьми второго года обучения проводятся по 2 часа (академический час) с пятиминутным перерывом 3 раза в неделю: первое занятие – классический танец, второе – современный танец, третье – эстрадно-спортивный танец.

Основные задачи второго года обучения:

- 1) Развитие силы ног путем введения полупальцев в экзерсис у станка и увеличение количества упражнений;
- 2) Развитие устойчивости (апломба);
- 3) Развитие техники исполнения упражнений в более быстром темпе.

Наряду с этим вводится более сложная координация движений за счет использования поз в экзерсисе у станка и на середине зала, усложнения учебных комбинаций.

В течение учебного года дети изучают прыжки с приземлением на одну ногу и знакомятся с техникой поворотов на двух ногах.

#### 1. Азбука музыкального движения

Теория: Строение музыкальной речи (музыкальная фраза).

Длительность – половинные доли, четверти, восьмые. Музыкальный размер: 2/4, 3/4, 4/4.

Практика: Передача в движении изменения темпа музыки. Анализ музыки.

## 2. Хореография

Экзерсис классического танца делается боком к станку, держась одной рукой, на середине зала и по диагонали.

1. Выворотные позиции ног 1, 2, 5.
2. Позиции рук – подготовительная, первая, вторая, третья.
3. «Демиплие» и «Грандплие» по 1, 2, 5.
4. «Батман-тандю» с «нажимом» из 1 позиции вперед, в сторону и назад.
5. «Батман-тандю жэтэ» на 25 градусов.
6. «Батман девлопэ» на 45 градусов спиной и лицом к станку.
7. Прыжки по 1, 2, 5 позиции лицом к станку.
8. «Ронд де жамб пар тэр» с обводкой в «плие».
9. Растяжка ног на станке с «плие» на опорной ноге, с наклоном корпуса.
10. «Гранд батман» по 1 позиции вперед, в сторону, назад спиной и лицом к станку.

Упражнения на середине зала

Упражнения те же, что и у палки, делаются «ан фас». Изучается «пор де бра».

## 3. Современный танец

Для второго года обучения рекомендуется прохождение элементов и небольших комбинаций современных танцев. Это позволяет детям знакомиться с танцевальными традициями, с характером исполнения, особенностями костюма и музыки.

Позиции рук современного танца: I современная позиция – руки вытянуты параллельно перед собой на уровне плеч, II современная позиция – руки вытянуты в стороны на уровне плеч, III современная позиция – руки вытянуты параллельно вверх. Подготовительная V позиция – руки вытянуты вниз и слегка разведены в стороны, образуя перевернутую букву V, I V-позиция – руки вытянуты перед собой на уровне плеч и слегка разведены в стороны, образуя букву V, III V-позиция – руки вытянуты вверх и в стороны по диагонали, образуя букву V, I close-роз в сторону – руки согнуты в локтях, кисти на уровне солнечного сплетения (груди), I close-роз вниз – руки согнуты в локтях, кисти на уровне плеч и не прижимаются, II close-роз – руки согнуты в локтях, кисти на уровне плеч, I press-роз – руки согнуты в локтях на 90° закрывая живот таким образом, чтобы кисть одной руки была над локтем другой, а вторая кисть под локтем противоположной руки, II press-роз – руки согнуты в локтях и направлены в стороны слегка перед собой, параллельно полу.

Позиции ног современного танца:

Первая параллельная позиция – аналогична шестой в классическом танце. Пятки вместе, носки вместе.

Вторая параллельная позиция – ноги на ширине плеч. Стопы параллельны друг другу.

Третья параллельная позиция – пятка одной ноги на середине стопы другой. Стопы параллельны друг другу.

Четвертая параллельная позиция – ноги на расстоянии одной длины стопы. Одна нога впереди. Стопы параллельны друг другу.

Пятая параллельная позиция – похожа на четвертую параллельную позицию, но между ногами нет расстояния. Пятка одной ноги возле носка другой.

Свободные позиции

Все свободные позиции имеют классическую основу, но делаются невыворотны. Само название «свободные позиции» – говорит о их простоте.

Они очень устойчивы и не требуют дополнительных навыков и усилий, в отличие от позиций классического танца.

#### Заворотные позиции

Эти позиции представляют собой «косолапо-стоящие» стопы. Существует две позиции, первая и вторая. Но по желанию можно использовать «заворотное» положение ног и в других позициях.

#### Современный танец

Теория: Танец по своему лексическому материалу очень удобен для изучения. Характер движений – легкий, энергичный.

Практика: Элементы и движения

1. Упражнение «перекат шара»
2. Упражнение «магниты»
3. Упражнения на дыхание (лежа, сидя), при которых необходимо проанализировать движение позвоночника при вдохе и выдохе.
4. Положение корпуса – spiral – (спиральное):

Теория: Понятие о «точке». Правила положения спины, головы, рук и ног при вращении

Практика: «Шэнэ» по 6 позиции в диагонали вправо и влево - руки на поясе.

#### 4. Бальный танец

«Полонез». Теория: Основные сведения о танце, его происхождении. Танец – шествие, (польского происхождения), которым обычно открывались балы. Движение пар вырисовывает определенный рисунок. Музыкальный размер – 3/4

Практика: Основной шаг – плавный, скользящий, с выносом ноги вперед. Основное положение в паре.

«Полька-галоп» Теория: Общие сведения о возникновении польки. Полька в странах Европы. Музыкальный размер музыки – 2/4.

Теория: Основной шаг польки вперед, назад в сочетании с шагом подскока и галопа. Положение рук в паре: крест-накрест, за талию, за плечи, руки в стороны.

«Вальс» Теория: Происхождение вальса, появление его в России. Виды вальса. Фигурный вальс. Музыкальный размер – 3/4

Практика: основной шаг вальса по 6 позиции вперед и назад; вальсовый поворот, вальсовый «квадрат»; «балансэ».

#### 5. Партерная гимнастика.

Упражнения первого года обучения повторяются с усложнением и увеличением количества повторений. Движения на растяжку спины, ног, рук делаются четко и правильно, с максимальной амплитудой.

#### 6. Учебно-постановочная работа.

Постановки танцевальных композиций создаются на основе изученной лексики с предварительным сообщением основных сведений о том или ином виде танца. При работе с младшими школьниками, большое внимание уделяется эмоциональности и артистизму детей для правильного и точного выражения сюжета произведения. Выбор репертуара зависит от способностей конкретной группы детей, а также их пожеланий. Во время тренировочной работы целесообразно производить видеозаписи занятий и выступлений, с последующим просмотром с детьми и анализом ошибок и удач, что позволяет детям объективно оценивать свою деятельность.

Таблица 2 – Учебная программа 2 года обучения

№	Наименование разделов и тем	Общее количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Хореография	40	5	35
	1.1 «Батман-тандю» в «плие»			1
	1.2 «Батман фондю» из 5 позиции		1	3
	1.3 «Батман ффраппэ»		1	5
	1.4 «Ронд де жамб» «ан дедан, ан доор»			5
	1.5 Положение ноги на «пассэ»			3
	1.6 «Па де бурэ»		1	5
	1.7 «Шанжман де пье»			3
	1.8 «Сиссон ротирэ»		1	4

## Окончание таблицы 2

№	Наименование разделов и тем	Общее количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	1.9 «Гран-батман» с полуоборотом			3
	1.0 Позы «Круазэ» и «Эфассэ»		1	3
2.	Современный танец	40		33
	2.1 Позиции рук - 5, 6, 7.		1	1
	2.2 Подготовка к началу движения		1	1
	2.3 Roll down			3
	2.4 Roll up		1	3
	2.5 Flat back		1	5
	2.6 Impulse		1	9
	2.7 Полицентрика			3
	2.8 Slide (скольжения)			1
	2.9 fly-low		1	3
	2.0 Импровизация		1	4
3.	Эстрадно-спортивный танец	40	6	34
	3.1 Тренаж современного танца		3	15
	3.2 Партерная гимнастика		—	4
	3.3 «Рок-н-ролл»		1	6
	3.4 «Диско»		1	6
	3.5 «Чарльстон»		1	3
4.	Индивидуальная работа и танцевальная импровизация	40	10	30
	4.1 Мимический тренаж		3	7
	4.2 Пантомима		3	7
	4.3 Танцевальные этюды		4	9
	4.4 Творческие задания		—	7
5.	Постановочно-репетиционная работа	105	10	95
	5.1 Танец «Наше лето»		1	10
	5.2 Танец «Веснушки»		1	12
	5.3 Танец «Куклы»		2	14
	5.4 Спортивно-танцевальная композиции «Россия»		2	20
	5.5 СОВРЕМЕННЫЙ ЭСТРАДНО-СПОРТИВНЫЙ «Птицы мои птицы»		3	19
	5.6 Танец в стиле «Диско»		1	20
6.	Мероприятия воспитательно-познавательного характера	30	10	20
	6.1 Просмотр учебного тренажа		6	—
	6.2 Беседы о хореографии		4	—
	6.3 Выступления на мероприятиях		—	19
	6.4 Контрольный урок		—	1
	Итого:	315	48	267



В конце каждого учебного года педагог составляет отчет «Анализ воспитательной работы за учебный год», где прилагается таблица «Участие в массовых мероприятиях», оформляется летопись ансамбля с фотографиями выступлений, дополняются записи в книге отзывов и предложений.

### 2.3 Анализ результатов исследования

Исследование проводилось на базе ансамбля современной хореографии «Вдохновение» г. Златоуст. Экспериментальной группой стал новый набор детей младшего школьного возраста 7–8 лет без какого-либо базового хореографического опыта и физической подготовленности.

Для занятий в ансамбле были выбраны 12 девочек.

В таблице 3 представлены критерии оценки эстетического и физического развития.

Таблица 3 – Критерии для оценивания уровня эстетического и физического развития

Критерий	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Музыкальность	Умение передавать характер музыки, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, менять движение на каждую часть музыкальной фразы.	В движении выражается общий характер музыки, темп; начало и конец музыкального произведения совпадают не всегда	Движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также не совпадают с началом и концом произведения
Двигательные качества и умения (хореографические навыки)	Учащиеся способны применять полученные теоретические знания на практике творчески, в нестандартных ситуациях, вырабатывать новые умения и навыки на базе уже сформированных	Когда учащиеся применяют теорию на практике в стандартных ситуациях, выполняют практические задания по трафарету и шаблону.	Учащиеся могут отличить навыки, процесс, явление от их аналогов только тогда, когда ему предъявляют их в готовом виде.

## Окончание таблицы 3

Критерий	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Интерес к хореографическому искусству	Занимается с интересом, не отвлекается, старается	Занимается с интересом, иногда отвлекается	Нет интереса к хореографии, не вкладывает усилия для получения лучшего результата
Умение воспринимать эстетический объект	Видит и понимает сущность эстетического объекта, глубоко чувствует и может передать эмоциональное содержание увиденного	Видит, но не всегда может передать глубинный смысл эстетического объекта, чувствует и может передать эмоциональное содержание увиденного	Может рассмотреть сущность, но с трудом выделяет глубинный смысл эстетического объекта, слабо передает эмоциональное содержание увиденного
Челночный бег 3*10 метров (секунд)	9,5-10,4 с	10,5-11 с.	От 11,1 с
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи (см))	Больше 8 см	3-8 см	Меньше 3 см
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	Больше 130 см	115-130 см	Меньше 115
Статическое равновесие (Ласточка) (секунд)	Больше 10 с	От 5-9 с	Меньше 5 с
	3 балла	2 балла	1 балл

По результатам тестирования детям присваивается:

Высокий уровень – от 20 до 24 баллов

Средний уровень – от 14-19 баллов

Низкий уровень – ниже 13 баллов.

На первом этапе тестирования после 1 месяца занятий с девочками, нами была проведена оценка по критериям, представленным в таблице 3.

Результаты оценки представлены на рисунке 1.

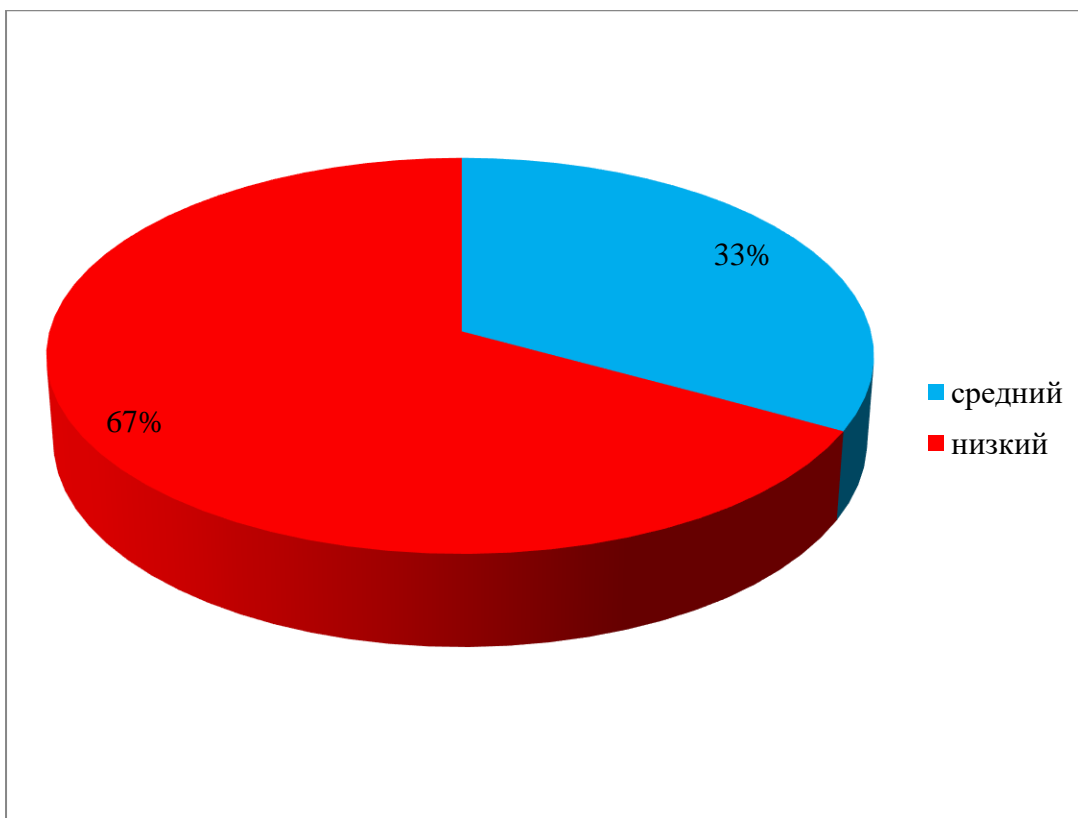


Рисунок 1 – Уровень эстетического и физического развития детей на начальном этапе

Итак, после проведения оценки уровня эстетического и физического развития детей после 1 месяца занятий мы получили результат: 67% детей имеют низкий уровень развития и 33% – средний, высокий уровень отсутствует.

Далее в течение двух лет девочки занимались в ансамбле «Вдохновение», согласно разработанной нами программы и с использованием педагогических условий – комплексность, последовательность, междисциплинарные связи, дидактическо-техническая оснащенность, а также использование активных форм обучения.

На последнем этапе, после двухлетнего обучения мы провели повторную оценку девочек по разработанной нами методике, результаты представлены на рисунке 2.

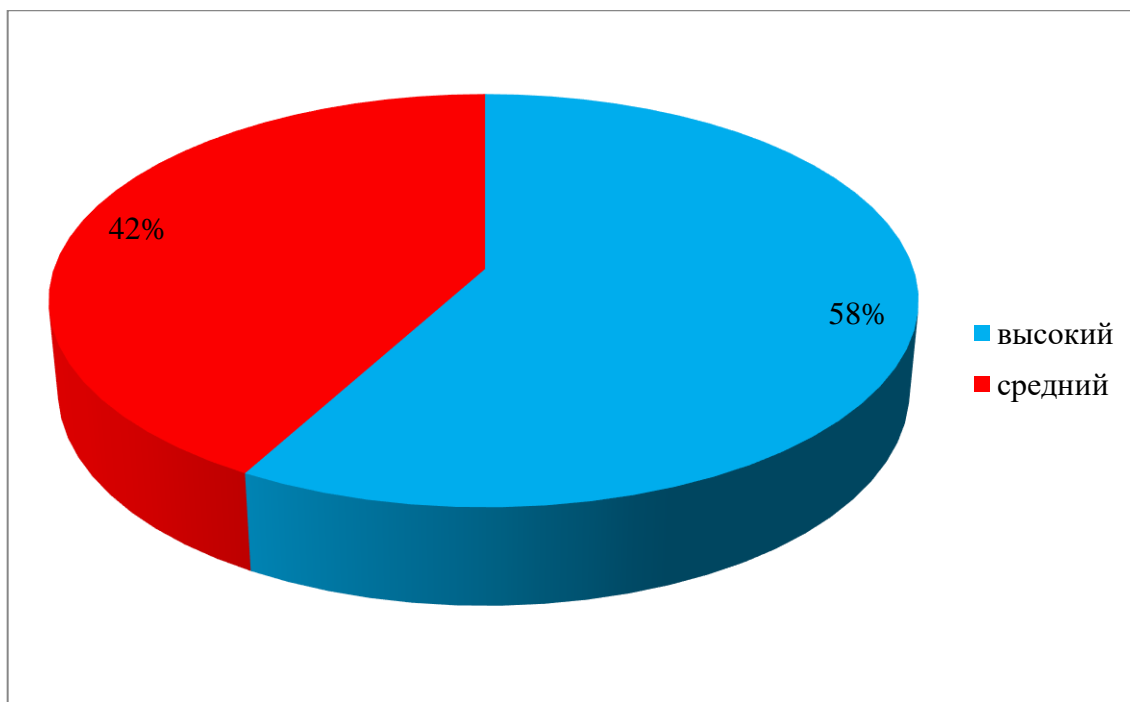


Рисунок 2 – Уровень эстетического и физического развития детей в конце эксперимента

Таким образом, 58% девочек стали высокого уровня, 42% имеют средний уровень, низкий уровень отсутствует.

По результатам диагностики на начальном и заключительном этапах, с помощью сравнительного анализа, видно, что ни один ребёнок не остался на уровне, который соответствовал начальному этапу диагностики. Все дети без исключения, повысили свои результаты в эстетическом и физическом развитии.

Результат диагностики на заключительном этапе показал, что, применяя и синтезируя различные методико-технологические приемы, создавая комфортные условия для детей младшего школьного возраста на уроках хореографии, мы смогли повысить эстетический и физический уровень обучающихся, что говорит, об эффективности разработанной экспериментальной программы организации воспитательной работы по эстетическому и физическому развитию средствами хореографии и детей младшего школьного возраста.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Итак, цель данной работы заключалась в том, чтобы выявить влияние занятий хореографией на эстетическое и физическое воспитание младших школьников. В соответствии с поставленными задачами и проведенным исследованием, мы можем сделать следующие выводы.

Занятия хореографией имеют большое значение для эстетического развития детей. Дети начинают чувствовать эстетику поведения в быту; подтянутость и вежливость становятся нормой поведения. Они следят за своей внешностью, за чистотой, аккуратностью, изяществом своего костюма и прически. Хореография как средство эстетического воспитания имеет большое значение в эстетическом развитии младших школьников, поскольку средства танцевального искусства прививают любовь к прекрасному.

Каждый ребенок, который посещает хореографические занятия, может раскрыть себя, собственные физические способности; получает новые знания и навыки, которые пригодятся в дальнейшей жизни. За счет комплекса упражнений, с каждым занятием ребенку будет все интереснее, проще выполнять физически сложные упражнения.

Педагогические условия выступают при этом необходимым компонентом для развития эстетического воспитания. На наш взгляд, эффективность эстетического воспитания обучающихся в процессе занятий хореографией может быть существенно повышена, если будут учитываться следующие педагогические условия: комплексность, последовательность, междисциплинарные связи, дидактическо-техническая оснащенность, а также использование активных форм обучения.

Исследование проводилось на базе ансамбля современной хореографии «Вдохновение» г. Златоуст. Экспериментальной группой стал новый набор детей младшего школьного возраста 7–8 лет без какого-либо базового хореографического опыта и физической подготовленности. Для занятий в ансамбле были выбраны 12 девочек.

Нами была разработана программа, рассчитана на детей 7–8 лет, у которых не было базовой физической и хореографической подготовки. Программа рассчитана на два года.

Цель программы: эстетическое и физическое развитие детей младшего школьного возраста с использованием организационно-педагогических условий.

Далее мы разработали критерии оценки эстетического и физического воспитания.

На первом этапе мы оценили уровень эстетического и физического развития детей после 1 месяца занятий и получили результат: 67% детей имеют низкий уровень развития и 33% – средний, высокий уровень отсутствует.

Поле двухлетней программы с использованием педагогических условий 58% девочек стали высокого уровня, 42% имеют средний уровень, низкий уровень отсутствует.

Таким образом, выдвинутая нами гипотеза доказана, а цель исследования – достигнута.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Александрова, Н.А. Балет. Танец. Хореография: краткий словарь танцевальный терминов и понятий/ Н.А. Александрова – СПб.: Планета музыки, 2011. – 622. ISBN: 978-5-8114-0837-5
2. Ахмедов, К.Б. Методические указания по исследованию физической работоспособности человека / К.Б. Ахмедов, В.В. Трунин – Алма-Ата: КИФК, 1975. – 25 с.
3. Барышникова, Т. Основы хореографии / Т.Барышникова // . – М. 2011. – 272 с. ISBN 5-7836-0157-8
4. Бернштейн, Н.А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности / Н.А. Бернштейн. – М.: Медицина, 2013. – 35с. ISBN: 978-5-7487-2075-5
5. Бисярина, В.П. Анатомо-физиологические особенности детского возраста / В.П. Бисярина. – М.: Медицина, 2014. – 224 с. ISBN: 5-225-00319-2
6. Богданов Г. Ф. Детское хореографическое творчество: теория, методика, практика: методическое пособие. – М. – Берлин: Директор-Медиа, 2015. – 193 с. ISBN: 5-8154-0135-8
7. Бойко, В.В. Целенаправленное развитие двигательных способностей человека / В.В. Бойко// – М.: Физкультура и спорт, 2012. –144 с.
8. Бычков, В.В. Эстетика. Новая философская энциклопедия / Бычков В. В.[и др.] – 2-е изд., испр. и допол. – М.: Мысль, 2010. – 736 с. ISBN: 978-5-244-01115-9
9. Варрки, Н. Ребенок в мире творчества: творческое и эстетическое воспитание дошкольников / Н. Варрки // Дошк. воспитание. – 2003. – № 6. – С. 57–67. ISBN: 8-8297-0116-2
10. Выготский, Л.С. Психология развития человека / Л.С. Выготский. – М.: Эксмо, 2005. – 1136 с. ISBN: 5-222-03126-8

11. Гальперин, С.И. Физические особенности детей / С.И. Гальперин. – М: Просвещение, 2012. – 243 с. ISBN: 978-5-394-02518-1
12. Гилева, В.Е. Хореография как одно из средств эстетического воспитания / В.В. Гилева // Вопросы педагогики. – 2016. – № 10. – С. 20 – 23.
13. Горшкова, Е.В. От жеста к танцу: пособие для муз. рук. ДОУ / Е.В. Горшкова. – Москва: ГНОМ и Д, 2003. – 78 с. ISBN: 5-296-00291-1.
14. Гридчик, О.В. Развитие музыкальности детей в условиях комплексного взаимодействия искусств (на материале дошкольного образования): автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01 / Гридчик О. В. – Орел, 2001. – 24 с.
15. Гуревич, П.С. Эстетика: учеб. пособие: (для студентов вузов) / П.С. Гуревич. – М.: КноРус, 2011. – 454 с. ISBN: 978-5-406-00349-7
16. Жданова, Т.А. Духовно-нравственное воспитание детей / Т.А.Жданова //Дополнительное образование, 2014. – №8. – С. 30–32 с. ISBN: 978-5-238-01021-2
17. Зайфферт, Д. Педагогика и психология танца. Заметки хореографа / Д. Зайфферт. – М.: Лань, Планета музыки, 2015. – 128с. ISBN: 978-5-406-00349-7
18. Иваницкая, И.Н. Двигательная активность и здоровье детей / И.Н.Иваницкая //. – М.: Медицина, 2013. – 78 с. ISBN: 5-7390-0516-7
19. Илющенко, Л.Ю. Психолого-педагогические аспекты эстетического воспитания подростков средствами бальной хореографии / Л.Ю. Илющенко // Вестник ВСГУТУ. – 2013. – № 2 (41). – С. 137–142. ISBN: 978-5-406-00349-7
20. Катаман, И.О. Хореография в контексте проблем эстетического развития личности в любительской художественной деятельности / И.О. Катаман // Омский научный вестник. – 2014. – № 5 (132). – С. 198–201. ISBN: 978-5-406-04083-6



21. Клыкова, Л.А. Художественно-эстетическое развитие старших дошкольников в дополнительном образовании средствами хореографии как актуальная проблема теории и методики дополнительного образования / Л.А. Клыкова, А.Г. Чурашов // Инновационные тренды в современной образовательной деятельности: коллективная монография / под ред. проф. Е.Ю. Никитиной. – М.: Гуманитарный изд. центр ВЛАДОС, 2013. – С. 159–182.

22. Красная, Е.М. Хореографическая подготовка детей младшего школьного возраста в системе дополнительного образования // Е.М. Красная // Молодой ученый. – №7. – 2017. – С. 197–199.

23. Лабинцев, К.Р. Характеристика нагрузок в танцевальном спорте / К.Р. Лабинцев. – М., 2001. – 111с.

24. Магасумова Э. Ю. Роль хореографии в творческом развитии детей / Э.Ю. Магасумова // Вестник научных конференций. – 2016. – № 2–6 (6). – С. 69–71. ISBN: 978-5-8295-0366-6

25. Матвеева, Л.П., Новикова, А.Д. Теория и методика физического воспитания / Л.П.Матвеева, А.Д.Новикова //.– М.: ФиС, 2012. – 411 с.

26. Медведева, Д.К. Воспитание детей искусством хореографии / Д.К. Медведева // Педагогическое мастерство и педагогические технологии. – 2015. – № 3 (5). – С. 246–247.

27. Николаев, Е. В. Танцевальное искусство как средство нравственно-эстетического воспитания школьников начального звена / Е.В. Николаев // Международный журнал экспериментального образования. – 2013. – № 7. – С. 52–53.

28. Ноткина, Н.А. Двигательные качества и моторика их развития у младших школьников / Н.А. Ноткина. – СПб.: Образование, 2013. – 128 с.

29. Общая и профессиональная педагогика: учеб. пособие / авт. – сост. Г. Д. Бухарева и др. – Екатеринбург : Изд-во РГППУ, 2004. – 298 с.

30. Пуляева, Л.Е. Некоторые аспекты методики работы с детьми в хореографическом коллективе: Учебное пособие / Л.Е. Пуляева. Тамбов: Изд-во ТГУ им. Г.Р. Державина, 2001. – 80 с.
31. Пуртова Т.В. Учите детей танцевать: учеб. пособие / Т.В. Пуртова. – М.: ВЛАДОС, 2013. – 125 с. ISBN: 5-691-00814-5
32. Рукавицын, М.М. Эстетическое воспитание детей / М.М. Рукавицын – М.: Знание, 2002 / 122 с.
33. Рындина, О. А. Хореография как средство эстетического воспитания и развития детей: учебно-методическое пособие / О. А. Рындина. – М. : Редакционно-издательский центр, 2012. – 73 с.
34. Симаева, Ю. М. Воспитательные возможности уроков хореографии в школе / Ю.М. Симаева // Начальная школа плюс До и После. – 2011. – № 11. – С. 80–84. ISBN: 978-5-7779-1476-7.
35. Смирнова, С. С. Детский хореографический коллектив: содержание понятия / С.С. Смирнова // Наука и Мир. — 2016. – Т. 2. – № 8 (36). – С. 72–73.
36. Тогочиева, С.Б. Репертуар – основа художественно-исполнительского и воспитательного процесса в хореографическом коллективе / С.Б. Тогочиева // Актуальные проблемы права, экономики и управления. – 2016. – № 12. – С. 437-440.
37. Уфимцева, Т.И. Воспитание ребенка / Т. И. Уфимцев. – М.: Наука, 2013. – 230 с. ISBN: 978-5-507-13012-2
38. Фетисова, Н.Е. Специфика этнохудожественного воспитания подростков средствами хореографии в учреждениях дополнительного образования / Н.Е. Фетисова // Современные проблемы науки и образования. – 2013. – № 3. – С. 192.
39. Филатов, С.В. От образного слова – к выразительному движению / С.В. Филатов – М.: NBМагистр, 1993. – 128 с. ISBN: 978-5-8114-0784-2

40. Фирилева, Ж. Е. Лечебно-профилактический танец «Фитнес-Данс»: Учебное пособие / Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина.– СПб.: Детство-Пресс, 2007.– 384 с. ISBN: 978-5-89814-368-8
41. Халтурина, К.Е. Каково значение хореографии в развитии и формировании ребенка / К.Е. Халтурина // Вестник научных конференций. – 2017. – № 2–5 (18). – С. 111–113. ISBN: 978-5-7782-4020-9
42. Цвек, С.Ф. Физическое воспитание младших школьников / С.Ф. Цвек. – М.: «Просвещение», 2013. – 123 с. ISBN: 978-5-9222-1302-8
43. Цорн, А.Я. Грамматика танцевального искусства и хореографии / А.Я. Цорн. – М.: Лань, Планета музыки, 2011. – 554 с. ISBN: 978-5-88242-586-8
44. Чечина, Ж.В. Проблемы организации образовательного процесса на уроке хореографии / Ж.В. Чечина // Вестник МГУКИ. – №5. – 2011. – С.185–188. ISBN: 978-5-6041988-0-3
45. Чувызгалова, Е.Н. Развитие детского творчества в хореографии / Чувызгалова Е. Н. Богданец И. А. // Вестник научных конференций. – 2016. – № 5–4 (9). – С. 307–308.
46. Чурашов, А.Г. Художественно-эстетическое развитие детей старшего дошкольного возраста в дополнительном образовании средствами хореографии: диссерт. на соиск. уч. степ. канд. пед. наук / А.Г. Чурашов. – Челябинск: ФГБОУ ВПО ЧГПУ, 2013. – 139 с.
47. Шарова, Н.И. Детский танец / Н.И. Шарова. – СПб: Лань: Планета музыки, 2011. – 64 с. ISBN: 978-5-8114-1174-0
48. Эстетика: словарь / под ред. А.А. Беляева. – М.: Политиздат, 1989. – 447с. ISBN: 5-250-00659-0
49. Эстетическое воспитание в школах искусств: книга для учителя: из опыта работы: (сборник) / составитель П. В. Халабузарь. – М.: Просвещение, 1988. – 141 с.
50. Эстетическое воспитание школьников / под ред. Бурова А.И., Лихачева Б.Т. – М.: Просвещение, 1974. – 321с. ISBN: 5-7042-0811-8

51. Эстетическое воспитание школьников: вопросы теории и методики / под редакцией М. Д. Таборидзе. – М.: Педагогика, 1988. – 101 с.

52. Юнусова, Е.Б. Педагогические условия становления хореографических умений у детей старшего дошкольного возраста в дополнительном образовании: научно-методическое пособие / Е.Б. Юнусова. – Челябинск, 2018. – 46 с.

53. Юнусова, Е.Б. Становление хореографических умений у детей старшего дошкольного возраста в дополнительном образовании: автореф. диссерт. на соиск. уч. степ. канд. пед. наук / Е.Б. Юнусова. – Челябинск: ФГБОУ ВПО ЧГПУ, 2011. – 26 с.

54. Янаева, Н.Н. Хореография: учебник для начальной хореографической школы / Н.Н. Янаева. – М.: Релиз, 2014. – 340 с.