

Всесвітнє наукове ноосферно-онтологічне товариство
Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди
ГО «Фонд розвитку науки та освіти «ІНТЕЛЕКТ»

World Scientific Noosphere-Ontological Society
H. S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University
Public organization «Foundation of Science and Education «INTELLECT»

ДУХОВНО-ІНТЕЛЕКТУАЛЬНЕ ВИХОВАННЯ І НАВЧАННЯ МОЛОДІ В XXI СТОЛІТТІ

*Міжнародний періодичний збірник наукових праць
за загальною редакцією
проф. В. П. Бабича, проф. Л. С. Рибалко, проф. Штефан Л. А.*

Випуск 3

SPIRITUAL AND INTELLECTUAL UPBRINGING AND TEACHING OF YOUTH IN THE XXI CENTURY

*International Periodical Collection of Scientific Papers
edited by prof. V. P. Babych, prof. L. S. Rybalko, prof. L. A. Stephan*

Issue 3

Харків – 2021
Kharkiv – 2021

Кохан Д. М. Духовно-інтелектуальне виховання майбутніх лікарів у процесі вивчення психолого-педагогічних дисциплін	81
Фоміна Л. В., Скорбач Т. В., Калініченко О. В. Мовна підготовка майбутніх медичних працівників	84
Гепенко Л. О. Виховання пошани до української культури в іноземних майбутніх лікарів під час прогулянки садом шевченка.....	87
Майнаєва О. І., Стегнієнко М. І. Можливості забезпечення взаємоінтеграції знань на уроках української мови та математики	90
Рибалко Л. С., Овсюк Д. Р. Педагогічна казка «Методи виховання»	95
Маркіна Н. В. Виховний зміст музикотерапії	99
Косиченко В. А. Танок як засіб самовдосконалення особистості	102
Рибалко Л. С., Антонов М. С. Виховний потенціал фітнесу	106
Собко І. М., Зеленцова А. О. Заняття з Fitness mix для підвищення фізичної активності студентської молоді	109
Кравчук Т. М., Зеленська Є. І. Засоби розвитку виразності рухів у юних спортсменів, що займаються складнокоординаційними видами спорту	113
Зозуля К. В. Навчання хореографії дітей молодшого шкільного віку в сучасних позашкільних закладах м. Харкова	118
Алтухов В. А. До проблем організації освітнього процесу на уроці хореографії	123
Котелюх М. Ю. Духовність і мораль лікаря в умовах пандемії.....	128
Лазаренко Г. А. Впровадження духовних цінностей в освітній процес закладу дошкільної освіти	131
Полежака Д. В. Дитяча книга як основа духовно-інтелектуального розвитку дітей дошкільного віку.....	135
Карась А. Г. Духовно-інтелектуальний розвиток старшокласників у освітньому процесі закладу загальної середньої освіти	139
Хоу Ісюань. Формування духовно-інтелектуальних умінь учнів на уроках хімії	142
Бондаренко Д. Р., Золотухіна С. Т. Засоби інтелектуального розвитку учнів старшої школи на уроках математики	145
Пономарьова Н. О., Майстрюк І. С. Самоосвітня компетентність школярів: сутність та структура	149
Остапенко А. В. Особливості розвитку критичного мислення учнів базової школи у вивченні математики	154
Пісоцька М. Е., Кадашевич К. О. Теоретичні підходи до визначення дидактичної системи індивідуалізації навчання учнів.....	157
Лі Янь. Духовно-інтелектуальний розвиток майбутніх учителів образотворчого мистецтва на заняттях з олійного живопису....	162

ЗАСОБИ РОЗВИТКУ ВИРАЗНОСТІ РУХІВ У ЮНИХ СПОРТСМЕНІВ, ЩО ЗАЙМАЮТЬСЯ СКЛАДНОКООРДИНАЦІЙНИМИ ВИДАМИ СПОРТУ

Кравчук Т. М.

кандидат педагогічних наук, доцент, заступник декана з навчальної роботи, факультет фізичного виховання і спорту, Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди, м. Харків, Україна

Зеленська Є. І.

здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти, Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди, м. Харків, Україна

У статті подано засоби розвитку виразності рухів у юних спортсменів, що займаються складнокоординаційними видами спорту. Показано, що корисними у вихованні виразного руху можуть бути вправи партерної хореографії сюжетної забарвленості, вправи ритмічної гімнастики, танцювальні вправи та музичні і сюжетно-рольові ігри.

Ключові слова: засоби, виразність, підготовка, розвиток, юні спортсмени.

The study selected the means of developing expressive movements in young athletes engaged in sports with complex coordination. It is shown that exercises of parterre choreography of plot coloring, exercises of rhythmic gymnastics, dance exercises and musical and plot-role-playing games can be useful in the education of expressive movement.

Keywords: means, expressiveness, preparation, development, young athletes

Сьогодні в Україні все більшу популярність здобувають види спорту пов'язані з мистецтвом рухів. Серед них художня й аеробічна гімнастика, парно-групова акробатика, акробатичний рок-н-рол, тощо. Головним завданням спортсменів, що займаються цими складнокоординаційними видами спорту, є представлення змагальної композиції, яка має складатися з базових рухів, елементів різних груп складності, акробатичних і танцювальних вправ. Все це різноманіття складних за технікою рухів має бути поєднане у композицію що несе художню цінність. Створити за допомогою рухів тіла художній образ, що донесе до глядачів і суддів певний емоційний заряд, спортсмени

можуть завдяки виразності рухів, яку слід розвивати починаючи з раннього віку.

Окремі питання рухової та пластичної виразності в складнокоординаційних видах спорту досліджували Ж Горбачева (2000), Л. Гончаренко (1987) О. Горшкова (2003), А. Кабаєва, М. Плеханова (2009), Н. Каравацька (2002), Л. Карпенко, О. Румба (2001), О. Омелянчик (2001), В. Тодорова (2018) та інші. Автори визначили основні компоненти виконавської майстерності, до яких увійшли: пластика, виразність, акторська майстерність, експресія рухів тощо. З метою вдосконалення виконавської майстерності дослідники рекомендують головну увагу приділяти технічній та хореографічній підготовці гімнасток, а також особливостям складання змагальних композицій та добору музичного супроводу до них.

У попередніх роботах Т. Кравчук (2010) та Т. Кравчук, Н. Санжарової, А. Удовика (2018) розглядалися окремі питання формування рухово-пластичної виразності на етапі спеціалізованої базової підготовки в художній гімнастиці та пластики рухів у юних гімнастів. Авторами розроблено та впроваджено в навчально-тренувальний процес власну методику виховання рухово-пластичної виразності, що складалася з наступних компонентів: музично-ритмічної підготовки; оволодіння навичками виразного руху; хореографічної підготовки; вивчення елементів народного і бального танцю.

Мета дослідження — визначити засоби розвитку виразності рухів у складнокоординаційних видах спорту на етапі початкової підготовки та обґрунтувати їх доцільність.

Методи дослідження: теоретичний аналіз науково-методичної літератури та узагальнення практичного досвіду; педагогічні спостереження; бесіди з фахівцями.

Аналіз спеціальної літератури показує, що фахівці виділяють психологічний, мистецтвознавчий і психофізіологічний підходи до розуміння природи виразності рухів. З точки зору психології, виразні рухи розглядаються в контексті повсякденного (невербального) спілкування між людьми і розуміються як невід'ємний компонент емоцій людини. Мистецтвознавчий підхід «розглядає» виразність як міру впливу актора на глядача, яскравість втілення змісту сценічного образу. Психофізіологічний підхід дає можливість пояснити виразність рухів ступенем розвитку координації рухів найвищих рівнів,

завдяки чому кожна дія людини набуває особливу емоційність і проникливість [2].

У спорті виразність розглядається у контексті експресії рухів — уміння поєднувати їх з музикою і досягати емоційної дії на глядачів і суддів. Для отримання найвищої оцінки за змагальні виступи спортсмени мають оволодіти вмінням виконувати рухи з «підтекстом» (внесення в них смислових відтінків мімікою, жестами) [3].

На нашу думку, вміння передавати рухами протягом змагального виступу певні емоції, пов'язані з музикою, необхідно виховувати починаючи з перших років занять у спортивних секціях. Засоби розвитку виразності рухів юних спортсменів мають підбиратися з урахуванням завдань початкового етапу підготовки у складнокоординаційних видах спорту, зокрема: формування школи рухів, різностороння збалансована загальна і спеціальна фізична підготовка, засвоєння базових навичок на простих хореографічних вправах; розвиток танцювальності, музичності, виразності й творчої активності.

З огляду на сказане, нами було підібрано наступні групи засобів розвитку рухової виразності у юних спортсменів зі складнокоординаційних видів спорту на початковому етапі підготовки: вправи партерної хореографії сюжетної забарвленості, які мали не тільки вчити дітей володіти різними частинами тіла, а й виконувати ці вправи з певними емоціями, наслідуючи поведінку різних живих істот в природі; вправи ритмічної гімнастики, що виховували у дітей здібність гармонійно поєднувати рухи з музикою, засвоюючи елементарні поняття музичної грамоти; танцювальні вправи; вправи — ігри (музичні й сюжетно-рольові).

Так, вправи для партерної хореографії мають підбиратися у такий спосіб, щоб поступово вчити юних спортсменів володіти своїм тілом, починаючи від пальців ніг, закінчуючи пальцями рук. Враховуючи, що вправи мають забезпечити не лише фізичну підготовку, а й розвивати виразність рухів, що початковий етап підготовки охоплює дошкільний та молодший шкільний вік, комплексам слід надавати сюжетне забарвлення. Так, перший комплекс «гусінь» включає вправи, що виконуються з положення лежачи на спині та на животі з прямими максимально напруженими ногами і руками. Зокрема, до комплексу було включено згинання розгинання пальців ніг, стоп, піднімання прямих ніг і тулуба на 30-45° по черзі й одночасно, з положення лежачи на спині, підні-

мання таза з опорою на плечі й п'яти, нахили тулуба вперед з положення сидячи; упор лежачи на стегнах прогнувшись, вправи в упорі лежачи на передпліччях.

Вправи другого комплексу «лялечка» також починаються з положення лежачи на спині, але мають виконуватися в положення або з положення групування. Серед вправ цього комплексу можна виділити наступні: групування з положення лежачи на спині в положення сидячи і в положення упор присівши, групування з положення лежачи на боку; перекази в групуванні, як навколо горизонтальної, так і навколо вертикальної осі тіла, а також перекиди вперед і назад з різних вихідних положень, що мали імітувати кокон або «лялечку».

Третій комплекс вправ — «метелик» має виконуватися з положення лежачи на спині, животі й боку та включає високоамплітудні махи вперед, у сторону, назад, ривки прямими ногами в прямі й поперечний шпагати; кола прямими ногами, що нагадують дітям крила метелика.

Вправи наступної групи передбачають використання засобів ритмічної гімнастики і мають виконуватися у положенні стоячи та сидячи й лежачи та включають всі форми рухів головою, руками, ногами й тулубом. Позитивний вплив цих вправ на формування виразності здійснюється їх гармонійним поєднанням з музичним супроводом, що підбирається відповідно до віку дітей.

До танцювальних вправ, які ми рекомендуємо використовувати в процесі тренування юних спортсменів для розвитку виразності рухів, відносяться приставні й змінні кроки у різних напрямках, кроки галопу й польки та прості елементи народних танців (копирсалочка, присядка, віршовочка). Питому вагу у вихованні виразності рухів мають імітаційні танці та сюжетно-образні танці імпрровізації, які ми також радимо включати до програми підготовки юних спортсменів, що займаються складнокоординаційними видами спорту. Серед них: хороводи, пов'язані з природними явищами: «Дощик», «Вітерець», «Хурделиця», «Весна»; хороводи, пов'язані з трудовими діями: «Обжинки», «Рукодільниці», «Рушничок» та імітаційні танці в яких танцюючий наслідує звички звірів або птахів.

До четвертої групи засобів виховання виразності рухів у юних спортсменів ми радимо включати музичні ігри, пов'язані з передачею рухами звучання музики в різному регістрі, ігри на зв'язок рухів з темпом музичних творів та ігри, пов'язані з передачею різних динамічних

відтінків музики. А також сюжетно-рольові рухливі ігри, які за своїм змістом потребують перевтілення дітей в живих чи неживих істот.

Отже, у дослідженні підібрано засоби розвитку виразності рухів у юних спортсменів, що займаються складнокоординаційними видами спорту. Доведено, що корисними у вихованні виразного руху можуть бути вправи партерної хореографії сюжетної забарвленості, вправи ритмічної гімнастики, танцювальні вправи та музичні і сюжетно-рольові ігри.

Список використаних джерел:

1. Горбачева Ж. С. Формирование пластической выразительности в художественной гимнастике : автореф. дис... канд. пед. наук : 13.00.04. Санкт-Петербург., 2000.
2. Горшкова Е. В. Двигательно-пластическая выразительность и ее развитие в дошкольном детстве. Тезисы V Всероссийского съезда психологов. Санкт-Петербург., 2003.
3. Кабаева А. М. Эстетический компонент соревновательных программ гимнастов. Ученые записки. 2009. № 4(50). С. 54-57.
4. Каравацкая Н. А. Методика формирования навыков двигательной выразительности в художественной гимнастике : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Великие Луки, 2002.
5. Карпенко Л. А., Румба О. Г. Выразительность в гимнастике. Материалы научно-практической конференции, посвященной 100-летию со дня рождения Л. П. Орлова. Санкт-Петербург, 2001. С. 74-77.
6. Кравчук Т., Санжарова Н., Голенкова Ю., Литовко Т. Виховання рухово-пластичної виразності на етапі спеціалізованої базової підготовки в художній гімнастиці. Педагогіка, психологія та медикобіологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2010. № 12. С. 65-67.
7. Кравчук Т., Санжарова Н., Удовика А. Особливості розвитку пластики юних гімнастів. Теорія та методика фізичного виховання. 2018. № 3(18). С. 148-154. DOI: 10.17309/tmfv.2018.3.05
8. Омельянчик О. О. Сильові забарвлення композиційних послідовностей гімнастичних вправ. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2001. № 3. С. 19 — 22.
9. Тодорова В. Теоретико-методичні основи хореографічної підготовки в техніко-естетичних видах спорту (на матеріалі спортивної аеробіки) : монографія. Львів : ЛДУФК, 2018. 252 с.