

МЕТОДИЧНА СКЛАДОВА ПРОВЕДЕННЯ ПАРТЕРНОЇ ГІМНАСТИКИ В ДИТЯЧИХ ХОРЕОГРАФІЧНИХ КОЛЕКТИВАХ

(Веремєнко В. М., студентка 2 курсу, Мартиненко О. В.,
канд. пед. н., доцент БДПУ, м. Бердянськ, Україна)

Партерна гімнастика є важливою складовою хореографічної підготовки дітей в системі позашкільної освіти. Систематичне та планомірне застосування партерних вправ та комплексів на заняттях хореографією сприятиме розвитку сили та еластичності різних груп м'язів дитини, готовності до засвоєння рухів класичного танцю, акробатичних та гімнастичних вправ, які є невід'ємною частиною сучасного хореографічного мистецтва, профілактиці та корекції незначних анатомо-фізіологічних відхилень (Т. Баришнікова, В. Кирилюк, Б. Колногузенко, О. Мартиненко, Т. Пуртова, Ж. Фірілєєва та ін.). Автори методичних праць підкреслюють важливість застосування образних характеристик партерних вправ або побудови партерних комплексів на ігровій або сюжетній основі, а також пропанують використовувати партерні вправи з предметами, без предмета та коригуючого характеру (М. Івлєв, Т. Ротерс, В. Сосіна, Є. Фабіан та ін.).

Аналіз роботи багатьох дитячих хореографічних колективів показав, що під час проведення партерних комплексів педагоги припускають ряд помилок: не враховують вікові та індивідуальні особливості анатомо-фізіологічного та психічного розвитку дитини; намагаються досягти швидкого результату під час засвоєння окремих вправ, застосовуючи контактні силові методи і спричиняючи тим самим дитині больові відчуття; використовують один і той же комплекс протягом тривалого часу, не урізноманітнюючи його ігровими методами та прийомами; не приділяють увагу добору музичного супроводу. Це призводить до перевтоми дітей та втрати інтересу до занять, знижує ефективність навчального процесу та результативність хореографічної підготовки.

На думку засновника танцювального партерного комплексу Б. Князева, вірно підібрані вправи гармонічно формують м'язову масу, значно покращують її силу, розвивають амплітуду кроку, відпрацьовують точність координації рухів. Результати навчання досягаються без вертикального навантаження на хребет і суглоби, тому що всі рухи виконуються лежачи на спині та на животі без зайвого напруження тіла [4].

Мета – визначити методичні основи проведення партерних комплексів з дітьми початкового та основного рівнів навчання.

Спираючись на досвід роботи з дітьми, ми визначили види партерних комплексів, які доцільно використовувати на хореографічних заняттях: загально розвивальний, танцювальний, з предметами (м'ячем, резинкою, паличкою), стрейчинговий, корекційно-профілактичний, силовий, контактний (в парі), комбінований (змішаний).

Аналізуючи різні підходи до проведення комплексів партерної гімнастики (Т. Баришнікова, Т. Ротерс, В. Сосіна, Є. Фабіан та ін.), ми дійшли висновку, що

при складанні партерних комплексів для дітей слід дотримуватися наступних вимог: комплекс повинен мати цільову спрямованість; будуватися на ігровій або сюжетній основі; починатися з нескладних рухів і поступово включати рухи з більшим фізичним навантаженням і більш складною технікою; положення тіла наприкінці кожної вправи має служити вихідним положенням для виконання наступного руху; кожний попередній рух комплексу повинен мати структурну схожість із наступним; кожен рух має компенсуватися «контр-рухом»; дозування рухів має відповідати віковим та індивідуальними особливостям дітей, рівню їх підготовки, рівномірно розподілятися між правою та лівою частинами тіла; цілеспрямований вибір музичного супроводу [2].

Результативність партерних комплексів у хореографічній роботі з дітьми початкового рівня навчання залежить від таких принципів: доступність, поступове нарощування розвивально-тренувального впливу, адаптоване збалансування динаміки навантаження, наочність.

Т. Барішнікова підкреслює, що під час підбору партерної групи вправ необхідно враховувати вікові особливості кістково-м'язової системи дітей та індивідуальні особливості їх анатомо-фізіологічного розвитку [1]. Вправи мають бути доступними, викликати у дітей інтерес та бажання їх виконувати. Невдале виконання важких вправ і боязнь у подальшому демонструвати своє невміння особливо в умовах групових занять, може сприяти негативному відношенню до цього виду діяльності, розвитку невпевненості. І навпаки, вірно і красиво виконане завдання приносить задоволення, збуджує інтерес до занять, сприяє розвитку особистісних якостей.

Урізноманітнення змісту партерних комплексів в хореографічній роботі з дітьми початкового рівня навчання може значно підвищити зацікавленість учнів змістом вправ, сприяти більш ефективному та свідомому розвитку сили та еластичності різних груп м'язів, прояву творчої ініціативи, збагаченню емоційного досвіду.

Перспективи подальших пошуків у напрямку нашого дослідження ми вбачаємо у визначенні та експериментальній перевірці партерних комплексів побудованих на основі творчих завдань імпровізаційного характеру, вправах контактної хореографії та танцювальної терапії, що відповідає новітнім підходам до системи додаткового навчання в закладах позашкільної освіти та соціальному запиту населення.

Література

1. Барышникова Т. К. Азбука хореографии: [методические указания] / Татьяна Барышникова. – СПб. : «ЛЮКСИ», «РЕСПЕКС», 1996. – 256 с.
2. Мартиненко О. В. Методика хореографічної роботи з дітьми старшого дошкільного віку : [навч. посіб.] / Олена Мартиненко. – Донецьк : ТОВ «Юго-Восток, Лтд», 2009. – 156 с.
3. Пуртова Т. В. Учите детей танцевать : [учеб. пособие] / Т. В. Пуртова, А. Н. Беликова, О. В. Кветная. – М.: Владос, 2003. – 185 с.

4. Жук Н.В. Партерная гимнастика : Типовая учебная программа для детских школ искусств (направление деятельности «Хореографическое») / Наталья Жук. – Минск : Институт культуры Беларуси, 2012. – 22 с.