

УДК 796.012

**Н.А. МАКОВА**

(*natmat95@yandex.ru*)

*Череповецкий государственный университет*

## **ОСВОЕНИЕ ХОРЕОГРАФИЧЕСКИХ ЭЛЕМЕНТОВ ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С РАЗНЫМ УРОВНЕМ РАЗВИТИЯ ПРАКСИСА\***

*Рассматривается проблема освоения хореографических элементов детьми с разным уровнем развития праксиса. Проведена диагностика уровня развития хореографических способностей и произвольных движений у детей от 5 лет до 7 лет. Установлено, что проблемы в развитии праксиса у детей в большей степени влияют на хореографические возможности детей. Однако если прорабатывать индивидуально ошибки ребенка и заниматься улучшением хореографических возможностей, то обеспечивается как развитие компонентов праксиса, так и уровень хореографической подготовленности.*

*Ключевые слова: дети дошкольного школьного возраста, разлад в развитии координации, спортивные танцы, хореография, праксис.*

Современная хореография может помочь детям почувствовать свободу движений, ориентации тела в пространстве, пополнить свой танцевальный опыт богатым разнообразием движений [9, с. 126]. Л.Н. Эйдельман отмечает, что хореография и классический танец обеспечивают у дошкольников формирование правильной осанки, способствуют исправлению функциональных нарушений осанки, укреплению «мышечного корсета» и связочно-мышечного аппарата стопы и голени, развитию чувства равновесия, ловкости, координации и двигательной памяти [10, с. 141]. Занятия танцами формируют гармоничные движения и позы, пластическую выразительность и мимику, позволяют освоить динамику, темп и ритм движений [7]. Они способствуют устранению ряда физических недостатков [8, 12].

При обучении детей необходимо учитывать индивидуальные специфические пластически-хореографические способности, способность к импровизации, в том числе звуко-ритмической, сопровождаемой мимикой и жестом, способности к хореографической координации [11]. В настоящее время необходимо выявлять и уровень развития праксиса [3]. Как показали результаты ранее проведенного исследования, уровень развития разных компонентов праксиса отличается у детей [4]. Следовательно цель нашего исследования – выявить своеобразие освоения хореографических элементов детьми дошкольного возраста с разным уровнем развития праксиса.

*Методы и организация исследования.* Исследование проводилось на базе семейного фитнес-клуба «Локомотив». В участии принимало 10 детей от 5 лет до 11 лет. Данный эксперимент проводился с сентября по февраль первого года обучения. Дети посещали занятия 2 раза в неделю. Оценка освоения хореографических элементов проводилась дважды до и после полугода занятий с детьми. Родители дали информированное согласие на участие детей в обследовании. Порядковые шкалы оценок контрольных упражнений «Лифт» и «Быстрые колени», а также компонентов праксиса описаны ранее [Там же]. Дополнительно было предложено выполнить 4 хореографических задания:

1. Ребенок стоит в 6-1 позиции, руки на пояс. Выполнить прыжки в ритме: медленно, медленно, быстро, быстро, медленно.
2. Выполнение фигуры «Лок степ». Шаг вперед правой ногой, крест назад левой ногой, шаг вперед правой ногой, шаг вперед левой ногой со сгибанием задней ноги, далее шаг назад левой ногой, крест впереди правой ногой, шаг назад левой ногой, шаг назад правой ногой на две прямые ножки.
3. Работа мышц ног и пресса. На «раз» подтягиваем живот наверх, колени сгибаются, «два» прогибаем спину, «три» подтягиваем живот наверх, «четыре» вытягиваемся, ноги прямые.

\* Работа выполнена под руководством Воробьева В.Ф., кандидата биологических наук, доцента кафедры теоретических основ физической культуры, спорта и здоровья ФГБОУ ВО «ЧГУ».

4. Галоп лицом по кругу, на хлопок смена, делая галоп спиной по кругу, темп смен по сигналу ускоряется.

*Результаты исследования и их обсуждение.* На первых занятиях дети выполняли первую пробу медленно, вспоминая о последовательности, имели пространственные ошибки. Для того чтобы ускорить темп освоения движений необходимо понимать какой компонент праксиса нарушен у детей. У части детей нарушен пространственный праксис. С детьми М3, Д4, Д6, Д7, Д9, Д10 необходимо заниматься упражнениями на управление движениями одной рукой или ногой, так же их чередованием и исполнением одновременно элементов.

Нарушения в уровне динамического праксиса мы можем увидеть у Д9 и Д10. Необходимо придумывать для детей движения не большой сложности и показывать их по очереди, а потом просить повторить в том же порядке. Необходимо в соответствии с музыкой включать в комплексы простые движения народного танца [7]. Освоение ритмического рисунка оптимально проходит при усложнении заданий: прохлопать ладошками, сосчитать в слух, тренер считает, группа продолжает. Музыкально-ритмические упражнения помогают добиться эмоциональной разрядки, снимают усталость и утомление [1].

Третья проба была направлена на оценку идеомоторного праксиса. У детей М3, Д7, Д8, Д9, Д10 есть небольшие отклонения от нормативного выполнения движений. На примерах обычных хореографических элементов необходимо более детально разобрать порядок их исполнения и давать самостоятельно разбирать другие элементы, импровизировать. Импровизация дает возможность исполнителю познать себя, исследовать возможности своего тела, научиться его слушать, а также ощущать пространство [6]. В процессе танцевальной импровизации происходит более полное познание ребенком самого себя, своих способностей, формируются навыки невербального контакта с окружающим миром [1].

Таблица 1

**Результаты выполнения хореографических заданий детьми дошкольного возраста на этапе констатирующего (А) и контрольного (Б) эксперимента**

Пол № п/п	Возраст, годы	Прыжки в ритме		Лок-степ		Ноги и пресс		Галоп	
		А	Б	А	Б	А	Б	А	Б
М1	7	2	3	2	3	2	3	3	3
М2	7	2	3	2	3	2	3	3	3
М3	6	1	3	2	2	2	2	2	3
Д4	7	2	3	1	2	2	2	2	3
Д5	6	1	2	1	2	2	2	2	3
Д6	6	2	3	1	2	2	3	2	3
Д7	5	2	2	2	2	2	3	2	3
Д8	5	2	3	1	3	2	2	2	3
Д9	5	1	2	1	2	2	2	1	3
Д10	5	2	2	1	2	2	2	2	3

**Примечание.** 3 балла – выполнено задание на отлично; 2 балла – ошибка в ритмическом рисунке или технике исполнения; 1 балла – задание не выполнено.

Констатирующий этап был пройден в начале учебного года. Дети не имели хореографической подготовки. Далее спустя 6 месяцев мы провели контрольный эксперимент и результаты детей изменились в лучшую сторону. Однако некоторые ребята недостаточно выучили и отработали данные упражнения и их бал изменился либо на один, либо остался в той же позиции.

Занятия по изучению данных упражнений приводились по следующему алгоритму:

1. Мы отдельно занимались 3 раза в месяц изучением ритма и музыки, учили детей правильно считать. Были контрольные упражнения по оценке музыкальности у детей, знаний хореографических счетов.

2. Проводилась отработка шагов и работа корпуса. К примеру: лок-степ состоит из основных шагов танца «ча-ча-ча». Группа работала именно над техникой их исполнения. Далее происходит соединение всех движений в один хореографический элемент.

3. Обязательно на каждой тренировке дети 15 минут занимались со скакалкой. Работа стопы, легкость, скорость, концентрация, физическая сила – это одни из важных компонентов в спорте. Таким образом, скакалка очень важна, т. к. дети нарабатывают прыгучесть им это помогает в исполнении упражнения галоп и прыжки в ритме.

4. Три раза в месяц проводятся занятия по ОФП. Упражнения для пресса, растяжка, бег, упражнения на дыхание – все это изучалось детьми.

5. Был реализован индивидуальный подход к каждому ребенку.

6. Работа над ошибками выполнялась дома благодаря помощи родителей.

При реализации предложенного подхода результаты детей улучшились (см. табл. 2).

Таблица 2

**Результаты выполнения контрольных упражнений и диагностических проб детьми дошкольного возраста на этапе контрольного эксперимента**

Пол № п/п	1 КУ			2 КУ			1 проба			2 проба			3 проба		
	А	Б	В	А	Б	В	А	Б	В	А	Б	В	А	Б	В
М1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
М2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
М3	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
Д4	5	5	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	5	5	5
Д5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
Д6	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
Д7	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5
Д8	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
Д9	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5
Д10	4	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5

**Примечание.** 1 КУ – первое контрольное упражнение, 2 КУ – второе контрольное упражнение.

За 6 месяцев практически у всех детей результаты улучшились не менее, чем на один балл. Только М3, Д7, Д4, Д9, Д10 имеют оценку в 4 балла за некоторые упражнения. Этим детям необходимо больше времени для изучения материала, необходим более тщательный и детальный показ, а также объяснение по определенному элементу. Освоение хореографических элементов эффективно спомощью варьируемых и усложняющихся танцевальных упражнений, движений с применением различных атрибутов [5, 8].

Для улучшения выполнения хореографических элементов детям с разным уровнем развития практика необходим:

- более детальный показ и рассказ;
- увеличение времени для отработки материала;
- отработка ритма и счета музыки разными игровыми способами;
- отработка отдельных частей задания, дробление упражнений;
- игры на внимание и концентрацию «Спящая красавица», «Замри»;
- открытые уроки для родителей.

## Литература

1. Банкетова Н.В., Федюшина С.Ф. Здоровьесберегающие технологии, используемые в детском саду на занятиях по хореографии // Вестник науки и образования. 2018. Т. 1. № 6(42). С. 108–110.
2. Вахрушина Н.А., Кашапова Л.М. Формирование исполнительских умений и навыков у обучающихся начального общего образования на занятиях по хореографии // Бизнес. Образование. Право. 2017. № 4(41). С. 347–350.
3. Воробьев В.Ф. Теоретический анализ проблемы моторного развития детей с ограниченными возможностями здоровья // Научное обозрение. Биологические науки. 2017. № 5. С. 5–12.
4. Воробьев В.Ф., Макова Н.А. Особенности развития праксиса у детей дошкольного возраста с трудностями в освоении хореографических элементов спортивных танцев // Актуальные вопросы физического и адаптивного физического воспитания в системе образования: сб. материалов I Всерос. с междунар. участием науч.-практ. конф. Волгоград: ФГБОУ ВО «ВГАФК», 2019. Т. 1. С. 27–32.
5. Заячук Т.В., Лопатин Л.А., Фатхутдинова Л.Р. Методика повышения выворотности стоп у девочек, занимающихся художественной гимнастикой средствами классической хореографии // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2016. № 4(134). С. 89–93.
6. Карпенко В.Н., Ладыгина Е.О. Импровизация и хореография: индивидуальность и взаимосвязь // Культура и время перемен. 2018. № 4(23). С. 12.
7. Мостовая Т.Н. Хореография в спорте как средство формирования пластического выразительности // Ученые записки Орловского государственного университета. Сер.: Гуманитарные и социальные науки. 2017. № 1(74). С. 191–193.
8. Сивохина С.Ю. Роль хореографии во всестороннем развитии детей с ограниченными возможностями здоровья // Наука, техника и образование. 2017. № 8(38). С. 80–83.
9. Смирнова Е.А. Хореография как раздел специальной физической подготовки в спортивной акробатике // Современные тенденции развития науки и технологий. 2017. № 2-4. С. 125–127.
10. Эйдельман Л.Н. Хореография и классический танец в физическом воспитании дошкольников // Известия Российской государственной педагогической университета им. А.И. Герцена. 2009. № 109. С. 140–144.
11. Ястребова Т.А., Юрьева М.Н. Сущность и структура исполнительских навыков школьников в хореографии // Психолого-педагогический журнал Гаудеамус. 2016. Т. 15. № 3. С. 97–102.
12. Nigmatullina Y., Hellyer P.J., Nachev P., Sharp D.J., Seemungal B.M. The neuroanatomical correlates of training-related perceptuo-reflex uncoupling in dancers. *Cereb Cortex*. 2015; Feb; 25(2): 554-62. doi: 10.1093/cercor/bht266.

**NATALIA MAKOVA**

*Cherepovets State University*

### **LEARNING OF CHOREOGRAPHICAL ELEMENTS BY PRESCHOOL CHILDREN WITH DIFFERENT LEVELS OF PRAXIS DEVELOPMENT**

*The article deals with the issue of learning choreographical elements by children with different level of praxis. There was performed the diagnostics of the level of the development of choreographical skills and willed movements of children from 5 to 7.*

*There was defined that the issues in the praxis development of children influence more on choreographical possibilities of children. If individual children's mistakes are worked at and choreographical possibilities are improved, we can support both the development of praxis components and the level of choreographical training.*

**Key words:** *preschool children, dissension in the development of movement coordination, sport dance, choreography, praxis.*