

Для реализации такого подхода к организации процесса обучения, требуется совместными усилиями преподавателей и администрации решить ряд задач: оборудовать аудитории дополнительными электрическими и сетевыми коммуникационными входами, использовать в учебном процессе облачные интернет-технологии и сервисы [1], реализовать единую электронную образовательную среду, шире использовать в учебном процессе электронные ментальные карты.

1. *Гончарова, С.А.* Сетевые сервисы в высшем образовании / Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса государств–участников СНГ [Электронный ресурс]: сборник докладов Международной интернет-конференции, Минск, 1–30 ноября 2012 г. / редкол.: М. А. Журавков (отв. ред.) [и др.]. – Минск : БГУ, 2012. – Режим доступа: <http://elib.bsu.by/handle/123456789/27801>

2. *Копыл, В.И.* Карты ума. MindManager / В. И. Копыл. – Минск: Харвест, 2007. – 64 с.

3. *Махнач, Г.В.* Применение интеллект-карт в процессе обучения информационным технологиям / Удасканаленне дзейнасці кафедраў па прафесійнай падрыхтоўцы спецыялістаў на факультэце завочнага навучання: матэр. навук.-метад. канф. (2 лютага 2012 г.) / рэдкал.: Ю.П. Бондар (старш.) [і інш.]. – Мінск : БДУКМ, 2012. – С. 174-178.

4. *Махнач, Г.В.* Автоматизация учётно-вспомогательных операций в преподавательской деятельности / Г.В. Махнач // Международный конгресс по информатике: Информационные системы и технологии, Республика Беларусь, Минск, 4-7 нояб. 2013 г. / редкол.: С. В. Абломейко (отв. ред.), В. В. Казачёнок (отв. ред.) [и др.]. – Минск : БГУ, 2013. – С. 236-240.

ЗНАЧЕНИЕ ВОЗРАСТНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ ПРИ ОБУЧЕНИИ ХОРЕОГРАФИИ ГИМНАСТОК СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В СИСТЕМЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Жевлакова М. В.

*магистрант кафедры теории и методики преподавания искусства
УО «Белорусский государственный педагогический университет имени М. Танка»
(Республика Беларусь, г. Минск)*

Танец существует столько же тысячелетий, сколько и человек.

Хореография, являясь триединым видом искусства, синтезирующим танец, музыку и живопись, позволяет нам увидеть взаимосвязь многочисленных жанровых форм искусства в едином законченном действе.

Единство музыки и художественного движения есть универсальное средство эстетического и нравственного воспитания ребенка. Вряд ли можно оспаривать тот факт, что именно детство особенно восприимчиво к прекрасному – танцу, музыке. И это дает нам все основания смотреть на хореографическое воспитание, в частности, гимнасток дошкольного возраста как на важный и нужный процесс развития детей.

Хореографическое искусство обладает редкой возможностью воздействия на мировоззрение ребенка. Просмотры спектаклей в театре, кино-, видео- и телефильмов, посвященных танцу; посещения концертов хореографических

коллективов – все это нужно и важно. Однако занятия по хореографии, когда ребенок сам становится участником процесса, являются более эффективными: здесь каждый становится на время актером, осмысляя происходящее творчески. Дети живут, прежде всего, в своем эстетическом опыте, в восприятии прекрасного, в живом энтузиазме, который загорается от этих встреч с прекрасным, в слиянии с ним.

Нет ни одной формы человеческой деятельности, которая протекала бы без движений. “Все бесконечное разнообразие внешних проявлений мозговой деятельности, – писал создатель русской физиологии И.М. Сеченов, – сводится окончательно к одному лишь явлению – мышечному движению” [2, с. 284].

Любому человеку, особенно ребенку, как растущему организму, требуется большое количество движений. Неподвижность для детей утомительна, она приводит к замедлению роста, задержке умственного развития. Ведь здоровому ребенку хочется бегать, прыгать и танцевать. Недостаток двигательной активности у детей может привести к патологическим изменениям нервной системы. Такие явления наблюдались у малышей, которые в течение длительного времени (от 2 до 9 месяцев) в результате различных заболеваний были прикованы к постели.

Результаты исследований второй половины XX века показали, что у детей, раньше начавших ходить, отмечалось и более раннее развитие речи. Это объясняется анатомической близостью речевых центров с двигательной зоной коры головного мозга. Функциональное состояние двигательной зоны непосредственно отражается, по мнению Н.С. Мартынюк и В.А. Ярмолук, на состоянии центров речи [6, с. 23].

Ошибочно считать, что здоровье человека определяется отсутствием у него болезней. Лучшим показателем здоровья является уровень достигнутой человеком физической формы. Общеизвестно, что здорового ребенка воспитывать легче, т. к. он легче приспосабливается к смене условий и легче воспринимает предъявляемые ему требования, соответственно он быстрее приобретает все необходимые знания, умения и навыки. Поэтому именно здоровье способствует правильному формированию характера ребенка, развивает его волю, инициативу и способности.

Для оптимального функционирования сердца, легких, мышц и кровеносных сосудов, т. е. физической формы, нет необходимости ребенку достигать выдающихся спортивных результатов. Но для достижения и поддержания формы нужно заниматься спортом и физическими упражнениями, в частности, хореографией. Это позволяет обеспечить четыре главных аспекта физического здоровья: гибкость, выносливость, силу и нормальное функционирование сердечно-сосудистой системы.

Физическое воспитание ребенка особенно важно в период с пяти до семи лет, когда он интенсивно развивается, и движения становятся его потребностью. И именно на занятиях по хореографии можно творчески реализовать эту потребность, ведь разнообразие движений позволяет развивать у дошкольников не только чувство ритма, укреплять скелет и мускулатуру, но и

стимулирует их психические процессы.

Проанализировав особенности в физиологическом развитии детей старшего дошкольного возраста, можно сделать вывод, что лучший возраст для начала занятий по хореографии – пять лет. Однако педагог-хореограф, работающий с гимнастками дошкольного возраста, должен понимать, что морфологическое и функциональное созревание опорно-двигательного аппарата детей зависит от очень многих факторов: наследственных, условий жизни, питания, двигательной активности. Правильно организованные физические нагрузки способствуют формированию как костной, так и мышечной системы детей. Под влиянием занятий по хореографии увеличивается диаметр мышечных волокон, растет их число, более совершенными становятся координационные отношения между мышцами-антагонистами. Также следует помнить, что мышечная деятельность вызывает у детей по сравнению со взрослыми значительно большие изменения в деятельности всех органов, что требует, как считают исследователи, дифференцированного подхода к организации всякого рода физических упражнений с детьми различного возраста [3, с. 122].

Как известно, развитие организма характеризуется ростом костей в длину и в ширину. Увеличение размеров костей происходит неравномерно: отмечаются периоды ускоренного и замедленного роста. Полное формирование скелета завершается к 20–24 годам. Следовательно, возникает необходимость обратить внимание на глубокое знание педагогами-хореографами, в частности, при работе с гимнастками дошкольного возраста, возрастных особенностей детей 5–7 лет.

Сегодня в Беларуси существует большое количество учреждений дополнительного образования, где среди прочих игровых занятий особое место отводится художественной гимнастике, и не всегда педагоги-хореографы, работающие с юными гимнастками, владеют необходимыми знаниями в области физиологии детей дошкольного возраста.

Необходимо знать, что развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат, мускулатура) к пяти годам еще не закончено. Кости продолжают меняться по размеру, форме, строению. Также не завершено окостенение позвоночника, грудной клетки, таза, конечностей. Позвоночник податлив и гибок, что говорит о чувствительности к деформирующим воздействиям. Значит, как советует С.Л. Слуцкая, педагог должен быть очень чутким, осторожным и бережным по отношению к своим воспитанникам [4].

Особое внимание педагогам-хореографам следует обратить на движения, способствующие укреплению скелетной мускулатуры детей. Необходимо знать и то, что в пятилетнем возрасте диспропорционально формируются некоторые суставы. Например, сумка локтевого сустава у ребенка в период до 5 лет растет быстро, кольцеобразная же связка, удерживающая в правильном положении головку лучевой кости, оказывается слишком свободной. Поэтому резкие движения рук могут привести к подвывиху. Поэтому укрепляющие упражнения, по мнению С.Л. Слуцкой, очень полезны [4, с. 16].

Формирование стоп завершается только к 16–18 годам. В связи с этим важно предупредить появление и закрепление плоскостопия у детей 5–7 лет. В костях у детей много хряща, поэтому во избежание уплощения стоп в младшем возрасте упражнения в равновесии на одной ноге, а тем более на носке одной ноги надо ограничивать; упражнения в прыжках необходимо чередовать с отдыхом. Во время урока дети не должны долго стоять. При объяснении новых упражнений рекомендуется предлагать детям принимать различные положения сидя.

Упражнения динамического характера (вытягивания стопы, поднимания на носки, пружинные движения), наоборот, способствуют укреплению мышц и связок стоп, помогают их правильному формированию. Однако неправильное распределение тяжести тела на стопу при полуприседах или глубоких приседах во второй позиции также может привести к ее уплощению. Дети, не обладающие природной выворотностью и растянутостью ног, выполняя данное упражнение, естественно, переносят тяжесть тела на внутренний свод, сужают колени и поднимают с пола наружный свод стопы. Необходимо тщательно, как отмечает Г.А. Боброва, следить за равномерным распределением тяжести тела на всю стопу, прямым положением туловища и четким направлением коленей в стороны [1, с. 6].

Общеизвестно, что плоскостопие является одним из тяжелых ортопедических заболеваний. Плоскостопие означает деформацию стопы, сопровождающуюся уплощением ее сводов, при этом нарушаются ходьба и бег, а в дальнейшем появляются другие неприятные симптомы: быстрая утомляемость, боли в ногах и т. д. [5, с. 96].

Отметим, что хореография и занятия художественной гимнастикой обладают большим арсеналом движений, укрепляющих стопу, ее свод. Считается, что рост мускулатуры становится заметным после пяти лет. К шести годам у ребенка будут уже хорошо развиты крупные мышцы туловища и конечностей, если он занимается физическими упражнениями, в частности, хореографией регулярно. Старший дошкольник способен дифференцировать свои мышечные условия, а это означает, что он может и умеет выполнять упражнения с различной амплитудой, переходить от медленных движений к более быстрым, т. е. менять темп. Но если не уделять должного внимания мелким мышцам и не развивать их специальными упражнениями, то они останутся по-прежнему слабыми, особенно кисти рук.

Поэтому несомненно, что успешное хореографическое воспитание, а также спортивное совершенствование девочек дошкольного возраста, занимающихся художественной гимнастикой, возможно только на основе глубоких знаний педагогами-хореографами возрастных особенностей детей, юных спортсменов. Ведь детский организм – довольно тонкий, уязвимый, чувствительный и хрупкий инструмент, требующий деликатного, продуманного и осознанного обращения. Таким образом, чтобы не нарушить его естественной гармонии, педагоги-хореографы, работающие с гимнастками дошкольного возраста, должны быть в полной мере осведомлены в следующем:

когда, в какой последовательности и с какой силой приводить в действие соответствующие структуры этого крайне сложного и индивидуально-специфического инструмента – организма ребенка.

1. Боброва, Г.А. Художественная гимнастика в спортивных школах / Г.А. Боброва. – М. : Физкультура и спорт, 1974. – 263 с.

2. Ермолаев, Ю.А. Возрастная физиология / Ю.А. Ермолаев. – М. : СпортАкадемПресс, 2001. – 443 с.

3. Котов, Г.С. Возрастная анатомия и физиология человека : учеб. пособие / авт.-сост. Г.С. Котова, О.В. Бессчетнова. – Балашов : Изд-во «Фомичев», 2006. – 220 с.

4. Слуцкая, С.Л. Танцевальная мозаика / С.Л. Слуцкая. – М. : Линка-Пресс, 2006. – 269 с.

5. Шишкина, В.А. Методика физического воспитания : учеб. пособие / В.А. Шишкина, М.Н. Дедулевич. – Минск : Літаратура і Мастацтва, 2011. – 176 с.

6. Ярмолюк, В.А. Обучение танцевальным движениям детей дошкольного и школьного возраста / В.А. Ярмолюк, Н.С. Мартынюк. – Брест : Альтернатива, 2010. – 47 с.

ДОСУГ КАК ОДИН ИЗ КОМПОНЕНТОВ ПОВСЕДНЕВНОЙ КУЛЬТУРЫ МОЛОДЕЖИ

Камоцкий М. В.

аспирант кафедры педагогики социокультурной деятельности УО «Белорусский государственный университет культуры и искусств» (Республика Беларусь, г. Минск)

Повседневность – неотъемлемая часть жизнедеятельности человека. Именно повседневное существование, уровень организации повседневной культуры и быта, как ее составляющей, во многом определяют культуру поведения и бытования человека в обществе. От того, насколько человек в состоянии организовать окружающее его изо дня в день пространство, повторяющиеся и неотделимые от него явления и процессы, будут зависеть его самочувствие, работоспособность, уровень общей культуры, гражданская позиция и т.д. Это объясняет возникший в последние годы в социально-гуманитарных и педагогических науках интерес к проблемам повседневной жизни человека. Несмотря на сложившиеся стереотипы в отношении категории «повседневность» и «рутинности» каждодневного существования, представители многих наук (социологических, культурологических, педагогических) осуществляют поиск путей совершенствования повседневной культуры, доказывают ее важность и значение для человека.

Повседневность можно представить как такую форму деятельности (трудовой, досуговой и бытовой), которая являет собой то, чем непосредственно занимаются люди в своем обычном бытии, отражающемся в их сознании, и которая зависит от экономической, культурной, политической сторон социального бытия [1, с. 249].

Компоненты повседневной культуры представляют собой сложную взаимосвязанную и неделимую структуру, в которую входят: