

## **ФІЗИЧНИЙ РОЗВИТОК МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ ЗАСОБАМИ ХОРЕОГРАФІЧНОГО МИСТЕЦТВА**

На даний час актуальність даного дослідження полягає у вирішенні сформованого протиріччя, в якому з одного боку виступає необхідність розвитку рухової моторики дітей шести – семи років і недостатньою кількістю розвиваючих методик [1, с. 43].

Формування здоров'я дітей, повноцінний розвиток їхнього організму – одна з основних проблем в сучасному суспільстві. Медики, батьки і педагоги повсюдно констатують відставання, затримки, порушення, відхилення, невідповідність нормам у розвитку дітей, неповноцінність їх здоров'я [3, с. 45].

Це стосується в першу чергу нервової системи, опорно-рухового апарату. Зусилля медиків в основному направлені на лікування захворювань, діяльність педагогів рідко включає розвиваючі методи роботи з дітьми. Практично не розроблені підходи навчання з позиції розвиваючого предметно-рухового середовища дітьми [4, с. 88].

Метою даного дослідження є з'ясування важливості впливу хореографічного мистецтва на фізичний розвиток молодших школярів.

Мистецтво хореографії – явище загальнолюдське, що має багатовікову історію розвитку. В основі його походження лежить непереборне прагнення людини до ритмічного руху, потреба висловити свої емоції засобами пластики, гармонійно зв'язуючи рух і музику [5, с. 97].

Відомі балетмейстери-педагоги хореографічного мистецтва Б. Колногузенко, А. Коротков, А. Тараканова, А. Шевчук досліджують вплив хореографічного мистецтва на фізичний розвиток дитини.

Фізична активність дитини, в кінцевому рахунку, спрямована на зміну стану його організму, на придбання нового рівня фізичних якостей і здібностей. Завдяки реалізації в процесі тренування фізіологічного механізму адаптації відбувається накопичення людиною все нових фізичних кондицій, мобілізація і розгортання нових ресурсів організму [4, с. 44].

Хореографічне мистецтво впливає на розвиток емоційної сфери особистості, удосконалює тіло людини фізично, виховує через музику духовно і допомагає набутти впевненості у власних силах, дає поштовх до саморозвитку, самовиховання та самовдосконалення.

Вивчення хореографії, як і інших видів мистецтва, допомагає розвинути ті сторони особистісного потенціалу учня, на які зміст інших предметів має обмежений вплив: уява, активне творче мислення, здатність розглядати явище життя з різних позицій. Як і інші види мистецтва, танець розвиває естетичний смак, виховує високі почуття, але на відміну від інших мистецтв, робить істотний вплив і на фізичний розвиток дитини [1, с. 67].

Безсумнівно, в процесі занять хореографією відбувається гармонійний

фізичний розвиток дітей. Природно, це пов'язано з тим, що існують певні вимоги до набору в дитячі колективи, і вони, на відміну від своїх однолітків, отримують достатнє рухове навантаження. У результаті тривалих занять хореографією інтенсивно розвиваються фізичні якості: збільшується рухливість в суглобах, гнучкість, сила м'язів, витривалість. Однак для успішного освоєння складних стрибків, рівноваги, поворотів в танці необхідні додаткові фізичні вправи для цілеспрямованого розвитку потрібних якостей юного танцівника. Часто виникає необхідність і в корекції різних порушень фізичного розвитку і постави, які є наслідком специфічного тренування і надмірного навантаження на певні системи організму [2, с. 80].

Отже, танцювальна діяльність у молодшому шкільному віці робить істотний вплив на темп і якість фізичного розвитку. Відомо, що танець завдяки постійним фізичним вправам, розвиває м'язи, надає гнучкість і еластичність корпусу, тобто є потужним чинником, що впливає на становлення дитячого організму [2, с. 18].

#### **Список використаних джерел:**

1. Тараканова А. П. Система хореографічного виховання у школах і позашкільних закладах : навчально-методичний посібник / А. П. Тараканова. – К. : ІЗМН, 1996. – 284 с.
2. Верховинець В. М. Весняночка / В. М. Верховинець. – К. : Музична Україна, 1989. – 342 с.
3. Вірський П. П. У вихорі танцю / П. П. Вірський. – К. : Мистецтво, 1877. – 229 с.
4. Шевчук А. С. «Так» хореографічним досягненням дошкільника! / А. С. Шевчук // Дитячий садок. Мистецтво. – 2007. – С. 8–9.
5. Шевчук А. С. Українські традиції – духовні опори життя і розвитку дитини / А. С. Шевчук // Дошкілля. – 2008. – С. 10–15.