

*Чжу Чжу,
Логвина Т.Ю.*

Белорусский государственный университет физической культуры
Республика Беларусь, Минск

**РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДЕТЬМИ СОДЕРЖАНИЯ
СПОРТИВНО-ТАНЦЕВАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ
«РЕБЕНОК И ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

*Zhu Zhu,
Lohvina T.Yu.*

Belarusian State University of Physical Culture
Republic of Belarus, Minsk

**THE RESULTS OF COPING THE CONTENT OF SPORTS
AND DANCING ACTIVITIES BY CHILDREN
IN THE EDUCATIONAL AREA “CHILD AND PHYSICAL CULTURE”**

ABSTRACT. The article presents the knowledge, skills and ways of their use by children as a result of children's fitness practicing.

KEYWORDS: children's fitness; knowledge; skills; personal and substantive results.

АННОТАЦИЯ. В статье представлены знания, умения и способы их применения детьми в результате занятий детским фитнесом.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: детский фитнес; знания; умения; личные и предметные результаты.

Детский фитнес сегодня рассматривают как одно из современных направлений оздоровительной гимнастики; как синтез музыки, ритмических движений, элементов акробатики, игровых видов спорта, танцев; как социокультурный феномен в области физической культуры, как целенаправленный процесс оздоровления, основанный на добровольности выбора двигательной активности для поддержания, укрепления и сохранения физического, социального, духовного здоровья, профилактики заболеваний, приобщения к здоровому образу жизни на фоне привлекательности занятий и получения удовольствия от них. Фитнес удовлетворяет потребности детей в двигательной активности; создает условия для ее разнообразия, способствует освоению спортивных и танцевальных движений под музыкальное сопровождение; координирует двигательную деятельность; совершенствует ответные реакции мышц на внешние воздействия (сопротивление, растягивание, сокращение, расслабление); учит слышать и понимать музыку, выражать свои эмоции в спортивно-танцевальных композициях и др.

Разносторонность детского фитнеса и его вариативность обеспечивают детям дополнительную двигательную нагрузку и успешную реализацию в ней, способствуют расширению диапазона двигательных действий, развитию чувственного и эмоционального восприятия, образного мышления и воображения; воспитывают стремле-

ние к познанию, адекватному поведению в группе, проявлению личностных качеств, таких, как смелость, настойчивость, чуткость, отзывчивость, активность, внимательность и др.

Основным видом деятельности в детском фитнесе является спортивно-танцевальная. Спортивная составляющая проявляется координированным сочетанием и техничным выполнением двигательных действий по правилам из популярных игровых видов спорта, гимнастики, акробатики, аэробики с современным спортивным инвентарем и оборудованием под музыкальное или ритмическое сопровождение в парах, группах, командах. Танцевальная составляющая представлена ритмичными, выразительными движениями, выстраиваемыми в определенную композицию, в которой танцевальные шаги сочетают в себе элементы ходьбы, бега, прыжков, подпрыгиваний, подскоков, скольжений, поворотов, раскачиваний, варьирование основных движений со спортивным и танцевальным инвентарем и оборудованием под музыкальное сопровождение. Музыкальная составляющая формирует эмоциональную сферу, совершенствует мышление, развивает красоту движений, вызывает сложное эмоциональное воздействие, влияет на поведение, оптимизирует физиологические и психические функции, помогает регулировать эмоциональное состояние. Выразительность движений и музыки вызывает чувства, помогающие переживать эмоциональные напряжения, формирует позитивное отношение к окружающему миру, к самому себе, позволяет оценивать и формировать взгляды, вкусы, интересы.

Воспитанники от 5 до 7 лет знают:

- основные правила игровых видов спорта (футбол, баскетбол, хоккей, теннис), содержание танцевальных композиций на фитболах, степсах, с элементами черлидинга со спортивным инвентарем (мячи, палки, ленты и др.) и танцевальными атрибутами (косички, цветы, веточки), их структуру (вводная, основная, заключительная части);

- возможные сочетания танцевальных и спортивных движений (повороты с удержанием поз и равновесия, вращения с элементами защиты в игровой деятельности, танцевальные связки с элементами спортивных игр, движения с опорой, на опоре, по ориентирам, прыжок, бросок, финальное усилие) со спортивным инвентарем и танцевальными атрибутами для зрелищности спортивно-танцевальной композиции;

- основные действия игроков в соответствии с правилами командной игры (защита, нападение, оборона, взаимодействие с партнерами по команде, с соперниками по игре), движения в соответствии с характером музыкальной композиции (гармоничные движения, позы для сохранения пространственного рисунка движений, темп, ритм, танцевальная техника и пластика в спортивно-танцевальных композициях под музыкальное сопровождение);

- действия по правилам видов спорта с партнерами по команде (суть игры, основные игровые действия, штрафные очки, потеря подачи, ведение счета, способы выполнения бросков, передач, подач, ударов), по пространственному рисунку танцевальных движений (шеренга, колонна, диагональ, круг, квадрат, ромб), может сопоставить отличительные черты спортивных и танцевальных движений в процессе умственной деятельности;

- спортивно-танцевальные профессии (тренер, хореограф), судья, следящий за соблюдением правил игры и фиксирующий результаты спортивного состязания или спортивно-танцевальной композиции.

умеют:

– при косвенном руководстве взрослого эмоционально сопереживать развитию игровых событий (поддержать команду, радоваться победе, переживать временную неудачу),

– при косвенном руководстве взрослого выполнять движения из танцевальных композиций с элементами видов спорта в парах (кружение – с точностью передачи, вращение с удержанием равновесия и позы – с последующим броском), группами (девочки синхронно танцуют, мальчики выполняют игровые комбинации с футбольными мячами) под музыкальное сопровождение;

– самостоятельно изменять амплитуду и темп выполнения игровых действий в парах, группах, командах (наклоны, повороты, танцевальные шаги, подскоки на фитболах, степенях) в соответствии с характером музыкального сопровождения;

– при косвенном руководстве взрослого контролировать содержание игровой обстановки (изменить характер движений с обороны на нападение, с защиты ворот на их оборону и т. п.), взаимодействовать с партнерами в спортивно-танцевальной деятельности (соблюдать последовательность, синхронность, чередование танцевальных и спортивных движений в зависимости от содержания спортивно-танцевальной композиции);

– при косвенном руководстве взрослого исполнять роль защитника, вратаря, нападающего, импровизировать действия игроков и их движения по правилам игры, участвовать в командных состязаниях по видам спорта (футбол, хоккей, баскетбол, теннис), активно участвовать в обсуждении результатов в спортивно-танцевальной деятельности со сверстниками, зрителями, родителями, делиться впечатлениями, высказывать мнение о своих эмоциях, сравнивать и отдавать предпочтение видам игровых заданий и полученным результатам;

– самостоятельно выполнять основные движения игровых видов спорта (подача, передача, ведение, отбивание, прием, бросок, удар, захват) в разных ситуациях (нападение, защита, оборона, сохранение и удержание равновесия, синхронность выполнения) под музыкальное сопровождение, ориентироваться в игровой ситуации (побеждает, проигрывает, «ничья», равный поединок, сильный соперник), регулировать ритм, скорость двигательной реакции, степень мышечных усилий в соответствии с характером спортивных движений и танцевальных композиций;

– при косвенном руководстве взрослого подчинять свои действия интересам командной игры, предвидеть тактику игры соперников, регулировать степень мышечных усилий в соответствии с условиями игровой ситуации и характером танцевальной композиции.

Дети умеют применять полученные знания, умения и способы деятельности для:

1) организации диалога со сверстниками и взрослыми на спортивно-танцевальные темы; 2) самостоятельного выбора вида спорта и танцевальных занятий для реализации спортивно-танцевальной деятельности в новых условиях, с новыми партнерами, в новых композициях; 3) применения средств спортивно-танцевальной деятельности в новых видах деятельности; 4) передачи эмоций, чувств, настроения, характера во взаимодействии с партнерами в групповой и командной спортивно-танцевальной деятельности.

Личностными результатами являются:

1) устойчивый познавательный интерес к спортивно-танцевальной деятельности, позитивное эмоционально-ценностное отношение к полученным своим результатам и достижениям сверстников, желание принимать активное участие в спортивно-танцевальной деятельности;

2) умение выполнять разные функции в спортивных играх и танцевальных композициях под музыкальное сопровождение;

3) умение подчинять свои действия правилам, учитывать характер, темп, ритм спортивно-танцевальной композиции, согласовывать свои действия с партнерами;

4) умение устанавливать контакты, взаимодействовать в разных игровых ситуациях и танцевальных композициях со сверстниками и взрослыми;

5) умение побеждать и уважать победу соперника, адекватно оценивать результаты и достижения в спортивно-танцевальной деятельности свои и командные, выражать свои чувства и эмоции.

Метапредметными результатами выступают:

1) умение ориентироваться в видах спорта (личные, командные, летние, зимние, игровые, массовые), музыке для спортивно-танцевальных композиций (песни для детей, о спорте; классическая музыка);

2) умение анализировать отличительные характеристики и назначение спортивного инвентаря и оборудования, танцевальных атрибутов, характера музыкального сопровождения;

3) умение понимать и соблюдать установленные правила, обсуждать эмоциональное состояние, вызванное спортивно-танцевальной деятельностью со сверстниками и взрослыми, применять сформированные знания и умения в новых условиях для самовыражения в достижении личного и командного успеха.

Предметными результатами являются:

1) понимание значения спорта, танцев, спортивно-танцевальной деятельности в личной жизни;

2) умения выполнять различные виды спортивно-танцевальной деятельности: понимать и соблюдать правила по видам спорта, активно участвовать в постановке танцевальных композиций, использовать танцевальные атрибуты, спортивный инвентарь и оборудование по его назначению, выполнять движения из спортивно-танцевальных композиций под музыкальное сопровождение, изменять характер упражнений в соответствии с музыкальным ритмом;

3) умение демонстрировать собственные достижения в спортивно-танцевальной деятельности для сверстников, взрослых, зрителей;

4) умение обсуждать результаты спортивно-танцевальной деятельности, применять правильные термины, делиться впечатлениями с взрослыми и сверстниками.

1. Логвина, Т. Ю. Физкультура, которая лечит: пособие для педагогов и мед. работников дошк. учреждений / Т. Ю. Логвина. – Мозырь: ООО ИД Белый ветер, 2003. – 172 с.

2. Логвина, Т. Ю. Оздоровительная и лечебная физкультура для детей дошкольного возраста: учеб. пособие / Т. Ю. Логвина, Е. В. Мельник. – Минск: БГУФК, 2018. – 223 с.