

- мотивация на здоровый образ жизни;
- формирование у детей устойчивого понимания, что занятия хореографией – способ поддержания здоровья, развития тела.

Информационные технологии Деятельность танцевального коллектива предполагает постановку танцев и проведение концертных выступлений воспитанников. Для качественного звучания танцевальных фонограмм, соответствующих современным техническим требованиям, используются компьютерные технологии. Применение компьютера позволяет:

- накапливать и хранить музыкальные файлы;
- менять темп, звуковысотность музыкального произведения;
- производить монтаж, компоновку музыкального произведения;
- хранить фото- и видеоматериалы коллектива.

Компьютер даёт возможность:

- активно использовать доступ в глобальную сеть Интернет;
- эффективно осуществлять поиск и переработку информации;
- пользоваться почтовыми услугами Интернета;
- поддерживать контакты с коллегами и осуществлять деловое общение.

В результате, учебная программа в последующие годы обучения становится богаче и насыщеннее по содержанию. Это отражается и в учебном процессе, и в концертном репертуаре коллектива, что способствует достижению высоких творческих результатов.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Полищук В. Обучение и воспитание: комплексный подход. – 2005.
2. Стрельцов В. Педагогические условия совершенствования процесса социализации учащихся в современных условиях. – 2005.
3. Бальский Л. Методические указания в помощь руководителям танцевальных коллективов. – 1964.

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ ПЕДАГОГА-ХОРЕОГРАФА

*Найдёнова Н. Ю.,
учитель МБОУ «Каргасокская средняя общеобразовательная школа № 1»,
с. Каргасок, Томская область*

В «век гиподинамии» ритмика является дополнительным резервом двигательной активности детей, источником их здоровья, повышения работоспособности, зарядки умственного и психического напряжения, следовательно, одним из условий их успешной подготовки к учебной и трудовой деятельности. Многие годы, занимаясь танцем и ритмикой, я сделала вывод, что танцевальные движения оказывают влияние на физическое и психологическое развитие человека и разработала свою оздоровительную программу «Ритмика и танец». Этот предмет, я считаю, можно использовать в начальных классах общеобразовательной школы.

Основная цель занятий по программе «Ритмика и танец» – создавать условия для сохранения, укрепления и развития физического и психологического здоровья ребенка, развития его индивидуальности и различных способностей в процессе музыкально-пластической деятельности: телесно-кинестических, музыкально-ритмических, визуально-пространственных, коммуникативных. Задачи программы: коррекционно-оздоровительные; развивающие; нравственно-эстетические.

Коррекционно-оздоровительные задачи

Для устранения и коррекции отклонений от нормы в опорно-двигательном аппарате полезны упражнения на укрепление мышц спины, мышц брюшного пресса, растягивания мышц и связок тазобедренного сустава, мышц и связок спины, особенно поясничного отдела, упражнения на гибкость корпуса. Развитие и тренировка вестибулярного аппарата происходит во время танцевальных этюдов – движений на вращение головы и всего корпуса.

Развивающие задачи

На активизацию взаимодействия полушарий мозга направлены упражнения и танцевальные этюды, развивающие координацию движений, моторику, мышечную и мозговую память, наблюдательность, воображение, логику, что положительно сказывается на всей учебной деятельности ребенка. Так, например, разучивание русских хлопучек – это не только знакомство с традициями русского народного танца, но и хороший тренинг для развития четкости и собранности действий, произвольного внимания.

Нравственно-эстетические задачи

Занятия ритмикой, прежде всего, способствуют формированию положительных качеств личности, необходимых для успешного взаимодействия с другими людьми. Дети поставлены перед необходимостью коллективной деятельности (работа в парах) с ее важнейшими воспитывающими функциями. На занятиях неизменно присутствует доброжелательное общение. Привлекательные для детей, эмоционально насыщенные музыкальные и игровые упражнения способствуют гуманизации образовательного пространства, нацеливают детей на позитивное восприятие себя и окружающих.

Также учитываю возрастные особенности детей, уровень их подготовки и развития. В своей работе делаю подбор основных видов движений, так как это имеет большое значение, потому что ребенок постепенно овладевает необходимыми навыками. Занятия снимают стресс, укрепляют мышечную систему, корректируют отклонения от нормы физического развития, повышают жизненный тонус, формируют систему знаний о здоровом образе жизни.

Каждый урок для ребенка – это не только процесс приобретения новых навыков, но и волнительный этап жизни. Танцевальные этюды и упражнения под веселую музыку с хлопками и припевками отвлекают от переживаний. Снять стресс помогают расслабляющие и релаксационные упражнения, дыхательная и пальчиковая гимнастики, самомассаж.

Естественная потребность детей в движении превращается в упорядоченную, самоконтролируемую деятельность. Музыкальные произведения, кроме эмоционального воздействия, оказывают на ребенка организующее и дисциплинирующее влияние благодаря присутствующему в них ритму. Народная хореография, танцевальные традиции и культурное наследие народов России воспитывают чувство патриотизма. Знакомство с танцевальной культурой прошлых столетий, этикетом, бальной хореографией способствует воспитанию хороших манер. Классический танец прививает чувство красоты, художественный вкус. Современная хореография, творческие задания воспитывают активность и инициативность, развивают творческое мышление. Танцевальные упражнения не требуют специальных снарядов, длительной подготовки, определенной площадки. Танцы и танцевальные упражнения могут быть одним из наиболее эффективных средств тренировки детского организма. Такой тренинг позволяет не только совершенствовать исполнительское мастерство, но и укреплять физическое и психологическое здоровье детей.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Ахутина Т. В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный подход // Школа здоровья. – 2000. – Т. 7. – № 2. – С.21-28.
2. Алямовская В. Г. Современные подходы к оздоровлению детей в дошкольном образовательном учреждении // Дошкольное образование. – 2004. – С.17-24.
3. Сергиенко Т. Е. Работа с педагогами по повышению их компетентности в области здорового образа жизни дошкольников // Методист. – 2006. – № 10. – С.63-68.