

2019

СУЧАСНІ СТРАТЕГІЇ РОЗВИТКУ ХОРЕОГРАФІЧНОЇ ОСВІТИ

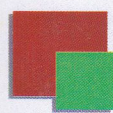
МАТЕРІАЛИ

VI міжнародної
науково-практичної конференції

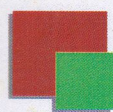
19 квітня 2019 року



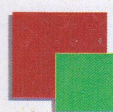
Сучасні стратегії підготовки
майбутнього вчителя
хореографії



Актуальні проблеми
навчання та виховання
засобами мистецтва



Теоретичні та методичні
аспекти формування
творчого потенціалу
майбутнього вчителя
хореографії



Інтеграція мистецтв
у системі хореографічної
освіти



Кафедра хореографії та
художньої культури
УДПУ ім. Павла Тичини



МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
УМАНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ПАВЛА ТИЧИНИ
ДЕРЖАВНИЙ ЗАКЛАД «ПІВДЕННОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ
ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ К. Д. УШИНСЬКОГО»
КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА
ГРОМАДСЬКЕ ОБ'ЄДНАННЯ «УКРАЇНСЬКА СПІЛКА» В АНКАРІ (ТУРЕЧЧИНА)
ГРУЗИНСЬКИЙ ХОРЕОГРАФІЧНИЙ ЦЕНТР,
ТОВАРИСТВО З РОЗВИТКУ КУЛЬТУРИ ТА ТУРИЗМУ В ГРУЗІЇ (ГРУЗІЯ)
АСОЦІАЦІЯ «ОБЕРІГ» В САНТАНДЕР (ІСПАНІЯ)

Матеріали

VI Міжнародної науково-практичної конференції

*Сучасні стратегії розвитку
хореографічної освіти*

19 квітня 2019 року



м. Умань
ВПЦ «Візаві»
2019

Редакційна колегія:

АНДРОЩУК Людмила Михайлівна – кандидат педагогічних наук, професор, завідувач кафедри хореографії та художньої культури Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини, *гол. редактор*;

ТЕРЕШКО Інна Григорівна – кандидат педагогічних наук, доцент, декан факультету мистецтв Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини;

КУЦЕНКО Сергій Володимирович – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри хореографії та художньої культури Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини, *відпов. редактор*.

Рецензенти:

НІКОЛАЇ Галина Юрївна – доктор педагогічних наук, професор кафедри музичного мистецтва та хореографії ДЗ «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського»;

МЕДВІДЬ Тетяна Анатоліївна – кандидат мистецтвознавства, доцент, завідувач кафедри хореографії Київського університету імені Бориса Грінченка.

*Рекомендовано до друку Вченою радою факультету мистецтв
Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини
(протокол № 11 від 25 квітня 2019 року).*

С 91

Сучасні стратегії розвитку хореографічної освіти: матеріали VI Міжнародної науково-практичної конференції, м. Умань, 19 квітня 2019 р. / ред. кол. : Л. М. Андрощук (гол. ред.), І. Г. Терешко, С. В. Куценко (відпов. ред.). Умань : ВПЦ «Візаві», 2019. 79 с.

До збірника увійшли матеріали VI Міжнародної науково-практичної конференції «Сучасні стратегії розвитку хореографічної освіти».

У матеріалах конференції розглядаються такі проблеми: «Актуальні проблеми навчання та виховання засобами мистецтва», «Теоретичні та методологічні аспекти формування творчого потенціалу майбутнього вчителя хореографії», «Сучасні стратегії підготовки майбутнього вчителя хореографії», «Інтеграція мистецтв в системі хореографічної освіти».

Науковий збірник призначений для усіх, хто цікавиться проблемами розвитку та вдосконалення хореографічної освіти.

Автори опублікованих матеріалів несуть повну відповідальність за достовірність наведених фактів, цитат власних імен та інших відомостей.

Редакційна колегія не несе відповідальності за зміст публікацій та може не поділяти думку автора.

Червонська Л. М., Ускова А. Л. Запобігання травматизму на уроках класичного танцю у процесі професійної підготовки студентів-хореографів.....	66
Читаїа К. Правильная організація уроков танцев.....	69
Шестак С. С., Волчукова В. М. Особливості формування культури між-національних відносин у підлітків у процесі постановки народно-сценічних танців.....	72
НАШІ АВТОРИ	77



Для перегляду пленарного засідання конференції перейдіть за посиланням за допомогою зчитувача QR коду на Вашому смартфоні



ЗАПОБІГАННЯ ТРАВМАТИЗМУ НА УРОКАХ КЛАСИЧНОГО ТАНЦЮ У ПРОЦЕСІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ-ХОРЕОГРАФІВ

ЛІЛІЯ ЧЕРВОНСЬКА, кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри теорії і методики музичної освіти та хореографії
Мелітопольського державного педагогічного університету
імені Богдана Хмельницького (м. Мелітополь)

E-mail: chervonskay@ukr.net

© Червонська Л. М., 2019

АЛЬОНА УСКОВА, кандидат педагогічних наук, старший викладач
кафедри теорії і методики музичної освіти та хореографії
Мелітопольського державного педагогічного університету
імені Богдана Хмельницького (м. Мелітополь)

E-mail: uskovaalena555@gmail.com

© Ускова А. Л., 2019

У статті актуалізовано проблему запобігання травматизму на уроках класичного танцю у процесі професійної підготовки студентів-хореографів. У роботі визначено основні причини виникнення травматизму на уроках класичного танцю. Авторами проаналізовано особливості проведення профілактичних заходів з метою запобігання травматизму під час опанування студентами дисципліни «Теорія і методика викладання класичного танцю».

Ключові слова: хореографія, класичний танець, студенти-хореографи, травматизм, рухи, вправи, м'язи, суглоби.

Дисципліна «Теорія і методика викладання класичного танцю» є провідною в системі професійної хореографічної освіти. Питанням викладання даної дисципліни активно займаються сучасні вітчизняні педагоги-науковці (І. Білоусенко, Н. Корисько, А. Рехлицька, Л. Цветкова, С. Шалапа та інші), зазначаючи, що опанування основами класичного танцю, слід розглядати як одну з необхідних умов для

забезпечення якості навчання, яка не лише розвиває тіло танцюриста, але й формує культуру спілкування, художній смак. Дисципліна «Теорія і методика викладання класичного танцю» допомагає студентам вивчати основи хореографічного мистецтва, розвивати необхідні професійні якості і дані – як фізичні, так і психологічні, і художні. Опанування основами класичного танцю забезпечує правильну постановку всіх частин тіла, виховання навичок, ро-



зв'язок координації, вивчення основних елементів у «чистому» вигляді та в комбінаційному сполученні [3, с. 27].

Опанування студентами-хореографами рухами класичного танцю передбачає тривале фізичне навантаження на весь їх організм, вимагає високого рівня спеціальної фізичної підготовки, витривалості і сили, швидкості зорово-рухової реакції. У зв'язку з цим, під час виконання складних танцювальних комбінацій, стрибків, обертів або підтримок, можливе виникнення травматизму. В. Дужич-Ніколайчук зазначає, важливою особливістю травматизму в хореографії є наявність уразливих ланок опорно-рухового апарату, патологія яких складає абсолютну більшість пошкоджень і перш за все колінного суглоба та міоентезичного апарату верхніх і нижніх кінцівок [4].

На уроках класичного танцю під час виконання студентами різних рухів, найбільш схильними до травмування є м'язи ніг та спини. Зазвичай, травми, що виникають на заняттях, пов'язані з неправильною технікою виконання складних танцювальних рухів або елементів, але інколи, на причину травмування студентів впливають зовсім інші фактори.

Основними причинами травматизму на уроках класичного танцю є:

- неправильна організація і методика проведення уроку класичного танцю;
- невідповідність рівня фізичного розвитку та рухової підготовленості студентів до завдань курсу дисципліни «Теорія і методика викладання класичного танцю»;
- зневажливе ставлення студентів до розминки;
- неправильна техніка виконання рухів (помилка партнера під час підтримки тощо);
- зневажливе ставлення студентів до застосування страховки під час розучування нових складних танцювальних елементів;
- невідповідні умови для занять класичним танцем (слизька підлога, наявність зайвих предметів, необлаштована сцена тощо).

Профілактика травматизму на уроках класичного танцю передбачає:

- вибір інтенсивності і тривалості навантаження основних частин уроку класичного танцю;
- вибір амплітуди і швидкості рухів, танцювальних елементів та комбінацій;
- врахування загального стану організму студентів, наявність фізичних вад та травм;
- врахування технічної підготовленості студентів під час створення танцювальних комбінацій;
- застосування самострахування студентів на уроках класичного танцю під час виконання складних стрибків, випадкових зіткненнях і падіннях (приземлення в угрупованні, перекиди в угрупованні, переكاتи);
- використання засобів страхування під час розучування високих підтримок (спортивні мати);
- контроль допуску студентів до подальших занять класичним танцем після перенесених травм або захворювань лише з дозволу лікаря.

Оволодіння основами класичного танцю поєднує в собі суворе дотримання правил виконання рухів і вправ з розвитком творчої свободи. Також, однією з умов запобігання травматизму на уроках класичного танцю є дотримання основних принципів навчання студентів – поступовості та системності. Системність передбачає розподіл елементів і рухів класичного танцю таким чином, щоб вивчення нових спиралося на раніше засвоєний матеріал з поступовим збільшенням навантаження та складністю танцювальних комбінацій.

В свою чергу, студентам під час виконання складних танцювальних елементів, з метою уникнення травматизму на заняттях, необхідно бути максимально зібраними і сконцентрованими, попередньо проаналізувавши необхідну танцювальну комбінацію в голові, тільки потім приступити до її виконання.

Також, з метою запобігання травматизму на уроках класичного танцю кожне заняття необхідно починати з розминки.



Розминочні вправи, мають покращувати фізичну діяльність студентів і знижувати ймовірність виникнення травм на заняттях. Розігрівачий ефект розминок проводиться до відчуття теплоти в тілі, але не до почуття скутості і втоми студентів. Виконання розминки обов'язково повинно проводитися симетрично. Це означає, що дозування вправ на праву і ліву сторони тіла повинне бути однаковим. Розігрів та розминка суглобів йде зверху вниз. Будь-які вправи на розтягування виробляються в наступній послідовності: шийний відділ хребта, плечові суглоби, промене-зап'ясткові суглоби, суглоби пальців рук, грудні і поперекові відділи хребта, тазостегнові суглоби, гомілковостопні суглоби, суглоби пальців ніг [1].

Гнучкість – є однією з найважливіших якостей виконавців класичного танцю, вона розвивається за рахунок виконання вправ на розтягування відповідних м'язів, зв'язок і сухожилок, до яких необхідно приступати тільки після того, коли м'язи тіла студентів добре розігріті, інакше травми не уникнути. Виконання вправ на розтягнення м'язів не повинно супроводжуватися гострими больовими відчуттями. Під час тривалого виконання комплексу вправ, що розтягують м'язи ніг, бажано використовувати хвилине розслаблення.

Травми, що виникають у студентів під час занять класичним танцем, найчастіше проявляються у вигляді розтягнення м'язів, розривів зв'язок, деформації суглобів і хребців. Пошкодження зв'язок можуть бути неповними (надри-

ви) і повними (розриви), що виникають в результаті різкого перекручування. Розтягнення – це пошкодження м'яза або сухожилля. Пошкодження м'язів і сухожиль можуть бути гострими (в результаті сильного перенапруження або перевантажень м'язів) і хронічними (в результаті повторюваних перевантажень). Зазвичай, такі травми виліковуються без хірургічного втручання.

У разі виникнення травми у студента на уроці класичного танцю викладачу необхідно надати першу долікарську допомогу:

- накласти еластичну пов'язку (пов'язка еластичним бинтом надає рівномірний тиск на тканини навколо пошкоджених зв'язків, м'язів або сухожилля, сприяє запобіганню набряку і забезпечує підтримку);
- у разі пошкодженні зв'язок необхідно дати травмованому безболісний засоби і засоби для зняття набряклості;
- у разі пошкодження м'язів і сухожиль необхідно прикласти холод до травмованого місця та надати безболісний засоби;
- обов'язково звернутися до лікаря, який призначить необхідне лікування.

Таким чином, одним з основних завдань викладача є проведення профілактичних заходів з метою запобігання травматизму на уроках класичного танцю. Передбачення виникнення травматизму та дотримання правил і вимог санітарних норм під час вивчення дисципліни «Теорія і методика викладання класичного танцю», що ґрунтується на формуванні рухових навичок студентів, дозволяє свідомо керувати м'язовим апаратом і коригувати певні фізичні вади.

Список використаних джерел:

1. Грейда Б. П., Войнаровський А. М., Петрик О. І. *Причини виникнення, профілактика і лікування спортивних травм*. Луцьк : Вид. «Волинська обласна друкарня», 2004. 272 с.
2. Рехліцька А., Білоусенко І. *Рухи класичного танцю у схемах : навч.-метод. посібн. для студ. вищ. навч. закл. спец-ті «Хореографія»*. Херсон : ХДУ, 2014. 72 с.
3. Цветкова Л. *Методика викладання класичного танцю*. Підручник. К. : Альтерпрес, 2013. 324 с.
4. Шалана С. В., Корисько Н. М. *Методика роботи з хореографічним колективом: підручник*. Ч. 1. К. : НАКККіМ, 2015. 252 с.



Наукове видання

**Матеріали VI Міжнародної науково-практичної конференції
«Сучасні стратегії розвитку хореографічної освіти»**

19 квітня 2019 року

Матеріали подано в авторській редакції

Дизайн та комп'ютерна верстка: С. В. Куценко

Підписано до друку 06.05.2019 р. Формат 60x84/16.

Папір офсетний. Ум. друк. арк. 3,4

Тираж 100 прим. Замовлення № 2746

Видавничо-поліграфічний центр «Візаві»

20300, м. Умань, вул. Тищика, 18/19

Свідоцтво суб'єкта видавничої справи

ДК № 2521 від 08.06.2006.

тел. (04744) 4-64-88, 4-67-77, (067) 104-64-88

vizavi-print.jimdo.com

e-mail: vizavi008@gmail.com