

Данный вопрос является масштабным, он охватывает различные сферы и большое число взаимодействующих людей: от самого ребенка до его родителей.

Библиографический список:

1. Плотников, В.И. Характеристика разделов подготовки в дзюдо и их планирование в годичном цикле тренировки / В.И. Плотников. Красноярск, 2004. 34 с. Текст: непосредственный.

2. Сажин, А.В. Дзюдо для начинающих / А.В. Сажин. Москва: АСТ, 2010. 256 с. Текст: непосредственный.

3. Свищев, И.Д. Техничко-тактическая подготовленность дзюдоистов различного возраста и квалификации / И.Д. Свищев. Москва, 2003. 132 с. Текст: непосредственный.

УДК 373.24

Топорищев М. С.

Toporishchev M.S.

Российский государственный профессионально-педагогический университет,

г. Екатеринбург, Россия

Russian State Vocational Pedagogical University,

Yekaterinburg, Russia

Toporishhev2000@mail.ru

ХОРЕОГРАФИЯ КАК ОДНА ИЗ ФОРМ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В УЧРЕЖДЕНИИ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

CHOREOGRAPHY AS ONE OF THE FORMS OF PHYSICAL CULTURE AND RECREATION ACTIVITIES IN A PRE-SCHOOL EDUCATION INSTITUTION

Аннотация. В статье автор рассматривает хореографию как форму физкультурно-оздоровительной деятельности в учреждении дошкольного образования. Произведён был анализ с исторической точки зрения. Автор выделяет преимущества танца и его влияние на детей. В заключении, автор делает обобщающий вывод о эффективности хореографии как средства развития детей дошкольного возраста и необходимого компонента образовательного процесса.

Ключевые слова: хореография, физкультурно-оздоровительная деятельность, дошкольное учреждение, дети, влияние.

Abstract. In the article, the author considers choreography as a form of physical culture and recreation activities in a preschool educational institution. The analysis was carried out from a historical point of view. The author highlights the advantages of dance and its impact on children. In conclusion, the author makes a generalizing conclusion about the effectiveness of choreography as a means of developing preschool children and an essential component of the educational process.

Keywords: choreography, physical education and recreation activities, preschool, children, influence.

На сегодняшний день, проблема здоровья детей на физическом уровне, становится всё более острой. Причин для возникновения подобных проблем –

немало. В условиях современного образа жизни, большинство детей, подвержены ожирению, проблемам с опорно двигательным аппаратом, неправильной осанкой, из-за недостаточной физической нагрузки и не совсем правильного питания [3]. Второй немаловажный аспект – технологический прогресс, в том числе и развитие цифровых устройств, гаджетов и т. д, что зачастую отвлекает детей от активных игр, проведённых на свежем воздухе. Даже приведённые факторы в сухом остатке влияют на общую картину и здоровье детей, собственно, требуют усиленных мер для развития хотя бы минимальной физической активности. В данном случае, в качестве неплохого метода выступает хореография, которая не только помогает детям в дошкольном учреждении развить координацию, музыкально-эстетический вкус, чувство ритма, но и оказывает влияние на укрепление мышц формированию правильного телосложения.

Стоит обратить и на то, что дети получают огромное удовольствие от танцевальных занятий, появляется чувство заинтересованности. А данный вид физкультурно-оздоровительной деятельности способствует не только физическому развитию, но и развитию социальных навыков, работы в команде, поэтому, на вопрос об актуальности, можно смело ответить, что данный вид занятий, благоприятно действует на всестороннее развитие детей и формирует здоровый образ жизни.

Нам известно, что хореография как форма искусства, берет свои истоки ещё с первобытных времён. Первобытные люди использовали движения тела и танец не только как способ для передачи той или иной информации, но и как способ общения, празднования особых событий, которые играли ключевую роль в их жизни. Предполагается, что танец имел глубоко культурные, религиозные и обрядовые корни. При помощи мимики, звуков и сопровождался танец. А также танцы передавались из поколения в поколение, целью которых было укрепить общность. В качестве примера, можно привести движения, которые в первобытную эпоху имитировали охоту, сбор плодов, обряды, посвящения божествам или ритуалы для призыва дождя.

Таким образом, можно сказать, что танцевальные ритуалы могли проводиться и в честь природных явлений, и в честь празднования возрождения природы после таких сезонов как зима. Да, безусловно, точных записей о хореографии первобытных времён у нас нет, но предполагается, что танцы были тесно связаны с духовной и культурной жизнью людей того времени. Если говорить об элементах, которые были частью первобытной хореографии, то это и естественность движений, и символичность, которая выступала в качестве помощника при отражении выразительности, эмоций и верования [2].

Начиная с древних времён и до сегодняшнего дня, хореография не перестаёт совершенствоваться и получать своё развитие, что немаловажно. Поэтому сегодня современная хореография – одна из самых популярных форм физкультурно-оздоровительной деятельности, которая предоставляет огромный спектр возможностей для самовыражения и саморазвития. В отличие от классического танца, в котором соблюдаются строгие правила и рамки, современные танцы позволяют танцорам проявить собственную индивидуальность и креативность, так

как она, прежде всего, основана на современных музыкальных веяниях и тенденциях, что требует от исполнителя неплохой физической подготовки.

Если же рассуждать о принципах, то можно отметить, что современная хореография фокусируется на свободном движении тела, а это позволяет танцорам выразить свои чувства и эмоции, а также развить эмоциональный интеллект и избавиться от стресса. О влиянии на физическую форму, думаю, что даже и говорить не стоит, всем известно, что занятия танцем помогают укрепить мышцы, улучшить гибкость, выносливость. Благодаря интенсивным и систематическим тренировкам в танцевальном зале, танцоры могут поддерживать свою форму и держать тело в тонусе. Помимо прочего, занятия современными танцами способствует развитию творческих способностей. Позволяет исполнителю раскрыть внутренний мир, выразить свои мысли и чувства через движения тела.

Что особенно актуально для всех социальных и возрастных групп, особенно для молодежи, которая вынуждена сталкиваться с огромным множеством стрессов и проблем в современных реалиях. В групповых занятиях, укрепляются дружеские отношения, сотрудничество, взаимопонимание между участниками данного процесса. Танец способен объединить людей разного возраста, профессий, культур, создавая атмосферу единства и взаимопонимания. Исходя из этого, можно сделать вывод, что современная хореография оказывает немалое влияние на физическое и эмоциональное состояние, играет огромную роль в физкультурно-оздоровительной деятельности, развивает социальные навыки [1].

Хореография в учреждениях дошкольного образования выполняет, практически, ту же задачу, что и в любом другом учреждении. Но роль танцев у дошкольников, преследует уже немного другие цели и задачи:

Цели хореографии в учреждениях дошкольного образования:	
1.	Повышение физической активности детей и развитие их физических способностей, прибегая к занятиям хореографией.
2.	Формирование у дошкольников интереса к данному виду искусства и регулярным физическим упражнениям.
3.	Развитие гибкости, координации, выносливости и пластичности у детей.
4.	Обучение работе в коллективе, умение выполнять задания, вместе с другими.
5.	Воспитание эстетического и музыкального вкуса у детей через знакомство с различными стилями музыкального жанра.

Уже отталкиваясь от целей, мы можем назвать определенный ряд преимуществ, которые в комплексе представляют собой ценный метод физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении, среди достоинств можно выделить:

Роль	Значение
1. Физическое развитие	Занятия хореографией способствуют развитию способностей у детей.
2. Социализация	Участие детей в групповых танцевальных занятиях, помогает детям развивать крайне необходимые

	навыки работы в команде, умение слушать и выполнять четко поставленные задачи руководителя, а также учиться сотрудничать с другими детьми.
3. Эстетическое воспитание	Знакомство с различными жанрами, учит детей ценить красоту движения.
4. Здоровьесберегающий аспект	Занятия хореографией помогают детям поддерживать физическую форму, укреплять здоровье, даже производить профилактику различных заболеваний, которые связаны с недостаточной физической активностью.

Проанализировав роль хореографии в дошкольных учреждениях как одного из видов физкультурно-оздоровительной деятельности, можно сделать вывод, что танцы оказывают разностороннее влияние на развитие детей, способствуя не только физическому, но и эстетическому, социальному развитию каждого ребёнка. Это является неотъемлемым видом физической нагрузки, которая рекомендуется ребёнку.

Библиографический список:

1. Айвазова, Е. С. Хореография и танец в системе физического воспитания студентов / Е. С. Айвазова // Евразийское Научное Объединение. 2021. – № 2-6(72). – С. 393-396. Текст электронный. – EDN KILEZU. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?edn=kilezu&ysclid=lulnu5wq70771679632>
2. История хореографического искусства: Учебное пособие / Сост. Т.Н. Тищенко. – Москва: Издательство «Спутник +», 2016. – 141 с.
3. Эйдельман, Л. Н. Хореография и классический танец в физическом воспитании дошкольников / Л. Н. Эйдельман. Известия Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена, по. 109, 2009, – 140-144 с. Текст электронный. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/horeografiya-i-klassicheskiy-tanets-v-fizicheskom-vospitanii-doshkolnikov/viewer>

УДК 373.217

Топорищев М. С., Ханевская Г. В.
Toporishchev M.S., Khanevskaya G.V.
 Российский государственный профессионально-педагогический университет,
 г. Екатеринбург, Россия
Russian State Vocational Pedagogical University,
Yekaterinburg, Russia
Toporishhev2000@mail.ru
hanevskaya48@mail.ru

**ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ КАК ОДИН ИЗ ВЕДУЩИХ АСПЕКТОВ
 СОХРАНЕНИЯ ГОЛОСА ДЛЯ МУЗЫКАНТА-ВОКАЛИСТА**