

УДК 793.327

DOI: 10.26140/anip-2019-0802-0055

МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ СРЕДСТВАМИ ХИП-ХОП ТАНЦА

© 2019

Введенский Вадим Николаевич, профессор кафедры педагогики и методики
профессионального образования, доктор педагогических наук, доцент

Сурина Ольга Сергеевна, магистрант

*Белгородский государственный институт искусств и культуры
(308033, Россия, Белгород, ул. Королёва, 7, e-mail: fivaol@mail.ru)*

Аннотация. Статья посвящена изучению проблемы развития специальных координационных способностей у детей младшего школьного возраста средствами хип-хоп танца. Выделены специальные координационные способности, высокий уровень развития которых, необходим для успешного овладения искусством современной хореографии. Предложена методика развития данных способностей, базирующаяся на основных средствах хип-хоп танца – импровизации, соревновательном компоненте, индивидуальном подходе. Предложенная методика рассматривается, как совокупность этапов ее реализации и сочетания классических педагогических методов со специальными методами формирования двигательных навыков и умений. Особенностью методики является формирование внутренней мотивации ученика путем создания определенных педагогических условий, использование специальных аналитических упражнений с предметами на общеразвивающем этапе для создания двигательной базы, большое количество самостоятельной работы, комбинации игровых и соревновательных методов, командная работа учащихся. Для проверки данной методики был проведен эксперимент в любительском коллективе современного танца с детьми первого года обучения, в рамках которого проведена входящая и итоговая диагностики уровней развития каждой способности отдельно, по критериям рациональности, правильности, быстроты и находчивости. По итогам данного эксперимента сделаны выводы об эффективности использования данной методики в экспериментальной группе.

Ключевые слова: координация, координационные способности, младшие школьники, хип-хоп, современная хореография, методика развития, способность к ритмической координации, способность к равновесию, способность к ориентации во времени и пространстве, способность к зрительно-моторной координации, мотивация, формирование двигательных умений и навыков.

METHODS OF DEVELOPMENT OF COORDINATION ABILITIES OF YOUNGER STUDENTS BY MEANS OF HIP-HOP DANCE

© 2019

Vvedensky Vadim Nikolaevich, professor of pedagogy and methods of professional education,
doctor of pedagogical sciences, associate Professor

Surina Olga Sergeevna, master's student

*Belgorod State Institute of Arts and Culture
(308033, Russia, Belgorod, Koroleva str., 7, e-mail: fivaol@mail.ru)*

Abstract. The article is devoted to the study of the problem of development of special coordination abilities of children of primary school age by means of hip-hop dance. Special coordination abilities which high level of development is necessary for successful mastering of modern choreography are allocated. The technique of development of these abilities, based on the basic means of hip-hop dance – improvisation, competitive component, individual approach. The proposed method is considered as a set of stages of its implementation and a combination of classical pedagogical methods with special methods of formation of motor skills and abilities. The peculiarity of the technique is the formation of internal motivation of the student by creating certain pedagogical conditions, the use of special analytical exercises with objects at the General stage to create a motor base, a large number of independent work, a combination of game and competitive methods, team work of students. To test this technique, an experiment was conducted in an Amateur team of modern dance with children of the first year of study, in which the incoming and final diagnosis of the levels of development of each ability separately, according to the criteria of rationality, correctness, speed and resourcefulness. According to the results of this experiment, conclusions about the effectiveness of this technique in the experimental group.

Keywords: coordination, coordination abilities, younger students, hip-hop, modern choreography, development methods, the ability to rhythmic coordination, the ability to balance, the ability to orient in time and space, the ability to visual-motor coordination, motivation, formation of motor skills.

В современной педагогической теории и практике проблема развития координационных способностей у детей достаточно актуальна. Координационные способности тесно связаны с совершенствованием специализированных восприятий: чувства времени, темпа, развиваемых усилий, положения тела и частей тела в пространстве. Именно эти способности определяют возможность эффективного управления своими движениями и в спорте, и в профессиональной деятельности, и в быту. Развитию координационных способностей способствует систематическое разучивание новых усложненных движений, а также применение упражнений, требующих мгновенной перестройки двигательной активности. Именно поэтому, занятия классической или современной хореографией являются наиболее эффективными для развития координации.

Согласно ряду авторов (В.И. Лях, Л.В. Волков, И.И. Козетов, О.А. Двейрина), рассматривающих проблемы координации младших школьников, отмечается, что именно в возрасте 7-10 лет закладываются основы

управления движениями, формируются умения и навыки, отсутствие которых сложно или невозможно компенсировать в более старшем возрасте. То есть младший школьный возраст является сенситивным для развития координационных навыков [1-4].

Таким образом, актуальность данной работы состоит в необходимости создания методики развития координационных способностей детей, в наиболее подходящем для этого возрасте 7-10 лет, средствами современной хореографии, как одного из наиболее координационно развитых видов человеческой деятельности.

Различные аспекты данной темы отражены в многочисленных изданиях педагогов, психологов, физиологов.

В частности психологические и возрастные особенности детей младшего школьного возраста исследуют авторы фундаментальных учебных пособий Л.С. Выготский [5], И.П. Подласый [6], С.Л. Рубинштейн [7] и другие, где всесторонне проанализировано влияние искусства на развитие личности: умственное, нравствен-

ное, музыкально-эстетическое, а также рассмотрена природа художественных способностей и предрасположенность ребенка к искусству, как к позитивной деятельности.

В ходе изучения аксеологического потенциала современной хореографии нами изучены и проанализированы работы Н.В. Базаровой [8], А.Я. Вагановой [9], В.Ю. Никитина [10], Е.Н. Фокиной [11]. Вопросы синтеза музыки и движения, психологии музыкального восприятия, представленные в трудах К.Орфа [12], В.В. Медушевского [13], также использовались нами в ходе исследования.

Вопросы координации рассмотрены в произведениях И.Г. Есаулова [14], Н.А. Бернштейна [15], Ю.Ф. Курамшина [16]. В.И. Лях [1] предложил методику оценки специальных и специфических координационных способностей, которой мы пользовались при начальной и итоговой диагностике.

Целью нашего исследования явилась проверка эффективности предложенной методики по развитию отдельных координационных способностей младших школьников средствами хип-хоп танца.

Н.В. Платонов [17], Ю.Ф. Курамшин [16] и ряд других ученых в своих работах выделяют от 6 до 10 видов координационных способностей. На основе анализа специальной литературы (Соковикова Н.В. [18], И.Г. Есаулов [14]) мы выделили именно те, которые способствуют занятиям танцевальным искусством, будь то классическая хореография или современный, уличный танец.

1. Способность к сохранению устойчивости позы (апломб) – способность зафиксировать позу в заданном положении в процессе исполнения танцевальных па. Поза необходима для сохранения равновесия тела исполнителя и фиксирования тех или иных суставов без чего исполнение движений в других суставах является невыполнимым.

2. Способность к музыкально-ритмической координации (чувство ритма) – способность координировать заданное движение с ритмом музыки и заданным образом. К. Орф [12] делит такую способность на ритмическую (ребенок слышит и может прохлопать ритм) и слуходвигательную (слышит и может исполнить движения в соответствии с музыкой).

Именно в младшем школьном возрасте формируется мышечная готовность координировать слуховые реакции с двигательными.

3. Способность к зрительно-моторному воспроизведению – способность двигательным образом отражать заданный визуальный образ. Для успешного исполнения заданного движения требуется совмещение в движении слуховых, зрительных и двигательных реакций. Несформированность одного из образов затрудняет целостную зрительно-моторную координацию. Прежде чем диагностировать данную способность у ребенка, необходимо убедиться в сформированности представления об упражнении и в том, что оно хорошо закрепилось в памяти [19].

4. Способность к согласованию движений в пространстве и во времени (согласование движений в зависимости от рисунка и ритмического содержания танца) – одна из наиболее сложных способностей, так как требует мгновенного и точного анализа внешних сигналов и их сопоставления с внутренними. Ее можно отразить, например, в соответствии направленного усилия поставленной задаче, точности движений, четкости исполнения, амплитуде движения, высоте прыжка и т.д.

Предлагаемую методику мы рассматриваем как совокупность этапов и методов для формирования двигательного умения высшего порядка в хип-хоп танце, посредством чего достигается развитие выделенных координационных способностей. Педагогическая эффективность ее реализации достигается путем разработки комплексного подхода в развитии общих и специальных

координационных способностей, проведения регулярного мониторинга уровня развития заданных способностей на основе выделенных критериев и показателей, активизации творческого потенциала ребенка посредством моделирования авторской методики развития специфических координационных способностей, вариативного использования отечественных и зарубежных методик развития координации.

Предлагаемая методика базируется на основных средствах хип-хоп танца – импровизация, соревновательная природа (батл), индивидуальный подход.

Рассмотрим основные этапы:

1. Мотивационный этап – этап необходим для концентрации внимания учеников на заданном материале. Именно здесь мы заинтересовываем детей, показывая им необходимость и значимость изучаемого материала. Основной целью данного этапа является выработка внутренней готовности для выполнения задания на внутреннем, личностно значимом уровне.

Для реализации этой цели необходимо:

- создать условия для возникновения внутренней потребности включения в деятельность («хочу»);
- актуализировать требования к ученику со стороны учебной деятельности («надо»);
- установить тематические рамки учебной деятельности («могу»).

Группа, в которой проводилось исследование, состояла в основном из детей, которых привели родители с запросом «чтобы дома не сидел». Сами дети же говорили о том, что «хип-хоп – это модно». То есть и у детей и у родителей преобладала внешняя мотивация для занятий.

Как известно, большую роль в формировании мотивационной сферы играет стиль, манера преподавания педагога. На наших занятиях используется демократический стиль поведения и взаимодействия преподавателя с учениками, что способствует созданию внутренней мотивации. Учитель выступает в роли старшего товарища, который может подсказать, направить, помочь, если что-то не получается. Подобный стиль преподавания является обычным для уличных танцев, так как основной задачей является развитие творческого начала и раскрытие собственной индивидуальности ученика. Стоит вспомнить, что при формировании стиля не было специализированных школ, станков и зеркал и информация передавалась непосредственно танцующими «из ног в ноги».

Основная мотивация на начальном этапе у детей – заниматься тем, что модно, быть причастным к тому, что они видят с экранов телевизоров и к музыке, которую они слышат. Мы максимально используем эту мотивацию в начале года – проводим разминку под популярную музыку, показываем изучаемое движение в модном клипе.

Также используется метод эмоционального стимулирования учеников – создание в учебном процессе ситуаций занимательности: введение в учебный процесс необычных заданий, непривычных этюдов, использование различных предметов. Например, мы можем использовать мячи для отработки «кача», работу в парах с использованием скакалок для достижения синхронности прыжка, работу в команде при создании собственной комбинации.

2. Общеразвивающий этап – на данном этапе формируется общая координационная готовность ребенка к формированию умения и навыка. Обусловлен особенностью исследуемого возраста, а именно необходимостью обеспечения широкого базиса (фонда усвоенных двигательных умений и навыков) и на его основе достижения разностороннего развития специальных координационных способностей. Для обеспечения данной необходимости, младших школьников в первую очередь обучают обширному кругу разнообразных двигательных действий [1].

На этом этапе мы ввели в разминочную часть заня-

тия комплекс упражнений со скакалками. На начальном этапе главной задачей использования данных упражнений был первичный разогрев и обучение правильной технике прыжка на двух ногах, так как не все дети могли перепрыгнуть через скакалку несколько раз подряд. Использование этого комплекса на начальном этапе с музыкальным сопровождением было нецелесообразно, так как входящий уровень развития координационных способностей и прыжка у всех детей разный, и упражнения выполнялись с учетом индивидуальных особенностей и возможностей.

По мере освоения техники базового прыжка задания усложнялись – добавлялись прыжки на одной ноге, двойные прыжки и т.д., пополняя общую двигательную базу учеников.

Когда исполнение простых упражнений стало уверенным, мы добавили ритмичное музыкальное сопровождение, соответствующее средней амплитуде прыжка. Это стало усложняющим фактором и способствовало развитию музыкально-ритмической координационной способности.

Позже добавились задания для развития способности к ориентации в пространстве – прыжки с продвижением вперед, назад и в сторону, прыжки с поворотом на 45, 90 и 180 градусов.

Следует отметить, что каждое следующее упражнение вводилось по мере успешного усвоения предыдущего. Кроме того, задания были персонализированными – то есть давались с учетом индивидуального усвоения предыдущего материала учеником. В общей сложности упражнения со скакалками занимали не больше 5-7 минут в начале каждого занятия.

Данный комплекс способствовал формированию общей двигательной базы учеников, развитию музыкально-ритмической координационной способности и способности к ориентации в пространстве и времени.

Мы предполагаем, что решению поставленных задач могут способствовать также упражнения с мячами, лентами или другими предметами и спортивные подвижные игры, которые могут использоваться в качестве эмоциональной разрядки на занятии.

Помимо общеразвивающих упражнений с предметами в данный этап были введены специальные упражнения для развития ритмической координационной способности, развития пространственно-временной способности к координации и осознания частей собственного тела.

Что касается координационной способности к ритму, то для ее развития мы используем следующие упражнения, в которых мы приводим ритм, тело и голос к общему знаменателю. Свою основу они берут в бодидрамминге (bodydrumming), нами они преобразованы под хип-хоп посредством добавления основополагающего элемента данного стиля – кача.

Мы берем простой ритмический рисунок и исполняем его посредством удара ноги в пол (топ), хлопка в ладоши, щелчка, голоса, хлопка ладонью по своему телу. Например, три раза топнуть, один раз хлопнуть или два топа, два щелчка и крик «хей». Важно делать это на каждый счет. Голосовые сигналы должны быть открытыми и короткими. В начале года ритмические рисунки очень простые и вариации их исполнения тоже – в основном это голос, хлопок в ладоши на четвертый или восьмой счет и топ ногами. Постепенно идет усложнение – добавляются щелчки, удары ладонью по телу, в ритмический рисунок помимо целых добавляются и «итые» доли. Ритмический рисунок всегда короткий – четыре счета на начальном этапе, затем восемь счетов и две восьмерки в конце года. Важно добиться синхронности исполнения группой – помимо развития способности к ритмической координации это помогает еще и чувствовать своего товарища, что очень полезно при постановке танцевальных номеров. Для этого мы делим детей на команды по три-четыре человека и соревнуемся, какая

команда лучше выполнит задание. Особенно дети любят момент, когда они оценивают уровень исполнения с закрытыми глазами – при этом наглядно слышны все ошибки и недочеты.

Третий этап – это этап формирования двигательного умения. В этот этап включен также этап первоначального восприятия.

На данном этапе очень важно создание правильного образа исполняемого движения, чего мы достигаем, с одной стороны, показом и словесным объяснением движения преподавателем, с другой стороны, показом данного движения в видеоматериале – это может быть видеословарь базовых движений хип-хопа (Hip-hop old-school dictionary) от Budda Stretch и Calif, где они объясняют каждое движение детально. Или же показ того же движения в модном танцевальном клипе или фильме. Помимо формирования правильного образа движения, создается и мотивация для его освоения – «я хочу быть таким же классным».

Четвертый этап – этап осмысления или формирования двигательного навыка. Данный этап является очень важным как для осмысления полученной информации (нового движения или комбинации), так и для развития координационных способностей. Как уже упоминалось, одним из основных элементов стиля хип-хоп является импровизация, и мы ставим перед собой задачу научить ребенка использовать изучаемое движение не в контексте какой-либо комбинации либо заданного танцевального номера, но само по себе, в изменяющихся условиях, с добавлением собственных элементов, в контексте своей импровизации. Поэтому после получения первоначального образа движения и формирования двигательного умения большое значение в нашей методике имеет самостоятельная работа ученика.

Именно на этом этапе мы используем игровые методы, которые включают в себя соревнования на лучшее техническое исполнение базового движения, которым предшествует самостоятельная работа; задания на изменение одного элемента в движении – то есть ученик самостоятельно добавляет или заменяет один из составляющих элементов. Например, можно добавить хлопок, поворот головы, исполнить движение в другом направлении или в продвижении вперед/назад. Данные задания являются развивающими способностями к ритмической координации и координации в пространстве и времени, поскольку связаны с преодолением координационных трудностей при добавлении нового элемента и требуют от исполнителя правильности, быстроты, рациональности при выполнении сложных двигательных действий, а также находчивости в использовании этих действий в различных условиях.

Пятый этап – этап закрепления и совершенствования изученного материала.

На этом этапе для достижения результата используются метод сопряженного воздействия. Применяемый в хореографии, он подразумевает, что качественное совершенствование исполнения требуемого движения происходит при усложнении условий его использования, например, исполнение в составе сложной хореографической комбинации, исполнение в различных ритмических, пространственных и координационных вариациях.

Также мы проводим индивидуальные «батлы» между учениками. Задача стоит следующая – строится круг из людей, на середину которого выходит человек, который под незнакомое музыкальное сопровождение без предварительной подготовки должен станцевать комбинацию на основе изученного материала с добавлением собственных индивидуальных «фишек».

Таким образом, предлагаемая методика по совершенствованию специфических координационных способностей младших школьников средствами хип-хоп танца включает в себя пять этапов – мотивационный, общеразвивающий, формирования двигательного умения, этап осмысления и закрепляющий этап. Особенностью

ее реализации является формирование внутренней мотивации ученика, использование специальных аналитических упражнений с предметами на общеразвивающем этапе, большое количество самостоятельной работы, игровые и соревновательные методы.

Базой эксперимента являлась студия современного танца «Солнышко» г. Одинцово (Московская область). Студия специализируется на преподавании уличных стилей танца детям и подросткам. Ее отличительной особенностью является то, что набор детей происходит без учета природных данных – мы берем всех детей, желающих заниматься танцами. Исключение составляют дети, имеющие медицинские противопоказания.

Для опытной работы были выбраны две группы детей 7-9 –летнего возраста первого года обучения. Большинство детей до занятий в нашей студии не имели танцевального или спортивного опыта. Экспериментальная методика использовалась в группе 1. Группа 2 являлась контрольной – эксперимент в ней не проводился. В каждой группе было по 12 человек. Эксперимент проходил в течение 9 месяцев (сентябрь 2017 – май 2018).

Уровень развития координационных способностей определялся исходя из критериев оценки, предлагаемых В.И. Лях [1], а именно – рациональности, правильности, быстроты и находчивости. Каждый из этих критериев имеет качественную и количественную стороны. Мы использовали метод наблюдения для оценки качественного критерия способности и метод тестов для оценки количественного критерия способности.

Для оценки координационной способности к равновесию мы применяли метод П. Хиртца при определении уровня развития динамического равновесия, и тест Бондаревского – статического. Общий балл определялся, как среднее арифметическое результатов обеих сторон.

Способность к музыкально-ритмической координации также подразделяется на две части: ритмо-ладовая и слуходвигательная, что учитывалось при диагностике: уровень сформированности первой определялся на основе теста, основанного на методике К. Орфа. Вторая же исследовалась методом экспертных оценок. При этом оценивалась правильность (адекватность) исполнения по 5 балльной системе.

Для оценки зрительно-моторной координации обычно применяется аппаратный метод, который исследует множество параметров в совокупности и требует сложного технического оборудования. Мы же использовали метод Т.А. Тарасовой, который дал обобщенное представление об уровне развития данной способности.

Способность к ориентации в пространстве и времени также исследовалась с помощью одного из тестов П. Хиртца

На начальном этапе, согласно результатам входящей диагностики, уровень развития координационных способностей в обеих группах был примерно одинаков и находился на уровне ниже среднего, что объясняется тем, что до начала занятий в нашей студии дети имели только бытовые двигательные навыки и не имели опыта занятий спортом или танцами ранее.

После проведения контрольного среза, по истечении 9 месяцев занятий, средний уровень развития координационных способностей в экспериментальной группе в среднем повысился на 20%, тогда как в контрольной группе лишь на 9%.

Таким образом, исходя из полученных результатов, нами сделан вывод об эффективности использования предлагаемой методики с целью развития отдельных координационных способностей младших школьников средствами хип-хоп танца.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Лях, В.И. Координационные способности: диагностика и развитие. - М.: ТВТ Дивизион, 2006. – 290 с.
2. Волков, Л.В. Спортивная подготовка младших школьников.

2010. – 388 с.

3. Козетов, И. И. Закономерности развития и совершенствования координации движений у детей 7-9 лет // Наука в олимпийском спорте. 2000. №1. С. 53-59 с.

4. Двейрина, О.А. Теория и методика физической культуры: программирование и планирование двигательного обучения. Санкт-Петербург: Изд-во политехнического ун-та, 2015 – 87 с.

5. Выготский, Л.С. История развития высших психических функций. – М.: Просвещение, 2003.- 328 с.

6. Подласый, И.П. Педагогика: учебник/ И.П. Подласый. – М.: Юрайт – Издат, 2009. – 540 с.

7. Рубинштейн, С.Л. Человек и мир/ С.Л. Рубинштейн. – М.: Наука, 2007. – 192 с.

8. Базарова, Н.П. Азбука классического танца: Учебники для вузов. Специальная литература/ Н.П. Базарова. – Спб.: Лань, 2006. – 207 с.

9. Ваганова, А.Я. Основы классического танца / А.Я. Ваганова. – СПб.: Лань, 2000 – 192 с.

10. Никитин, В.Ю. Современный танец в России: тенденции и перспективы / В.Ю.Никитин // Вестник Московского государственного университета культуры и искусств. – М., 2013. - № 2 (52). – С. 232-238

11. Фокина, Е.Н. Хореография в общеобразовательной школе как средство гармонизации развития личности / Е.Н. Фокина. – Тюмень, 2002. – 23 с.

12. Орф, К. Музыка для детей. Изд-во: Music Production International 2008 – 80 с.

13. Медушевский, В.В. Духовный анализ музыки / В.В. Медушевский. – М.: Композитор, 2014. – 632 с.

14. Есаулов, Е.Г. Устойчивость и координация в хореографии. Изжевск: Изд-во Удм. ун-та, 1992. - 136 с

15. Бернштейн, Н.А. Очерки физиологии движений и физиологии активности. М.: ,1966 - 501 с.

16. Курамышин, Ю.Ф. Теория и методика физической культуры: Учебник /– 2-е изд., испр. – М.: Советский спорт, 2004. – 464 с.

17. Платонов, В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения : учебник тренера высшей квалификации / В. Н. Платонов. - М.: Советский спорт , 2005. - 820 с.

18. Соковикова, Н.В. Введение в психологию балета. - Новосибирск: ИД «Сова», 2006. – 300 с

19. Соковикова, Н.В. Психология балета. Учебное пособие для студентов хореографических отделений в учреждениях высшего образования. – Новосибирск: Новосибирский издательский дом, 2012. – 330 с.

Статья поступила в редакцию 31.03.2019

Статья принята к публикации 27.05.2019