

Міністерство освіти і науки України
Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

Тези

**76-ї наукової конференції професорів,
викладачів, наукових працівників,
аспірантів та студентів університету**

ТОМ 2

14 травня – 23 травня 2024 р.

III. Етап інтеграції знань, навичок і здібностей для підтримки і зміцнення здоров'я і його подальшого поліпшення.

Завдання кожного із зазначених етапів тісно взаємопов'язані, тому їх можна вирішувати одночасно і послідовно [2].

Література

1. *Освіта в інноваційному поступі суспільства / Доповідь Міністра освіти і науки України С.М. Ніколаєнка на підсумковій колегії МОН України 17 серпня 2006 р. // Освіта України. - 2006. - № 60/61. - С. 13.*

2. *Бойко Т.В. Здоров'язберігаючі технології і сучасна система освіти // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Педагогічні науки. - 2013. - Вип. 108.1. - С. 56-62.*

УДК 369.013

*Т. О. Синиця, к.фіз.вих., доцент
Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»*

ЗАСОБИ ПОЛІПШЕННЯ ВІДЧУТТЯ РИТМУ ШКОЛЯРІВ ЗАСОБАМИ ЧЕРЛІДЕНГУ

Черліденг – це сучасний вид спорту, який поєднує в собі елементи акробатики, гімнастики та хореографії, пропаганду здорового способу життя і позитивні взаємовідносини між людьми такі як: доброзичливість, взаємодопомога, взаєморозуміння і взаємодовіра [1]. Введення даного виду спорту в модельну навчальну програму «Фізична культура для закладів загальної середньої освіти» дає можливість учням розвивати свою творчість та креативність, удосконалити власні рухові здібності та покращити загальний фізичний стан.

На сьогодні у системі Нової української школи (НУШ) перевага надається ігровому методу навчання учнів. До ігрового методу навчання звертаються під час проведення музично-ритмічних вправ та ігор. Цей метод базується на елементах суперництва між учнями та підвищенні відповідальності кожного за досягнення певного результату. Такі умови підвищують емоційність навчання.

На сьогодні в Україні введено військовий стан, який обмежує перебування дітей у закладі освіти. Це обумовлене наявністю та пропускнуою спроможністю бомбосховища, частотою повітряних тривог. У результаті деякі класи вимушені навчатися дистанційно (онлайн) через різні засоби відеозв'язку. Музично-рухлива гра «Cheer play» дає можливість самостійно виконувати вправи під час дистанційного навчання, замінюючи помпони на іграшку, а блоки на будь-який невеликий за розміром предмет, що легко перестрибнути. Це доводить ефективність використання даної гри в урочній формі навчання як в онлайн так і в оф-лайн режимах освітнього процесу [2].

З метою підвищення рухової активності та відчуття музичного ритму школярів було розроблено музично-рухливу гру «Cheer play» та хореографічний тренажер для учнів молодшої вікової категорії [4].

Музично-рухлива гра «Cheer play» дає можливість в ігровій формі розвивати такі фізичні якості, як гнучкість, витривалість, координацію, а також відчуття ритму й такту.

Інвентар для гри: помпони, блок для йоги.

Зміст гри:

Вихідне положення – основна стійка, стоячи зліва від блоку

1-й такт: підкинути помпон;

2-й такт: зловити помпон;

3-й такт: нахил тулуба вперед;

4-й такт: вихідне положення

5–6-й такт: перестрибнути через блок праворуч

7–8-й такт: перестрибнути через блок ліворуч

Виконувати під музичний супровід у повільному та середньому темпі.

Хореографічний тренажер «Cheer simulator» являє собою зорову та слухову візуалізацію виконання базових позицій чер-рук та ніг у комбінації під музичний супровід [3].

Хореографічний тренажер складається із трьох складових:

- вивчення комбінації під рахунок без музичного супроводу (один музичний квадрат: 32 рахунки)

- виконання комбінації під музичний супровід, де записано послідовність виконання тих чи інших рухів, що розвиває слухове сприйняття комбінації.

- виконання під музичний супровід комбінації, яка паралельно супроводжується візуальним показом на екрані послідовності виконання елементів.

Таким чином, вищезазначений хореографічний тренажер «Cheer simulator» є комплексним тренажером, що допомагає відпрацьовувати технічні навички черлідерів, розвиваючи зорові та слухові властивості організму.

Література

1. Андрієнко Г. С. Черліденг : [Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл] / Г. С. Андрієнко, Ю. Ю. Крикун, С. В. Синиця, Т. О. Синиця, Л. Є. Тимошевська – Київ, 2016. – 68 с.

2. Буневич А. А., Синиця Т. О. Технології збереження здоров'я школярів молодших класів засобами оздоровчих видів гімнастики // Часопис кафедри теорії й методики фізичного виховання, адаптивної та масової фізичної культури «Фізична культура: теорія і практика» / голов. ред. С. В. Синиця. Полтава : Сімон, 2022. № 6. С.25-30.

3. Зубатов С. Л. Стиль викладання в хореографії : навч. посіб. Київ: Ліра-К, 2019. 92 с.

4. Синиця С.В., Арканова А.А., Синиця Т.О., Шестерова Л.Є. Музично-ритмічне виховання школярів молодшого шкільного віку засобами черліденгу. Педагогічні науки. 2023. № 81. С. 8-14.