Роль занятий танцами в формировании физической культуры молодежи

Наталья Викторовна Надёжина,
кандидат педагогических наук, доцент кафедры ФВиС,
Азово-Черноморский инженерный институт
ФГБОУ ВО Донской ГАУ
natanata_fk@mail.ru

В статье представлены результаты педагогического исследования проблемы совершенствования методики преподавания физической культуры в вузах, проводимого автором в период 2015-2017 гг. Цель статьи – повышение результативности работы по физическому воспитанию в вузах путем выявления потенциала занятий танцами в формировании физической культуры студентов. Достижение цели исследования потребовало решения следующих задач: обоснование возможностей использования танца как средства формирования физической культуры молодежи; анализ основных проблем интеграции танца в занятия физической культурой; разработка приоритетных направлений практической работы педагогов по формированию здорового образа жизни студентов с использованием двигательно-танцевальных программ. Решение данных задач стало возможным с использованием системного и личностно-ориентированного подходов. Кроме того, автором использовался интерпретативный подход, а также методы качественного анализа данных. При проведении качественного исследования автором использованы два метода сбора данных: обзор литературы и тематические исследования. Использование результатов исследования в деятельности педагогов вузов будет способствовать повышению эффективности образовательного процесса в исследуемой сфере и обеспечат дальнейшее совершенствование современной практики физического воспитания студентов с учетом принципов личностной, антропопедагогической, культуротворческой направленности образовательных программ. Выводы исследования могут быть учтены при разработке новых учебных программ по предмету физической культуры и учебно-методических комплексов.

Ключевые слова: танец, физическое воспитание, физическая культура, здоровый образ жизни, студенты вуза, методика преподавания, учебные программы, личностно-ориентированный подход, мотивация, оценка

Физическое воспитание как часть организованного общего воспитания представляет собой педагогический процесс, направленный на формирование физической культуры детей и молодежи.

Основой физического, психологического и социального здоровья человека является его духовно-нравственная культура [8]. Уникальное значение культуры для жизни нашего общества и человека, состоящее в обеспечении ценностно-смысловой основы жизнедеятельности в условиях формирования информационного общества, обусловливает необходимость

разработки новых подходов к вопросам воспитания, обучения и социально-культурной адаптации молодежи путем создания условий для актуализации духовно-нравственных ценностных оснований социокультурного действия человека, идентифицирующего себя в культурной сфере.

В число традиционных задач физического воспитания в системе высшей школы входят формирование целостной гармоничной личности, профессиональная и социальная интеграция студентов, однако, XXI век выдвигает свои вызовы, на которые педагогике физического воспитания необходимо отвечать [6, с. 33]. Одним из таких вызовов в системе высшего образования является необходимость формирования креативной личности, способной к восприятию и созданию инноваций, эффективно действующей в динамично изменяющемся поликультурном мире [4].

Физическая культура может стать ведущей дисциплиной в структуре вузовской образовательной программы, ответственной за здоровье и формирование здорового образа жизни студенческой молодежи. В этой связи роль кафедр и преподавателей физической культуры заключается в разработке организационно-педагогических основ целостного образовательного процесса, ориентированного на идеи становления и развития культурной идентичности учащихся, новых практик психофизического и социально-культурного развития.

Отечественные и зарубежные исследования, посвященные преподаванию физической культуры в системе «колледж-вуз» в качестве центральной целевой установки на формирование, совершенствование и поддержание оптимального уровня здоровья определяют различные телесно-двигательные практики [1; 2; 12; 15]. При этом преимущественное использование средств простой двигательной активности в формировании физической культуры обосновывается необходимостью обеспечения доступности занятий физической культурой для всех категорий студентов и наличия (отсутствия) соответствующей инфраструктуры. Этот подход не

лишен недостатков, к числу которых, на наш взгляд, можно отнести его «узость» - в т. ч. невозможность учета психофизических и социокультурных аспектов воспитания молодежи.

Решение данной проблемы в рамках системы высшего образования требует разработки нового концептуального подхода к занятиям физической культурой и корректировки существующих учебных программ [3; 5; 6; 7; 20].

Педагогическая практика автора позволяет сделать вывод о необходимости дополнения (обогащения) существующих средств и методик физического воспитания студентов танцевально-двигательными программами. В рамках комплексного обучения физической культуре, такие программы предоставляют студентам возможность снизить психоэмоциональное напряжение, развить двигательные навыки, сформировать ряд важных физических качеств, познакомиться с культурным наследием разных стран посредством изучения существующих стилей и форм танца [17; 22]. Достижение этих целей обучения возможно посредством комплексного использования различных средств двигательной активности, используемых в спортивных играх, гимнастике, и динамического языка пластических выразительных форм движения.

Несмотря на то, что занятия танцами являются частью образовательных стандартов и учебных программ во многих странах мира [13] – так, например, в Швеции, танец изучается в рамках занятий физической культуры и не считается отдельным предметом [16], - исследователями отмечается недостаточная теоретическая и практическая разработанность проблемы интеграции танца в систему физического воспитания [1, с. 465; 3; 5; 7; 16; 21]. Как результат многие педагоги отказываются от использования занятий танцами в формировании физической культуры учащихся, тем самым ограничивая возможности их дополнительного эстетического развития [10; 13; 22; 25], в то время как

для многих студентов «…обучение в рамках программы физической культуры является единственной возможностью получения танцевального опыта» [22, с. 57].

Методика интеграции занятий танцами в учебные программы и планы в основе своей должна иметь поэтапное овладение студентами элементами системы танцевальных движений с последующим их усложнением. Результатом обучения танцу должны стать стереотипия и автоматизм двигательных навыков и умений студентов, а в последующем и возможность художественно-эстетического творческого самовыражения в процессе самостоятельной профессионально-прикладной физкультурной деятельности.

Условно такую деятельность с функциональной точки зрения можно разделить на «создание», «исполнение» и «анализ» танца [22, с. 55]. В процессе создания танца или его элементов студенты совместно с педагогом создают композицию и постановку танца, разрабатывают его идею, мысль, заложенную в танце, стилевую гамму исполнения. Эта деятельность требует от студентов эффективного решения ряда задач, способствующих развитию их творческого мышления.

Исполнение танца – это воспроизведение созданных движений, процесс, который требует от студентов использования перцептивных и интерпретационных умений и навыков. Этот процесс может включать обучение различным видам танца или определенной последовательности танцевальных движений, которые могут стать элементом танцевальной композиции. Исполнительская деятельность развивает навыки координации, ловкости, гибкости, равновесия и силы, необходимой для контроля движений.

Анализ танца предполагает использование навыков наблюдения для критической оценки, интерпретации и описания танца. В процессе оценивания и обсуждения исполняемого танца развиваются навыки критического мышления. Глубина такого анализа зависит от

танцевального опыта студентов, имеющихся теоретических и практических знаний [16].

Результаты существующих зарубежных исследований свидетельствуют, что большинство педагогов и студентов осознают необходимость занятия танцами для формирования профессионально важных качеств для специалистов в сфере менеджмента и управления [9, с. 43]. В частности, исследование Дж. Пелкловой показало, что уроки танцев могут быть эффективным средством, как для достижения «фитнес-целей», так и для развития коммуникативных способностей студентов. [18, с. 85]. М. Гард, в своей работе исследующий механизмы и смыслы человеческого организма в социально-образовательных изменениях, делает вывод о том, что «…танец не должен использоваться в учебных программах только лишь как средство развития навыков и здоровой жизни… Танец может стать дополнительным способом профессионального развития учащихся» [13, с. 238]. Позитивная оценка психологических и коммуникационных эффектов занятия танцами присутствует в исследованиях М. Бажека [9]. Бажек рассматривает танцы как инновационную деятельность студентов и преподавателей, которая позитивно сказывается на имидже вуза.

М. Гард полагает, что танцы в программе физического воспитания – это по большей степени простые и даже в какой-то степени механические движения под музыку либо повторение движений за педагогом [13, с. 98]. Однако, с помощью различных методик можно снизить акцент на обучение стереотипным танцевальным навыкам, а групповой подход к разработке танцевальных движений позволит нивелировать «механическую природу» занятий танцами [10]. В исследовании М. Кьюеннерстедта отмечается, что наиболее важной задачей для преподавателей физической культуры в этой связи является поддержание интереса к занятиям танцами и обеспечение выполнения необходимого объема движений [20].

Таким образом, потенциал занятий танцами в формировании физической культуры состоит в возможности его использования для повышения эффективности применяемого комплекса организационно-образовательных методов воздействия на физическое, психомоторное, эмоциональное и культурное развитие студентов. Сложная двигательная активность, дополняющая основные телесно-двигательные практики, традиционно применяемые педагогами вузов на занятиях физической культурой, повышает адаптацию студентов к учебным нагрузкам, снижает их утомляемость в процессе учебной деятельности.

К числу приоритетных направлений развития педагогики физической культуры в современных условиях является эффективизация и оптимизация образовательного процесса с использованием информационных технологий, обобщение и расширение использования передового педагогического опыта и образовательных инноваций [6]. Новые технологии являются одним из способов активизации студентов, повышения их мотивации к занятиям физической культурой, развития их творческих способностей [23, с. 40-41]. В качества средства повышения физической активности студентов некоторыми исследователями были предложены видеоигры нового поколения, т. н. «exergames» [11; 14; 20; 24]. Данные видео игры предполагают физические нагрузки для играющего и могут обеспечить альтернативный тип упражнений (телодвижений). В процессе игры используются активные видео-консоли, которые отслеживают передвижения игрока. Сегодня такие танцевальные игры как Dance Revolution или Dance очень популярны среди детей и молодежи во всем мире, а их позитивное влияние на занятия физической культурой детей и подростков доказано многочисленными исследованиями [11; 19, с. 85; 20].

Таким образом, проведенное исследование показало, что дополнение учебных программ танцевальными занятиями обеспечивает повышение результативности работы по физическому воспитанию молодежи.

Усвоение навыков сложнокоординированных видов движений формирует культуру здоровья студенческой молодежи. Эффективное обеспечение танцевальной составляющей комплексного обучения физической культуре возможно посредством включения в учебно-методический комплекс дисциплин уроков танца или целых блоков занятий различными видами танца (творческими, социальными и культурными). Задача учителя – выбрать именно тот подход, который подойдет для их учебной программы и гарантирует полноценное использование средств танцевально-двигательной активности для формирования физической культуры студентов. Для оценки результатов обучения необходима разработка определённых учебных планов, включающих задачи и результаты обучения, и устанавливающих взаимосвязь между результатами обучения и сформированностью компетенции учащихся.

Список использованной литературы

1. Акпаева А.Б., Иванова Н.В., Лучина Т.И., Минаева Е.В., Жесткова Е.А. Specifics of educational activity anti-motivation in future teachers subject to the training period // International Review of Management and Marketing. 2016. Т. 6. № S3. С. 265–269.
2. Виленский М.Я., Соловьев Г.М. Основные сущностные характеристики педагогической технологии формирования физической культуры личности // Теория и практика физической культуры. 2001. № 3. С. 2–7.
3. Двойченкова А.А. Роль занятий спортивными танцами в формировании физической культуры современной молодежи // European student scientific journal. 2013. № 1. URL: http://sjes.esrae.ru/1-36.
4. Ковалева Л.И., Пономарева Н.В. Проблемы учета деловой репутации организации // Экономика и предпринимательство. 2014. № 6 (47). С. 484–486.
5. Наговицын Р.С. Мотивация студентов к занятиям физической культурой в вузе // Фундаментальные исследования. 2011. № 8 (часть 2). С. 293-298.
6. Надёжина Н.В. Задачи развития педагогики физической культуры в условиях формирования информационного общества // KANT. 2017. № 1. С. 33–36.
7. Фокина Е.М. Спортивные танцы как здоровьесберегающая технология в образовательном пространстве // Молодой ученый. 2014. № 9. С. 71-73.

8. Шхагапсоева М.Х. Структурно-функциональная модель средовой организации в процессе гражданско-правового воспитания школьников // Вестник Майкопского государственного технологического университета. 2012. Вып. 4. С. 115–120.
9. Bajek M., Richards K., Andrew R. Ressler J. Benefits of Implementing a Dance Unit in Physical Education Strategies // A Journal for Physical and Sport Educators. 2015. Vol. 28 (5). S. 43–45.
10. Cone S.L. An Innovative Approach to Integrating Dance into Physical Education // Journal of Physical Education, Recreation & Dance. 2015. Vol. 86 (7). http://dx.doi.org/10.1080/07303084.2015.1064669
11. Ennis C.D. Implications of exergaming for the physical education curriculum in the 21st century // Journal of Sport and Health Science. 2013. Vol. 2(3). S. 152–157.
12. Evans J. Physical education as porn! // Physical Education and Sport Pedagogy. 2013. Vol. 18(1). S. 75–89.
13. Gard M., Hickey-Moody A., Enright E. Youth culture, physical education and the question of relevance: After 20 years, a reply to Tinning and Fitzclarence. Sport // Education and Society. 2013. Vol. 18(1). S. 97–114.
14. Gibbs B., Quennerstedt M., Larsson H. Teaching dance in physical education using exergames // European Physical Education Review. 2017. Vol. 23(2). S. 237-256.
15. Kirk D. Physical education futures. London and New York, NY: Routledge, 2010.
16. Lundvall S., Meckbach J. Mind the gap: Physical education and health and framework factor theory as a tool for analysing educational settings // Physical Education and Sport Pedagogy. 2008. Vol. 13(4). S. 345–364.
17. Mattsson T., Lundvall S. Sport, Education and Society: The position of dance in physical education // Sport, Education and Society. December 2013. DOI: 10.1080/13573322.2013.837044.
18. Pelclova J., Frömel K., Skalik K., Stratton G. Dance and aerobic dance in physical education lessons: the influence of the student's role on physical activity in girls // Acta Universitatis Palackianae Olomucensis. Gymnica. 2008. Vol. 38 (2). S. 85-92.
19. Perlman D., Forrest G., Pearson P. Nintendo Wii: Opportunities to put the education back into physical education // Australian Journal of Teacher Education. 2012. Vol. 37(7). S. 85–94.
20. Quennerstedt M. PE on YouTube – Investigating participation in physical education practice // Physical Education and Sport Pedagogy. 2003. Vol. 18(1). S. 42–59.
21. Sanderson P. Age and gender issues in adolescent attitudes to dance // European Physical Education Review. 2001. Vol. 7(2). S. 117–136.

22. Sanderson P. Dance within the national curriculum for physical education of England and Wales // European Physical Education Review. 1996. Vol. 2(1). S. 54–63.
23. Sinelnikov O.A. Using the iPad in a sport education season // Journal of Physical Education, Recreation & Dance. 2012. Vol. 83(1). S. 39–45.
24. Sun H. Operationalizing physical literacy: The potential of active video games // Journal of Sport and Health Science. 2015. S. 4(2). S. 145–149.
25. Zavatto L., Gabbei R. The real dance revolution: How to make dance meaningful for all students, strategies // A Journal for Physical and Sport Educators. 2008. Vol. 21(5). S. 25–28.