**государственное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа №6 структурное подразделение ЦДОД городского округа Отрадный Самарской области**

**Физическое воспитание детей искусством хореографии.**

**Автор: Дедюлина Ирина Геннадьевна педагог дополнительного образования,**

**Содержание:**

**1. Введение**

**2. Хореографическое искусство как средство физического воспитания детей.**

**3.** **Возрастные и индивидуальные особенности обучения детей искусству хореографии.**

**4. Формы и методы работы в хореографическом коллективе.**

**5. Роль хореографического искусства в воспитании здорового образа жизни детей.**

**6. Анализ методов воспитательной работы в хореографическом коллективе и их воздействие на повышение активности детей.**

**Введение**

Состояние здоровья детей и подростков на сегодняшний день волнует многих специалистов. Дети в современном мире подвержены не меньшим нагрузкам, чем взрослые: тяжелые экологические условия жизни в мегаполисе, плотный учебный режим, длительное пребывание за компьютером и телевизором, неполноценное и несбалансированное питание – все эти факторы, как правило, приводят не только к ослаблению детского организма, но и к серьезным функциональным заболеваниям. Данные статистики неутешительны.

Хореография – искусство, любимое детьми, обладающее огромными возможностями для гармоничного физического и духовного развития, полноценного эстетического совершенствования ребенка. Занятие танцем формирует правильную осанку, тренирует мышечную силу, дает организму физическую нагрузку. Гимнастические упражнения оказывают благотворное воздействие почти на все органы человеческого тела, и помогают излечивать самые разные заболевания. Комплекс дыхательных упражнений учит согласовывать дыхание с движением, т.е. правильно и свободно дышать. Тренировка тончайших двигательных навыков, которая проводится в процессе обучения хореографии, связана с мобилизацией и активным развитием многих физиологических функций человеческого организма: кровообращения, дыхания, нервно-мышечной деятельности. Понимание физических возможностей своего тела способствует воспитанию уверенности в себе, предотвращает появление различных физиологических и психологических комплексов.

Студия эстрадного танца «Колибри» – это воспитанники от 3 до 6 лет. В этом возрасте особо важно заложить основы здорового образа жизни, приучить детей к постоянному труду над собой.

Движение…Танец…Здоровье.… Эти понятия неотделимы друг от друга, переходят одно в другое. Хореография, предоставляет огромные возможности для решения проблем, связанных со здоровьем детей.

В первую очередь оздоровительная работа заключается в том, что бы привлечь ребёнка к занятиям танцем - увлечь его этими занятиями - сделать такие занятия необходимыми для ребёнка - сформировать у занимающихся тягу к самостоятельным занятиям на всю жизнь.

Становясь крепче физически, воспитанники закаляются и морально, становятся увереннее в своих силах, что, в свою очередь, благодатно сказывается на их интеллектуальных возможностях, об этом говорят родители воспитанников.

**Актуальность исследования.** Известно, что эффективность образования детей во многом зависит от состояния их здоровья. Мы живём во времена бурного развития современной и массовой гиподинамии, когда ребёнок волей-неволей становится заложником быстро развивающихся технических систем (телевидения, компьютеры, сотовая связь и т.д.) – всё это приводит к недостатку двигательной активности ребёнка и отражается на состоянии здоровья подрастающего поколения. Чтобы внутренний мир, духовный склад детей был богатым, глубоким, а это по настоящему возможно лишь тогда, когда “дух” и “тело» находятся в гармонии, необходимы меры целостного развития, укрепления и сохранения их здоровья. Занятия по танцу содействуют физическому воспитанию детей, оказывают положительное воздействие на их эстетическое развитие, способствуют росту их общей культуры, поэтому можно утверждать, что хореографическое искусство имеет богатую возможность широкого осуществления воспитательных задач. Именно поэтому очевидна актуальность и востребованность выбора данной темы.

**Объект исследование** - педагогические основы в хореографическом искусстве.

**Предмет исследования** – особенности физического воспитания детей искусством хореографии.

**Цель.** Изучение особенностей физического воспитания детей искусством хореографии.

**Задачи.** Для достижения поставленной цели необходимо решить ряд задач:

- рассмотреть хореографическое искусство как средство физического воспитания детей; - изучить возрастные и индивидуальные особенности обучения детей искусству хореографии; - определить формы и методы работы в хореографическом коллективе; - определить роль хореографического искусства в воспитании здорового образа жизни детей; - проанализировать методы воспитательной работы в хореографическом коллективе и их воздействие на повышение активности детей.

**Методы исследования** - анализ и обобщение.

**Практическая значимость** данного исследования заключается в изучении особенностей процесса физического воспитания детей посредством искусства хореографии.

**Хореографическое искусство как средство физического воспитания детей.**

Занятия хореографическим искусством способствуют физическому развитию детей и обогащают их духовно. Это гармоничное занятие привлекает и детей, и родителей. Ребенок, владеющий балетной осанкой, восхищает окружающих, но ее формирование процесс длительный и требующий многих качеств от детей.

Воспитанники имеют ограниченный запас двигательных навыков, нарушение осанки, координации движений. Одни скованы, неподвижны, медлительны, другие - разболтаны и суетливы. Часто дети плохо держатся: гнутся, поднимают плечи, неправильно ставят ноги при ходьбе (носки внутрь) и т.п.

Физическое воспитание – неотъемлемая составная часть почти всех воспитательных систем.

Задачи физического воспитания:

- укрепление здоровья, правильное физическое развитие; - повышение умственной и физической работоспособности; - развитие и совершенствование природных двигательных качеств; - обучение новым видам движений; - развитие основных двигательных качеств (силы, ловкости, выносливости и др.); - формирование гигиенических навыков; - воспитание нравственных качеств (смелости, настойчивости, решительности, дисциплинированности, ответственности, коллективизма); - формирование потребности в постоянных и систематических занятиях; - развитие стремления быть здоровым, бодрым, доставлять радость себе и окружающим.

Физическое воспитание тесно связано с другими составными частями воспитания и в единстве с ними решает задачу формирования всесторонне гармонически развитой личности.

За последние годы все чаще отмечаются случаи возникновения отклонений в системе опорно-двигательного аппарата у детей дошкольного возраста. И уже для большинства школьников первого класса типичным стало нарушение осанки. Причины этого самые разнообразные, исследователи объясняют этот феномен многими факторами: от неправильной позы при стоянии и сидении до генетических факторов; высокий процент рождаемости ослабленных детей, заболевания в неонатальный и более поздние периоды развития ребенка, ограничение двигательной активности, ухудшение экологической обстановки, в том числе занятости родителей. Все это отрицательно сказывается на состоянии скелета мышц и позвоночника. Около 70% детей имеют различные виды нарушения осанки. Которые ведут к развитию ранних дегенеративных изменений в межпозвоночных дисках и создают неблагоприятные условия для функционирования органов грудной клетки и брюшной полости. У 23% детей встречается деформация опорно-двигательного аппарата - наиболее распространенной является плоскостопие и косолапость.

ОСАНКА - привычное положение тела человека в покое и при движении. Правильная осанка делает фигуру человека красивой и способствует нормальному функционированию двигательного аппарата и всего организма человека. Формирование осанки у человека начинается с первых дней жизни. По мере развития движений у ребенка образуется четыре естественных (физиологических) изгиба позвоночника; шейный и поясничный - выпуклостью вперед - лордоз (если смотреть на позвоночник сбоку), грудной и крестцовый - выпуклостью назад - кифоз. При правильной осанке физиологические изгибы позвоночника равномерно и умеренно выражены. Они образуются к 6-7 годам. Это играет очень важную роль в предохранении внутренних органов и головного мозга от толчков и сотрясений, т.к. позвоночник приобретает способность пружинить при движениях. С появлением естественных изгибов позвоночника, определяющих вертикальное положение тела, закрепляется и привычное положение отдельных его частей: головы, плеч, лопаток, грудной клетки, живота, таза, стоп. Начинает определяться и закрепляться осанка. Таким образом, необходимость выработки хорошей осанки вызывается не только эстетическими требованиями, но и медицинскими.

На формирование неправильной осанки большое влияние оказывает состояние нижних конечностей, в частности плоскостопие и детская косолапость.

ПЛОСКОСТОПИЕ - это деформация стопы, в результате которой снижается ее свод.

КОСОЛАПОСТЬ - характеризуется приведением, супинацией и подошвенным сгибанием стопы. При этом ноги ребёнка принимают "О" - образную форму, ограничивается их подвижность, опора на подошву односторонняя и неполноценная.

С поступлением ребенка в школу его двигательный режим значительно меняется, возрастает объем статической нагрузки, а это ведет к увеличению функциональных нарушений осанки детей, причем большой процент детей уже имеют различные нарушения опорно-двигательного аппарата. О чем это говорит? Прежде всего, о неиспользованных резервах формирования осанки в период дошкольного возраста. Статистика детских поликлиник показывает, что родители обращаются к врачам по поводу патологии опорно-двигательного аппарата у детей в 4 - 5 раз меньше, чем в действительности она существует.

Своевременное воздействие на формирующуюся осанку в период дошкольного возраста очень важно. Чем раньше начнутся профилактика и коррекция различных видов нарушений осанки, плоскостопия, косолапости, тем больше вероятности того, что у ребенка не возникнет проблем со здоровьем. Вот почему важно, создать стойкий барьер отклонениям опорно-двигательного аппарата у будущих школьников. При этом практически все специалисты считают наиболее эффективным средством профилактики и коррекции нарушений осанки физические упражнения и хореографию. Необходимо создать условия для коррекции этих недостатков и обогащения запасов двигательных навыков детей, давая им специальные тренировочные упражнения.

Работая с детьми от 7 лет и старше, я обратила внимание что дети как правило приходят в танцкласс уже с достаточно большими отклонениями в системе опорно-двигательного аппарата. Чтобы подкорректировать осанку и выворотность стопы уходит очень много времени. В следствии наблюдения, я выявила что целесообразней начинать занятия хореографии с 3 лет. В этом возрасте у детей ещё не сформировался и не укрепился позвоночник. Всегда проще сохранить правильную осанку, чем её исправить. Поэтому в 2010 году на базе ЦДОД было создано детское объединение «Колибри» для детей от 3 до 6 лет, где особое внимание уделяется на постановку корпуса и стопы. Детское объединение «Колибри» является подгруппой студии «Зазеркалье», в которой проходят обучение дети от 7 лет.

Для предотвращения и исправления отклонений в формировании правильной осанки, профилактике и коррекции плоскостопия, я разработала систему игр и упражнений. Работу провожу со всеми детьми, начиная с группы первого года обучения. Упражнения, направленные на профилактику нарушений осанки и плоскостопия включаю в комплексы гимнастики и музыкальные игры. Приложение №1

**Возрастные и индивидуальные особенности обучения детей искусству хореографии.**

Работа в художественном коллективе - процесс сложный, многогранный. Он связан с реализацией обширной программы организационно-педагогических и художественно-исполнительских мер. Каждое направление в практике педагога-руководителя имеет свою внутреннюю логику, свои закономерности и принципы реализации. Без их познания, критического анализа невозможна достаточно эффективная организация не только художественно-творческой, учебной, образовательно-репетиционной деятельности, но и обеспечение педагогического процесса в целом.

Педагог-руководитель хореографического класса постоянно занимается развитием детей, с тем, чтобы они были всесторонне подготовлены к художественному, физическому, эстетическому восприятию и созиданию действительности. В основе этого развития лежит формирование физического, эстетического совершенства.

Все эти задачи не отделимы от возрастных и индивидуальных особенностей детей. Возрастными особенностями принято называть анатомо-физиологические и психологические особенности характера того или иного возрастного периода.

В тесной связи с возрастными особенностями находятся индивидуальные устойчивые свойства личности, характера, интересов, умственной деятельности, присущие тому или иному ребенку и отличающие его от других .

Принято считать:

от рождения до года - младенческий возраст,

от года до 3-х лет - преддошкольный возраст,

от 3-х до 6-ти лет - дошкольный возраст,

от 6-ти до 12-ти лет - младший школьный возраст,

от 12-ти до 15-ти лет - средний школьный возраст (подростковый),

от 15-ти до 17-ти лет - старший школьный возраст (юношеский).

**К 4-6-летнему возрасту** дети способны заниматься хореографией, так как сформированность структур и функций мозга ребенка близка по ряду показателей к мозгу взрослого человека. Современные данные возрастной психологии позволяют утверждать, что мозг 6-летнего ребенка готов к усвоению доступной информации в процессе систематического обучения. Однако следует иметь в виду, что в индивидуальном развитии детей одного и того же возраста наблюдаются отклонения от средних показателей темпа созревания мозга и всего организма - опережение или отставание. Кроме того, нужно учитывать и половые различия. В физиологическом отношении мальчики в среднем отстают от девочек на год-полтора, хотя те и другие имеют от рождения одинаковое количество лет.

**К 6-7 годам** дети усваивают понятие пола (к противоположному полу относятся терпимо, доброжелательно), начинают сознательно регулировать свое поведение. Для них характерна устойчивость, непосредственность, жизнерадостность, веселое настроение. Они способны испытать наслаждение и переживание от восприятия прекрасного. Проявляется потребность во внешних впечатлениях, слушании музыки, в посещении концертов, театров, после чего дети часто изображают увиденное. Большое место в этом возрасте занимает игра -это психологическая потребность осмысления новых знаний через игры. Учитывая все анатомо-физиологические способности данного возраста нужно строить занятия хореографического коллектива.

Для успешной работы педагог-руководитель должен разбираться в особенностях каждого возраста. Умело, согласно возрастным особенностям распределять физическую нагрузку. А при формировании репертуара и составлении плана работы просто невозможно обойтись без учета психологических особенностей каждого возрастного периода.

Физическое воспитание должно проводиться систематически, только тогда оно приведет к положительным результатам. Сложность работы определяется тем, что дети в коллективе встречаются различного уровня культуры и воспитания. Сосредоточить их интересы порой непросто. При этом педагогу-руководителю приходится проявлять такт, чуткость, применять индивидуальный подход к детям. Он должен заинтересовать детей, использовать в работе возможности каждого ребенка, его перспективы. В обращении с детьми необходимо проявление симпатии, уважительного интереса к их радостям и огорчениям, к их сложностям в жизни. Поэтому педагогу необходимо понимать взаимоотношения детей, их внутренний мир. Ребенок, вступая в мир знаний по хореографии, должен знать, что каждое занятие обязательно. Пропуски без уважительных причин не возможны в силу специфики хореографического искусства. Дети просто не смогут выполнять те задачи, с которыми они сталкиваются. Дело даже не в достижении результатов, а в понятии долга, его выработке и развитии. То, чем начал заниматься, должно быть выполнено добросовестно и доведено до конца. Склонность детей бросать начатое дело на полдороге, в дальнейшем оборачивается несобранностью уже взрослого человека, поэтому всю работу в коллективе педагог должен строить по принципу интереса, он является основным и определяющим. Он поддерживается постоянным изучением нового хореографического материала (движение, танцевальная комбинация, танцевальный этюд, номер, подготовка или проведение какого-то мероприятия и т.д.). Все это вызывает положительные эмоции у детей, влияет на нравственный настрой и развитие их культуры.

**Формы и методы работы в хореографическом коллективе.**

Методы можно разделить на словесные, практические, наглядные .

Словесные методы основываются на объяснении, беседе, рассказе.

Практические - на обучении навыкам хореографии.

Важным методом воздействия на детей является наглядный метод. Исполнительское мастерство педагога-руководителя, его профессиональный показ порой восхищает детей, вызывает стремление ему подражать. Поэтому преподаватель должен обладать достаточно грамотным и выразительным показом. Этот метод имеет решающее значение в воспитании детей, особенно в младших классах. Они воспроизводят методику исполнения движений своего педагога, впитывают не только грамотный и выразительный показ, но и его возможные ошибки. Дети подражают своему педагогу в манере и характере исполнения движений, порой копируют и постановку рук, корпуса, головы. По исполнению детей можно определить качество знаний педагога, его стиль работы. Поэтому, пользуясь методом наглядного показа, необходимо быть предельно внимательным, чтобы исключить те недочеты, которые проявляются в исполнительстве.

Педагог применяет в своей работе наиболее целесообразные методы с учетом возраста детей, их специальной подготовки, уровня эмоциональной отзывчивости, наличия интереса к хореографическому искусству. Увлечение и вдохновение - источник интеллектуального роста личности. Интеллектуальное чувство, которое испытывает ребенок в процессе овладения знаниями - это та ниточка, на которой держится желание учиться. Если обучение сопровождается яркими и волнующими впечатлениями, познание становится очень крепким и необходимым. Занятия становятся интересными, и тогда ребенок видит результаты своих усилий в творчестве. Задача педагога - не дать угаснуть творческому интересу ребенка, всячески его развивать и укреплять.

В целях повышения эффективности работы важно использовать проблемную методику. В отличие от традиционной, когда детям сообщается «готовая» информация обучения, проблемная методика предлагает более активную умственную и эмоциональную деятельность. В процессе занятий возможно предложить детям дополнить танцевальную комбинацию или сочинить ее полностью, исполнить то или иное движение, которое не касается их программы обучения. Дети сначала робко, а потом и смело, при поддержке преподавателя, активно включаются в творческую работу. Важно, чтобы ребенок смог применить свои знания, желания в осуществлении задуманного. Необходимо поощрять творческую инициативу детей, так как многие из них впоследствии, становясь старше, помогают своим педагогам в работе с младшими детьми.

Каждый педагог, в зависимости от степени владения теми или иными методами, предпочитает использовать определенный путь воздействия на детей. Чаще всего это метод убеждения. Этот метод используется не от случая к случаю. Он должен быть целенаправленным, систематическим, и тогда он станет действенным. Метод убеждения требует от педагога огромного терпения, образованности и тактичного поведения. Дети порой не сразу понимают педагога. Это бывает от неумения ребенка слушать и слышать, что от него требуется. Это качество характера воспитывается постепенно в культуре общения ребенка. Поэтому педагогу надо проявить максимум педагогического мастерства и любви к детям при использовании этого метода.

Для повышения нравственного потенциала личности ребенка, развития его активности, важно постоянно обновлять и обогащать используемые формы и методы.

Хореографический коллектив в определенном смысле и в определенных условиях способствует разрешению возникающих проблем у детей: снимает отрицательные факторы (закомплексованность в движении, в походке, поведении и т.д.); воспитывает ответственность (необходимая черта в характере маленького человека, так как безответственное отношение одних порой раздражает и расслабляет других).

Каждый добросовестный педагог замечает все особенности развития детей, наблюдает за их физиологическими изменениями и творческим ростом. Для них он прилагает все старания, не жалея ни времени, ни средств для всестороннего их развития.

**Роль хореографического искусства в воспитании здорового образа жизни детей.**

Важным фактором в развитии детей является приобщение их к здоровому образу жизни. С самого первого занятия педагог знакомит детей с представлением о здоровом образе жизни. Очень важным является формирование у ребёнка правильного отношения к своему здоровью, навыков правильного образа жизни. Мы знаем, что в дошкольный период идет становление важнейших качеств человеческой личности, в частности, закладываются основные навыки по формированию здоровья и отношения к нему. Надо помочь детям осознанно относиться к здоровью и жизни, усвоить знания о здоровье и приобрести умения оберегать, поддерживать и сохранять его.

Здоровье – это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов, - записано в Уставе Всемирной организации здравоохранения.

Цель моей педагогической деятельности – воспитание всесторонне развитой, социально-адаптированной, успешной личности, бережно относящейся к своему здоровью и соблюдающую принципы здорового образа жизни.

Во многом решать проблему здоровья детей направлено дополнительное образование. К основным умениям, которые приобретают дети в процессе обучения, относятся:

- умение регулировать процессы дыхания; - управлять мышечным тонусом; - контролировать психическое состояние.

Рассмотрим значение этих составляющих в танцевальной практике. Правильное применение дыхательных упражнений (оптимальных кратковременных задержек дыхания после выдоха и на высоте вдоха) повышает устойчивость организма к кислородной задолженности, что благотворно влияет на кровоснабжение сердца и мозга.

Физические нагрузки способствуют устранению излишних, непроизвольных движений, поэтому упражнения экзерсиса у станка, на середине и в партере снимают мышечное напряжение. Смена напряжений и расслаблений мышц в сочетании с дыхательными упражнениями оказывают регулирующее влияние на мускулатуру внутренних органов, в том числе и сосудистой системы.

Вышеперечисленные умения начинают формироваться на начальном этапе обучения хореографии. Одним из наиболее доступных видов деятельности в возрасте от 3 лет является игровая деятельность. Дети, являясь составной частью игры, сами физически обеспечивая деятельность этой игры, выносят результат и вывод. Современные методики преподавания сочетают использование как традиционных, так и инновационных (интерактивных) игр.

Интерактивность – понятие, которое раскрывает характер и степень взаимодействия между объектами.

Интерактивная игровая деятельность направлена на формирование какого-либо образа или предмета в сознании обучающихся и возможна только при взаимодействии участников игры.

Далее будут предложены интерактивные игры, применяемые на хореографических занятиях с целью мотивации к здоровому образу жизни и развития творческих способностей детей. Приложение №2.

В данном работе рассмотрены особенности здоровьесберегающих технологий на занятиях хореографией, одной из них является физическая тренировка. Я постаралась проследить присутствие данной особенности как способа самовоспитания в процессе занятий танцевальным творчеством. Представленный материал использую на своих занятиях по хореографии.

**Анализ методов воспитательной работы в хореографическом коллективе и их воздействие на повышение активности детей.**

Форма воспитания – это внешнее выражение процесса воспитания. Можно выделить различные формы воспитания. По количеству охватываемых процессом воспитания людей формы воспитания делятся на:

- индивидуальные; - микрогрупповые; - групповые (коллективные); - массовые.

Эффективность воспитательного процесса зависит от формы его организации. При возрастании количества воспитуемых качество воспитания снижается.

Методы воспитания – это конкретные способы формирования чувств, поведения в процессе решения педагогических задач в совместной деятельности воспитуемых с воспитателями. Это способ управления деятельностью, в процессе которого осуществляется самореализация и развитие личности. Методы воспитания:

- убеждение; - упражнения; - предъявление воспитаннику социально-культурной нормы отношения и поведения; - воспитывающие ситуации; - стимулирование деятельности и поведения.

Формы и методы работы в хореографическом коллективе могут быть различными и зависеть от характера и направленности творческой деятельности коллектива.

Педагог, приступая к постановочной работе, рассказывает детям об истории, на основе которой делается постановка, о быте, костюмах, традициях, об образах и характерах, о мотивах их действий и т.д. Все это необходимо подготовить для детей на доступном для них языке, возможно с показом красочных иллюстраций, преподнести материал эмоционально, выразительно.

Воспитывают и традиции, которых в коллективе может быть множество: это и посвящение в хореографы, и переход из младшей группы в старшую, и т.д.

Воспитание дисциплины прививает навыки организованности в процессе труда, воспитывает активное отношение к нему. Педагог на занятиях пробуждает уважение к общему труду, воспитывает способность подчинить личное общественному. Сознательная дисциплина - это дисциплина внутренней организованности и целеустремленности. Внешняя дисциплина создает предпосылки к внутренней самодисциплине. Дети становятся собранными, внимание на занятиях обостряется, они быстрее и четче выполняют поставленные задачи.

Проведение вечеров отдыха с участием детей и родителей (Новый год, 8 Марта, 23 февраля и т.д.)

Воспитательным моментом в коллективе является полная занятость детей в репертуаре коллектива. Это является стимулом для занятий, так как дети знают, что никто из них не останется в стороне.

Большую пользу в художественном воспитании детей принесет изучение танцев других народов.

У начинающих детей не всегда хватает терпения заниматься длительное время, если они не видят результата своего труда. Целесообразно поступают педагоги, которые на начальном этапе работы применяют элементарные знания детей, делая для них небольшую постановочную работу на несложных танцевальных элементах. Это придает стимул детям в учебно-тренировочной работе, приучает их к сценическому поведению, к ответственности за свое исполнение. Конкретные успехи доставляют радость детям. И, наоборот, отсутствие радостной творческой работы делает ее бессистемной, бесперспективной. Не надо ставить перед детьми таких целей, достижение которых требует больших возможностей, чем те, которыми они обладают.

Каждое занятие, каждый шаг в овладении детей исполнительским мастерством рассматривается как поступательное звено в единой цепи воспитания. Это облегчает труд педагога в классе, делает его содержательным, осмысленным и радостным. В.Л. Сухомлинский писал: «Влиять на коллектив воспитанников - значит воодушевлять его стремлениями, желаниями. Коллективное стремление - благороднейшее идейное, моральное единство. Там, где есть коллективное стремление к чему-то высокому и благородному, возникает та великая, непобедимая сила воспитательного влияния коллектива на личность, о которой мечтает вдумчивый воспитатель» [17, с. 49].

К одному из основных факторов, обеспечивающих активность детей на занятиях, относятся строгие морально-этические нормы, которые имеют большое воспитательное воздействие. Открытые отношения между детьми, педагогом и учениками, наличие здорового мнения в коллективе и активного творческого процесса побуждает детей соотносить интересы личные с групповыми, коллективными. У них воспитывается чувство ответственности за других, дисциплинированность, если у каждого есть определенная обязанность и они знают, что ее никто не выполнит. Это приносит детям большое удовлетворение и, естественно, их активная позиция в коллективе становится выразительнее.

В коллективе возникают неформальные объединения детей. В силу определенных обстоятельств они могут разделиться на группы.

Если это произошло, не надо пытаться разобщать эти группы, противопоставлять их друг другу. Нужно умело использовать эти неформальные объединения для улучшения художественного, нравственно-эстетического воспитания. Через группу можно воздействовать на каждого ребенка, формируя его интерес, вкус, поведение. Каждая группа - это часть коллектива, и от того, насколько правильно складываются отношения, зависит общая нравственная атмосфера.

Воспитательный процесс и активность детей обогащаются присутствием традиций в коллективе - посвящения в хореографы, празднования дня рождения, проведения выходных дней, оформления стенгазет, проведения вечеров 8 марта и 23 февраля, новогодних утренников и вечеров, выпускного вечера старших учеников в форме капустника или выпуска балетного спектакля, проведения торжественных концертов в честь коллектива, торжественного перехода из младшей группы в старшую, передачи лучших номеров программы следующему поколению. Эти традиции делают перспективной жизнь коллектива, помогают сплотить детей. У каждого ребенка появляется чувство причастности к важной деятельности, которая поощряется окружающими. Организация, развитие и осуществление традиций - дело педагога-руководителя, всех детей и актива в коллективе. Если они поддерживаются и передаются из поколения в поколение, проводятся систематически - это позволяет оценить социальную значимость деятельности коллектива, важность той роли, которую он играет в городе, районе или области.

Для придания стабильности, общей значимости коллектива необходимо его включение в более широкий круг общения с другими коллективами, обращение к иным жанрам и направлениям в искусстве. Это поможет детям в творческом и человеческом общении. У них укрепляется сознание общественной роли своего творчества, своего авторитета, осознаннее становятся мотивы поведения. Этому поможет установление постоянных и прочных творческих связей между педагогами не только внутри учреждения, но и в городе.

У каждого преподавателя свой стиль работы, своя методика и система требований. От их характера, последовательности и содержания зависит развитие коллектива, его нравственных основ. Практика показывает, что чем выше и обоснованнее требования преподавателя, тем выше организация его работы, нравственный настрой детей. И, наоборот, чем ниже уровень требований, тем ниже показатели в коллективе. Но в любом случае, если педагог правильно формирует свои требования и они отвечают определенным условиям, он должен помнить, что они должны быть: последовательны, понятны, оправданы, посильны для выполнения [7, с. 39].

Одним из первых требований преподавателя является соблюдение дисциплины. Дисциплина - это фактор качества организации художественного и учебно-воспитательного процесса. Насколько умело руководитель использует весь комплекс своих профессиональных и педагогических знаний, настолько зависит организация всей воспитательной работы с детьми, их активность на занятиях и других мероприятиях. В коллективе должен быть порядок, которому подчиняются все дети. Отсутствие дисциплины, нарушающее развитие коллектива, - всегда препятствие для творчества. «...Существует одно средство - железная дисциплина. Она необходима при всяком коллективном творчестве» - писал К.С. Станиславский [16, с. 345]. Там, где обучение поставлено на профессиональную основу, дисциплина приносит большую пользу в нравственном и моральном воспитании. Педагогу необходимо проявить предельную строгость к самому себе, к своей дисциплинированности, к своей внешности, к своему душевному состоянию перед встречей с детьми в классе.

Для хорошей организации занятий педагог ведет журнал посещаемости. Это другая сторона воспитания, которая дисциплинирует и очень хорошо влияет на детей психологически. При возможных недоразумениях с родителями, кстати, ответом будет журнал посещаемости и успеваемости детей. Журнал поможет педагогу ничего не забыть и разрешить конфликтные ситуации, возникающие из-за пропусков занятий и оценок учеников. Существуют индивидуальные карты детей, в которых ежегодно оценивается успеваемость, дается характеристика профессиональных успехов ребенка, развитие его психофизических возможностей. Это трудоемкая работа преподавателя, но ее результаты в последствии представляют интерес. При анализе записей можно проследить успехи и недочеты детей на занятиях. Может оказаться, что леность и инертность ученика при начальном этапе обучения перерастает в профессиональный интерес, что происходит активное развитие профессиональных данных, изменение в характере ребенка в процессе занятий. Тщательный анализ этих записей поможет преподавателю совершенствовать методы своей работы, придать целенаправленность и определенную перспективу педагогическому воспитательному процессу в коллективе.

Методы иследования показали, что чем раньше ребёнок начнёт заниматься уроками хореографии тем ярче и многогранней будет развиваться его гармонически развитая личность. В нашем коллективе «Колибри» мы попробовали совместно с медиками провети эксперемент, где дети прошли мед. осмотр в начале года и в конце. Здесь мы уделили внимание :состояние ног(x –образные или о- образные), осмотр сбоку, осмотр спереди, осмотр сзади, осмотр при наклоне вперёд.

При исследовании позвоночника ребёнка специалист также оценивает его телосложение: Рост и вес, окружность живота и грудной клетки, грудная клетка, гибкость позвоночника.результаты дали о себе знать.Дети с небольшими отклонениями в осанки и постановки стопы, выровнялись,стал более фиксирован мышечный корсет.

В формировании осанки и поддержании положения туловища главную и одинаково важную роль играет статическая силовая выносливость мышц спины, живота и боковых поверхностей туловища. Мышцы должны быть не просто сильными, а гармонично развитыми, способными как длительно удерживать туловище в правильном положении, так и расслабляться и растягиваться при сокращении мышц-антагонистов во время движений. Именно над этим мы и работаем с нашими воспитанниками. Мы так же проводя открытые уроки показываем родителям воспитанников какие надо делать упражнения дома, для сохранения правильной осанки,и раздаём им описание упражнений которые необходимо детям делать дома. Приложение №3.

Так же немаловажную роль в здоровье детей играет воспитание кардинационных способностей, в частности на такие компоненты, как чувство равновесия, точность, ритмичность, согласованность отдельных движений.

Вот по таким критериям мы оцениваем устойчивость положения тела:

-пространственная оценка и самооценка расположения звеньев тела при сохранении отдельной позы: в движении и в сочетании с другими видами двигательных действий;

- степень соответствия оценки и самооценки расположения звеньев тела;

- степень устойчивости тела после отклонения от основного положения в пределах 5-10-15°;

- степень устойчивости тела при дополнительных движениях (головой, руками и т.д.);

- степень устойчивости тела в определенной позе;

- степень устойчивости тела при различных способах перемещения в пространстве (ходьба, бег, подскоки и др.);

- степень устойчивости тела в различных условиях опоры: повышенная, наклонная, упругая, мягкая, жесткая и т.д.;

- степень устойчивости тела в безопорном состоянии;

- степень устойчивости тела до нагрузки (начала тренировки), в середине занятия и после нагрузки;

- степень устойчивости тела в сочетании с другими видами двигательных действий: вращениями, прыжками, поворотами;

- степень устойчивости тела при балансировке предметами [24].

Показатели качественного изменения уровня развития координационных спосоностей в по годам обучения.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Уровень | Первоначальное тестирование | Группа 1 года обучения | Группа 2 года обучения |  |
| Высокий | 5,5% | 11,1% | 61,2% |  |
| Средний | 58,3% | 72,2% | 38,8% |  |
| Низкий | 36,2% | 16,7% | 0% |  |
| Ср. балл | 3,8 | 4,1 | 4,4 |  |

Здоровье человека на 10% зависит от органов здравоохранения. На 20% от наследственного фактора. На 20% от экологических условий, на 50% от образа жизни самого человека.

Целеустремлённый, красивый, энергичный, спортивный, здоровый – это человек XXI века.

Здоровье детей – это политика нашего государства, это наше будущее, будущее нашей страны. Условия оздоровления, созданные в детском объединении «Колибри», современны и необходимы на сегодняшний день, они постоянно усовершенствуются и обновляются.