

I. I. КУШНЕРЧУК

**СТАВЛЕННЯ ВЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО ВИКОРИСТАННЯ  
ТАНЦЮВАЛЬНИХ ВПРАВ, ЯК ЗАСОБУ ГАРМОНІЙНОГО РОЗВИТКУ УЧНІВ  
У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ**

*Проаналізовано опитування вчителів фізичної культури Тернопільської, Львівської та Івано-Франківської областей стосовно їх ставлення до використання танцювальних вправ, як засобу фізичного виховання учнів. Опитування проводилось у формі анкетування, що дозволило охопити велику кількість респондентів та опрацювати одержану інформацію методом математичної статистики. Щодо категорій опитаних, то серед них були спеціалісти, учителі першої і вищої категорії. Стаж роботи – від 1-го року до 50-ти років. За допомогою неформалізованих бесід, вільного обміну думками виявлено інтереси і побажання вчителів щодо вирішення порушеної проблеми.*

**Ключові слова:** танцювальні вправи, фізична культура, опитування.

И. И. КУШНЕРЧУК

**ОТНОШЕНИЕ УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ К  
ИСПОЛЬЗОВАНИЮ ТАНЦЕВАЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ КАК СРЕДСТВА  
ГАРМОНИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ УЧЕНИКОВ В ПРОЦЕССЕ  
ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ**

*Проанализировано опрос учителей физической культуры Тернопольской, Львовской и Ивано-Франковской областей на предмет их отношения к использованию танцевальных упражнений, как способ физического воспитания учеников. Опрос поводился в форме анкетирования, что позволяет охватить большое количество респондентов и обработать полученную информацию методом математической статистики. Среди опрошенных были специалисты, учителя первой и второй категории со стажем работы от 1 до 50 лет. С помощью неформализованных бесед, свободного обмена мыслями, мы выявляли интересы и пожелания учителей в решении поднятой проблемы.*

**Ключевые слова:** танцевальные упражнения, физическая культура, опрашивание.

I. I. KUSHNERCHUK

**PHYSICAL TRAINING TEACHERS ATTITUDE TO THE DANCING EXERCISES  
USE AS A MEANS OF PUPILS' HARMONIOUS DEVELOPMENT IN THE  
PHYSICAL TRAINING PROCESS**

*The article contains the analysis of the physical training teacher's opinion poll from Ternopil, Lviv and Ivano-Frankivsk regions. It deals with the teacher's attitude to the dancing exercises as the means of physical training. The questionnaire gives an opportunity to involve many respondents and to work up obtained information with the help of mathematical statistics. The number of the participants in a poll includes specialists, the first and higher category teachers. The length of service: 1 year — 50 years. By means of formal discussions, free thoughts exchange we have found out teachers' interests and desires to solve the problem under discussion.*

**Key words:** dancing exercises, physical training, survey, questionnaire.

Аналіз розвитку сучасної системи шкільної освіти в Україні свідчить, що, незважаючи на новаті у системі навчання і виховання дітей, галузі фізичного виховання вони торкнулися мало. Навчально-виховний процес загальноосвітньої школи все більше перевантажуються предметами, які спрямовані на забезпечення переважно розумової діяльності, і при цьому зовсім не враховується ні зниження рівня фізичного розвитку сучасних дітей, ні постійне погіршення стану їхнього здоров'я [5, с. 72; 8, с. 238].

Водночас численні наукові дослідження вказують на тенденцію зниження рівня здоров'я дітей, підвищення чутливості їх організму до негативних чинників довкілля, збільшення

захворюваності за усіма видами хвороб, зниження фізичної працездатності [3, с. 228–229; 4, с. 60–62]. Недоліки в організації навчального процесу, високе навчальне навантаження, порушення режиму життєдіяльності та недостатня увага до організації фізичного виховання школярів – одні з головних причин захворювання дітей.

Однією із складових розвитку особистості є її фізична підготовленість, що досягається у процесі фізичного виховання або заняття спортом. Для формування фізично підготовленої особистості необхідні адекватні засоби [6, с. 120]. Такими серед інших є танцювальні вправи.

Танцюючи, учень потрапляє в полон музики, отримує задоволення від відчуття ритму. Танець зачаровує, дозволяє відчувати приховану енергію і відгук свого тіла в процесі руху, дарує учням рідкісні миті самовираження. Навчання, робота залишають мало місця для розкриття своєї природної енергії, а танець забезпечує її вихід. Танцювальні вправи відкривають світ, доступний кожній дитині, сприяють розвитку спритності, гнучкості, витривалості й виховують наполегливість [1, с. 8–12; 2, с. 7–8]. Крім того, їм властива висока емоційність, що може бути використано як потужний мотиваційний чинник до занять на уроках фізичної культури та в позаурочний час.

На жаль, у навчальних програмах з фізичної культури для загальноосвітніх шкіл, що видані МОН та в різних регіонах України, недостатня увага приділена використанню танцювальних вправ у процесі розвитку рухових здібностей дітей, а спостереження виявили, що не всі вчителі фізичної культури готові використовувати їх як засіб фізичного виховання, оскільки не мають належних знань та не володіють цим видом рухової активності.

Отже, необхідність задоволення добового дефіциту рухової активності дітей, які швидкими темпами ростуть і розвиваються, залишається серед актуальних проблем фізичного виховання [7].

Зважаючи на викладене, ми поставили собі **за мету** з'ясувати ставлення вчителів фізичної культури до використання танцювальних вправ як засобу гармонійного розвитку учнів у процесі фізичного виховання.

Методи та організація дослідження: аналіз та узагальнення літературних джерел; опитування; математична обробка даних.

Теоретичний аналіз літературних джерел передбачав вивчення, аналіз, систематизацію та узагальнення даних наукової й науково-методичної літератури.

В дослідженні, яке проводилось у Тернопільській, Івано-Франківській та Львівській областях, було опитано 300 вчителів різних категорій і статі. Опитування проводилось у формі анкетування, що дало змогу охопити велику кількість респондентів та опрацювати одержану інформацію методом математичної статистики. Щодо категорій опитаних, то серед них були спеціалісти, учителі першої і вищої категорії, їх стаж роботи – від 1 до 50 років.

Співвідношення опитаних учителів чоловічої та жіночої статі таке: Івано-Франківській області – 65% чоловіків і 35% жінок, у Тернопільській – 61% чоловіків і 39% жінок, у Львівській 60% чоловіків і 40% жінок.

За допомогою неформалізованих бесід, вільного обміну думками ми виявляли інтереси і побажання вчителів щодо вирішення піднятої проблеми.

Узагальнивши результати анкетування, виявили, що з усіх опитаних вчителів систематично танцювальні вправи на уроках фізичної культури використовують лише 17,5% (з них 68,2% жінки та 31,8% чоловіки), не використовують танцювальні вправи 31,9% (42,3% жінки, 57,7% чоловіки) та інколи зацікавлюють школярів цим засобом фізичного виховання 50,6% (49% жінки, 51% чоловіки). Найбільше уваги приділяють танцювальним вправам учителі Івано-Франківської області, дещо менше Тернопільської і найменше педагоги Львівської області.

Опитувані, котрі працюють у сільських школах, на 30% частіше використовують танцювальні вправи на уроках, аніж їх міські колеги.

На питання «Якщо Ви не використовуєте танцювальні вправи, то чому?» відповіді були різними, але більшість педагогів відповідали: «Немає умов та можливості музичного супроводу»; «в програмі навчання в університеті не було включено предмет танці», «Немає належної підготовки», «Не володію танцювальними вправами», «Відсутня методична література», «Немає досвіду», «Танцювальні вправи не передбачені в державному плануванні», «Немає потреби», «В спортзалі по 2–3 класи на уроці, немає такої можливості», «Немає необхідності». Були також по одній відповіді: «Не задумувалась, в школі працює танцювальний гурток» та «Працюю переважно з юнаками».

На запитання «Чи використовуєте Ви танцювальні вправи як підвідні до певних розділів навчальної програми?» 51,8% респондентів дали позитивну відповідь (серед них 60% жінки і 40% чоловіки), негативно відповіло 45,8% (47,5% жінки, 52,5% чоловіки). Незначна частина респондентів відповіли «Інколи». Учителі Івано-Франківської області, які використовують танцювальні вправи як підвідні, виконують їх у процесі вивчення таких розділів навчальної програми, як гімнастика, спортивні ігри (волейбол, баскетбол, футбол, гандбол), рухливі ігри, легка атлетика, а також у вправах для корекції постави. Учителі Львівської області використовують хореографію переважно у гімнастиці, ритмічній гімнастиці, аеробіці, акробатиці, ігрових видах (волейбол, футбол), легкій атлетиці, комплексі ЗРВ, а також у вправах для розвитку кмітливості. Щодо Тернопільського регіону, то тут учителі використовують танцювальні вправи як підвідні в процесі засвоєння гімнастичних, легкоатлетичних вправ, спортивних ігор (баскетбол) та включають їх у комплекси ЗРВ в русі.

Майже однозначні відповіді одержані на запитання «Чи можна, на Вашу думку, використовувати танцювальні вправи як самостійний засіб фізичного виховання?». 79,5% учителів відповіли «Так», 85,7% жінки, (педагоги Львівської області – 96,7%, Тернопільської – 90%, Івано-Франківської – 84,2%) і 73,8% чоловіки, (вчителі Тернопільської області – 86,4%, Івано-Франківської – 77,8%, Львівської – 64,4%). 18,1% опитаних вважають, що використовувати танцювальні вправи як засіб фізичного виховання недоцільно, а 2,4% прокоментували: «Якщо вважати аеробіку танцювальними вправами, то тоді можна їх використовувати», «Як один із засобів сприяння розвитку фізичного виховання», «Потрібно для піднесення настрою».

На питання «Чи вважаєте Ви за потрібне використовувати танцювальні вправи на уроках фізичної культури як допоміжний засіб?» 90,4% опитаних дали позитивну відповідь (53,2% жінки, 46,8% чоловіки). Коментуючи свої позитивні відповіді, вони писали: «Це цікаво школярам», «Танцювальні вправи розвивають координацію рухів», «Підвищують емоційність занять», «Організують клас», «Покращують рухові навички, працездатність», «Задають ритм уроку», «Потрібно використовувати для ЗФП», «Танцювальні вправи сприяють естетичному вихованню», «Позитивні емоції зменшують відчуття втоми», «Формується культура рухів», «Заспокоюють нервову систему», «Проявляється пластика дій у дітей», «Стимулюють інтерес до фізичної культури», «Для покращення моторики рухів», «Для розвитку українських традицій», «На розвиток поваги до ближніх», «Зміцнюють поставу», «Проявляються творчі здібності дитини», «Гармонійний розвиток», «Використовувати як корегуючу гімнастику», «Вплив на розвиток рухливості, грації, стрибучості, пластики», «Виконувати в кінці уроку для зняття емоційного напруження», «Покращується увага, пам'ять», «Виховують красу, елегантність, повагу, несуть оздоровче значення», «Згуртовується колектив». Відповіли «Ні» 7,2% (31,1% жінки, 68,9% чоловіки), обґрунтувавши свою відповідь так: «Немає бази спеціалізації вчителя», «Немає залу», «Немає можливості, тому що не всі вчителі володіють танцювальними вправами», «Існує багато інших вправ, які можна використовувати», «Танцювальні вправи повинні використовуватись лише як засіб фізичного виховання на заняттях спеціальної спортивної секції». Нарешті, 2,4% опитаних вважають, що танцювальні вправи потрібно використовувати інколи.

На запитання «Який відсоток Ваших учнів (від 11,1 до 18%) не хоче займатися на уроках фізичної культури?» у педагогів трьох областей відповіді були різними. Вчителі пояснюють це різними причинами: «У зв'язку з хворобами», «Зайва вага, комплекс сором'язливості», «Байдужість», «Лінивість», «Невпевненість у своїх можливостях», «Хочуть займатись усі, проблема у вчителях», «Через низьку рухову активність, поганий фізичний розвиток, мізерний рівень пропаганди здорового способу життя», «База не відповідає вимогам програми», «Діти із неблагополучних сімей надають перевагу іншим розвагам», «Хворі бояться щоб їм це не зашкодило ще більше», «Немає стійкого інтересу до занять фізичною культурою і спортом», «Слабка фізична підготовка в попередніх класах», «Негативний вплив довкілля (куріння, пиятики, наркотики)», «Через надмірне фізичне навантаження», «Критичний стан матеріальних баз шкіл», «Вплив батьків», «Високі вимоги навчальної програми», «Нецікаві уроки», «Занижена самооцінка», «Сучасні учні займаються сучасними новинками техніки».

На наступні запитання давали відповідь лише ті вчителі, які використовували танцювальні вправи або приділяли їм увагу інколи в своїй діяльності. Їх виявилось 56%.

## ОБГОВОРЮЄМО ПРОБЛЕМУ

Опитування виявило, що 67,7% респондентів використовують танцювальні вправи, що передбачені навчальною програмою, з них 52% жінки та 48% чоловіки. Інші танцювальні вправи, які не передбачені шкільною програмою, але викликають інтерес і захоплення у підростаючого покоління, дають учням лише 32,3% вчителів (51,1% жінки і 48,9% чоловіки). Найрізноманітнішою танцювальною програмою користуються вчителі Івано-Франківщини. Вони ознайомлюють учнів і розучують з ними елементи таких танців, як «Гуцулка», «Аркан», «Пасок», «Решета», «Гопак». Особисто розроблені гуцульські танці, властиві їхній місцевості, народні та регіональні, латиноамериканські танці, аеробіка, бойовий гопак, сучасні танці. У Львівській області використовують вправи художньої гімнастики, елементи українського народного танцю, кроки з підскоками, «Польку», перемінний крок, різновиди стрибків і вивчають танцювальні етюди. Щодо Тернопільської області, то тут використовують лише народні танці та ритмічну гімнастику.

На запитання «В якій частині уроку Ви використовуєте танцювальні вправи?» 80,6% опитаних вчителів відповіли що, у підготовчій, 26,9% – в основній, 19,4% – в заключній. Деякі педагоги використовують танцювальні вправи у всіх частинах уроку. Всі вправи супроводжуються музикою (рис. 1): «завжди» – у 24,7% вчителів, «ніколи» – у 29%, «інколи» – у 45,2% та «дуже рідко» – у 3,2%. Музику використовують лише для супроводу танцювальних вправ 38,9% учителів. 61,4% вчителів музичним супроводом забезпечують виконання й інших видів, а саме: «вправи на відновлення дихання в заключній частині», «виконання акробатичних комбінацій, розминки у спортивних іграх, підвідні вправи», «стройові вправи в русі», «деякі рухливі ігри», «заняття у тренажерному залі».

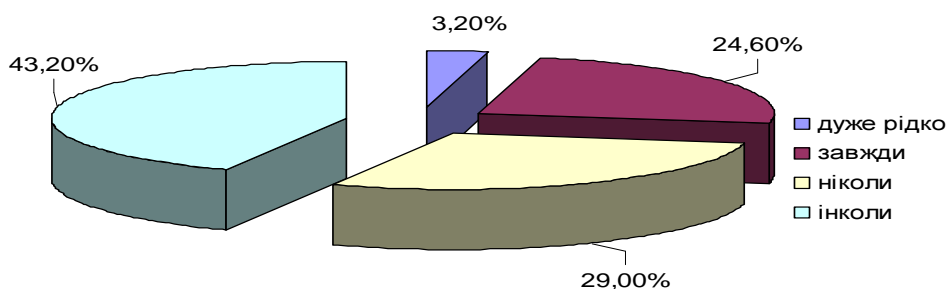


Рис. 1. Супроводження танцювальних вправ музикою на уроках фізичної культури.

На запитання «Який темп музики ви використовуєте?» 14% вчителів відповіли, що обирають швидкий темп, 41,9% – жвавий, 12,9% – повільний, 25,8% – грайливий, 20,4% – помірний, 15,1% – спокійний (рис. 2). Жвавий і грайливий переважає тому, що це темп музики, в якому добре прослуховується ритм і можна під нього чітко виконувати вправи. Спокійний, помірний та повільний темп частіше використовують під час вправ на відновлення дихання, релаксацію, гнучкість. Щодо швидкого темпу, то під нього діти не встигають виконувати ті чи інші вправи, тому вчителі використовують його рідше, щоб не перевантажувати учнів. Популярністю користується жвавий темп переважно у педагогів-жінок.

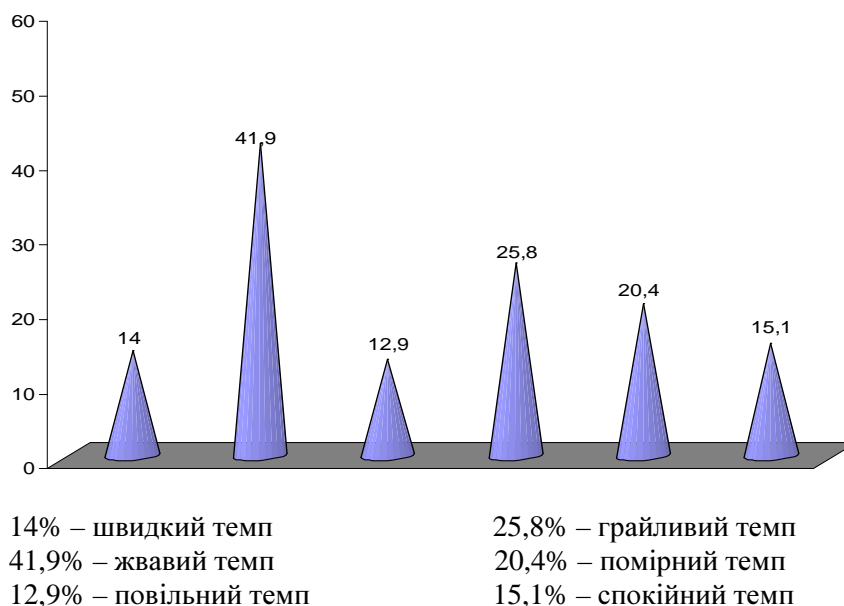


Рис. 2. Відповіді на питання «Який темп музики Ви використовуєте?».

Учителі, які використовують танцювальні вправи на уроках фізичної культури, вирішують за їх допомогою різноманітні освітні, оздоровчі і виховні завдання, а саме: «розвивають фізичні якості», «удосконалюють координацію рухів і гнучкість», «готують дітей до змагань з аеробіки», «підвищують емоційний стану учнів», «укріплюють серцево-судинну систему», «забезпечують естетичне виховання», «виховують почуття відповідальності, впевненості, дружби», « формують настрій і грацію», «вчать виходити з різних ситуацій».

На думку опитаних, танцювальні вправи найефективніше застосовувати у середніх класах – 70,7%, 46,6% вважають, що у молодших класах, і 27,8% – у старших. При цьому респонденти всіх областей були однаковими. Аналогічно відповіли вчителі і на запитання «Чи можете Ви сказати, що учні з задоволенням відвідують уроки, на яких використовуються танцювальні вправи?». Позитивно відповіли 93,5% і лише 6,5% опитаних сумніваються в цьому.

Проведене дослідження дозволяє зробити такі висновки:

Танцювальні вправи потрібно виконувати на уроках фізичної культури, оскільки вони сприяють гармонійному розвитку та всебічному вдосконаленню рухових здібностей особистості у взаємодії фізичного та естетичного виховання. Вони є ефективною формою оздоровчої фізичної культури.

Опитування учителів щодо їх ставлення до використання танцювальних вправ як засобу фізичного виховання виявило, що лише 56% респондентів застосовують ці вправи, з них 17,5% систематично та 38,4% педагогів інколи зацікавлюють школярів. Решта не має для цього належних умов та музичного супроводу й відповідної підготовки, оскільки навчальні плани вузів не передбачали такого цілеспрямованого навчання танців, а, отже, вчителі не мають необхідної підготовки, не володіють танцювальними вправами та не забезпечені методичною літературою.

90,4% опитаних вважають за доцільне практикувати танцювальні вправи на уроках фізичної культури. Їх треба виконувати під музику, обравши відповідний темп. Найефективніше проводити танцювальні вправи у середніх класах. Таку позицію обрали 70,7% респондентів з усіх областей.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Гвидо Регаццони. Бальные танцы / пер. с фр. // Гвидо Регаццони, Массимо Анджело Росси, Алессандро Маджони. – М.: БММ АО, 2001. – 192 с.
2. Гвидо Регаццони. Латиноамериканские танцы / пер. с фр. // Гвидо Регаццони, Массимо Анджело Росси, Алессандро Маджони. – М.: БММ АО, 2001. – 192 с.
3. Даниленко Г. М. Медичні проблеми формування, збереження і зміцнення здоров'я школярів / Г. М. Даниленко // Лікарська справа. – 2001. – № 1. – С. 228–231.

4. Калиниченко І. О. Формування здоров'я школярів в умовах навчально-виховного закладу / Калиниченко І. О., Єжова О. О. // Довкілля та здоров'я. – 2003. – № 3 (26). – С. 60–64.
5. Ніколаєв Ю. Шляхи і форми фізкультурно-оздоровчої роботи з дітьми в школі / Ю. Ніколаєв // Науковий вісник ВДУ ім. Лесі Українки. – 1997. – № 6. – С. 72–75.
6. Петренко Г., В. Єрмакова. Спортивний танець з точки зору теорії спорту / Г. Петренко, В. Єрмакова // Молода спортивна наука України: Зб. наук. праць з галузі фізичної культури і спорту. – Львів: Укр. технологій, 2006. – Вид. 10: У 4 т. Т. 2 – С. 318–327.
7. Платонов В. М. Береги здоров'я смолоду / Платонов В. М. // Зеркало недели – 2006. – № 47 (626). – 9 дек.
8. Швай О. Структура рухової активності молодших школярів / Швай О., Гнітецький Л. // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: зб. наук. праць – Луцьк, 2002. – Т. 1. – С. 237–240.