

мірою індивідуальна. Так народжується техніка звуковидобування, яка поряд з загально визнаними принципами несе в собі рису індивідуальності.

Раціональна постановка атаки звука у музиканта-початківця, вміння відпрацювати точну й чітку диференційовану (або різноманітну) атаку, гарантує у майбутньому повну виконавську свободу у формуванні якісних звуків у всьому діапазоні інструмента.

Список використаних джерел

1. Марценюк^оГ.^оП. Атака звука, артикуляція та функції язика при грі на тромбоні // *Молодий вчений*. № 2 (54). лютий, 2018. С.524-530.
2. Марценюк^оГ.^оП. Методика оволодіння мистецтвом гри на тромбоні: навч.-метод. посібник. К. : ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2007. 351^ос.
3. Посвалюк В. Т Теорія і методика виконавства на трубі. Київ, 2010.

Олевська Тамара,

викладачка Полтавської міської школи мистецтв «Мала академія мистецтв» імені Раїси Кириченко,

Олевська Марія,

викладачка Полтавської міської школи мистецтв «Мала академія мистецтв» імені Раїси Кириченко,

Ніколаєва Наталія,

викладачка Полтавської міської школи мистецтв «Мала академія мистецтв» імені Раїси Кириченко, (м.^оПолтава)

ВИКОРИСТАННЯ ПАРТЕРНОЇ ГІМНАСТИКИ НА ЗАНЯТТЯХ ІЗ ХОРЕОГРАФІЇ

Анотація. У статті розкрито важливість застосування партерної гімнастики в навчанні дітей танцювальному мистецтву. Висвітлено методичні поради щодо принципів гімнастики в хореографії, їх засоби і

структуру, вимоги, щільність і навантаження при проведенні занять. Наголошується на необхідності формування основних рухових якостей і навичок, необхідних для успішного засвоєння класичного, народно-сценічного, сучасного та інших напрямів танцювального мистецтва.

Ключові слова: хореографія, партерна гімнастика, комплекс вправ, танцювальне мистецтво, релаксація.

Постановка проблеми. Проблема збереження здоров'я молодого покоління останнім часом стає актуальною, адже невпинно зростає темп життя, змінюються вимоги щодо навчальної діяльності учня. Щоденні фізичні навантаження, психологічна втома в цілому накладають відбиток на весь організм дитини. Тому партерна гімнастика є запорокою подолання негативних тенденцій розвитку організму дитини.

Ступінь вивчення проблеми. Проблеми хореографічної освіти в Україні є предметом наукових розвідок Л.^оАндрощук, Т.^оБлагової, С.^оКуценко, Г.^оНіколаї, Т.^оПовалій та ін. Питання партерного тренажу, ритмічної гімнастики, партерної гімнастики порушуються в роботах Т.^оКалашник, В.^оСосіної, О.^оШевченко та інших вітчизняних дослідників.

В.^оСосіна під партерною гімнастикою розуміє вправи на підлозі в різних позах, сидячи, лежачи на животі та спині, які спрямовані на розвиток гнучкості в суглобах, на розтяжку всіх м'язів тіла, їх зміцнення [4, с. 4].

Виклад основного матеріалу. Аналізуючи будь-яку систему танцю (класичний, народний, історико-побутовий, бальний танець), ми можемо чітко виділити визначений набір рухів, що властивий тільки їй. Проте, партерна гімнастика ефективна з перших кроків навчання у будь-якій системі танцю.

Уже на етапі прийому і формування групи у дитини виявляються різні дефекти: надмірна вага, сутулість, явища сколіозу, плоскостопість. Партерна гімнастика, її специфічні вправи допоможуть усунути багато з перерахованих недоліків.

Вправи партерної гімнастики прекрасно розвивають м'язи живота,

спини, виворотність ніг від тазостегнового суглоба до гомілковостопного, гармонійно формують м'язову масу, значно збільшуючи силу м'язів, амплітуду кроку, виробляють точність координації руху. При цьому поставлена мета досягається без навантаження на хребет, без напруги всього тіла, так як всі вправи виконуються лежачи на спині, потім на животі, однакову кількість разів і при роботі конкретної групи м'язів. Інші частини тіла спокійні і розслаблені. Всього цього можна досягти тільки за умови повільного темпу виконання вправ, так як швидкий темп не сприяє глибокому «диханню» м'язів.

Мета партерної гімнастики – виховати в учнів усвідомлення необхідності індивідуальної роботи учня для власного розвитку, фізичного виховання і систематичного фізичного вдосконалення. Для досягнення цієї мети необхідно вирішити комплекс завдань: правильно підготувати суглобово-зв'язковий апарат і все тіло для занять з хореографії; усунути фізичні недоліки кожного учня; формувати пружність, розвинути еластичність і силу м'язів при максимальній рухливості суглобів; максимально, з урахуванням вікових особливостей розвинути гнучкість хребта в сукупності з рухливістю і зміцненням всього суглобово-зв'язкового апарату [1, с.°55].

Обов'язковими умовами є регулярність і безперервність занять. Необхідно дотримуватися повільного темпу виконання рухів при рівномірному навантаженні. Зберігати його на одному рівні необхідно 3 – 4 заняття. Протягом занять можливо замінити одну вправу іншою, аналогічною, але тривалість заняття обсяг фізичного навантаження слід тримати під контролем.

Основою підготовчої частини є спеціально розроблений комплекс вправ, у якому вправи виконуються в порядку підвищення інтенсивності навантаження та чергуються (вправи для м'язів – згиначів та розгиначів рук, ніг, шиї, грудей та спини).

При проведенні комплексу вправ потрібно використовувати поточний

спосіб. До комплексу включені всі добре знайомі, прості за технікою виконання вправи. Кожна з них багаторазово повторюється. Перехід від однієї до іншої здійснюється через проголошення короткої назви нової вправи та показ її вихідного положення для виконання наступної [3, с. 99]. Викладач виконує вправу до тих пір, поки всі почнуть виконувати її злагоджено і правильно.

Після виконання комплексу вправ на підлозі рекомендовано розслаблятися (релаксувати).

Релаксація – навчання розслабленню, яке необхідно для зняття фізичної й емоційної напруги, підвищення життєвого тону. Вправи на загальне розслаблення м'язів можуть виконуватися в ігровій формі з використанням художньо-образних тем або виконуватися в позі відпочинку (сидячи по-турецьки, лежачи, із словесним супроводом педагога та з подальшим описом, обговоренням представлених і намальованих у дитячій уяві тематичних картин) [2, с. 108).

Оскільки курс вивчення партерної гімнастики проходить паралельно із вивченням основ класичного танцю, рекомендується виконувати комплекс вправ партерної гімнастики побудований на вивчених елементах класичного танцю (класичного екзерсису).

Висновки. Танцювальне мистецтво – найулюбленіший і найпопулярніший вид серед молодого покоління, який сприяє естетичному вихованню і фізичному розвитку дітей. Метою хореографічних занять із дітьми є виховання гармонійно розвиненої людини. Вони дають можливість сформувати дитину і фізично, і духовно. Заняття хореографією розвивають загальну культуру, закладають фундамент виконавської майстерності, формують гармонійно-розвинутий рухомий апарат, що здатен опановувати різноманітні технічні прийоми, переходи, складні технічні рухи будь-якого виду, напряму. Систематичні заняття партерною гімнастикою успішно вирішують проблему всебічного фізичного розвитку учнів-хореографів та вдосконалюють їх рухові можливості.

Список використаних джерел

1. Березова[°]Г. Класичний танець у дитячих хореографічних колективах К. 1990. 184[°]с.
2. Бондаренко[°]Л. Ритміка і танець у 1-4 класах загальноосвітньої школи. Київ : Музична Україна. 1989. 150[°]с.
3. Колногузенко[°]Б.[°]М. Хореографічне мистецтво: зб. статей – методичні матеріали для підготовки бакалаврів і спеціалістів за фахом «Хореографія». Х. : ХДАК. 2008. 224[°]с.
4. Сосіна[°]В. Методика проведення тренажу і партерного тренажу. Львів. 2013.

Омельницька Наталія,

викладачка першої категорії Полтавської міської школи мистецтв «Мала академія мистецтв» імені Раїси Кириченко,

Шустова Юлія,

викладачка першої категорії Полтавської міської школи мистецтв «Мала академія мистецтв» імені Раїси Кириченко, актриса Полтавського академічного обласного театру ляльок,

Шох Олена,

концертмейстерка Полтавської міської школи мистецтв «Мала академія мистецтв» імені Раїси Кириченко (м.[°]Полтава)

ТВОРЧІ ФУНКЦІЇ ПЕДАГОГА У РЕАЛІЗАЦІЇ МУЗИЧНОГО ОФОРМЛЕННЯ ДИТЯЧОГО СВЯТА

Анотація. У статті наголошується на важливості застосування музичного мистецтва у процесі підготовки і проведення дитячого свята. Сучасний педагог має володіти знаннями основних критеріїв при доборі музичного матеріалу для оформлення дитячого свята і принципами його успішного проведення.