

4. Петренко І.В. Турніри як засіб формування мотивації до спорту у підлітків. Молодь і спорт. 2021. № 4. С. 50–56.

5. Griban, G., Vasylieva, S., Verbovskiy, I., Liashevych, A., Lupaina, I., Grechanyk, O., Temchenko, O., Vysochan, L., Skyrda, T., Denysenko, A. (2022). Formation of Professional and Communicative Competencies in Future Coaches in Olympic and Professional Sports. Journal for Educators, Teachers and Trainers, 13(5), 145-161. doi: 10.47750/jett.2022.13.05.014.

ВПРОВАДЖЕННЯ РІЗНИХ ВИДІВ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ ДЛЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ХОРЕОГРАФІВ

¹Школа О.М., ²Добролюбова Н.В., ²Василенко К.О.

*¹Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія»
Харківської обласної ради*

*²Комунального закладу «Харківський фаховий вищий коледж мистецтв»
Харківської обласної ради*

Анотація. В статті розглядається впровадження різних видів рухової активності для професійної підготовки майбутніх хореографів. Мета – дослідити використання фізичних вправ різної спрямованості в заняттях фізичної культури для майбутніх хореографів.

Ключові слова: хореограф, фізична культура, рухова активність, професійна підготовка.

Актуальність теми. Впровадження різних видів рухової активності в професійну підготовку майбутніх хореографів є надзвичайно актуальним у сучасному світі, де танець виконує важливу роль не лише в культурному, але й в соціальному житті [2]. З розвитком нових танцювальних стилів та технік, майбутні хореографи повинні бути готовими адаптуватися до змін, що відбуваються у цій динамічній сфері.

Оскільки танець інтегрується в різні аспекти мистецтва та розваг, важливо, щоб хореографи мали широкий спектр рухових навичок, що дозволяє їм створювати нові, інноваційні вистави та проекти. Різноманітні види рухової активності сприяють розвитку не тільки фізичних здібностей, а й творчого мислення, артистичної виразності та роботи в танцювальному колективі [2, 4, 5].

Крім того, зростаюча популярність здорового способу життя підкреслює необхідність комплексного підходу до фізичної підготовки танцюристів [1]. Сучасні хореографи повинні бути добре обізнані в питаннях фітнесу, відновлення та реабілітації, щоб запобігати травмам та підтримувати своє здоров'я протягом кар'єри. Таким чином, систематичне впровадження різних видів рухової активності в освітній процес є не лише важливим для професійного зростання студентів, але й критично необхідним для забезпечення їхньої конкурентоспроможності на ринку праці.

Метою дослідження є формування комплексних рухових навичок, розвиток творчого потенціалу та забезпечення фізичної підготовленості, що дозволить їм ефективно працювати в умовах сучасного танцювального мистецтва.

Завдання дослідження:

1. Ознайомити студентів з різними танцювальними стилями та техніками, щоб розвинути їхню гнучкість і різноманітність рухів.
2. Забезпечити розвиток фізичних кондицій, таких як витривалість, сила, координація та гнучкість через різні види рухової активності.
3. Сприяти розвитку креативності шляхом впровадження імпровізації, акторської майстерності та експериментів з рухом.
4. Навчити студентів основам хореографії, включаючи створення танцювальних композицій та постановку номерів.
5. Надати знання про методи відновлення та профілактики травм, що є критично важливими для здоров'я танцюристів.

Ці завдання сприятимуть формуванню кваліфікованих, креативних та адаптивних хореографів, готових до викликів сучасної танцювальної індустрії.

Результати дослідження та їх обговорення. Виконання поставлених завдань в рамках впровадження різних видів рухової активності в професійну підготовку майбутніх хореографів призвело до досягнення кількох важливих результатів. По-перше, студенти змогли розширити свій руховий репертуар, оволодівши різними танцювальними стилями. Це суттєво покращило їх техніку і виразність рухів, а також дозволило створити багатий руховий словник. По-друге, впровадження аеробіки, фітнесу та силових тренувань дало змогу покращити фізичну підготовку студентів. Помітно зросли їхня витривалість і сила, що позитивно вплинуло на здатність виконувати складні танцювальні рухи. По-третє, заняття імпровізацією та творчими майстернями сприяли розвитку креативного мислення. Здобувачі стали більш відкритими до експериментів з рухом, що допомогло їм генерувати нові ідеї в хореографії.

Також було засвоєно важливі професійні навички [2; 3]. Здобувачі навчилися основам хореографії і стали здатними самостійно створювати танцювальні композиції, що підвищило їхню впевненість у професійній діяльності. Крім того, отримані знання в області реабілітації допомогли студентам відповідально ставитися до свого здоров'я і запобігати травмам. Вони навчилися методам відновлення, що є критично важливим для танцюристів. Інтеграція теоретичних знань з практикою також позитивно вплинула на навчальний процес. Здобувачі змогли глибше зрозуміти хореографію як мистецтво і науку.

Нарешті, співпраця з професіоналами через участь у майстер-класах і зустрічах з відомими хореографами надала здобувачам цінний досвід і знайомства в професійному середовищі, підвищуючи їх конкурентоспроможність.

Таким чином, отримані результати свідчать про ефективність впровадження різних видів рухової активності в освітній процес. Це сприяло

всесбічному розвитку здобувачів і підготовленості до викликів сучасної танцювальної індустрії.

Висновки. Впровадження різних видів рухової активності в професійну підготовку майбутніх хореографів виявилось надзвичайно ефективним і результативним. Різноманітні види рухової активності сприяють комплексному розвитку студентів, формуючи у них не лише технічні навички, але й творчий підхід до хореографії. Інтеграція фізичних тренувань в освітній процес позитивно вплинула на фізичну форму студентів, що є критично важливим для виконання танцювальних номерів. Заняття імпрровізацією та участь у творчих майстернях стимулюють розвиток креативного мислення, що дозволяє студентам створювати унікальні та інноваційні постановки. Здобувачі успішно освоїли основи хореографії, навчилися створювати власні композиції і підвищили свою впевненість у професійних здібностях. Знання в області реабілітації та профілактики травм стали важливими інструментами для підтримки фізичного здоров'я здобувачів, що дозволяє їм уникати травм протягом кар'єри. Інтеграція теоретичних знань з практичними навичками створює гармонійний освітній процес, що готує студентів до реальних викликів у сфері танцю. Співпраця з практиками та участь у майстер-класах відкриває нові можливості для кар'єрного зростання та професійного розвитку.

Отже, результати дослідження підтверджують, що впровадження різних видів рухової активності є необхідним компонентом підготовки майбутніх хореографів, що забезпечує їх конкурентоспроможність і готовність до викликів сучасного танцювального мистецтва.

Список літературних джерел

1. Грибан Г.П. Особливості фізичної підготовленості студентів вищих навчальних закладів України. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Сер.: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт.* 2014. Вип. 118(1). С. 88 – 92. Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/VchdpuPN_2014_118\(1\)_22](http://nbuv.gov.ua/UJRN/VchdpuPN_2014_118(1)_22).
2. Школа О.М., Добролюбова Н.В. Технологія розвитку педагогічної спрямованості особистості майбутнього педагога – хореографа. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Сер. 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наук. праць / за ред. О. В. Тимошенка.* Київ: Видавництво НПУ імені М. П. Драгоманова, 2018. Вип. 7 (101)18. С. 38 – 42.
3. Otravenko O., Shkola O., Zhamardiy V., Shynkarova O., Fomenko O., Poluliashchenko T., Donchenko V. Assessment of the impact of working under COVID-19 conditions on the psychophysical state of nurses. *Acta Balneologica. Journal of the polish balneology and physical medicine association.* Aluna Publishing. 2024; VOL. LXVI. 2(180). P. 128 – 135.
4. Gryban Grygoriy, Romanchuk Victor, Boyarchuk Oleksandr, Gusak Oleksandr (2014). Activation of sports and recreational activities of students with disabilities in health during the learning process in physical education. *British Journal of Science, Education and Culture.* No. 1. (5) (January-June). Volume III. "London University Press". London, 2014. P. 132–136.
5. Griban, G., Yavorska, T., Tkachenko, P., Kuvaldina, O., Dikhtiarenko, Z., Yeromenko, E., Lytvynenko, A., Hresa, N., Okhrimenko, I., Ovcharuk, I., Prontenko, K. (2020). Motor activity as the basis of a healthy lifestyle of student youth. *Wiadomości Lekarskie*, 73 (6), 1199-1206. doi: 10.36740/WLek202006123.