

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ЛЬВІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ІВАНА ФРАНКА  
ФАКУЛЬТЕТ КУЛЬТУРИ І МИСТЕЦТВ

**Кафедра режисури та хореографії**

**БАБИНЕЦЬ ВЛАДИСЛАВА ІВАНІВНА**

**ВПЛИВ ХОРЕОГРАФІЇ НА ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНИЙ РОЗВИТОК  
ДИТИНИ В ДОШКІЛЬНОМУ ВІЦІ**

**Магістерська робота**

Галузь знань 02 Культура і мистецтво  
Спеціальність 024 Хореографія

Науковий керівник:  
доцент кафедри режисури та хореографії,  
кандидат мистецтвознавства  
Плахотнюк Олександр Анатолійович

**Львів-2024**

## АНОТАЦІЯ

### **Бабинець В. І. Вплив хореографії на психофізіологічний розвиток дитини в дошкільному віці**

Магістерська робота на здобуття освітнього ступеня магістра галузі знань 02 «Культура і мистецтво» за спеціальністю 024 «Хореографія». – Львівський національний університет імені Івана Франка, Львів, 2024.

У магістерському дослідженні на основі аналізу наукових джерел обґрунтовується думка, що інтеграція хореографічних занять у процес навчання дітей сприяє їхньому гармонійному фізичному, емоційному та психологічному розвитку.

У першому розділі розглядаються основні особливості психофізіологічного розвитку дітей дошкільного віку та взаємозв'язок занять з хореографії із психічним здоров'ям дітей. Другий розділ присвячено характеристиці розвитку хореографічних творів з урахуванням психологічних потреб дітей, а також ролі музики та гри у формуванні хореографічних навичок.

Третій розділ присвячений створенню, хореографічної постановки «Чарівний сад», в якому беруть участь діти різного віку. Проаналізовано методи та прийоми залучення дітей до колективної творчості, а також важливість взаємодії учасників під час виконання танцювальних вистав.

Висновки підкреслюють, що заняття з хореографії мають позитивний вплив на формування психофізіологічного розвитку дітей дошкільного та молодшого шкільного віку. Враховуючи фізичні та психологічні особливості учнів, можна створити ефективні методи навчання, які сприяють розвитку дитячої творчості.

*Ключові слова:* хореографія, дошкільний вік, молодший шкільний вік, фізіологічні особливості, психологічні особливості, хореографічні постановки, рухова діяльність, емоційна виразність, творчі здібності, музика, колективна творчість, педагогічні методи, розвиток дітей, танець.

## ANNOTATION

### **Babynets V. I. The Influence of Choreography on the Psychophysiological Development of Children at Preschool Age**

Master's thesis for obtaining the educational degree of Master in the field of knowledge 02 "Culture and Art" in the specialty 024 "Choreography". – Ivan Franko Lviv National University, Lviv, 2024.

The master's research, based on the analysis of scientific sources, substantiates the idea that the integration of choreographic classes into the process of teaching children contributes to their harmonious physical, emotional and psychological development.

The first section discusses the main features of the psychophysiological development of preschool children and the relationship between choreography classes and children's mental health. The second section is devoted to the characterization of the development of choreographic works taking into account the psychological needs of children, as well as the role of music and play in the formation of choreographic skills. The third section is devoted to the practical aspects of creating a choreographic performance "Magic Garden", in which children of different ages participate. The methods and techniques of involving children in collective creativity, as well as the importance of interaction between participants during the performance of dance works are analyzed.

The conclusions emphasize that choreography classes have a positive impact on the formation of psychophysiological development of children of preschool and primary school age. Taking into account the physical and psychological characteristics of students, it is possible to create effective teaching methods that promote the development of children's creativity.

*Keywords:* choreography, preschool age, primary school age, physiological characteristics, psychological characteristics, choreographic performances, motor activity, emotional expressiveness, creative abilities, music, collective creativity, pedagogical methods, child development, dance.

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП</b> .....	6
<b>РОЗДІЛ 1 ФОРМУВАННЯ ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНОГО РОЗВИТКУ ДІТЕЙ У ДОШКІЛЬНОМУ ВІЦІ</b>	
1.1 Основні характеристики дошкільного віку.....	14
1.2 Взаємозв'язок фізичних вправ та психічного здоров'я у дітей у руховій діяльності.....	19
<b>РОЗДІЛ 2 ХОРЕОГРАФІЧНІ ЗАНЯТТЯ В ДОШКІЛЬНОМУ ТА МОЛОДШОМУ ШКІЛЬНОМУ ВІЦІ</b>	
2.1 Особливості розробки хореографічних постановок, враховуючи фізіологію та психологію дітей .....	26
2.2. Роль музики та ігор у формуванні хореографічних навичок у дітей дошкільного віку .....	31
2.3. Інтегровані підходи до хореографії в молодшому шкільному віці.....	34
<b>РОЗДІЛ 3 ЕФЕКТИВНІСТЬ ТА ВЗАЄМОДІЯ ДІТЕЙ В ХОРЕОГРАФІЧНІЙ ПОСТАНОВЦІ</b>	
3.1 Лібрето та режисерський задум постановки.....	41
3.2 Педагогічні прийоми при постановці хореографічного твору, взаємодія дітей під час постановки.....	44
<b>ВИСНОВКИ</b> .....	50
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ</b> .....	56

## ВСТУП

**Актуальність вибору теми дослідження** в умовах сучасного зростання обсягу досліджень проблем фізичного та психічного здоров'я підростаючого покоління актуальністю обраної теми дослідження є питання про вплив хореографії на психофізіологічний розвиток дітей дошкільного віку. Системний аналіз взаємодії хореографії з психофізіологічним розвитком дітей раннього періоду життя є актуальним завданням, оскільки відкриває перспективи для розробки ефективних програм фізичного та емоційного виховання з урахуванням сучасних викликів у сфері здоров'я та освіти.

Вивчення впливу хореографії на психофізіологічний розвиток дітей дошкільного віку має велике значення в контексті сучасних викликів здоров'я та освіти. Особливо враховуючи зростаючу необхідність розробки ефективних фізичних та розумових освітніх програм, що відповідають сучасним стандартам і вимогам, дана тема стає ключовою для формування здорової та гармонійно розвиненої молоді.

**Об'єктом дослідження** – вплив хореографічного мистецтва на психофізіологічний розвиток дітей дошкільного віку.

**Предмет дослідження** – є вплив хореографії на психофізіологічний розвиток дитини в дошкільному віці.

**Мета роботи:** магістерської роботи полягає у вивченні та аналізі системного впливу хореографії на психофізіологічний розвиток дітей дошкільного віку.

Основні завдання дослідження включають:

- проаналізувати основні характеристики дошкільного віку;
- обґрунтувати взаємозв'язок фізичних вправ та психічного здоров'я у дітей;
- дослідити особливості розробки хореографічних постановок, враховуючи фізіологію та психологію дітей;

- дослідити роль музики та ігор у формуванні хореографічних навичок у дітей дошкільного віку;
- визначити інтегровані підходи до хореографії в молодшому шкільному віці;
- розробити лібрето та режисерський задум постановки «Чарівний сад»;
- проаналізувати педагогічні прийоми при постановці хореографічного твору, взаємодія дітей під час постановки;
- визначення можливих педагогічних та методичних рекомендацій для використання хореографії в освітньому процесі з метою поліпшення психофізіологічного розвитку дітей.

**Методи дослідження.** Основні методи та методологічні підходи включають:

- *аналітичний метод* – робота базується на аналізі наукових матеріалів та літератури з педагогіки, психології, мистецтвознавства та інших суміжних галузей;
- *метод синтезу* – поєднує в собі різні аспекти знахідок і результатів досліджень з педагогіки, психології та хореографії;
- *описовий метод* – детальний опис різноманітних хореографічних навчальних методик та їх впливу на психофізіологічний розвиток дітей;
- *емпіричний метод* – проведення спеціально організованих хореографічних занять, для дітей дошкільного віку з метою спостереження за їхнім психофізіологічними змінами, під час участі у хореографічних постановках.

**Наукова новизна** проявляється у тому, що застосовується системний підхід до вивчення впливу хореографії на психофізіологічний розвиток дітей дошкільного віку. Робота включає комплексний аналіз окремих хореографічних елементів та їхнього впливу на фізичне здоров'я та емоційний стан дитини. Методи дослідження та навчальні підходи надають нові практичні рекомендації щодо використання хореографії у навчальному

процесі з дітьми. Це дозволяє внести значний внесок у науковий аспект у галузі педагогіки та психології, розширюючи розуміння та застосування хореографії як засобу покращення психофізіологічного розвитку дітей.

Дослідження впливу хореографії на психофізіологічний розвиток дітей дошкільного віку спрямоване на розкриття специфічного механізму взаємодії фізичного та емоційного пізнавального розвитку дітей. Це не лише сприяє формуванню фізичного та психічного здоров'я нового покоління, але й створює основу для розробки інноваційних методів навчання та освітніх програм, орієнтованих на гармонійний розвиток дітей у сучасному соціальному та культурному середовищі.

**Практичне значення дослідження.** Отримані результати дослідження дитячої танцювальної вистави «Чарівний сад» показують, що вона має значний вплив у різних аспектах. Участь у підготовці та виставі є важливим стимулом для творчого розвитку дітей і допомагає їм виразити свої емоції та почуття через мистецтво танцю. Крім того, вистава може вплинути на фізичний розвиток дітей. Важливим аспектом є соціальна взаємодія, яка розвивається у спільній творчій діяльності. Діти вчаться виконувати рухи спільно та злагоджено, що сприяє розвитку комунікативних навичок та взаєморозуміння. Це сприяє самовираженню та самопізнанню, допомагаючи дітям відкрити власні унікальні здібності.

#### **Апробації магістерської роботи :**

1) Всеукраїнський круглий стіл «Війна і танець: виклики сьогодення» кафедри хореографії факультету музичного мистецтва і хореографії Київського Університету імені Бориса Грінченка (2 листопада 2023 р. м. Київ). Тема доповіді: «Шлях до Миру: Роль Танцю в Активізмі під час Війни». (Науковий керівник: доц. О.А. Плахотнюк).

2) XVII Всеукраїнська студентська наукова конференція «Культурно-мистецькі процеси в Україні у контексті європейського наукового простору» факультет культури і мистецтв Львівського національного університету імені Івана Франка (8 травня 2024 р. м. Львів). Тема доповіді: «Інклюзія через

мистецтво: арт-терапія для дітей з ДЦП». (Науковий керівник: доц. О.А. Плахотнюк).

3) XIX Всеукраїнська науково-практична конференція молодих вчених, аспірантів та студентів «Хореографічна культура-мистецькі виміри» (15 листопада 2024 року, кафедра режисури та хореографії факультету культури і мистецтв Львівського національного університету імені Івана Франка м. Львів). Тема доповіді: «Методологічні аспекти розробки хореографічних постановок з урахуванням фізіологічних та психологічних особливостей дітей». (Науковий керівник: доц. О.А. Плахотнюк).

4) Міжнародна науково-практична конференція Future of science: innovations and perspectives (25–27.11.2024 року у м. Стокгольм, Швеція). Тема доповіді: «Зв'язок між арт-терапевтичними методами та танцем». (Науковий керівник: доц. О.А. Плахотнюк).

5) VII International Scientific and Theoretical Conference «Advanced discoveries of modern science: experience, approaches and innovations» (29.11.2024) Amsterdam, The Netherlands. Тема доповіді: «Обґрунтування принципів інклюзивної освіти». (Науковий керівник: доц. О.А. Плахотнюк).

#### **Публікації:**

1) Бабинець В.І. Інклюзія через мистецтво: арт-терапія для дітей з ДЦП *зб. студентських наук. пр. Культурно-мистецькі ескізи*. Львів : ЛНУ імені Івана Франка, 2024. Вип. 6. С. 162–169. (Науковий керівник – доц. О.А. Плахотнюк) [3].

2) Бабинець В.І. Методологічні аспекти розробки хореографічних постановок з урахуванням фізіологічних та психологічних особливостей дітей. *зб. студентських наук. пр. Хореографічна культура – мистецькі виміри*. Львів : ЛНУ імені Івана Франка, 2024. Вип. 17. С. 117–122. (Науковий керівник – доц. О.А. Плахотнюк) [1]

3) Бабинець В. І., Яцеленко А. А., Стригун Ф. М., Плахотнюк О. А. Зв'язок між арт-терапевтичними методами та танцем. The 1st International scientific and practical conference “Future of science: innovations and

perspectives” (November 25–27, 2024). Stockholm, Sweden: SSPG Publish. 2024. C. 575–580. RRL:<https://sci-conf.com.ua/wp-content/uploads/2024/11/FUTURE-OF-SCIENCE-INNOVATIONS-AND-PERSPECTIVES-25-27.11.24.pdf>

(Науковий керівник – доц. О.А. Плахотнюк) [4].

4) Бабинець В.І., Бандура Х.П., Ліщинська М.І. Обґрунтування принципів інклюзивної освіти. Advanced discoveries of modern science: experience, approaches and innovations: collection of scientific papers «SCIENTIA» with Proceedings of the VII International Scientific and Theoretical Conference, November 29, 2024. Amsterdam : The Netherlands. International Center of Scientific Research. 2024. C.183–187. URL: <https://previous.scientia.report/index.php/archive/issue/view/29.11.2024>

(Науковий керівник – доц. О.А. Плахотнюк) [2].

**Постановчо-творча робота:** «Чарівний сад» URL : <https://youtu.be/RnNKxJIPK60?feature=shared> [29]

**Структура магістерської роботи:** Магістерська робота складається зі вступу, трьох розділів, загального висновку, списку використаних джерел та літератури.

У Вступі обґрунтовано актуальність вибору теми дослідження, вказано на зв'язок роботи з темами, сформульовано тему, окреслено мету і завдання, визначено об'єкт та предмет дослідження, розкрито наукову новизну та практичне завдання отриманих результатів.

У першому розділі розглядається формування психофізіологічного розвитку дітей дошкільного віку. Будуть проаналізовані аспекти, що стосується фізичного та психічного розвитку, зокрема особливості моторики, емоційно-психічні аспекти, адаптацію до соціального середовища та формування основних навичок, необхідних для успішного переходу до наступних етапів розвитку.

У підпункту 1.1 «Основні характеристики дошкільного віку», досліджено основні особливості фізичного та психічного розвитку дітей дошкільного віку. Виявлено, що цей період характеризується швидким

фізичним ростом і розвитком моторних навичок. Діти в цьому віці активно пізнають світ через гру і рухову діяльність, що сприяє їхньому когнітивному і соціальному розвитку. Особлива увага приділяється формуванню емоційної стабільності та соціальних навичок, які є важливими для гармонійного розвитку дитини.

У підпункту 1.2. «Взаємозв'язок фізичних вправ та психічного здоров'я у дітей» у цьому підрозділі розглянуто вплив фізичної активності на психічне здоров'я дітей та встановлено взаємозв'язок між цими факторами. Доведено, що регулярні фізичні вправи сприяють зниженню рівня тривожності і депресії у дітей, а також покращують їх емоційний стан. Фізична активність позитивно впливає на когнітивні функції, такі як пам'ять, увага і здатність до навчання. Крім того, вона сприяє формуванню соціальних навичок і самодисципліни, що важливо для загального психічного благополуччя дітей.

У другому розділі «Хореографічні заняття в дошкільному та молодшому шкільному віці», який складається з трьох підрозділів, ми досліджуємо методи і форми викладання хореографії та вплив таких занять на фізичний та емоційний розвиток дітей.

У підпункт 2.1 Особливості розробки хореографічних постановок, враховуючи фізіологію та психологію дітей. Досліджено унікальні аспекти створення хореографічних постановок для дітей, враховуючи їхню фізіологію та психологію.

У підпункту 2.2 Роль музики та ігор у формуванні хореографічних навичок у дітей дошкільного віку. Розглянуто вплив музики та ігрового компонента на формування хореографічних навичок дітей. Виявлено також вплив музики та ігрового компонента на формування хореографічних навичок дітей. Музика сприяє розвитку почуття ритму, координації рухів та емоційної виразності. Ігровий компонент робить процес навчання більш захоплюючим і мотивуючим для дітей, сприяючи їхньому активному залученню та творчому самовираженню. Це дозволяє ефективно поєднувати

навчання з розвагами, що особливо важливо для дошкільного та молодшого шкільного віку.

У підпункту 2.3 Інтегровані підходи до хореографії в молодшому шкільному віці. Досліджено можливості інтеграції хореографії в навчальний процес для молодших школярів. У цьому підрозділі аналізуються різноманітні методи і форми викладання хореографії, що дозволяють поєднувати танцювальну діяльність з іншими навчальними дисциплінами. Особлива увага приділяється впливу таких інтегрованих занять на фізичний, емоційний і когнітивний розвиток дітей, а також на їхню мотивацію до навчання. Розглянуто приклади успішної інтеграції хореографії з музикою, літературою та образотворчим мистецтвом, що сприяє всебічному розвитку молодших школярів.

У третьому розділі Ефективність та взаємодія дітей в хореографічній постановці, який складається з трьох підрозділів.

У підпункту 3.1 Лібрето та режисерський задум постановки, розглянуто процес створення лібрето та режисерського задуму для хореографічних постановок, орієнтованих на дітей дошкільного та молодшого шкільного віку. У цьому підрозділі досліджуються ключові елементи лібрето, що включають опис сюжетної лінії, персонажів, основних подій та емоційних акцентів. Режисерський задум розкриває концепцію постановки, враховуючи вікові особливості дітей, їхні фізичні та психологічні можливості. Також аналізується важливість музичного супроводу, сценографії та костюмів у створенні цілісного художнього образу, що сприяє залученню дітей до процесу та їхньому емоційному залученню.

У підпункті 3.2 Аналіз постановки «Чарівний сад» проведено аналіз ефективності хореографічної вистави «Чарівний сад». У цьому підрозділі розглядаються різні аспекти постановки, такі як вибір музики, хореографічні рішення, сценографія та костюми. Особлива увага приділяється аналізу того, як ці елементи сприяють передачі сюжету та емоційного впливу на глядачів. Оцінюються також реакції дітей на виставу, їхня участь у процесі і враження,

що виникли під час перегляду та виконання. Аналіз ефективності вистави включає в себе оцінку досягнутих цілей, таких як розвиток творчих здібностей дітей, покращення їхньої фізичної форми та емоційної виразності.

У підпункті 3.3 «Педагогічні прийоми при постановці хореографічного твору, взаємодія дітей під час постановки» розглянуті педагогічні методи та взаємодія дітей у процесі створення хореографічного твору. В цьому підрозділі детально аналізуються різноманітні методи, які використовують педагоги для навчання дітей хореографії, включаючи індивідуальні та групові підходи. Підкреслюється важливість створення сприятливого середовища для співпраці та комунікації серед дітей під час репетицій і виконання. Окрема увага приділяється тому, як педагогічні прийоми сприяють розвитку творчих здібностей дітей, їхньої самостійності та емоційного вираження. Також розглядаються ефективні стратегії для заохочення активної участі дітей і підтримання їхнього інтересу до хореографічного мистецтва.

У висновках сформульовано основні результати дослідження та надано рекомендації для подальших напрямків розвитку обраної теми. Зокрема, підкреслено важливість фізичної активності для психічного здоров'я дітей, роль музики та ігрового компонента у хореографії, а також необхідність інтегрованих підходів у навчальному процесі. Рекомендації включають подальше впровадження інтегрованих методів навчання, розробку адаптивних програм з урахуванням фізіологічних і психологічних особливостей дітей, а також активне використання музики і творчих завдань для стимулювання всебічного розвитку. Запропоновано також подальше дослідження ефективності інтегрованих занять та вивчення досвіду інших освітніх систем для підвищення якості дошкільної та початкової освіти.

## РОЗДІЛ 1

### ФОРМУВАННЯ ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНОГО РОЗВИТКУ ДІТЕЙ У ДОШКІЛЬНОМУ ВІЦІ

#### 1.1 Основні характеристики дошкільного віку

Дошкільний вік займає важливе місце в житті людини, будучи основою її майбутнього розвитку. У цей відповідальний період діти набувають знань, умінь і навичок, займаючись різними видами діяльності. Саме в цей час характеристики їхньої психіки починають формуватися, не тільки впливаючи на поточний етап розвитку, але й закладаючи основу для їхнього загального розвитку в наступні роки. Важливу роль у формуванні особистості дитини відіграють становлення, які відбуваються в дошкільному віці [15, с. 4].

Від трьох до шести років дошкільний період охоплює чіткий етап розвитку. Подібно до інших етапів розвитку, дошкільний період відзначається унікальним соціальним середовищем, керованою діяльністю, зростанням усіх аспектів розуму та індивідуальності, а також появою нових утворень.

Соціальний контекст, в якому розвивається дитина дошкільного віку, характеризується її бажанням бути дорослим і займатися суспільно значущою і схвалюваною діяльністю. Але через обмежений вік дошкільник не може повноцінно брати участь у дорослому житті. Це породжує протиріччя між їхнім бажанням бути дорослим і неможливістю досягнення цього бажання, яке лежить в основі їхнього розвитку [8, с. 57].

Вирішення цього протиріччя полягає в залученні до ігрової діяльності, яка стає основною на цьому етапі розвитку. За допомогою рольових ігор дитина може прикидатися дорослим, виконувати дорослі завдання та брати на себе дорослі обов'язки. Ігрова діяльність дає можливість робити те, що неможливо реалізувати в реальному житті, дозволяючи дитині подолати прірву між своїми бажаннями та реальністю [22, с. 155].

Дошкільний вік вважається періодом, протягом якого дитина формує соціальні навички людської взаємодії через спілкування з дорослими, а також через гру та безпосередню взаємодію з однолітками. У цей віковий період засвоюються норми і правила соціальної поведінки [12, с. 36].

Характеристика провідної діяльності віку має вирішальне значення, оскільки саме в цей період формуються основні новоутворення віку, зароджуються нові види діяльності. Гра має історичне значення як за змістом, так і за походженням [11, с. 33]

Сюжетно-рольова гра зумовлена суспільством, тому що діти вчаться брати участь в історіях, і частіше за все під опосередкованим впливом дорослого. Важливо те, що цілі гри закладені в змісті гри, дитину більше цікавить сам процес гри, ніж результат ігрової діяльності. Гра є найважливішим засобом пізнання і розуміння навколишнього світу, особливо світу людей [11, с. 36].

На противагу контексту ігрового процесу створюються нові види діяльності, продуктивні за своїм характером, зокрема малювання, прикладні методи, конструювання та ін. Важливою складовою розвитку особистості є розвиток трудової діяльності, який здійснюється на ранніх етапах повсякденного життя.

Особливо важливо дати дітям дошкільного закладу можливість брати участь у заходах дорослих разом із дорослими та під наглядом дорослих. Дорослі повинні усвідомлювати, що бажання брати участь у заходах для дорослих, як правило, короткочасне, тому важливо використовувати цю можливість, щоб виховати позитивне ставлення до роботи.

Дошкільний вік характеризується періодом швидкого розвитку пізнавальних здібностей. Протягом цього часу у дитини розвиваються численні уявлення про навколишній світ, ці уявлення потім організуються та спрощуються в первинні уявлення про структуру мовлення, математику та логіку [11, с. 4–5].

Інтенсивний сенсорний розвиток представлений засвоєнням інформації про різноманітні властивості предметів і явищ навколишнього світу, засвоєнням нових дій (перцептивних), які сприяють більш уточненому сприйняттю світу, дитина вчиться використовувати загальноприйнятну сенсоріку [18, с. 17].

У дошкільному віці особистість дитини зазнає значного розвитку, насамперед в емоційно-вольовій стороні. Вирішальним аспектом, який виникає на цьому етапі, є здатність передбачати емоції, що дозволяє дитині поступово контролювати свою поведінку та сприяє розвитку моральної поведінки. Як правило, дошкільнята відчувають переважно позитивні емоції [10, с. 34].

Дошкільний період має велике значення у вихованні саморегуляції, на яку позитивно впливає залучення до ігрової діяльності, що вимагає дотримання правил і виконання певних дій.

Первинний прогрес у розвитку особистості передбачає встановлення ієрархії мотивів. Замість того, щоб керуватися виключно індивідуальними мотивами, дії дитини тепер підпадають під вплив підлеглої системи, яка пов'язана зі зростанням свободи волі. Дитина повинна докласти вольових зусиль, щоб віддати пріоритет колективним потребам над особистими бажаннями. Мотиви починають функціонувати як стримуюча сила [6, с. 104].

Дорослі повинні розуміти, які цілі найбільш успішні в цьому віці. У результаті найбільшими мотиваторами дій дошкільника є допомога, схвалення, отримання призу. Чим менше покарання чи дистанція від групи, тим легше нам це прийняти. Шкідливим мотивом є власна запорака дитини, якою часто користуються і батьки, і вчителі.

Маленька дитина в цьому віці ще не може зберегти цю обіцянку, але вона розуміє важливість слова протягом кількох місяців. Це сприяє вихованню у дитини апатичності. Найменш потужним мотивом є пряма заборона дій дитини, особливо це актуально, якщо немає супровідних пояснень або інших додаткових спонукальних факторів [11, с. 67].

Саме в цей період часу закладаються основи здорового розвитку особистості, фізичні якості, що впливають з нього, є основою здоров'я та довголіття, розвиваються багато рухових навичок, фізичних якостей (спритність, швидкість, сила тощо). Своєчасне і правильне формування рухової функції людини, особливо на ранніх етапах життя, має першочергове значення для всебічного розвитку її фізичних можливостей [12, с. 25].

Правильний розвиток фізичних здібностей – це фізіолого-виховний процес, який спрямований на досягнення фізичної досконалості та зміцнення здоров'я, підготовку підрастаючого покоління до дорослого життя та трудової діяльності [13, с. 17].

У процесі фізичного виховання створюються позитивні умови, які сприяють успішному засвоєнню дітьми стійких навичок поведінки. Зв'язок фізичного виховання з розумовим вихованням передбачає навчання дітей правилам фізичної культури, зокрема щодо рухливих ігор, найбільш ефективних способів виконання рухів та ін. [17, с. 89].

Зв'язок між фізичним вихованням і роботою особливо очевидний, оскільки фізичні рухи є основою для роботи. Підвищення рухової системи дитини покращує можливості організму; розвиток фізичних і вольових якостей сприяє практичній і психічній підготовці дошкільників до продуктивного майбутнього [10, с. 6–7].

Під час фізичних вправ розширюються можливості аналізаторів: зорового, слухового, рухового. Точнішими є оцінки простору, у дітей розвивається сприйняття часу, підвищується точність і чіткість рухів і т.д. Все це створює необхідні передумови для кращого розуміння навколишнього середовища і певною мірою впливає на естетичний розвиток [13, с. 58].

Для виховання у дітей емоційних уподобань за допомогою фізичного виховання важливо дотримуватись належних гігієнічних умов у класах, форменої фізкультури, яскравого художнього оформлення на фізкультурному інвентарі (м'ячі, прапорці, обручі тощо).

Виховання естетичних почуттів в першу чергу впливає з музики, яка пов'язана з заняттями і ранковою зарядкою. Це збільшує частоту і послідовність виконання вправ, встановлює тривалість вправ і допомагає їм більш артистично. Все це підвищує настрій дітей, викликає загальне підвищення емоційності.

Розуміння фізичного розвитку дітей розглядається як біологічний процес, який є безперервним. На кожній віковій групі він характеризується певним набором морфологічних і функціональних властивостей організму, пов'язаних між собою і зовнішнім середовищем (відповідальна за це в першу чергу центральна нервова система).

Без індивідуальних оцінок фізичного розвитку та здоров'я неможливо описати групові особливості чи середні показники фізичного розвитку в певному віці, статі та колективі, цю інформацію також неможливо отримати, не знаючи типових показників фізичного розвитку того чи іншого віку, стать і колектив.

Організм дитини відрізняється від організму дорослої людини рядом особливостей, що стосуються будови і функціонування окремих органів і систем.

По-перше, дитячий організм відрізняється від дорослого тим, що він постійно росте і розвивається. Під ростом розуміють кількісні зміни в організмі, під розвитком – якісні зміни, диференціацію органів і тканин. Постійні зміни, які піддаються кількісній оцінці, стають якісними в міру їх прогресування. Це спільний і залежний характер росту та розвитку [11, с. 30]. У певні періоди розвитку процеси росту і розвитку відбуваються нерівномірно і нерегулярно.

Крім того, для дітей дошкільного віку характерна специфічна ситуація соціального розвитку – діти прагнуть соціально значущої та соціально визнаної діяльності дорослих, яка неможлива для дошкільників через обмежені можливості, зумовлені їх віком. Провідною діяльністю є ігрова

діяльність, провідною – підготовка до навчання в системі шкільного навчання [11, с. 67].

Отже, дошкільний вік вважається дуже складним і водночас важливим періодом у розвитку дитини. Це етап, коли відбуваються інтенсивні психофізіологічні зміни, і дитина активно пізнає світ, формує свої перші соціальні навички, розвиває когнітивні здібності та емоційну стабільність.

У цей час діти дуже сприйнятливі до різних видів діяльності, які можуть сприяти їхньому всебічному розвитку. Хореографія, зокрема, грає значну роль у цьому процесі. Вона не лише покращує фізичну форму і координацію рухів, але й сприяє розвитку творчих здібностей, вираженню емоцій, формуванню дисципліни та концентрації.

Важливою особливістю дошкільного віку є те, що діти в цьому віці мають велику потребу в русі і грі. Саме через гру і фізичну активність вони краще пізнають світ, навчаються взаємодіяти з іншими та вирішувати проблеми. Хореографія, як один з видів активної діяльності, може стати потужним інструментом у руках педагогів для гармонійного розвитку дітей дошкільного віку. Дослідження системного впливу хореографії на психофізіологічний розвиток дітей дошкільного віку є надзвичайно актуальним, адже воно допомагає зрозуміти, як можна ефективно використовувати цей вид мистецтва для підвищення якості виховання і освіти дітей.

## **1.2 Взаємозв'язок фізичних вправ та психічного здоров'я у дітей**

Фізична активність і психічне здоров'я дітей мають тісний взаємозв'язок, що активно досліджується науковцями, адже рухова діяльність відіграє ключову роль у гармонійному розвитку дитини. Вона позитивно впливає на фізичний стан і водночас сприяє психологічному благополуччю, формуючи здорові звички та покращуючи якість життя.

Регулярні фізичні вправи стимулюють вироблення ендорфінів, які покращують емоційний стан, знижують рівень стресу та допомагають

боротися з тривожністю і депресивними проявами. Діти, які активно займаються спортом, частіше відчують себе впевнено, краще справляються з викликами і отримують задоволення від досягнень. Командні ігри, наприклад, розвивають соціальні навички, такі як уміння співпрацювати, спілкуватися та проявляти лідерські якості. Під час таких занять діти вчаться діяти в команді, дотримуватись правил і виявляти повагу до партнерів.

Фізичні вправи також сприяють активнішому кровообігу і насиченню мозку киснем, що стимулює когнітивні здібності. Покращуються такі функції, як пам'ять, увага і здатність концентруватися, що позитивно впливає на успішність у навчанні. Активна рухова діяльність може допомогти дітям досягати кращих результатів у школі, формуючи в них звичку до систематичної праці.

Заняття фізичною активністю зміцнюють самооцінку дітей, оскільки вони відчують гордість за власні досягнення та здобутки. Такі успіхи дають їм змогу повірити у свої сили, ставити нові амбітні цілі та досягати їх. Усе це сприяє гармонійному розвитку дитини, як фізичному, так і психологічному.

Регулярні фізичні вправи допомагають підтримувати здоровий стан організму, запобігають розвитку ожиріння та інших хронічних захворювань, що, в свою чергу, позитивно впливає на психічне здоров'я.

Інтеграція фізичних вправ у щоденний розклад дітей дошкільного віку є надзвичайно важливою. Це може включати регулярні заняття фізкультурою, ігри на свіжому повітрі, танцювальні заняття та інші форми активності. Важливо також, щоб фізична активність була веселою та привабливою для дітей, що сприяє формуванню позитивного ставлення до спорту і фізичної активності загалом [8, с. 98].

Таким чином, фізичні вправи відіграють ключову роль у підтримці психічного здоров'я дітей, сприяючи їхньому гармонійному розвитку та благополуччю. Інтеграція фізичної активності у повсякденне життя є

ефективним засобом підвищення якості життя та забезпечення здорового розвитку дітей.

Завдяки особистому досвіду, стає очевидним, що помірна фізична активність, яка сприяє хорошій фізичній формі, благотворно впливає на психологічний та емоційний стан людини. Це дозволяє людям володіти необхідними інструментами для підтримки емоційної стабільності та рівноваги, незалежно від потенційного негативного впливу оточення. Швидкий темп сучасного життя в поєднанні з впровадженням нових технологій у різні верстви суспільства спричинив значні зміни в структурі та навчальних програмах навчальних закладів, особливо тих, які навчають дітей дошкільного віку. Ці зміни в першу чергу стосуються ранньої освіти та впровадження більш складних освітніх програм, що вимагає від молодих учнів посиленої когнітивної активності [8, с. 23].

Період від народження до шести років широко визнаний критичним етапом у розвитку когнітивних здібностей. Завдяки організованому дошкільному вихованню та вихованню діти активно розвивають важливі когнітивні навички, такі як увага, сприйняття, пам'ять, мислення, мова та уява, що призводить до помітного збільшення їх загальної пізнавальної діяльності [11, с. 21].

Численні дані досліджень показують, що для активізації пізнавальної діяльності дітей їх необхідно спеціально вчити розумовому використанню розумових дій. Але для того, щоб мислення дитини не набуло безглузлого, академічного характеру, не менш важливим у дошкільний період є накопичення чуттєвого досвіду, тобто конкретного матеріалу для активної пізнавальної діяльності.

Взаємозв'язок між відчуттями, сприйняттям, аналітичним спостереженням і мисленням, взаємозв'язок між різними змістами та організаціями навчання та формуванням цих когнітивних процесів є важливою психологічною та освітньою проблемою [10, с. 20].

Водночас психологи, педагоги та фізіологи прийшли до висновку, що індивідуальні здібності (мислення, сприйняття, уява) не слід розглядати ізольовано, а не в контексті моторного розвитку дитини.

Найкращими умовами для прояву та розвитку здібностей дітей у навчальному процесі є спільна ігрова діяльність та спілкування з іншими дітьми, у цьому процесі діти не лише рухатимуться, а й легко запам'ятовуватимуть усе, що почують у цей період. Встановлено, що пам'ять дій і формування рухових навичок знаходяться в прямій залежності від розумової діяльності [13, с. 9–10].

Взаємозв'язок між розвитком спортивної якості та психологічними процесами та зв'язок між фізичним і розумовим вихованням розглядається на основі цілісності розвитку та єдиного мислення всіх аспектів [9, с. 14].

У літературі є кілька висновків, які стосуються взаємозв'язку між розумом і тілом, розумом і психомоторним розвитком.

Дошкільний етап – важливий етап у житті людини. Саме в цей період закладається основа фізичного та психічного здоров'я дитини. Мотивація, інтерес і ставлення до спортивно-оздоровчої діяльності формуються до 14 років. Незважаючи на те, що життєва установка на цьому етапі недостатньо стійка, а нервова система має особливу гнучкість, це теж є причиною необхідності регулярних фізичних навантажень дітей [10, с. 12].

Тому для дошкільників найважливіше значення має мотивація наслідування дорослим. Якщо батьки з раннього дитинства приділяти увагу фізичному вихованню і спорту, звертати увагу на форми самостійної роботи, які вимагають врахування індивідуальних особливостей фізичного і психічного розвитку, вчити здобувати знання про вплив спорту на організм, то інтерес виникне і стати стабільним. функції та використовуйте їх з розумом [11, с. 35].

По-перше, під час фізичних вправ діти отримують знання, рухові вміння та навички. На жаль, як зазначав у своєму дослідженні Л. Глазирін,

програми фізичного виховання дітей дошкільного віку не враховують їх мотиваційну спрямованість [8, с. 12].

Якщо дітей не виховувати усвідомленого ставлення до свого тіла через фізкультурно-оздоровчу діяльність, суспільство ніколи не зможе зберегти потенціал здоров'я, закладений у дітей від народження, незважаючи на фізіологічні потреби дітей у цьому віці.

Тілесно-орієнтована система розвитку тіла особистості покликана допомогти людині знизити звичне напруження в тілі. Ці системи розглядають людське тіло та розум як єдине ціле, як безперервний психофізичний процес, у якому зміни на одному рівні впливають на інші рівні [11, с. 20].

Дослідники відзначили, що «найбільший позитивний психологічний вплив мають регулярні аеробні фізичні вправи помірної інтенсивності в поєднанні з ритмічним черевним диханням, з точно визначеними просторовими та часовими характеристиками, а також вправами, які сприяють отриманню задоволення.

Фізкультурно-силові вправи у воді сприяють тренуванню і посиленню процесів активного гальмування, відновлюють і регулюють процеси збудження, підвищують емоційний тонус. Елементи гри працюють як для дітей з тривогою (в поєднанні з циклічним стресом), так і для дітей з депресією (взяття на себе ролі лідера в грі) [10, с. 54].

Вивчаючи вплив фізичної активності на психоемоційний стан, вчені часто звертаються до питань, які вивчають депресивні стани та як фізична активність може позитивно вплинути на вихід із депресії.

Отже, фізичні вправи і психічне здоров'я дітей нерозривно пов'язані між собою, створюючи основу для їх гармонійного розвитку. Регулярна фізична активність має позитивний вплив на емоційний стан, когнітивні здібності та соціальні навички дітей, забезпечуючи їм усебічний розвиток.

Фізичні вправи сприяють покращенню настрою і зниженню рівня стресу завдяки виробленню ендорфінів, які діють як природні підсилювачі настрою. Це допомагає дітям краще справлятися з емоційними труднощами і

почуватися впевненіше. Крім того, участь у командних іграх та спортивних заняттях сприяє розвитку соціальних навичок, таких як співпраця, комунікація та лідерство.

Фізична активність також покращує когнітивні функції, забезпечуючи мозок киснем і поживними речовинами, що сприяє кращій пам'яті, увазі та здатності до навчання. Регулярні фізичні вправи підвищують самооцінку дітей, додають їм впевненості у своїх силах та спонукають до досягнення нових цілей.

Загалом, фізичні вправи сприяють загальному фізичному здоров'ю, запобігаючи розвитку хронічних захворювань і забезпечуючи міцний фундамент для психічного благополуччя. Інтеграція фізичної активності у повсякденне життя дітей дошкільного віку є важливим компонентом їх всебічного розвитку і забезпечення здорового майбутнього.

Фізичні вправи сприяють покращенню загального фізичного стану дітей, розвитку їхньої координації, гнучкості, сили та витривалості. Регулярна фізична активність допомагає також у зниженні рівня тривожності та стресу, підвищує настрій завдяки виробленню ендорфінів, і тим самим сприяє емоційному благополуччю.

Психічний розвиток тісно пов'язаний з фізичною активністю. Вправи сприяють розвитку когнітивних здібностей, таких як пам'ять, увага, концентрація та спостережливість. Вони також допомагають формувати соціальні навички, такі як співпраця, комунікація і взаємодія з однолітками, що важливо для гармонійного соціального розвитку.

Музика, яка супроводжує заняття з хореографії, відіграє важливу роль у психічному розвитку дітей, допомагаючи їм виражати емоції через рухи, розвивати творче мислення та формувати почуття ритму. Інтегровані підходи, що об'єднують різні дисципліни, сприяють всебічному розвитку, роблячи процес навчання цікавішим і різноманітнішим.

## РОЗДІЛ 2

### ХОРЕОГРАФІЧНІ ЗАНЯТТЯ В ДОШКІЛЬНОМУ ТА МОЛОДШОМУ ШКІЛЬНОМУ ВІЦІ

#### **2.1 Особливості розробки хореографічних постановок, враховуючи фізіологію та психологію дітей**

Розробка хореографічних постановок для дітей враховує як фізіологічні, так і психологічні аспекти, що є важливими для забезпечення їх гармонійного розвитку та максимального використання їх потенціалу. Врахування цих аспектів дозволяє створити такі хореографічні програми, що сприяють всебічному розвитку дітей, підвищенню їх фізичної витривалості, координації, а також емоційної та когнітивної стабільності.

Хореографічні рухи повинні відповідати фізіологічним можливостям дітей, забезпечуючи безпеку та ефективність. Це включає адаптацію рухів до анатомічної будови, зокрема розвитку кісткової і м'язової системи.

Розвиток витривалості, сили та гнучкості через хореографічні заняття має бути поступовим та враховувати вікові особливості. Рухи повинні сприяти розвитку м'язової системи і підтримувати загальний фізичний стан дитини.

Хореографічні вправи повинні сприяти розвитку координації рухів і балансу. Це включає вправи на рівновагу, координацію рук і ніг, а також просторову орієнтацію.

Хореографічні заняття повинні включати елементи, що сприяють емоційному розвитку дітей. Це може включати вираження емоцій через рухи, роботу над ролями та сценічними образами, що допомагає дітям навчитися керувати своїми емоціями та виражати їх у конструктивний спосіб.

Групові заняття з хореографії сприяють розвитку соціальних навичок, таких як співпраця, комунікація і підтримка один одного. Робота у команді

допомагає дітям вчитися взаємодіяти з однолітками і розвивати навички спільної діяльності.

Хореографічні заняття стимулюють когнітивні процеси, такі як пам'ять, увага і просторове мислення. Вивчення нових рухів і їх комбінацій допомагає розвивати когнітивні здібності дітей, покращуючи їх здатність до навчання і творчого мислення.

Розробка хореографічних постановок для дітей вимагає всебічного підходу, що враховує як фізіологічні, так і психологічні аспекти розвитку. Такий підхід забезпечує гармонійний розвиток дитини, сприяє формуванню фізичних і соціальних навичок, а також підтримує їх емоційне та когнітивне зростання. Це дозволяє дітям не тільки досягати високих результатів у хореографії, але і розвиватися як всебічно розвинені особистості.

«Заняття хореографічним мистецтвом в дошкільних і молодшому шкільному віці» складається з трьох розділів, у яких розглядаються методи і форми навчання танцям, а також вплив занять танцями на фізичний і розумовий розвиток дітей.

Перш ніж говорити про мистецтво танцю як засіб формування особистості дитини, необхідно визначити, що таке танець. Слово «хореографія» походить з грецької мови і буквально означає «chorea» – «танець», «grapho» – «письмо», тому цим словом стали називати все, що стосується танцювального мистецтва [13, с. 16].

Основний зміст хореографії полягає в записі різних форм танцю або танцювального мистецтва. Але хореографія – це осмислений рух, який є вираженням різноманітних думок, почуттів і переживань через низку організованих, виразних рухів, поз і поз, підпорядкованих загальному ритму і втілених у закінчену художню форму [14, с. 3–4].

Хореографія – це вид мистецтва ф'южн, який органічно поєднує в собі танець і пантоміму, музику і поезію, нерухомі скульптурні жести і неймовірні скульптурні рухи. Часто основою хореографічного твору є драматизація літературного твору. Література, живопис, скульптура, музика

– всі вони різні, але їх об'єднує одна мета. Їхня мета – створити красу, яка впливає на психічний і фізичний стан людини та викликає бажання самовдосконалюватись [14, с. 9].

Крім того, танцювальне мистецтво поєднує в собі різні мистецькі категорії, можна сказати, що воно є одним із найефективніших засобів естетичного виховання, дієво впливає на формування особистості дитини, її всебічний і гармонійний розвиток.

Займаючись танцювальними заняттями, діти ближче знайомляться з цим чудовим видом мистецтва, отримують певні знання та навички, розвивають здатність до пластики та витонченості рухів, підвищують фізичну форму, виправляють деякі з основних недоліків тіла. Крім того, велика увага приділяється творчому розвитку особистості, розкриттю та розкриттю її самобутності та неповторності, становленню як самобутньої творчої особистості.

З метою підвищення якості навчально-виховного процесу на курсах танців викладачі повинні враховувати основні принципи навчання, які відображають конкретну ситуацію предмета та враховують фізіологічні та психологічні особливості віку дитини: системність і послідовність, наочність, обізнаність, мобільність, доступність, інтенсивність навчання, інтеграція теорії та практики, особистісний підхід.

В умовах глобальної інтеграції нашої країни, впровадження інноваційних технологій у всі сфери життя, активної участі в цих процесах молоді проблема пошуку новітніх шляхів самореалізації та творчого розвитку школярів є досить актуальною. Це особливо важливо в дошкільному віці, який є переломним у становленні та формуванні особистості [ 10, с. 5–6].

Сучасний танець, як вид мистецтва з потужним творчим потенціалом, може бути інструментом забезпечення гармонії особистості дитини, всебічного розвитку, інтелектуального розвитку, розвиток фізичний і розумовий, моральне виховання.

За останні роки виникло багато танцювальних студій, гуртків, відділів, гуртків, які свідчать про престиж, масштабність і популярність сучасного танцю як позашкільної діяльності. Це унікальне явище молодіжної поп-культури, що поєднує спорт, мистецтво та відпочинок, стало стилем і стилем життя великої кількості дітей. Дослідження українських та зарубіжних авторів розкрили необмежений потенціал сучасного танцю щодо всебічного розвитку особистості, інноваційних виконавських технік і методів навчання, але існують проблеми із систематизацією та узагальненням теоретичних знань. Танець модерн є широкою та динамічною сферою танцювального мистецтва, яка виникла на початку ХХ століття як альтернатива класичному балету. Цей стиль танцю характеризується використанням експериментальних технік, різноманітних рухових підходів та індивідуального вираження. Сучасний танець відзначається своєю гнучкістю та відкритістю до інновацій, включаючи елементи з різних культурних та художніх традицій.

Загальні риси сучасного танцю:

- Свобода руху та імпровізація
- Використання технік, таких як контракція та реліз
- Акцент на виразності та емоційності
- Інтеграція інших видів мистецтва, таких як театр та музика [8, с. 8].

Сучасний танець продовжує розвиватися, включаючи нові форми вираження та постійно адаптуючись до змін у суспільстві та культурі.

Актуальним залишається питання дослідження впливу на формування та розвиток особистості та розробки відповідних науково-методичних матеріалів.

Однією з основних характеристик хореографічної діяльності є психофізіологічний розвиток особистості, оскільки всі системи органів (суглобово-руховий апарат, дихальна, серцево-судинна) і когнітивні психологічні процеси (чуття, сприйняття, увага, репродуктивне і продуктивне мислення, уява, пам'ять) [15, с. 45].

Танцювальні заняття не тільки задовольняють потреби школярів у спортивних заняттях, а й сприяють їх всебічному розвитку: повноцінне вираження думок, емоцій і почуттів у рухах тіла; танцювальна діяльність характеризується креативністю, включаючи новаторство, креативність і знання дітей, розвиток мислення, емоцій і почуттів.

Як вид мистецтва, сучасний танець не має кордонів і фіксованих норм, чи то за змістом, чи то за руховими компонентами, він дає людині можливість виразити своє «Я», розкрити свою особистість і духовний світ. світ, передача своїх почуттів, настроїв, думок, емоцій. Тому однією з характерних рис сучасного танцю є особистісне розуміння світу та вираження думок та емоцій, як засіб руху на шляху автора та інтерпретації. виконавця [15, с. 177 ].

Заняття сучасними танцями дають можливість виразити свої емоції, як позитивні, так і негативні, і важливим фактором для дітей при виборі саме цього хореографічного напрямку є відсутність страху чи страху помилитися, адже головне сучасний танець характеризується як засіб вільного вираження своїх думок і емоцій.

Регулярні тренувальні та репетиційні заняття, концертні виступи сприяють формуванню волі в напрямку виконання навчальних завдань, повсякденних обов'язків, використовують різноманітні методи управління своєю поведінкою: боротьба зі шкідливими звичками, збентеженням, запальністю та лінню. Усі ці види поведінки сприяють розвитку витримки, самоконтролю віці, засвоєнню прийомів контролю та планування своєї поведінки під час виконання складних навчальних завдань і завдань.

Діти не тільки навчилися контролювати власну поведінку, але й уміли помічати недоліки у власній поведінці та критикувати себе. Вони починають використовувати техніки саморегуляції, самогальмування, самообмеження, само наказу, самопереконання. З'являється найважливіша якість волі – організованість.

Отже, розробка хореографічних постановок для дітей потребує врахування як фізіологічних, так і психологічних аспектів, щоб забезпечити гармонійний розвиток дитини. Важливо, щоб хореографічні рухи відповідали фізіологічним можливостям дітей, враховуючи їх анатомічні особливості та розвиток кісткової і м'язової систем. Це допомагає забезпечити безпеку і ефективність виконання рухів.

Постановки мають сприяти поступовому розвитку витривалості, сили і гнучкості дітей, відповідно до їх вікових особливостей. Хореографічні вправи також повинні розвивати координацію рухів і баланс, включаючи вправи на рівновагу та просторову орієнтацію.

На психологічному рівні, хореографічні заняття повинні включати елементи, що сприяють емоційному розвитку дітей. Це може бути вираження емоцій через рухи, робота над ролями та сценічними образами. Важливо також розвивати соціальні навички, такі як співпраця і комунікація, через групові заняття з хореографії. Це допомагає дітям вчитися взаємодіяти з однолітками і розвивати навички спільної діяльності.

Хореографічні заняття також стимулюють когнітивні процеси, такі як пам'ять, увага і просторове мислення. Вивчення нових рухів допомагає розвивати когнітивні здібності дітей, покращуючи їх здатність до навчання і творчого мислення.

## **2.2. Роль музики та ігор у формуванні хореографічних навичок у дітей дошкільного віку**

Розвиток танцювальних здібностей у дошкільнят – це багатогранний процес, що потребує гармонійного поєднання музики, ігрових елементів та фізичних вправ. Музика відіграє ключову роль у формуванні рухових умінь: ритмічні мелодії допомагають дітям легше сприймати рухи, вдосконалювати координацію та відчувати ритм. Включення ігрових компонентів у

танцювальні заняття стимулює розвиток моторики, фантазії та навичок спільної діяльності, створюючи позитивний емоційний фон.

Танцювальні рухи й вправи сприяють не лише розвитку фізичних здібностей, але й покращують загальний стан здоров'я. Ритмічні рухи позитивно впливають на дихальну систему, зміцнюють серцево-судинну діяльність, формують правильну поставу та тонізують м'язи. Окрім того, танцювальні заняття стимулюють активність нервової системи, що сприяє розвитку когнітивних здібностей, формуванню емоційної рівноваги та зміцненню волевих якостей.

Основу танцювальної діяльності складають елементарні рухи – такі як ходьба, стрибки, біг та обертання. Виконання цих базових вправ під музичний супровід формує почуття ритму, підвищує витривалість і сприяє позитивному емоційному стану. Такі рухи не лише фізично укріплюють дітей, а й пробуджують їхню емоційність і творче мислення.

Вправи з музичним супроводом також допомагають зробити рухи дітей більш плавними, точними й виразними, розвивають координацію, орієнтацію у просторі та пластичність. Рухливі ігри з елементами танцювальних вправ стимулюють музикальність, посилюють відчуття ритму, а також сприяють активному залученню дітей до процесу творчого самовираження. Особливу роль у сучасному танці відіграє сучасна музика, яка не лише підтримує ритм, а й формує емоційний настрій. Вона стимулює інтерес дітей до занять і сприяє їхньому залученню до мистецтва танцю. Танець і музика утворюють єдиний органічний тандем, що дає змогу дітям відчувати радість руху та розкрити свій творчий потенціал.

Музика викликає фізіологічні зміни в організмі (посилує обмін речовин, стабілізує м'язовий тонус, змінює артеріальний тиск, настрій), впливає на емоційний стан, створює настрій, пробуджує смуток чи радість, вселяє впевненість у власних силах і здібностях, готує до боротьби, тонізує і дарує прагнення до високих ідеалів. Завдяки ритму та рухам тіла танець

допомагає зменшити емоційні реакції: хвилювання, афект, несвідомі переживання [10, с. 9–10].

Важливо визнати, що музична гра і танець відіграють важливу роль у житті дошкільнят, оскільки вони засновані на музиці та ритмічному русі. Ці дії залучають різні м'язи, сприяючи розтягуванню м'язів і запобігаючи втомі. Крім того, на дії і зміст ігор впливає музика, яка сприяє розвитку музичних здібностей дітей, виховує дружні стосунки між ними, формує їх поведінку.

Через музичні ігри дошкільники втілюють різні характери, що залежать від характеру музики, підвищують настрій і емоційне самопочуття. Танець, навпаки, виховує творчі здібності та дає змогу естетичного самовираження. На відміну від вправ та ігор, танець вимагає поетапного вивчення танцювальних рухів [7, с. 17–18].

Важливо враховувати, що танцювальні рухи та композиції, які використовують вчителі, не повинні бути надто складними, оскільки діти витрачають значну кількість енергії на їх вивчення та виконання, що призводить до втоми та зниження естетичного задоволення та насолоди.

Тому дуже важливо, щоб танцювальні рухи були прямими і зрозумілими дітям. У процесі навчання та виконання різноманітних танців і хороводів діти дошкільного віку розвивають координацію, гнучкість і стійкість, а також виховують точність і витонченість танцювальних рухів, таких як легкі кроки, ритмічна ходьба, біг навшпиньках, стрибки, обертання, і кружляючи.

Крім того, таке заняття сприяє розвитку мимовільної пам'яті, уваги та спостережливості, знімає розумову втому, покращує дихання та поставу, покращує загальний настрій і фізичне самопочуття.

Навчаючи дошкільнят, вихователю важливо пам'ятати, що поєднання поряд з танцювальними рухами ігор, вправ, творчих завдань призведе до плідного музично-ритмічного досвіду. Заняття рухом є засобом активізації музичного сприйняття дітей, виховання чуйності, емоційного ставлення до музики.

Дослідження, що вивчають вплив музики та гри на розвиток танцювальних здібностей у дітей дошкільного віку, підкреслюють важливість інтеграції цих елементів у навчальну подорож. Дані, зібрані під час цього дослідження, показують, що на розвиток дитини впливають не лише фізична активність, а й психоемоційні та соціальні фактори [21, с. 7–8].

Очевидно, що ідеальне поєднання музики та гри відіграє вирішальну роль у формуванні всебічно розвиненої особистості на ранніх стадіях розвитку. Це дослідження не тільки покращує наше розуміння освітнього процесу, але й озброює педагогів новими підходами до впровадження інноваційних методів навчання, які сприяють цілісному розвитку дітей дошкільного віку.

Отже, включення музичного супроводу в методику навчання має підсвідомий вплив на дітей, посилюючи їх емоційну сферу. Навчальні заняття в дитячій групі ведуть як балетмейстер, так і музикант, який виконує функції акомпаніатора, причому весь процес навчання зосереджений навколо музичного змісту.

Коли дитина слухає музику, в її уяві починають формуватися яскраві образи, що супроводжуються сплеском емоцій і думок. Ця особлива структура навчального шляху глибоко впливає на виконання рухів і комбінацій, сприяючи не тільки фізичному розвитку, але й виховуючи вибагливий музичний смак.

У міру того, як діти просуваються в музичній освіті, вони активно займаються музичними композиціями, набуваючи вміння їх аналізувати та описувати. Включення виняткового музичного контенту відіграє вирішальну роль у вихованні глибокої вдячності до музики, покращенні музичного сприйняття, вихованні образного мислення та, зрештою, дозволяє дітям легко поєднувати музику й танець. Більш того, такий підхід значно спрощує завдання вчителя з хореографії танцювальної постановки.

Ігровий формат змагань залишається таким же придатним. Існують різні способи виконання цього формату, але ключовим є вибір гри, яка

мотивує учнів прагнути досконалості у виконанні поставлених завдань. Це додає емоційної насиченості навчальному процесу та слугує формою активного відпочинку на уроці. Важливо акцентувати увагу дітей на тому, що завдання, які пропонує вчитель під час гри, є не буквальним змаганням, а скоріше ігровою діяльністю.

### **2.3. Інтегровані підходи до хореографії в молодшому шкільному віці**

Інтегровані підходи до хореографії в молодшому шкільному віці є важливими для гармонійного розвитку дітей та сприяють їх всебічному вихованню. Такі підходи передбачають поєднання фізичних, естетичних, когнітивних та соціальних аспектів у навчально-виховному процесі.

Хореографія допомагає розвивати фізичні здібності дітей, включаючи координацію рухів, гнучкість, баланс і витривалість. Регулярні заняття танцями сприяють зміцненню м'язової системи та загальному фізичному здоров'ю.

Хореографія є мистецтвом, яке допомагає розвивати у дітей естетичний смак, почуття прекрасного та творчі здібності. Діти вчаться виражати свої емоції та думки через танець, розвиваючи при цьому художнє мислення.

У процесі вивчення хореографії діти покращують свої когнітивні навички, такі як пам'ять, увага, просторове мислення та здатність до аналізу. Вивчення танцювальних комбінацій і їх виконання допомагає розвивати інтелектуальні здібності дітей [12, с. 42].

Хореографічні заняття сприяють розвитку соціальних навичок, таких як співпраця, комунікація і взаємодія з іншими дітьми. Робота в групах та парах допомагає дітям вчитися працювати разом, дотримуватися правил та підтримувати один одного.

Хореографію можна інтегрувати з іншими навчальними предметами, такими як музика, література, образотворче мистецтво та фізична культура.

Це допомагає створити цілісний навчально-виховний процес, де знання з різних галузей поєднуються в одному виді діяльності.

Використання інтерактивних методів, таких як ігрові технології, творчі завдання та проектні роботи, робить хореографічні заняття цікавими та захопливими для дітей.

Важливо враховувати індивідуальні особливості кожної дитини при проведенні хореографічних занять. Це допомагає створити комфортне навчальне середовище, де кожна дитина може розвиватися у власному темпі і досягати своїх особистих цілей.

Інтегровані підходи до хореографії в молодшому шкільному віці сприяють всебічному розвитку дітей, допомагаючи їм розвивати фізичні, естетичні, когнітивні та соціальні навички. Це робить навчально-виховний процес більш ефективним та цікавим, забезпечуючи гармонійне становлення особистості дитини [17, с. 31].

Інтегровані підходи дозволяють дітям бачити зв'язок між різними предметами і видами діяльності. Наприклад, хореографія може поєднуватися з музикою, образотворчим мистецтвом і навіть літературою. Це допомагає дітям зрозуміти, як знання з різних галузей можуть використовуватися разом для створення чогось нового і захоплюючого. Інтегровані підходи часто використовують ігрові та творчі методи навчання, які є природними і привабливими для дітей. Гра є важливою складовою дитячого розвитку, а інтеграція творчих завдань допомагає залучити дітей і зробити процес навчання більш цікавим і захоплюючим [14, с. 8].

Замість одноманітних вправ інтегровані підходи пропонують різні види діяльності, що підтримує інтерес дітей і їхню мотивацію. Наприклад, уроки хореографії можуть включати малювання, співи, драматизацію, що додає урокам різноманітності і робить їх більш захоплюючими.

Інтегровані підходи часто включають роботу в групах і парах, що сприяє розвитку соціальних навичок, таких як співпраця, комунікація і вміння підтримувати один одного. Це допомагає дітям вчитися взаємодіяти з

однолітками і розвивати навички спільної діяльності. Інтегровані підходи дозволяють дітям бачити практичне застосування знань, що вони отримують. Наприклад, вони можуть вивчати фізику руху через хореографію або розуміти історичні події через танцювальні композиції. Це робить навчання більш осмисленим і мотивує дітей до активного пізнання світу [7, с. 15–16].

Інтегровані підходи дозволяють враховувати індивідуальні інтереси і здібності кожної дитини, створюючи умови для розкриття їхнього потенціалу. Діти можуть вибирати види діяльності, які їм найбільше подобаються, і працювати над проектами, що відповідають їхнім інтересам.

Таким чином, інтегровані підходи роблять процес навчання більш цікавим, різноманітним і значущим для дітей, сприяючи їхньому всебічному розвитку та мотивації до пізнання.

Сучасні освітні програми все більше акцентують увагу на міждисциплінарному підході, де знання з різних галузей об'єднуються для створення цілісного освітнього досвіду. Інтегровані підходи у хореографії сприяють виконанню цих стандартів, допомагаючи дітям розуміти зв'язок між різними видами знань та їх практичне застосування.

Інтегровані підходи сприяють підвищенню мотивації дітей до навчання, оскільки вони бачать, як отримані знання можна застосувати у реальному житті. Цікаві та захопливі заняття, які об'єднують різні види діяльності, стимулюють дітей до активної участі та самостійного пошуку інформації [12, с. 7–8].

Інтегровані підходи сприяють розвитку критичного мислення у дітей, оскільки вони вчаться аналізувати інформацію з різних джерел, встановлювати зв'язки між ними та робити висновки. Це допомагає дітям розвивати здатність до аналізу, синтезу та оцінки інформації, що є важливими навичками у сучасному світі. Інтегровані підходи дозволяють враховувати різноманітні освітні потреби дітей, забезпечуючи індивідуальний підхід до кожного учня. Вони дозволяють педагогам адаптувати навчальні програми відповідно до здібностей та інтересів дітей,

що сприяє їх гармонійному розвитку. Інтегровані підходи можуть включати вивчення різних культурних аспектів через хореографію, що сприяє розвитку міжкультурного взаєморозуміння та толерантності. Діти вчать поважати різноманітність і цінувати культурні надбання інших народів [12, с. 18–19].

Інтеграція фізичної активності, такої як хореографія, з іншими навчальними предметами сприяє зміцненню фізичного та психічного здоров'я дітей. Регулярні заняття танцями допомагають підтримувати здоровий спосіб життя, покращують настрій та знижують рівень стресу [8, с. 11].

Таким чином, інтегровані підходи у хореографії не тільки забезпечують комплексний розвиток дітей, але й відповідають вимогам сучасної освіти, підвищують мотивацію до навчання та сприяють розвитку важливих життєвих навичок. Формування інтегрованих знань у студентів під час навчання відбувається на трьох основних рівнях. На початковому рівні вони здобувають базові відомості про предмет. Проміжний рівень охоплює інтеграцію знань у межах окремої теми або модуля. Завершальний, узагальнений рівень, забезпечує повне оволодіння знаннями після вивчення предмета. Інтегративний підхід у педагогіці спрямований на створення цілісного розуміння через поєднання різних аспектів навчальних дисциплін. Він передбачає використання сучасних технологій, різноманітних методів викладання та організацію контролю результатів, що дозволяє розвивати компетентності студентів. Цей підхід допомагає гармонізувати освітній процес, поєднуючи його різні компоненти в єдину систему.

У дошкільній освіті інтеграція стає основою для побудови навчального процесу. Вона дозволяє об'єднати знання з різних сфер, створюючи цілісну картину світу для дітей. Взаємопроникнення різних галузей освіти сприяє розвитку світогляду дитини та забезпечує узгодженість у навчанні. Інтегровані заняття базуються на принципі тематичності, об'єднуючи знання різних дисциплін навколо однієї теми. Це дозволяє дітям розглядати явища комплексно, з різних перспектив, формуючи нові знання та розвиваючи

мислення. Вони сприяють також емоційному залученню, що робить процес навчання більш цікавим і ефективним. Організація таких занять має враховувати чітку структуру, періодичність та відповідність віковим особливостям. Важливо також збалансувати інтегровані заняття з іншими видами, такими як предметні чи ігрові, для забезпечення різноманітності у підходах до навчання. Інтегрований підхід є необхідною умовою сучасного освітнього процесу, оскільки він спрямований на гармонійний розвиток дітей, задоволення їхніх освітніх потреб та відповідність сучасним стандартам освіти.

Отже, інтегрований підхід у системі дошкільної освіти є вимогою часу, так само як і в інших галузях освіти. Він поєднується з іншими методологічними підходами в залежності від мети, завдань і форм навчання, не надаючи загальної переваги одному з них.

Таким чином, можна констатувати що у другому розділі, було виявлено що роль музики на заняттях з хореографії та інтегровані підходи мають велике значення для всебічного розвитку дітей та ефективного навчання.

Музика на заняттях з хореографії допомагає дітям відчувати ритм і підтримувати координацію рухів, що сприяє розвитку моторних навичок і здатності рухатися у такт з музикою. Вона також дозволяє дітям виражати свої емоції через танець, створюючи певний настрій і допомагаючи передавати різні почуття через рухи. Крім того, музичний супровід стимулює творче мислення і фантазію дітей, спонукаючи їх до створення нових танцювальних композицій і експериментів з рухами. Інтегровані підходи в хореографії об'єднують різні дисципліни, такі як музика, література, образотворче мистецтво, що допомагає дітям бачити зв'язок між різними видами знань і використовувати їх у хореографії. Це сприяє розвитку когнітивних навичок, таких як пам'ять, увага, спостережливість і аналітичне мислення. Інтегровані заняття роблять навчальний процес цікавішим і різноманітнішим, підвищуючи мотивацію дітей до навчання і залученість у

процес. Вони також сприяють формуванню соціальних навичок, таких як співпраця, комунікація і вміння працювати в команді.

Музика на заняттях з хореографії та інтегровані підходи мають великий вплив на гармонійний розвиток дітей, сприяючи розвитку фізичних, емоційних, когнітивних та соціальних навичок. Це робить процес навчання більш ефективним, цікавим і цілісним.

## РОЗДІЛ 3

# ЕФЕКТИВНІСТЬ ТА ВЗАЄМОДІЯ ДІТЕЙ В ХОРЕОГРАФІЧНІЙ ПОСТАНОВЦІ

### 3.1 Лібрето та режисерський задум постановки

У далекому краї, де сонце завжди сяє яскраво, а вітер завжди приносить аромат квітів, розпочався наш казковий ранок. Квіти розцвітали, виглядаючи як живі картини з яскравими барвами, і заповнили повітря своїм чарівним ароматом.

І ось у цьому чарівному світі з'явилася Фея – дбайлива і ніжна. У ритмі музики вона почала танцювати .

Тут, у цьому витканому із квітів та мелодій світі, починається наша подорож у чарівний сад.

Аж тут, де казкова краса рослин сяjala, з'явилася тінь. Загадкові, як темна смуга на небі перед грозою, павуки вискочили з-під квіткового листа.

Павуки, як тінь, пливли у весняному повітрі, обвиваючи кожен кущ, кожную квітку. Замість квітучого райського саду, алея квітів залишилася у хаосі та темряві.

Але раптом, як з казкове заклинання, з'явився чарівний метелик. Його крила виблискують в світлі, розганяючи темряву. Він кружляє навколо феї саду, випускаючи іскри чарівності. Метелик, розуміючи небезпеку рятує дівчинку, обіймаючи її своїми крилами. Ціраель радить відправитись до Королеви троянд, щоб вона допомогла врятувати сад. Використовуючи чарівний пилок метелика, садівниця вирушає у нову пригоду.

У Королівстві троянд вирувало справжнє казкове свято. Кожна троянда була частинкою магії, Королева подарувала плід чарівного куща троянди, що наповнюється магією кожної троянди.

Збагачена підтримкою троянд, дівчинка покинула Королівство троянд, готова відновити світло та чари у своєму саду. Садівниця повернулася до

свого саду, де кожна квітка знову розцвітає як в найкращих снах. Її кроки були наповнені впевненістю, а її руки несли чарівну троянду пилок якої дарує нове життя.

Темрява та павутиння відступило, і сад ожив знову. Квіти розцвітали, виражаючи свою вдячність, а садівниця разом із метеликом влаштувала танець відродження. Кожен промінь сонця виглядав, що розповідає про перемогу світла над темрявою.

Так закінчилася ця чарівна історія, де любов, мудрість та дружба перетнулись у танці природи. І тепер, кожен, хто вгледів цю казку, знає, що справжня магія завжди народжується у серцях тих, хто вірить у чудеса [25].

#### *Режисерський задум.*

Вистава має занурити глядача у чарівний світ, де краса природи та сила добра перемагають темряву. Основна увага зосереджена на протиставленні світла, що символізує життя, надію та любов, і темряви, яка символізує страх, руйнацію та байдужість.

Візуальний ряд вистави повинен бути яскравим і чудовим: квітучі квіти, мерехтливі казкові покривала, тендітні метелики з сяючими крильцями. Для створення казкової атмосфери будуть використані світлові проєкції, які відобразатимуть зміни в саду. Саундтрек – це мелодії, які доповнюють настрій сцен, від легкої та веселої теми на початку до драматичної теми під час нападу павуків

Фонограма 1. Назва “Dance Monkey”. Автор: Peter Bence, URL: <https://youtu.be/bbvMX9wDQXw?si=s2SXoZsGLP1EH2Wo> [23].

Фонограма 2. Назва “The Gift”. Автор: Adrián Berenguer. URL: [https://youtu.be/HyASOHYmd\\_8?si=9B4wYLjrpB\\_H76oS](https://youtu.be/HyASOHYmd_8?si=9B4wYLjrpB_H76oS) [26].

Фонограма 3. Назва “Smoke on the Water”. Автор: 2WEI URL: <https://youtu.be/BZyH3ur-Yl8?si=DzTy729KSKMr9LV9> [28].

Фонограма 4. Назва “Life”. Автор: Adrián Berenguer. URL: <https://youtu.be/5qi-NCfu5DM?si=xMzmiAaTomk7sWgh> [25].

Фонограма 5. Назва “Bad Guy”/ Автор: Eklipse. URL: <https://youtu.be/pFUNRHftGSE?si=dkIjD35l68qTuM> [27].

Фонограма 6. Назва “Baby”. Автор: Adrián Berenguer. URL: [https://youtu.be/Oh\\_4aSubO4M?si=OhovK0ni5hXJCmDa](https://youtu.be/Oh_4aSubO4M?si=OhovK0ni5hXJCmDa) [24].

Рухи дітей, особливо феї та метелика, є плавними і витонченими, щоб підкреслити їх чарівну природу. Замість цього павук повинен рухатися різко і хаотично, створюючи відчуття загрози.

Кульмінація настає, коли Фея саду зустрічає Королеву Троянд. Після чарівного танцю троянд королева дарує дівчині чарівну квітку, яка є ключем до відновлення саду. Цей момент підкреслюється змінами світла, які фокусуються на квітах і феї саду, створюючи відчуття передачі божественної магії.

Танець квіточок – фінал вистави.

Коли садівниця повертається в свій сад, починається процес переродження. Коли вона використовує чарівний пилок, квіти поступово оживають, і на сцені починається фінальний танець квітів.

Цей танець є символом відновлення та відновлення гармонії у світі.

Вогні на сцені поступово спалахували, відображаючи зростаючу радість людей і радість подолання темряви. Музика стає більш тендітною, підкреслюючи радісну атмосферу сцени.

Глядачі закінчують виставу з теплотою в серцях і вірою що все ж завжди є віра та надія на відновлення і перемогу світла.

### **3.2 Педагогічні прийоми при постановці хореографічного твору, взаємодія дітей під час постановки**

При постановці хореографічного твору використовуються різноманітні педагогічні прийоми, що спрямовані на розвиток творчих здібностей, фізичних навичок та емоційного вираження у дітей. Важливою складовою цього процесу є взаємодія дітей між собою та з педагогом, що сприяє

формуванню соціальних навичок і створенню позитивного навчального середовища. У роботі з дітьми важливо використовувати методи, які сприяють їхньому гармонійному розвитку. Індивідуальний підхід дозволяє враховувати особисті особливості кожної дитини, її здібності та рівень знань, створюючи сприятливу атмосферу для навчання. Робота в групах навчає дітей співпраці, взаємодопомоги та досягнення спільних цілей. Заохочення та похвала мотивують учнів, підвищують їхню впевненість у собі й прагнення до самовдосконалення. Використання наочності у вигляді зображень, відео або демонстрацій педагога допомагає краще зрозуміти та запам'ятати матеріал. Ігрові методи роблять навчання цікавим, стимулюючи розвиток уяви та творчого мислення.

Готуючись до танцювальних виступів, діти опановують навички взаємодії, комунікації, підтримки один одного та лідерства. Вони разом вирішують завдання, вчаться працювати як одна команда й досягати поставлених цілей. У процесі взаємодії діти активно обмінюються думками, висловлюють свої ідеї та уважно слухають інших, що сприяє формуванню атмосфери довіри й взаєморозуміння. Емоційна підтримка, яку вони надають одне одному, зміцнює впевненість і викликає позитивні емоції. Деякі діти проявляють лідерські якості, координуючи спільну роботу, що допомагає їм стати більш впевненими у своїх силах. Використання різноманітних методів навчання й організація спільної діяльності дають змогу дітям розвивати творчий потенціал, фізичні можливості та соціальні навички, необхідні для успішного розвитку.

При постановці танцювального номера для дітей враховуються численні аспекти, що допомагають забезпечити успіх виступу та сприяти гармонійному розвитку дітей. Окрім педагогічних прийомів і взаємодії дітей, важливо також звернути увагу на декілька інших ключових елементів.

Музика є важливою складовою танцювальних номерів. Вона не тільки задає ритм і темп рухів, але й створює певний настрій, що допомагає дітям виражати свої емоції. Вибір музичного супроводу має відповідати віку дітей,

їхнім уподобанням та тематиці танцю. Важливо, щоб музика була доступною для сприйняття та зрозумілою дітям.

Костюми та реквізит відіграють важливу роль у створенні цілісного художнього образу. Костюми повинні бути зручними, безпечними та відповідати тематиці танцю. Використання реквізиту може додатково підкреслити хореографічні елементи і зробити номер більш цікавим і захоплюючим для дітей та глядачів.

Оформлення сцени, освітлення та інші елементи сценографії створюють атмосферу, що доповнює хореографічний задум. Важливо, щоб усі ці елементи працювали на загальний результат, сприяючи поглибленню художнього враження від виступу.

Забезпечення безпеки дітей під час репетицій та виступів є одним із найважливіших аспектів. Всі хореографічні рухи повинні відповідати фізичним можливостям дітей, щоб уникнути травм. Педагоги повинні постійно контролювати виконання рухів і дбати про безпечне середовище.

Діти потребують постійної психологічної підтримки від педагогів і батьків. Позитивне підкріплення, заохочення та підтримка допомагають дітям почуватися впевнено і мотивовано. Важливо створити атмосферу довіри та взаємоповаги, де кожна дитина відчуває себе важливою частиною колективу.

Репетиції є невід'ємною частиною підготовки танцювального номера. Вони повинні бути добре організовані, з урахуванням індивідуальних потреб кожної дитини. Педагогам важливо забезпечити баланс між тренуванням та відпочинком, щоб уникнути перевантаження дітей.

Залучення дітей до творчого процесу допомагає розвивати їхню фантазію та креативність. Діти можуть брати участь у створенні хореографії, виборі музичного супроводу або оформленні сцени. Це сприяє розвитку їхніх творчих здібностей і робить процес підготовки більш захоплюючим.

Таким чином, постановка танцювального номера для дітей включає в себе багато аспектів, які важливо враховувати для досягнення успіху.

Враховуючи всі ці елементи, педагоги можуть створити захоплюючий, безпечний і розвиваючий досвід для дітей, що сприятиме їхньому гармонійному розвитку.

Головною ознакою успішної постановки танцювального номера для дітей є ретельна та довготривала робота постановника над хореографічним текстом разом з дітьми. Це процес, який потребує багато часу, терпіння та уваги до деталей, адже кожен рух і комбінація повинні бути відпрацьовані до досконалості.

Репетиції мають проводитися регулярно, з чітким графіком, щоб діти звикли до режиму і поступово покращували свої навички. Кожне заняття починається з розігріву, що включає розтяжку та основні вправи для підготовки м'язів до виконання хореографічних рухів. Постановник повинен вводити нові рухи та комбінації поступово, даючи дітям час на освоєння кожного елемента. Це включає показ руху, пояснення його техніки, а потім багаторазове повторення, щоб діти могли запам'ятати і вдосконалити його виконання.

Врахування індивідуальних особливостей і можливостей кожної дитини є ключовим аспектом. Постановник повинен адаптувати методи навчання та темп роботи відповідно до потреб дітей, надаючи додаткову увагу тим, хто потребує більше часу на освоєння рухів.

Окрім техніки виконання, важливо працювати над виразністю рухів. Діти повинні навчитися передавати емоції через танець, що вимагає уваги до деталей, таких як пози рук, міміка та загальна постава. Групові репетиції допомагають дітям навчитися працювати разом, синхронізувати свої рухи та підтримувати один одного. Це сприяє розвитку почуття командного духу і взаємної підтримки, що є важливим для успішного виступу.

Після кожного виступу або генеральної репетиції важливо проводити аналіз разом з дітьми. Постановник повинен відзначати як успіхи, так і помилки, надаючи конструктивну зворотний зв'язок. Це допомагає дітям розуміти, над чим потрібно працювати, і мотивує їх до подальших

вдосконалень. Під час репетицій і виступів особлива увага приділяється техніці безпеки. Всі рухи повинні бути безпечними для виконання, а костюми і реквізит – зручними та не створювати загрозу для здоров'я дітей.

Постановник повинен постійно підтримувати дітей емоційно, створюючи позитивну та сприятливу атмосферу. Похвала та заохочення є важливими для підвищення самооцінки і впевненості дітей у своїх силах.

Довготривала і ретельна робота над хореографічним текстом з дітьми є ключовою ознакою успішної постановки танцювального номера. Це процес, який вимагає від постановника багато зусиль, уваги та терпіння, але в результаті дає змогу створити яскравий і професійний виступ. Завдяки цьому діти не лише вдосконалюють свої хореографічні навички, а й розвивають фізичні, емоційні та соціальні аспекти, що сприяють їхньому гармонійному розвитку.

Отже, успішна постановка танцювального номера вимагає ретельної та довготривалої роботи постановника з дітьми над хореографічним текстом. Важливо проводити регулярні репетиції, де кожен рух і комбінація поступово освоюються дітьми, що сприяє їхньому впевненому виконанню.

Педагогічний підхід включає адаптацію методів навчання до індивідуальних потреб кожної дитини, що допомагає створити комфортні умови для навчання і розвитку. Важливо також працювати над виразністю рухів, щоб діти могли передавати свої емоції через танець. Репетиції в групах дозволяють дітям навчитися співпрацювати, комунікувати та підтримувати один одного. Це сприяє розвитку командного духу і взаємної підтримки. Після кожної репетиції чи виступу важливо проводити аналіз, відзначаючи успіхи та вказуючи на можливі поліпшення.

Значну роль відіграють музичний супровід, костюми, реквізит та сценографія, які створюють атмосферу, що доповнює хореографічний задум. Забезпечення безпеки дітей під час репетицій та виступів є одним із найважливіших аспектів. Постійна емоційна підтримка від педагогів

допомагає дітям почуватися впевнено і мотивовано. Похвала та заохочення сприяють підвищенню самооцінки і стимулюють до подальшого розвитку.

Таким чином, ретельна підготовка і увага до кожного елемента дозволяють створити гармонійний і професійний виступ, який приносить задоволення як виконавцям, так і глядачам. Це сприяє всебічному розвитку дітей та формуванню в них цінних навичок і вмій.

Таким чином, у третьому розділі було проаналізовано, що проаналізовано танцювальну композицію «Чарівний сад» та педагогічні підходи до роботи з дітьми, щоб визначити ефективність цих елементів у розвитку дітей. Композиція «Чарівний сад» демонструє, як вибір музики, хореографічні рішення, сценографія та костюми впливають на емоційний та фізичний стан дітей. Педагогічні підходи, використані при постановці, сприяють всебічному розвитку дітей, зокрема їхнім фізичним, емоційним, соціальним та когнітивним навичкам.

Також було проаналізовано методи, які застосовують педагоги для навчання хореографії, такі як індивідуальний підхід, позитивне підкріплення та групова робота. Важливою складовою є робота над виразністю рухів, що допомагає дітям розвивати емоційне вираження та творчі здібності. Взаємодія дітей під час репетицій сприяє формуванню навичок співпраці, комунікації та командної роботи.

Таким чином, аналіз танцювальної композиції «Чарівний сад» та педагогічних підходів до роботи з дітьми дозволив визначити ключові аспекти, що сприяють гармонійному розвитку дітей через хореографію. Це підкреслює важливість ретельної підготовки та використання різноманітних методів навчання для досягнення успіху в хореографічних постановках.

## ВИСНОВКИ

Дослідження питання значення хореографічної діяльності в дошкільному та молодшому шкільному віці дозволило зробити такі висновки: Дошкільний вік є важливим періодом для формування фізичних, емоційних і соціальних навичок. У цьому віці закладається фундамент для розвитку психомоторних здібностей, креативності та здатності до сприйняття й аналізу навколишнього світу. Характерними рисами дошкільного віку є висока пластичність нервової системи, що дозволяє дітям легко засвоювати нові навички, значний рівень активності та прагнення до наслідування дорослих. Ці особливості створюють сприятливі умови для залучення дітей до хореографічної діяльності як форми розвитку їх фізичних і психологічних якостей. Фізичні вправи відіграють ключову роль у гармонійному розвитку дитини, оскільки сприяють не лише зміцненню здоров'я, але й покращенню емоційного стану, розвитку комунікативних здібностей та саморегуляції. Рухова активність, у тому числі хореографічні заняття, позитивно впливає на роботу серцево-судинної, дихальної та нервової систем, сприяє зниженню тривожності та покращенню настрою. Крім того, участь у таких видах діяльності сприяє формуванню впевненості в собі та здатності долати труднощі.

Хореографічні постановки, розроблені для дошкільників і молодших школярів, мають враховувати особливості їх фізіології та психології. Важливо адаптувати складність рухів до рівня фізичного розвитку дітей, уникаючи надмірних навантажень, що можуть призвести до перевтоми. Постановки повинні бути спрямовані на стимулювання креативності та уяви, що дозволяє дитині розкрити свій потенціал через рухи. Також слід враховувати емоційний фон дітей, пропонуючи завдання, які викликають інтерес та сприяють формуванню позитивного ставлення до танцю.

Музика та ігрова форма є невід'ємними складовими процесу навчання хореографії в дошкільному віці. Музичний супровід допомагає розвивати почуття ритму, музичний слух і координацію рухів. Ігрові методи дозволяють зробити навчання більш захопливим, сприяючи формуванню довіри між педагогом і дитиною, а також знижуючи страх перед виконанням завдань. Ігри, інтегровані у хореографічні заняття, допомагають дітям освоїти нові рухи, розвивати пластичність і комунікативні навички.

Інтеграція хореографічних занять із іншими видами мистецтва та навчальної діяльності у молодшому шкільному віці сприяє комплексному розвитку особистості. Поєднання танцю, музики та драматичних елементів розвиває уяву, навички командної роботи та творчість. Інтегрований підхід також дозволяє ефективно впроваджувати елементи національної культури, виховувати у дітей ціннісне ставлення до мистецтва та розвивати їх естетичний смак.

Інтеграція дозволяє об'єднати кілька видів діяльності, таких як музика, рух, ігрова взаємодія та елементи драматичного мистецтва, створюючи цілісний освітній процес. Такий підхід сприяє не лише розвитку фізичних та хореографічних навичок, але й формуванню творчих, комунікативних і соціальних компетенцій дітей.

По-перше, інтегровані підходи дозволяють забезпечити різноманітність форм і методів навчання, що стимулює інтерес і мотивацію дітей до занять хореографією. Використання різних видів мистецтва створює більш насичене емоційне середовище, яке сприяє залученню дитини до творчого процесу, знижуючи страх перед помилками та підвищуючи її самооцінку.

По-друге, інтеграція сприяє кращому засвоєнню матеріалу завдяки активному залученню кількох аналізаторів. Наприклад, поєднання музики та рухів стимулює одночасно слухові, візуальні та рухові канали сприйняття, що допомагає дітям швидше розвивати координацію, ритмічність і відчуття простору. Таке комплексне навчання покращує пам'ять, увагу та здатність до концентрації.

По-третє, інтегровані підходи відповідають віковим особливостям дошкільників і молодших школярів, для яких характерна висока активність, потреба в грі та інтерес до нових вражень. Включення ігрових елементів у хореографічні заняття створює атмосферу радості та співпраці, сприяючи емоційному благополуччю дітей. Завдяки цьому формується позитивне ставлення до хореографії як важливого аспекту їхнього розвитку.

По-четверте, інтегровані підходи дозволяють розвивати в дітей естетичний смак і художнє сприйняття. Поєднання танцю з музикою та драматичними елементами сприяє кращому розумінню мистецтва, формуванню чутливості до краси та вихованню культури.

Нарешті, інтеграція сприяє гармонійному розвитку особистості дитини, оскільки такі заняття формують її соціальні навички. Виконання танцювальних композицій у групах сприяє взаємодії, розвиває навички командної роботи, співпраці та взаємопідтримки. Це допомагає дітям стати більш впевненими в собі, комунікабельними та відкритими до інших.

Інтеграція дозволяє об'єднати кілька видів діяльності, таких як музика, рух, ігрова взаємодія та елементи драматичного мистецтва, створюючи цілісний освітній процес. Такий підхід сприяє не лише розвитку фізичних та хореографічних навичок, але й формуванню творчих, комунікативних і соціальних компетенцій дітей.

По-перше, інтегровані підходи дозволяють забезпечити різноманітність форм і методів навчання, що стимулює інтерес і мотивацію дітей до занять хореографією. Використання різних видів мистецтва створює більш насичене емоційне середовище, яке сприяє залученню дитини до творчого процесу, знижуючи страх перед помилками та підвищуючи її самооцінку.

По-друге, інтеграція сприяє кращому засвоєнню матеріалу завдяки активному залученню кількох аналізаторів. Наприклад, поєднання музики та рухів стимулює одночасно слухові, візуальні та рухові канали сприйняття, що допомагає дітям швидше розвивати координацію, ритмічність і відчуття

простору. Таке комплексне навчання покращує пам'ять, увагу та здатність до концентрації.

По-третє, інтегровані підходи відповідають віковим особливостям дошкільників і молодших школярів, для яких характерна висока активність, потреба в грі та інтерес до нових вражень. Включення ігрових елементів у хореографічні заняття створює атмосферу радості та співпраці, сприяючи емоційному благополуччю дітей. Завдяки цьому формується позитивне ставлення до хореографії як важливого аспекту їхнього розвитку.

По-четверте, інтегровані підходи дозволяють розвивати в дітей естетичний смак і художнє сприйняття. Поєднання танцю з музикою та драматичними елементами сприяє кращому розумінню мистецтва, формуванню чутливості до краси та вихованню культури.

Нарешті, інтеграція сприяє гармонійному розвитку особистості дитини, оскільки такі заняття формують її соціальні навички. Виконання танцювальних композицій у групах сприяє взаємодії, розвиває навички командної роботи, співпраці та взаємопідтримки. Це допомагає дітям стати більш впевненими в собі, комунікабельними та відкритими до інших.

Хореографічна діяльність відіграє важливу роль у розвитку дітей дошкільного та молодшого шкільного віку, слугуючи універсальним інструментом, який поєднує фізичну, психічну, емоційну та соціальну складові розвитку. Це не лише спосіб навчити дітей гармонійно рухатися або танцювати, але й комплексний метод впливу на різні аспекти їхнього становлення як особистостей.

Перш за все, хореографія сприяє фізичному вдосконаленню дітей. Регулярні заняття танцями зміцнюють опорно-руховий апарат, формують правильну поставу, покращують координацію рухів, гнучкість, витривалість та загальний стан здоров'я. Через фізичну активність у дітей також розвиваються дрібна моторика, відчуття простору і ритму, що є важливими складовими не лише для фізичного, але й когнітивного розвитку.

Окрім фізичного аспекту, хореографічна діяльність сприяє розвитку психічного здоров'я. Танці дозволяють дітям виражати свої емоції через рух, що особливо важливо для тих, кому складно висловлювати свої переживання словами. Завдяки музичному супроводу та художньо-постановчій складовій, діти можуть занурюватися у творчий процес, звільнятися від напруги, знижувати рівень тривожності та підвищувати емоційний тонус.

Хореографія також є потужним інструментом розвитку творчого потенціалу. Участь у танцювальних постановках стимулює фантазію, уяву, мислення та здатність до самовираження. Через танець діти вчаться створювати образи, розкривати свої ідеї та бачення світу, розвиваючи тим самим креативне мислення. Ця творчість допомагає формувати особистість, надаючи дитині впевненості у своїх здібностях.

Соціальний аспект хореографії є не менш важливим. Групові заняття сприяють розвитку комунікативних навичок, вчать дітей працювати в команді, розуміти інших і співпрацювати. Спільна участь у танцювальних постановках формує почуття відповідальності, взаємопідтримки, толерантності та взаємоповаги. Це стає основою для гармонійного входження дитини у соціум.

Ключовою перевагою хореографічної діяльності є її здатність інтегруватися з іншими формами навчання. Поєднання танцю з музикою, грою, драматичним мистецтвом або образотворчою діяльністю робить навчальний процес більш цікавим і різноманітним. Завдяки цьому діти отримують можливість всебічно розвиватися, залучаючи різні сенсорні канали сприйняття, активізуючи пам'ять, увагу та уяву.

Важливо, що хореографічні заняття враховують фізіологічні та психологічні особливості дітей. Завдання та вправи підбираються відповідно до їхнього віку, рівня розвитку і можливостей, що дозволяє уникати перевантажень і забезпечує поступовий прогрес у навичках. Ігрові методи та музичний супровід сприяють створенню позитивної атмосфери, підвищують інтерес дітей до занять і формують стійку мотивацію до самовдосконалення.

Таким чином, хореографічна діяльність є унікальним і надзвичайно ефективним засобом для гармонійного розвитку особистості дитини. Вона одночасно сприяє фізичному здоров'ю, психоемоційному благополуччю, соціалізації та творчому самовираженню, готуючи дитину до повноцінного життя в сучасному суспільстві.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ДЖЕРЕЛ

1. Бабинець В. Методологічні аспекти розробки хореографічних постановок з урахуванням фізіологічних та психологічних особливостей дітей. *зб. студентських наук. пр. Хореографічна культура - мистецькі виміри*. Львів : ЛНУ імені Івана Франка, 2024. Вип. 17. С. 117–122.
2. Бабинець В., Бандура Х., Ліщинська М. Обґрунтування принципів інклюзивної освіти. *Advanced discoveries of modern science: experience, approaches and innovations: collection of scientific papers «SCIENTIA» with Proceedings of the VII International Scientific and Theoretical Conference, November 29, 2024*. Amsterdam : The Netherlands. International Center of Scientific Research. 2024. С. 183–187. URL: <https://previous.scientia.report/index.php/archive/issue/view/29.11.2024>
3. Бабинець В. Інклюзія через мистецтво: арт-терапія для дітей з ДЦП *зб. студентських наук. пр. Культурно-мистецькі ескізи*. Львів : ЛНУ імені Івана Франка, 2024. Вип. 6. С. 162–169.
4. Бабинець В., Яцеленко А., Стригун Ф., Плахотнюк О. Зв'язок між арт-терапевтичними методами та танцем. *The 1st International scientific and practical conference “Future of science: innovations and perspectives” (November 25–27, 2024)*. Stockholm, Sweden : SSPG Publish. 2024. С. 575–580. URL: <https://sci-conf.com.ua/wp-content/uploads/2024/11/FUTURE-OF-SCIENCE-INNOVATIONS-AND-PERSPECTIVES-25-27.11.24.pdf>
5. Березова Г. Класичний танець у дитячих хореографічних колективах. 2-ге вид. Київ: Музична Україна, 1990. 256 с.
6. Бутенко Т., Мамчур С. Хореографічні здібності та їх розвиток у дітей дошкільного віку. Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. 2017. Вип. 5 (86). С. 51–55.
7. Голдрич О. Хореографія: Посібник з основ хореографічного мистецтва та композиції танцю. Львів: Край, 2003. 160 с.
8. Гордійчук О. Психолого-педагогічні умови створення ситуації успіху для молодшого школяра під час самопідготовки в умовах ГПД. *Інноваційні*

*освітньо-виховні стратегії в сучасному світі: змістовий та технологічний аспект. Матеріали Всеукр. наук.-практ. конференції (16–17 лист. 2011 р., м. Суми). Суми : КЗ Сумський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти. Суми: РВВ СОІППО, 2011. С. 21–25.*

9. Дурманенко М. Використання засобів акробатики в режимі фізкультурних занять старших дошкільників. *Молода спортивна наука України*. 2009. Т. 2. С. 42–46.

10. Кошавець І. Розвиток хореографічних здібностей дітей дошкільного віку. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки*. 2014. Вип. 2 (1). С. 199–203.

11. Мартиненко Олена. Методика роботи з хореографічним колективом: теорія і практика: підручник для здобувачів першого рівня вищої освіти спеціальностей 024 Хореографія, 014 Середня освіта (Хореографія). Мелітополь : Видавничий будинок Мелітопольської міської друкарні, 2020. 390 с.

12. Плахотнюк О. Терапевтичний ресурс хореографії. *Психологічні виміри культури, економіки, управління : Науковий журнал*. Львів. Вип. 25. 2023. С. 34–40. URL: [Випуск 25](#)

13. Плахотнюк О.А., Гриненко А.В., Яцеленко А.А. Хореографічно-музичний аналіз – супровід танцювальної культури Лемківщини. *Вісник Львівського університету. Серія мистецтвознавство*. Львів. 2020. Вип. 21 (2020). С. 81–90. DOI: <http://dx.doi.org/10.30970/vas.21.2023.12132>, URL: <http://publications.lnu.edu.ua/bulletins/index.php/artstudies/article/view/12132>.

14. Шариков Д. Теорія, історія та практика сучасної хореографії. Генезис і класифікація сучасної хореографії – напрями, стилі, види: монографія. Київ: КиМУ, 2010. 208 с.

15. Савченко О. Дидактика початкової освіти: підручник. Київ: Грамота, 2012. 504 с.

16. Сухомлинський В. Серце віддаю дітям. Київ, 1972. 245 с.

17. Шевчук А. Дитяча хореографія. Київ, 2008. 128 с.

18. Шевчук А. У танцювальному колі. *Палітра педагога*. 2000. № 92. С. 18–24.
19. Шевчук А. Художні проекти з 5-річними дітьми та їхніми батьками. *Дошкільне виховання*. 2013. № 8. С. 11–17.
20. Шевчук А. Як залучати дошкільнят до хореографії? Дитячий садок. *Мистецтво*. 2007. № 4. С. 3–7.
21. Шевчук А. Розвиток дошкільнят в музично-руховій діяльності: Навчально-методичне забезпечення програми «Дитина». Київ : Шкільний світ, 2006. 126 с.
22. Хореографія в системі заходів фізичної та психічної реабілітації дітей з розладами розвитку / З. А. Чорнак, О. А. Плахотнюк, Л. М. Ціж. Львів : Растр-7, 2022. 219 с. URL: [Хореографія в системі заходів фізичної та психічної реабілітації дітей з розладами розвитку Чорнак З., Плахотнюк О., Ціж Л.](#)

#### **Електронні інформаційні ресурси**

23. Vence, P. (n.d.). Dance Monkey. [YouTube Video]. URL: <https://youtu.be/bbvMX9wDQXw?si=s2SXoZsGLP1EH2Wo>
24. Berenguer, A. (n.d.). Baby. [YouTube Video]. URL: [https://youtu.be/Oh\\_4aSubO4M?si=OhovK0ni5hXJCmDa](https://youtu.be/Oh_4aSubO4M?si=OhovK0ni5hXJCmDa)
25. Berenguer, A. (n.d.). Life. [YouTube Video]. URL: <https://youtu.be/5qi-NCfu5DM?si=xMzmiAaTomk7sWgh>
26. Berenguer, A. (n.d.). The Gift. [YouTube Video]. URL: [https://youtu.be/HyASOHYmd\\_8?si=9B4wYLjrpB\\_H76oS](https://youtu.be/HyASOHYmd_8?si=9B4wYLjrpB_H76oS)
27. Eclipse. (n.d.). Bad Guy. [YouTube Video]. URL: <https://youtu.be/pFUNRHftGSE?si=dkIjpd35l68qTuM>
28. 2WEI. (n.d.). Smoke on the Water. [YouTube Video]. URL: <https://youtu.be/BZyH3ur-Yl8?si=DzTy729KSKMr9LV9>
29. Постановочо-творча робота: «Чарівний сад». URL : <https://youtu.be/RnNKxJPK60?feature=shared>