

МОДЕЛЮВАННЯ ПРОЦЕСУ НАВЧАННЯ З ДИСЦИПЛІНИ «ТАНЦІ В ФІЗИЧНІЙ РЕАБІЛІТАЦІЇ»

Кравчук Т. М.

Харківський національний педагогічний
університет імені Г.С. Сковороди

Вступ. Сьогодні все більша увага приділяється підготовці майбутніх спеціалістів з фізичного виховання до проведення заходів з фізичної реабілітації та лікувальної фізичної культури. Для цього в навчальні плани факультетів фізичної культури було уведено дисципліни, яких ще донедавна там не було. Серед них: «Фізична реабілітація», «Нетрадиційні методи відновлення» тощо. З кожним роком перелік цих дисциплін розширюється. До засобів фізичної реабілітації поряд з традиційними включають нові, запозичені з різних видів мистецтва, зокрема танцювального.

Танцювальна терапія не нове явище в медичній практиці. Її активно використовували ще в середині ХХст. з метою фізичної й емоційної реабілітації великої кількості інвалідів і ветеранів війни. В наш час танцювальну терапію як засіб психотерапії пропонують використовувати Є. Гренлюнд, Н. Оганесян (2004), В. Козлов, А. Гиршон та Н. Веремеєнко (2005). Танець, як виток особистісного і духовного розвитку людини розглядають розробники програм з танцювально-ейдетичного тренінгу О.Аксененко (2008) та танцювально-експресивного тренінгу Т. Шкурко (2003). Але дослідники не вивчали питання підготовки спеціалістів з фізичної культури до використання танцю як засобу фізичної реабілітації після різних хвороб, що й визначило актуальність теми дослідження.

Мета дослідження — розробити модель процесу навчання студентів факультету фізичної культури дисципліні «Танці в фізичній реабілітації».

Завдання дослідження. Визначити мету, завдання та розкрити структуру і зміст дисципліни «Танці в фізичній реабілітації». Розро-

бити модель процесу навчання цій дисципліні студентів факультету фізичної культури вищих педагогічних навчальних закладів.

Для вирішення поставлених завдань було використано наступні методи: аналіз, узагальнення і систематизація наукової та спеціально-методичної літератури, навчальної документації факультетів фізичної культури; бесіди з фахівцями, анкетування.

Результати дослідження. Як свідчить аналіз навчальних планів факультету фізичної культури Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди у 2007—2008 н.р. до переліку дисциплін студентів 5 курсу які спеціалізувалися з фізичної реабілітації було уведено курс «Танці в фізичній реабілітації». Дисципліна включала 4 лекційних та 28 практичних годин, а також 12 годин індивідуальної роботи і 18 — самостійної.

Мета навчальної дисциплін «Танці в фізичній реабілітації» — формування знань, умінь і навичок з використання танців у процесі фізичної реабілітації після хвороб різних систем і органів людини, удосконалення музичної та рухової культури студентів, всебічний гармонійний розвиток їхньої особистості.

Головними завданнями навчальної дисципліни було: озброєння студентів знаннями з можливостей використання танців у процесі фізичної реабілітації після різних хвороб та навчання їх елементам класичного, сучасних, бальних, народних танців і танцювальної аеробіки які можуть плідно засосовуватися у фізичній реабілітації хворих.

Під час лекцій майбутнім учителям надавалися відомості про загальну характеристику танців, що можуть бути використані в якості засобів фізичної реабілітації та їх оздоровчі й відновлювальні можливості. Розглядалися теоретико-методичні основи танцювально-рухової терапії і реабілітаційна роль музики, що використовується як музичний супровід до танців. У ході лекційних занять студенти також ознайомилися з відновлювальним впливом танців на організм людини, зокрема стимулюючим, трофічним, компенсаторним, нормалізуючим та психотерапевтичним.

На практичних заняттях студенти вивчали елементи класичного, сучасних, бальних, народних танців і танцювальної аеробіки. Кожне практичне заняття з танців у фізичній реабілітації складалося з трьох частин: підготовчої, основної та заключної. В підготовчій частині студенти виконували невелику розминку засобами класичної або

партерної хореографії, пілатесу, стретчингу, йоги, тощо. Використання цих вправ, на нашу думку, мало підсилювати реабілітаційний потенціал занять танцями. Будь-яка розминка обов'язково супроводжувалася повільною музикою.

В основній частині студенти вивчали танцювальні вправи, відповідно до теми практичного заняття. Заключна частина припускала вправи на розслаблення та вправи дихальної гімнастики.

Якість вивчення кожного з розділів дисципліни «Танці в фізичній реабілітації» оцінювалася в балах, які у підсумку давали можливість студентам отримати залік за 100-бальною системою. Майбутні вчителі отримували окремі бали за тестування знань з кожної теми, якість засвоєння танцювальних рухів, що вивчалися, виконання індивідуальних навчально-дослідних завдань та за підсумковий контроль.

Висновки. У результаті проведеного дослідження було розроблено модель процесу навчання студентів факультету фізичної культури дисципліни «Танці в фізичній реабілітації», яка включає: послідовне засвоєння знань з різних питань використання танців у фізичній реабілітації; оволодіння вміннями й навичками виконання елементів різних танцювальних напрямів, що можуть використовуватися в фізичній реабілітації; відтворення вивченого у формі тестового контролю, виконання індивідуальних навчально-дослідних завдань та визначення рівня засвоєння техніки виконання танцювальних вправ, що вивчалися.