

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2022.4(149).12  
УДК 373.3.015.31:796]:016

Драч Т. Л.,  
аспірантка Львівського державного  
університету фізичної культури імені Івана Боберського,  
тренер-хореограф Школи повітряної акробатики «Шоколад»

## ОГЛЯД ЛІТЕРАТУРИ ПРИСВЯЧЕНІЙ ПИТАННЮ УДОСКОНАЛЕННЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ШКОЛЯРІВ ЗАСОБАМИ ПОВІТРЯНОЇ АКРОБАТИКИ ТА ПІЛОННОГО СПОРТУ

Аналіз літератури присвячений питанню удосконалення фізичного виховання учнів молодшого шкільного віку дозволяє вивчити ступінь розробки питання інновацій у програмі з фізичного виховання. В даний час за програмою «Нової української школи» вводиться варіативна складова у програму учнів середнього шкільного віку, що дозволяє включати додаткові дисципліни під час занять з фізичного виховання для дітей. На базі проведеного дослідження ми зможемо сформулювати пропозиції щодо покращення програми учнів середнього шкільного віку. Для цього слід провести педагогічний експеримент та спостереження на учнях молодшого шкільного віку. Вивчення та аналіз попередніх робіт з цього питання дає нам змогу дослідити ступінь вивчення цієї проблеми та зробити висновки щодо подальшого проведення дослідження, можливості його впровадження, а також розробити пропозиції для покращення програми з фізичного виховання для учнів середнього шкільного віку.

**Ключові слова:** фізичне виховання, учні молодшого шкільного віку, аналіз літератури, повітряна акробатика, пілонний спорт.

**Drach T. Review of literature on the issue of improvement of physical education of schoolchildren by air acrobatics and pilot.** The analysis of the literature devoted to the issue of improving the physical education of primary school students allows us to study the degree of development of innovation in the program of physical education. Currently, the program of the New Ukrainian School introduces a variable component in the program of middle school students, which allows to include additional disciplines in physical education classes for children. Based on the research, we will be able to formulate proposals for improving the curriculum of middle school students. To do this, conduct a pedagogical experiment and observation on primary school students. The studying and analysis of previous work on this issue allows us to explore the degree of study of this problem and draw conclusions about further research, the possibility of its implementation, as well as develop proposals to improve the physical education program for middle school students. The method of physical education of primary school students in their works studied such scientists as G.L.Apanasenko (1989), M.M.Bogen (1997), and V.G. Arefiev, M.D.Zubaliy, V.I. Kubasov, P.T. Raevsky, V.V. Stolitenko (1994). The issue of improving physical education by means of pylon sports is partially reflected in the work of Ganna Oleynik (2017) and Irina Kartali (2018), and the possibility of using aerial acrobatics for this purpose is reflected in the work of Steven Santos (2013). However, the issue of improving the physical education of primary school students by means of pylon sports and aerial acrobatics has not been reflected in the modern scientific literature yet.

**Key words:** physical education, primary school students, literature analysis, aerial acrobatics, pylon sports.

**Постановка проблеми.** Тема дослідження «Удосконалення фізичного виховання учнів молодшого шкільного віку засобами повітряної акробатики та пілонного спорту» для нашого наукового дослідження обрана не випадково. На даний час дослідження у галузі фізичного виховання допомагають удосконалювати програму для школярів різного віку різними засобами фізичної активності для того, щоб зробити фізичну підготовку дітей більш цікавою та насиченою. Тому ми вирішили проаналізувати вже доступні нам джерела, які висвітлюють основні аспекти цієї проблеми та готують підґрунтя для подальших досліджень.

**Аналіз літературних джерел.** Методику фізичного виховання учнів молодшого шкільного віку у своїх працях вивчали такі науковці, як Апанасенко Г.Л. (1989), Боген М.М. (1997), та В.Г. Ареф'єв, М.Д. Зубалій, В.І. Кубасов, Р.Т. Раєвський, В.В. Столітенко (1994). Питання удосконалення фізичного виховання засобами пілонного спорту частково відображено у праці Г. Олейник (2017) та Irina Kartali (2018), а можливості використання повітряної акробатики для цієї цілі у роботі Steven Santos (2013). Однак питання удосконалення фізичного виховання учнів молодшого шкільного віку засобами пілонного спорту та повітряної акробатики не знайшло свого відображення у сучасній науковій літературі.

**Мета статті (постановка завдань):** Тож, метою нашого дослідження постає питання аналізу літературних джерел та електронних ресурсів присвячених питанню удосконалення фізичного виховання учнів молодшого шкільного віку засобами повітряної акробатики та пілонного спорту. Задля вирішення поставленої мети були поставлені такі завдання:

- проаналізувати літературу, присвячену питанню удосконалення фізичного виховання учнів молодшого шкільного віку засобами повітряної акробати та пілонного спорту;
- провести педагогічний експеримент щодо застосування інноваційних методів у фізичному вихованні учнів молодшого шкільного віку за допомогою повітряної акробатики та пілонного спорту;
- визначити можливість впровадження даної програми як варіативний сегмент у програму з фізичного виховання учнів середнього шкільного віку.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Серед робіт сучасних науковців, які досліджували інновації у методах фізичного виховання у своїх працях можна назвати В.Б. Коренберг «Заметки о культуре движений» (1972),

М.М. Бюген у своїй праці «Физическое совершенство как основное понятие теории физической культуры» (1997). Систему оздоровчого фітнесу було висвітлено в роботі Е. Хоулі (2000). А.А. Боляк у дисертації «Модельні характеристики фізичної і технічної підготовленості спортсменок спортивної аеробіки на етапі попередньої підготовки» (2007) розглянув це питання у своїй роботі, І.В. Манжелей написав «Інновації в фізическом воспитании» (2010) та інші.

Методику викладання хореографії в складно-координаційних видах спорту розглядали у своїх працях такі науковці, як Т.С. Лисицька у книзі «Хореография в гимнастике» (1971), Ф.Р. Морель в роботі «Хореография в спорте» (1971), С.І. Борисенко у своїй дисертації «Повышение исполнительского мастерства гимнасток на основе совершенствования хореографической подготовки» (2000), О.Г. Румба в дисертаційному дослідженні «Народно-характерная хореография в системе подготовки специалистов по гимнастике и танцам на паркете» (2006), В.Ю. Сосіна в книзі «Хореография в гимнастике» (2009), В.Г. Тодорова в монографії «Хореографічна підготовка в техніко-естетичних видах спорту» (2018). Вони висвітлювали важливість та необхідність хореографічної підготовки у художній та спортивній гімнастиці та акробатиці.

Основи хореографічного мистецтва були розглянуті у збірнику наукових праць «Вільний танець: історія, філософія, шляхи розвитку» (2005), а також висвітлені Н.А. Бугаєць в роботі «Історія хореографічного мистецтва (від виникнення до початку ХХ століття)» (2007). Методику викладання класичного танцю дослідила в своїй роботі з однойменною назвою Л.Ю. Цветкова (2007).

Теорико-методичні аспекти підготовки спортсменів досліджували такі науковці, як Д.П. Мавроматі в книзі «Упражнения художественной гимнастики» (1972), М.М. Булатова у дисертаційній роботі «Теоретико-методичні аспекти реалізації функціональних резервів спортсменів вищої кваліфікації» (1997), В.Н. Платонов в роботі «Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте» (1997), В.М. Смолевський та Ю.К. Гавердовський у праці «Спортивна гімнастика» (1999), Ю.К. Гавердовський в роботі «Техника гимнастических упражнений» (2002), І.А. Вінер в науковому дослідженні «Подготовка высококвалифицированных спортсменов в художественной гимнастике» (2003), та ін.

Циркове мистецтво, а відповідно і джерела виникнення повітряної акробатики на полотнах та кільці, а також методику виконання вправ на цих знаряддях розглядав у своїй роботі З.Б. Гуревич «О жанрах советского цирка» (1984), а також зарубіжні дослідники Richard Gunde в роботі «Culture and Customs of China», Steven Santos в книзі «Simply Circus. Introduction to Rigging Lyras and Trapeze Bars» (2013) та Pony Poison в роботі «Simply circus. Aerial silk» (2013). Пілонний спорт та методичні особливості опанування цього напрямку розглянули в своїх роботах Ганні Олейник «Танец на пілоні» (2017) та Iryna Kartali в книзі «Pole dance fitness» (2018) та ін. Правила змагань з пілонного спорту можна знайти на офіційних сайтах змагань з пілонного спорту, у тому числі, Pole Universe 2021, де розміщена система оцінювання у пілонному спорті. Пілонний спорт та повітряна акробатика – це нові напрямки, які наразі стають популярними як серед аматорів, так й професіоналів. Про пілонний спорт писала Ганна Олейник в своїй книзі «Танець на пілоні» (2017). Пілон відноситься до складно-координаційних видів спорту, в яких обов'язково вивчають і класичну хореографію. [5, с.34]

Перший розділ книги «Танець на пілоні» присвячується загальним питанням викладання танцю і акробатики на пілоні і містить важливу інформацію по теорії та методиці викладання, знати яку потрібно кожному тренеру. Завдання тренера з пілонного спорту, на думку автора, це вміти грамотно навчати інших, враховуючи індивідуальні особливості і потреби своїх підопічних.

Побудова тренування, процес запам'ятовування рухів, автоматизація навичок, розвиток координаційних здібностей, рухові переваги – це ті моменти, на які потрібно звертати особливу увагу в спорті і в танцях на пілоні [5, с.50]. Другий розділ книги «Танець на пілоні» об'єднує в собі знання про хореографію, акробатику і акторську майстерність. З нього ми можемо дізнатися ази класичної хореографії, імпровізації і акторської майстерності, правила побудови танцювальної композиції в пілонному спорті. Ми можемо ознайомитися з поняттям акробатики, видами і групами акробатичних вправ і ще з важливими психологічними аспектами тренерської роботи, які потрібно постійно застосовувати в навчанні танцю на пілоні. Також в цьому розділі є глава, присвячена темі *pole kids* (танець на пілоні для дітей). Третій розділ адресований виступаючим пілоністам, і містить поради щодо постановки номера включно із важливими аспектом: зовнішній вигляд, який формується за допомоги костюму та макіяжу.

Авторка є спеціалістом у сфері психології та психотерапії («Позитивна психотерапія», «Гештальт-терапія», «Системні сімейні розстановки»), тому в книзі вона приділяє особливу увагу цим аспектам.

В посібнику також розкривається питання, чи можна за допомогою танцю на пілоні схуднути і привести своє тіло до бажаної форми. Пілонний спорт передбачає суттєві фізичні навантаження, але без оптимального харчування досягнути бажаного результату, на думку автора, не можливо. Тому четвертий розділ навчального посібника присвячений темі правильного харчування і питного режиму.

П'ятий розділ присвячується техніці безпеки і прийомам першої допомоги при травмах.

Цей підручник складений таким чином, що він буде цікавий як тренерам, так і початківцям-пілоністам, і тим, для кого *pole dance* лише хобі.

Iryna Kartali Pole dance fitness (2018), зарубіжне видання книги про пілонний спорт як фітнес, у якій авторка розкриває основні принципи пілонного спорту та надає важливі рекомендації для тих, хто планує займатися пілонним спортом або вже займається.

Особливості повітряної акробатики добре висвітлено у в книзі «Simply circus» Steven Santos (2015). Це підручник, який призначено для використання у якості основного тексту у семестровому класі з повітряних апаратів на циклі та повітряних танцях на базі такелажу. Ця книга містить безліч інформації про барні апарати, на вивчення яких знадобиться багато років і стільки ж часу на засвоєння елементів.

Щодо фізичного виховання (далі ФВ) учнів молодшого шкільного віку писали такі науковці, як Р.Т. Раєвський, В.Г. Ареф'єв, М.Д. Зубалій, В.І. Кубасов, В.В. Столітенко у роботі «Концепція національної системи ФВ дітей, учнівської молоді і студентської молоді України» (1994). [3, с.50]

У практиці фізичного виховання показники функціональних можливостей дитячого організму є основним критерієм у виборі фізичних навантажень, структури рухових дій, методів дії на організм. Для молодших школярів природною є потреба у руховій активності, тому важливо забезпечити дітям достатній обсяг рухової активності, що відповідає їхньому віку та індивідуальному стану здоров'я.

У підручнику Б.М. Шиян «Теорія і методика фізичного виховання школярів» (2008) викладено основні поняття теорії і методики фізичного виховання, його мету і завдання, засоби, принципи і методи, загальні основи навчання та методуку удосконалення фізичних якостей.

У цьому підручнику розглядаються анатоμο-фізіологічні та психологічні особливості учнів молодшого шкільного віку, а також методика викладання на цьому етапі фізичного розвитку дітей.

На початковому етапі (I—IV класи) серед освітніх завдань великого значення набуває збагачення рухового досвіду дітей та вдосконалення їхніх психомоторних здібностей, що полегшує процес опанування складних вправ у майбутньому. Система умовних зв'язків, сформована в цьому віці, відрізняється міцністю, і це є підставою для формування у дітей потягу до самостійних занять. Треба також привчати дітей дотримуватися правил особистої гігієни. Серед оздоровчих завдань на перший план висуваються: формування постави, сприяння розвитку організму, виховання спритності та швидкості. Початкова школа — відповідальний етап у формуванні людської особистості. Діти молодшого шкільного віку переважно відверті, відкриті, великий вплив на них справляє авторитет вчителя. Фізичні вправи можуть бути ефективним засобом формування навичок правильної поведінки, взаємин, патріотичних почуттів, якщо у процесі їх виконання залучати до активної діяльності дітей як помічників, готувати їх як суб'єктів процесу фізичного виховання, виховувати в них почуття відповідальності за власний фізичний стан. У роботі з учнями молодших класів застосовують різноманітні засоби, але головними з них є вправи основної гімнастики, акробатичні вправи, ходьба і біг у різних варіантах з подоланням перешкод, човниковий біг, вправи з м'ячами, танцювальні рухи, рухливі ігри, плавання, пересування на лижах. Автор радить заохочувати учнів до застосування в позаурочний час нетрадиційних для уроків засобів, а саме: «класики» і скакалки, ігри з м'ячами, катання на велосипедах і самокатах, заняття в позашкільних закладах. Аналіз відповідних джерел дав нам змогу зробити висновки, що обрана нами тема є актуальною та ще малодослідженим залишається питання удосконалення фізичного виховання учнів молодшого шкільного віку інноваційними засобами, такими як повітряна акробатика та пілонний спорт, тому воно потребує додаткового усестороннього вивчення.

**Висновки.** Завдяки проведеному дослідженню ми зуміли проаналізувати літературу та електронні ресурси, присвячені питанню Удосконалення фізичного виховання школярів засобами повітряної акробатики та пілонного спорту. Дізналися, що питання інновацій у фізичному вихованні учнів молодшого шкільного віку передбачено програмою «Нової української школи, а також варіативним сегментом у програмі у програмі фізичного виховання учнів середнього шкільного віку. **Перспективи подальших досліджень.** Завдяки проведеній науково-дослідній роботі ми зуміли створити підґрунтя для педагогічного експерименту та спостереження щодо визначення важливості удосконалення програми з фізичного виховання середнього шкільного віку.

#### Література

1. Апанасенко Г.Л. Физическое развитие детей и подростков. К.: Здоров'я, 1989. 264 с.
2. Боген М. М. Физическое совершенство как основное понятие теории физической культуры / М. М. Боген // Теория и практика физической культуры, 1997. № 5. С. 18-21.
3. Концепція національної системи фізичного виховання дітей, учнівської і студентської молоді України / В.Г. Ареф'єв, М.Д. Зубалій, В.І. Кубасов, Р.Т. Раєвський, В.В. Столітенко // Початкова школа. 1994. № 4. С.50 – 54
4. Манжелей, И. В. Инновации в физическом воспитании : учеб. пособие / И. В. Манжелей. Тюмень: Изд-во Тюменского гос. ун-та, 2010. 164 с.
5. Олейник Г. Танец на пилоне. Учебное пособие. Одеса. 2017. с.175
6. Irina Kartaly. Pole Dance Fitness. Maidenhead: Meyer & Meyer Sport (UK) Ltd., 2018 p.416
7. Steven Santos. Simply Circus. Introduction to Rigging Lyras and Trapeze Bars. Simply Circus:Inc., 2013.

#### References

1. Apanasenko G.L. (1989) *Physicheskoye razvitiye detey i podrostkov*. [Physical development of children and adults]. K.: Health. 264 p. (in Russian)
2. Bogen M.M. (1997) *Physicheskoye sovershenstvo kak osnovnoe ponyatie teorii phisicheskoy kultury*. [Physical perfection as the basic concept of the theory of physical culture] / M.M. Bogen // *Theory and practice of physical culture*, № 5.P. 18-21. (in Russian)
3. Arefiev V.G., Zubaliy M.D., Kubasov V.I., Raevsky P.T., Stolitenko V.V. (ed.) (1994) *Konceptiya nacionalnoy systemy phisichnogo vyhovannya ditey, uchnivskoyi ta studentskoyi molody Ukrayiny* [The concept of the national system of physical education of children, pupils and students of Ukraine]// *Primary school*. № 4. P.50 – 54 (In Ukrainian)
4. Manzheley I.V. (2010) *Innovaciyi v phisicheskoy vospitaniyi*. [Innovations in physical education]: textbook. manual / I.V. Manzheley. Tyumen: Tyumen State Publishing House. University, 164 p. (in Russian)
5. Oleynik G. (2017) *Tanec na pylone*. [Dance on the pylon]. Textbook. Odessa. p.175 ( in Russian)
6. Irina Kartaly. (2018) *Pole Dance Fitness*. Maidenhead: Meyer & Meyer Sport (UK) Ltd., p.416
7. Steven Santos. (2013) *Simply Circus. Introduction to Rigging Lyras and Trapeze Bars*. Simply Circus: Inc.