

На правах рукописи

ЭЙДЕЛЬМАН ЛЮБОВЬ НИКОЛАЕВНА

ИНТЕГРАЦИЯ ТАНЦЕВАЛЬНОЙ  
И ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СИСТЕМЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ

13.00.04 – Теория и методика физического воспитания, спортивной  
тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры

АВТОРЕФЕРАТ

диссертации на соискание учёной степени  
доктора педагогических наук

Санкт-Петербург – 2020

Работа выполнена на кафедре теории и методики физической культуры ФГБОУ ВО «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург».

**Научный консультант – Потапчук Алла Аскольдовна**, доктор медицинских наук, профессор, ФГБОУ ВО «Первый Санкт-Петербургский государственный медицинский университет имени академика И.П. Павлова» Министерства здравоохранения Российской Федерации, кафедра медицинской реабилитации и адаптивной физической культуры, заведующий.

**Официальные оппоненты:**

**Румба Ольга Геннадьевна**, доктор педагогических наук, профессор, ФГКВБОУ ВО «Военный институт физической культуры» Министерства обороны Российской Федерации, научно-исследовательский центр (по физической подготовке и военно-прикладным видам спорта в Вооруженных Силах Российской Федерации), старший научный сотрудник;

**Зайцев Анатолий Александрович**, доктор педагогических наук, профессор, ФГБОУ ВО «Калининградский государственный технический университет», кафедра физической культуры, заведующий;

**Правдов Михаил Александрович**, доктор педагогических наук, профессор, Шуйский филиал ФГБОУ ВО «Ивановский государственный университет», кафедра теории и методики физической культуры и спорта, профессор.

**Ведущая организация:** ФГБОУ ВО «Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма».

Защита состоится 8 октября 2020 года в 13.00 часов на заседании диссертационного совета Д 311.010.01, созданного на базе ФГБОУ ВО «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург», по адресу: 190121, г. Санкт-Петербург, ул. Декабристов, д. 35, актовЫй зал.

С диссертацией можно ознакомиться в научной библиотеке и на сайте ФГБОУ ВО «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург» (<http://lesgaft.spb.ru>).

Текст автореферата размещен на сайте Университета (<http://lesgaft.spb.ru>) и на сайте ВАК при Минобрнауки РФ (<http://vak.minobrnauki.gov.ru>).

Автореферат разослан «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2020 года

Учёный секретарь диссертационного совета,  
доктор педагогических наук, профессор

Костюченко В.Ф.

## ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

**Актуальность исследования** обусловлена проблемой снижения количества здоровых детей во всех возрастно-половых группах и повышения уровня заболеваемости детского населения за последние 20 лет на 64,8%, о чём свидетельствуют многочисленные научные данные (Римашевская Н.М., 2011; Полунина Н.В., Черкасов Н.В., 2013; Баранов А.А., 2016; Правдов М.А., 2019 и др.). В общее ухудшение здоровья детей вносят свой вклад гипокинезия, «компьютеризация», информационные перегрузки, интенсификация и несоответствие методик образовательного процесса возрастным и функциональным возможностям детей, преждевременное начало дошкольного систематического обучения. Педагогические исследования, посвящённые данной проблеме (Абаев А.М., 2012; Соловьёва Л.А., 2014; Тиссен П.П., Сократов Н.В., 2014; Дворкина Н.И., 2015; Ким Т.К., 2015; Петрякова В.Г., 2016 и др.), не в полной мере решают вопросы, сопряжённые с гармоническим физическим, психическим и социальным развитием подрастающего поколения. В «Стратегии развития воспитания в РФ на период до 2025 г.» указывается на необходимость улучшения процесса физического воспитания детей «на основе оптимального сочетания отечественных традиций, современного опыта, культурно-исторического, системно-деятельностного подхода к социальной ситуации развития ребёнка». Современные исследователи подчёркивают, что физическое воспитание детей предусматривает интеграцию и взаимосвязь традиционных и нетрадиционных средств физической культуры, которые связаны с поиском новых форм и средств занятий физическими упражнениями (Фомина Н.А., 2016.; Железняк Ю.Д., 2017 и др.). Однако в рамках образовательного учреждения процесс физического воспитания жёстко подчинён Федеральному государственному образовательному стандарту, поэтому специалисту по физическому воспитанию сложно отойти от традиционных форм и методов организации учебного процесса к нетрадиционным, отличающимся гибкостью, экономичностью и технологичностью, ориентированным на гармонизацию развития личности ребёнка. Широкие возможности системы дополнительного образования детей, позволяют активно внедрять альтернативные формы и авторские методики обучения с использованием как традиционных, так и нетрадиционных средств физического воспитания, способствующих разностороннему развитию подрастающего поколения.

На наш взгляд, в качестве одного из путей совершенствования физического воспитания детей является интеграция танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в системе дополнительного образования. Она обусловлена тем, что танцевальная и физкультурно-оздоровительная деятельность являются крупнейшими областями педагогической практики, в которой реализуется социокультурная деятельность, физическое воспитание, духовное и творческое развитие. Однако в системе образования нет примеров интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности как целостной системы, прежде всего потому, что до настоящего времени эти два вида деятельности исследовались изолированно друг от друга. Соответственно

отсутствуют официально утвержденные программы обучения, нет методических пособий. Имеющиеся сведения, освещающие роль творчества в процессе формирования личностного потенциала ребенка, лишь фрагментарно касаются вопросов интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности. Отсутствует целеполагание применения танцевальных упражнений и системный подход к их использованию, не уточнен объем и содержание танцевального материала, предлагаемые танцевальные упражнения не соотносятся с возрастными особенностями детей, отбор хореографического материала осуществляется без учёта реальных условий проведения занятий физической культурой.

Всё это свидетельствует об актуальности разработки проблемы интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в системе дополнительного образования детей.

**Степень научной разработанности темы исследования.** Тема данного исследования находится на пересечении проблематики теоретических знаний о физическом воспитании детей и танцевальном искусстве, что обусловило необходимость обращения к достижениям исследователей, работающих в этих областях.

Изучение научно-методической литературы проходило по трём направлениям. Первое направление касалось рассмотрения физического воспитания (ФВ) детей как области межкультурных взаимодействий танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности. В этой связи можно выделить многочисленные исследования специалистов в области ФВ, изучавших проблемы оздоровления детей с позиций: активизации физкультурно-оздоровительной деятельности при помощи нетрадиционных средств физической культуры (Соловьёва Л.А., 2014; Стафеева А.В., Реутова О.В., 2015 и др.); взаимосвязи культуры и образования при осуществлении оздоровительной работы в общеобразовательных учреждениях (Аслаханов С.-А.М., 2012 и др.); взаимосвязи феномена «здоровье» с социальной адаптацией детей (Павлова Л.Г., 2013 и др.). Сведение этих разноплановых исследований в единую систему изучаемого явления предусматривает трансформацию процесса формирования личностного потенциала ребёнка в креативно ориентированный образовательный процесс.

При рассмотрении возможности интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в области ФВ анализировались научные работы, в которых исследовались новые возможности коррекции педагогического процесса с позиции креативности (Попов В.В., Круглов Ю.Г., 2012; Зорин С.С., 2013; Новолодская Е.Г., 2014 и др.).

Из немногочисленных исследований по организации оздоровительной деятельности в системе ДОД (Абаев А.М., 2012; Васянина, И.И., 2016; Егорова Е.А., 2012; Егорова Н.В., 2012 и др.) можно сделать вывод о необходимости изменений в подходе к воспитанию здорового ребёнка.

Значительный интерес с точки зрения диссертационного исследования представляют педагогические идеи и положения о гармоничном развитии личности на основе синтеза искусства, науки, культуры, в том числе, и культуры

физической, отражённые в работах выдающихся учёных (Гориневский В.В., 1927; Пономарёв Н.И., 1996 и др.).

Второе направление было связано с анализом интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в ФВ детей, определяющей логику их взаимоотношений. Были проанализированы работы, раскрывающие социально-исторические предпосылки применения танца в физическом развитии личности (Татищев В.И., 1887; Александрова Н.Г., 1924 и др.) и отмечающие его тесную взаимосвязь с физической культурой, педагогикой и эстетикой. В настоящее время разработаны и обоснованы характеристики танца, как вида деятельности человека и его применение в смежных областях знаний, таких как, физическая культура (Шипилина И.А., 2004 и др.), адаптивная физическая культура (Рачицкая А.И., 2010 и др.), педагогика (Фомин А.С., 2005 и др.), психология (Медведева Е.А., 2007 и др.), медицина (Шавкина М.И., 2004 и др.).

Обращение к культурно-историческим аспектам танцевальной деятельности (Вашкевич Н., 1908; Фореггер Н.М., 1926 и др.); эстетическим (Борев Ю.Б., 1998; Ванслов В.В., 2011 и др.); социокультурным (Луначарский А.В., 1925; Силин В.П., 1971) и психолого-педагогическим аспектам (Корнева И.Н., 2007; Шутова Н.В., 2009 и др.) связано с необходимостью разнопланового воздействия на процесс формирования личности ребёнка.

Особое внимание было уделено прикладным исследованиям, направленным на изучение возможности интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в образовании (Корнева И.Н., 2007; Опарина О.В., 2009 и др.), но в них предмет исследования затрагивается лишь отчасти. При этом так же анализировались работы зарубежных исследователей – F. Levy (Levy F., 2005), S. Tortora (Tortora S., 2005), K. Laws (Laws K., 2008) и др.

Третье направление анализа охватывало исследования организации физического воспитания в системе дополнительного образования детей, демонстрирующей возможность и целесообразность интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности. В связи с тем, что неотъемлемым условием при организации этого вида деятельности в физическом воспитании детей является учёт интересов и потребностей занимающихся, изучались работы, посвящённые проблеме повышения мотивации к двигательной деятельности у детей дошкольного и младшего школьного возраста (Полиевский С.А., 2006; Ильин Е.П., 2012 и др.).

Определённый интерес представляли работы авторов, которые обращались к проблемам профессионального совершенствования специалистов (Сергеева Н.Ю., 2010; Пономарёв Г.Н., 2015; Медведева Е.Н., Терёхина Р.Н., 2016 и др.). Общая для них идея состоит в том, что система подготовки и формирования новых поколений преподавателей в сфере, связанной с сохранением здоровья детей в образовательном процессе, нуждается в преобразовании.

На основе результатов проведенного междисциплинарного анализа появилась возможность разработки обоснования понятия «интеграция танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности» в системе ДОД, которая могла бы быть реализована на основе теоретико-методологической базы физического воспитания детей и теории танцевального искусства.

Таким образом, проблемная ситуация диссертационного исследования обусловлена противоречиями между:

- объективной потребностью общества в воспитании здорового поколения на основе традиционных культурных и духовно-нравственных ценностей и отсутствием эффективного способа реализации данной потребности в образовательном процессе физкультурно-оздоровительной деятельности;

- имеющимися дискретными исследованиями в практике как танцевальной, так и физкультурно-оздоровительной деятельности и отсутствием научно-обоснованных методических материалов, отражающих видовую специфику их взаимодействия;

- потенциальными возможностями интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности, направленной на физическое, психическое и социальное развитие личности ребёнка и отсутствием исследований в данной области, обеспечивающих целостность и эффективность этого процесса.

Охарактеризованная проблема обусловила **выбор темы исследования «Интеграция танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в системе дополнительного образования детей».**

**Основопологающей идеей исследования** выступает положение о том, что интеграция, нацеленная на взаимодействие и взаимодополнение танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в физическом воспитании детей, должна создавать условия, позволяющие найти новые возможности воздействия как на физическое и психическое развитие, так и на социальный комфорт занимающихся, что является новым видением решения проблемы поиска эффективных путей воспитания здорового поколения. В рамках исследования реализация этого положения осуществляется на основе интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в физическом воспитании детей. Теоретико-методологическое обоснование образовательного процесса в этом виде деятельности позволяет делать его контролируемым, управляемым и более результативным. Основопологающая идея исследования находится в полном соответствии с современной Концепцией дополнительного образования, ориентирующей на духовное и социальное благополучие подрастающего поколения вкупе с творческим и продуктивным характером деятельности.

**Объект исследования:** физическое воспитание детей в системе дополнительного образования.

**Предмет исследования:** содержание интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в процессе физкультурных занятий с детьми дошкольного и младшего школьного возраста в условиях дополнительного образования.

**Цель диссертационной работы:** научно обосновать теоретико-методологические основы и разработку научно-методического сопровождения интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в системе дополнительного образования детей.

**Гипотеза исследования** состоит в предположении о том, что интеграция танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в физическом

воспитании детей, направленная одновременно на оздоровительный процесс, творческую активность и социальный комфорт ребёнка в процессе занятий, будет педагогически целесообразной и эффективной, если:

- выявить условия взаимодействия танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в физическом воспитании детей;
- обосновать методологические подходы, раскрывающие единство функционального, деятельностного и результативного компонентов в интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности;
- создать модель интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности, обеспечивающую интегрированное воздействие на физическое, психическое и социальное здоровье детей;
- разработать методическое обеспечение образовательного процесса, поддержанное научным обоснованием и практической реализацией педагогических принципов организации этого процесса (целостность личности, преемственность традиционных и современных достижений культуры в оздоровлении человека, поликультурность, вариативность, интерес, самореализация и др.).

#### **Задачи исследования:**

1. Выявить теоретические предпосылки совершенствования танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в системе дополнительного образования детей.
2. Раскрыть социальные и культурные контуры интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности, определяющие область их эффективного взаимодействия в физическом воспитании детей.
3. Разработать структуру и содержание модели интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности, включающую в себя теоретико-методологические основания, понятийный аппарат, принципы интеграции, отражающие её мотивационную сущность и поликультурную направленность.
4. Разработать содержание научно-методического обеспечения, определяющего функционирование интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в процессе физкультурных занятий с детьми дошкольного и младшего школьного возраста в условиях дополнительного образования.
5. Экспериментально обосновать интеграцию танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в системе дополнительного образования детей.

**Научная новизна** результатов исследования заключается в том, что впервые:

- систематизированы знания о понятии «интеграция танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности», позволяющие научно обосновать её применение в области физического воспитания детей на теоретическом, методологическом и практическом уровнях;
- обосновано и раскрыто единство функционального, деятельностного и результативного компонентов, культурных ценностей, являющихся основой понимания содержания интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности;

- выявлена целесообразность использования интеграции, как условия продуктивного взаимодействия танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в физическом воспитании детей;

- разработана структура и содержание модели интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности, особенностью которой является единство её структурных и функциональных компонентов, их системное взаимодействие и опора на теоретико-методологические основания;

- разработано, экспериментально апробировано и внедрено методическое обеспечение интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в системе дополнительного образования детей, способствующее физическому, психическому и социальному развитию подрастающего поколения.

**Теоретическая значимость** результатов исследования заключается в дополнении теории и методики физического воспитания научными данными:

- уточнены имеющиеся научные знания о совершенствовании танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в физическом воспитании детей;

- установлены культурно-исторические взаимосвязи танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности;

- понятийный аппарат дополнен термином «интеграция танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности» и дано его определение;

- обоснованы методологические подходы к разработке модели интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности;

- разработана и теоретически обоснована модель интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности, включающая в себя объединение их методологических положений, реализацию теоретических предпосылок, основанных на принципах культурной целесообразности, креативности, интегративности, диалогичности, системности, вариативности, интереса и свободы выбора;

- определены условия реализации модели интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности, к которым отнесена совокупность требований к организации технологического, социально-культурного и коммуникативного окружения.

Научное обоснование методического обеспечения интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности способствует её эффективной реализации в процессе физкультурных занятий с различными группами детей. Теоретико-методологическое обоснование образовательного процесса в интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности делает его контролируемым, управляемым и более результативным.

**Практическая значимость** работы определяется тем, что:

- обосновано понятие «интеграция танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности», создающее предпосылки для трансформации физкультурно-оздоровительных практик, позволяющее эффективно реализовывать задачи, направленные на формирование, сохранение и укрепление здоровья детей;

- разработаны модель и содержание интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности, мотивационная сущность которой,



поликультурная направленность и открытость для инноваций является условием для гармоничного развития личности ребенка;

- доказана необходимость дополнительного профессионального образования для специалистов физкультурных и хореографических образовательных учреждений, вовлечённых в реализацию оздоровительных программ в системе дополнительного образования детей.

Полученные результаты могут быть использованы:

- при разработке и подготовке лекционных курсов, методических пособий, методических рекомендаций в учебном процессе факультетов и вузов физкультурного профиля, организаций хореографического образования, педагогических заведений среднего профессионального образования для подготовки специалистов по физической культуре и танцевальному искусству;

- в системе подготовки специалистов по физической культуре и танцевальному искусству;

- на курсах повышения квалификации и профессиональной переподготовки специалистов по физической культуре и танцевальному искусству.

- педагогами, организующими двигательную деятельность дошкольников и младших школьников, с целью повышения мотивации детей к физкультурным занятиям;

- в качестве основы для разработки перспективных направлений деятельности детских хореографических коллективов.

**Основными и наиболее значимыми результатами диссертационного исследования являются:**

- научно-обоснованная база экспериментальных данных, позволяющая использовать результаты исследования для создания эффективных форм и методов планомерного воздействия на физическое, психическое и социокультурное развитие различных групп детей;

- комплексы научно-методического обеспечения интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности, включающие в себя программы, методику, учебно-методические пособия, методические рекомендации, курс лекционных и практических занятий для слушателей курсов повышения квалификации.

**Теоретико-методологические основы** исследования представлены:

- фундаментальными трудами в области физического воспитания дошкольников и младших школьников (Качашкин В.М., 1980; Кенеман А.В., Хухлаева Д.В., 1985; Холодов Ж.К., Кузнецов В.С., 2000; Алямовская В.Г., 2005);

- теорией танцевального искусства (Ваганова А.Я., 1980; Базарова Н.П., Мей В.П., 2006);

- основными положениями теории физической культуры (Курамшин Ю.Ф., 2003; Филиппова С.О., Пономарёв Г.Н., 2008; Николаев Ю.М., 2010);

- концептуальными основами дополнительного образования (Куприянов Б.В., 2011; Каргина З.А., 2012);

- основополагающими работами по методологии системного подхода (Юдин Э.Г., 1978; Блауберг И.В., Мирский Э.М., Садовский В.Н., 1982);

- положениями о ведущей роли деятельности в становлении человека (Каган М.С., 1974; Леонтьев А.Н., 1975);
- идеей о культуросообразности образования (Бим-Бад Б.М, 2003 и др.);
- научными представлениями о педагогическом потенциале танцевального искусства и его возможностях в смежных областях знаний (Корнева И.Н., 2007; Медведева Е.А., 2007; Винер-Усманова И.А., 2013 и др.);
- исследованиями, обращёнными к проблемам профессионального совершенствования физкультурно-педагогических кадров в области основного общего и дополнительного образования (Сайкина Е.Г., 2007; Сергеева Н.Ю., 2010; Пономарёв Г.Н., 2015; Медведева Е.Н., Терёхина Р.Н., 2016 и др.).

Методология исследования базировалась на философско-эстетических взглядах о том, что искусство является прообразом науки, на идеях о природе и сущности человеческой деятельности, её целесообразном и творческом характере, единстве развития личности и деятельности, взаимосвязи теории и практики; «строилась» на системном подходе, обеспечивающим комплексный анализ предмета исследования как целостного явления.

**Методы исследования.** Для решения поставленных задач использовались методы педагогического исследования: теоретические – анализ научно-методической литературы, диссертационных работ, публикаций, монографий, педагогической деятельности, изучение нормативных документов, контент-анализ программно-методического материала; педагогическое наблюдение; опрос в форме анкетирования специалистов системы дополнительного образования детей, физического воспитания и танцевального искусства, учителей физической культуры, слушателей курсов повышения квалификации, родителей, детей; экспертная оценка; комплекс медико-биологических методов; психолого-педагогическое тестирование; проектирование; моделирование; педагогический эксперимент; методы математической статистики.

#### **Организация исследования.**

Диссертационная работа выполнена в соответствии с тематическим планом научно – исследовательских и опытно-конструкторских работ федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург» на 2016-2020 годы, направление 04, тема 04.05 «Содержание и структура теории физической культуры как науки и учебной дисциплины».

Экспериментальные исследования проводились на базах образовательных учреждений г. Санкт-Петербурга и Ленинградской области, реализующих программы дополнительного образования: ГБДОУ детский сад № 106 комбинированного вида Невского района, ГБДОУ № 39 Невского района и учреждениях дополнительного образования: негосударственном образовательном учреждении «Учебный центр фитнеса «НАТАЛИ» (НОУ «УЦФ «НАТАЛИ»), НП «Фитнесс-Стиль», детском развивающем центре «Карамелька». Педагогические эксперименты проводились самостоятельно.

В исследовании приняло участие 2280 человек. Из них: 1566 педагогов, в том числе 813 – педагоги ДОД, 723 – основного общего образования, 30 специалистов-

экспертов; 185 выпускников НОУ «УЦФ «НАТАЛИ»; 279 детей, в т.ч. 90 детей дошкольного возраста (5,5-6 лет) и 189 – младшего школьного возраста; 250 родителей. Исследование осуществлялось с 2005 по 2017 гг. и предусматривало несколько этапов. На этапе поисково-констатирующих исследований в педагогическом эксперименте участвовали 126 детей, в т.ч. 72 ребёнка дошкольного возраста и 54 ребёнка младшего школьного возраста. На опытно-экспериментальном этапе в исследовании участвовало 153 ребёнка в возрасте от 5 до 7 лет.

На первом поисково-констатирующем этапе (2005–2011 гг.) осуществлялось изучение и обобщение данных научно-методической литературы, результатов исследований, отражающих возможности интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в физическом воспитании детей дошкольного и младшего школьного возраста в условиях дополнительного образования; обосновывался выбор темы и методов исследования; устанавливался уровень её разработанности.

Проводились констатирующие педагогические эксперименты, которые позволили создать ориентировочную основу содержания интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в системе ДОД, раскрыть особенности применения танцевально-хореографических упражнений в ФВ детей дошкольного возраста и определить влияние танцевальной деятельности различной направленности на уровень школьной тревожности у младших школьников. Результаты педагогического эксперимента анализировались и способствовали накоплению эмпирических данных. Значимость полученных результатов подтверждается актами внедрения в физкультурно-оздоровительную практику дошкольных учреждений; изданием статей, методических рекомендаций по проблеме исследования.

Проектирование использовалось с целью разработки оптимальной модели интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности. Проектировались условия реализации и критерии, определяющие её качество.

На втором опытно-экспериментальном этапе (2011–2016 гг.) проводилось моделирование, разрабатывались структура и содержание модели интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в системе ДОД; создавалось методическое обеспечение. Были выбраны тесты и контрольные упражнения для оценки физического, психического и социального здоровья детей. На данном этапе были сформированы экспериментальные и контрольные группы, проведён формирующий эксперимент; осуществлялась апробация и внедрение интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в ФВ детей, в профессиональную подготовку специалистов по направлению 49.03.01, 49.03.02, 44.03.02, в программу повышения квалификации специалистов физического воспитания и танцевального искусства.

На третьем заключительном этапе (2016–2017 гг.) происходило обсуждение полученных результатов, формулирование выводов, практических рекомендаций, оформление работы в соответствии с требованиями, предъявляемыми к диссертациям на соискание учёной степени доктора педагогических наук. На всех этапах исследования проводился поиск и анализ литературных источников по изучаемой проблеме.

### **Положения, выносимые на защиту:**

1. Интеграция танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности основана на единстве и взаимодействии её функционального, деятельностного и результативного компонентов, культурных ценностей; она представляет собой специфическую деятельность, заключающуюся в одновременной направленности на оздоровительный процесс, творческую активность и социальный комфорт ребёнка.

2. Совершенствование танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в системе дополнительного образования детей осуществляется на основе взаимодействия, объединяющего физическое, психическое развитие и социальное благополучие подрастающего поколения с творческим и продуктивным характером деятельности.

3. В основе содержания модели интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности лежат теоретические и методологические знания, практическая деятельность, что обеспечивает системную целостность этого вида деятельности и выстраивает стратегию разностороннего развития ребёнка с учётом его интересов и индивидуальных особенностей.

4. Научно-методическое обеспечение интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности базируется на теоретико-методологической основе двух видов деятельности, учитывает их взаимосвязи и создаёт необходимые предпосылки для её эффективного внедрения в систему дополнительного образования детей.

**Достоверность и обоснованность исследования** обеспечивается: научно-обоснованными методами исследования, адекватными поставленным задачам работы; репрезентативностью выборки; вариативностью и повторяемостью эксперимента; применением математического анализа в обработке полученных данных. Верификация результатов исследования подтверждается их широкой научной апробацией на международных, всероссийских конференциях и научно-практических семинарах, а также успешным внедрением в образовательный процесс ряда учреждений дополнительного образования детей и основного общего образования г. Санкт-Петербурга и Ростовской области. Достоверность исследования подкрепляется экспериментальной проверкой основных теоретических положений и личной многолетней педагогической деятельностью соискателя.

**Личный вклад автора** в получении результатов, изложенных в диссертации, состоит: в теоретическом анализе изучаемой проблемы, в определении и применении комплекса научных методов исследования для оценки результативности интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности, дополнении имеющихся знаний по теории и методике физического воспитания и танцевального искусства, разработке модели интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности, обработке эмпирических данных исследования методами математической статистики, разработке комплекса научно-методического обеспечения физического воспитания, подготовке публикаций по теме диссертации.

### **Апробация и внедрение результатов диссертационного исследования.**

Основные результаты и выводы диссертации докладывались в период с 2007 по 2019 год на 3-х Всемирных Конгрессах CID UNESCO (Санкт-Петербург), 25-ти

международных (Грозный, Казань, Ростов-на-Дону, Санкт-Петербург, Томск и др.), 23-х всероссийских (Волгоград, Магнитогорск, Москва, Санкт-Петербург, Ульяновск и др.), 5-ти региональных (Ростов-на-Дону, Санкт-Петербург, Тамбов) научно-методических и 15-ти научно-практических конференциях.

Апробация результатов исследования проходила во время проведения автором диссертации международных мастер классов: Всероссийский детский центр «Орлёнок» (Россия, 2012, 2014), Ростов-на-Дону (Россия, 2013-2019), Ялта (Украина, 2007), Карловы Вары (Чехия, 2008-2009).

Результаты исследования и практические рекомендации, сформулированные в диссертации, апробированы и внедрены в профессиональную подготовку специалистов по направлению 49.03.01, 49.03.02, 44.03.02 следующих учебных заведений: ФГБОУ ВО РГПУ им. А. И. Герцена (Институт физической культуры и спорта, Санкт-Петербург), ФГБОУ ВО ВГАФК (Волгоград), ФГБОУ ВО «МГТУ им. Г.И. Носова» (Институт гуманитарного образования, Магнитогорск), ФГАОУ ВО «БФУ им. И. Канта» (Институт рекреации, туризма, физической культуры, Калининград), ФГБОУ ВО ДГТУ (Ростов-на-Дону), СПб ГБПОУ «Педагогический колледж № 8»; в систему повышения квалификации специалистов физического воспитания и танцевального искусства НОУ «Учебный центр фитнеса «НАТАЛИ» (Санкт-Петербург), ООО «Учебный центр «СТАТУС» (Ростов-на-Дону); в процесс организации и проведения физкультурно-массовых мероприятий, а также дополнительных занятий физическими упражнениями в образовательных учреждениях разного уровня г. Санкт-Петербурга и Ростовской области.

Основные результаты диссертационного исследования отражены автором в 89 печатных работах. Из них: 21 статья в рецензируемых журналах по Перечню ВАК РФ, 2 монографии, учебное пособие, методические рекомендации, а также 61 публикация в сборниках научных трудов и материалах научно-практических конференций.

**Соответствие работы паспорту научной специальности.** Полученные результаты соответствуют пункту 2 п.п. 2.1; 2.2 паспорта специальности 13.00.04 – «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры».

**Структура и объём диссертации.** Диссертация состоит из введения, пяти глав, заключения, практических рекомендаций, списка литературы, включающего 421 наименование, в том числе – 30 публикаций на иностранном языке, и 11 приложений. Работа изложена на 335 страницах компьютерного текста, иллюстрированного 14 таблицами и 28 рисунками.

## **ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ**

**Во введении** обоснована актуальность темы, определены объект, предмет, сформулированы цель, гипотеза и задачи исследования, раскрыты научная новизна, теоретическая и практическая значимость работы, дана характеристика теоретико-методологических основ диссертационного исследования, обоснованы методы исследования, изложены положения, выносимые на защиту.

**В первой главе** диссертации «Теоретические предпосылки исследования проблемы совершенствования танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в системе дополнительного образования детей» изложены результаты анализа дополнительного образования как фактора формирования личности детей, культуры здоровья – основополагающего социокультурного понятия в процессе развития личности ребёнка, интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в физическом воспитании как условия гармонизации развития личности ребёнка. Проведён ретроспективный анализ дошкольных и школьных программ по физическому воспитанию в контексте использования танцевальных упражнений в физкультурно-оздоровительной деятельности. Проанализированы программы дополнительного образования детей в аспекте интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности и значимость подготовки специалистов по физическому воспитанию для эффективной интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в системе дополнительного образования детей.

Анализ литературы показал, что высокий уровень заболеваемости, изменения в показателях состояния здоровья детей стимулируют поиск и разработку подходов к воспитанию культуры здоровья детей, выраженной в достаточном уровне физического, психического и социокультурного развития.

Теоретический анализ научно-методической литературы позволил сделать вывод, что дополнительное образование обладает значительным потенциалом разностороннего развития личности ребёнка, вместе с тем, уровень теоретического, эмпирического обоснования её содержательного и методического аспектов показывает недостаточную результативность оздоровительного эффекта в работе с детьми при организации образовательного процесса.

Опираясь на проведённый анализ, можно утверждать, что в настоящее время в физическом воспитании (ФВ) детей делается акцент на культуру здоровья подрастающего поколения, интегрирующей знания антропологических наук в культурологическом аспекте. Рассматривая культуру здоровья как основополагающее социокультурное понятие в процессе развития личности ребёнка, мы пришли к выводу, что в педагогическом процессе на первое место должны выходить природо- и культуросообразность построения образовательного процесса в режиме диалога, приводящего к гармоничному единству всех компонентов здоровья и целостному развитию личности. При этом появляется задача реализации гуманистического подхода в образовательной практике. Реализация данной задачи возможна путём интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности.

В этой связи возникает необходимость обращения к социокультурному потенциалу гуманитарного творчества, заложенному в танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности. Он является определяющим для интеграции этих двух видов деятельности, позволяя выстроить конструктивный диалог между танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельностью, основанный на их взаимном дополнении и ориентированный на продуктивное включение ребёнка в социум.

Интеграция танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности, включает в себя одновременное и равновесное функционирование, направленное на оздоровительный процесс, творческую активность и социальный комфорт ребёнка, что позволяет создать предметно-практическую деятельность с реальными условиями для развития в гармонии личности ребенка. В связи с этим объективно возникает потребность в уточнении содержания, закономерностей, принципов, условий, программ, тем самым, обеспечивая интеграцию танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в ФВ детей.

Анализ ключевых источников, предпринятый в первой главе, показал, что в системе образования нет примеров интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности как целостной системы, прежде всего потому, что до настоящего времени эти два вида деятельности исследовались изолированно друг от друга. Соответственно отсутствуют официально утвержденные программы обучения, нет методических пособий.

Проведённый ретроспективный анализ дошкольных и школьных программ по физическому воспитанию позволяет утверждать, что танцевальная деятельность используется в образовательном процессе, направленном на сохранение, укрепление и формирование здоровья детей. Однако отсутствие целеполагания, системного подхода, методических рекомендаций, технологий, обоснованных научными исследованиями, выхолащивает саму идею эффективного применения танцевальной деятельности в процессе формирования здоровья занимающихся.

Отдельно были рассмотрены программы дополнительного образования детей (ДОД) в аспекте интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности. Исследования показали, что в физкультурно-оздоровительной практике ДОД представлен широкий спектр авторских методик и образовательных программ с оздоровительной и лечебно-профилактической направленностью. Анализ их содержания позволяет говорить об интересе специалистов по физическому воспитанию к танцевальной деятельности. Однако, если обратиться к принципам и теоретической основе предлагаемых программ и методик, то концептуальных подходов к воспитанию в единстве физического, психического и социального здоровья детей с точки зрения интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в них не показано, что в свою очередь требует разработки методического обеспечения данного процесса.

Специальному анализу подвергался вопрос значимости подготовки специалистов по ФВ для эффективной интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в системе ДОД. Определено, что для достижения положительного эффекта от применения интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности для воспитания гармонично развитого ребёнка, специалисты должны обладать соответствующими знаниями и практическими умениями как в области физического воспитания, так и в области танцевального искусства.

Всё вышеперечисленное позволило научно подойти к решению задачи совершенствования танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в системе дополнительного образования детей.

**Во второй главе** «Методы и организация исследования» обоснованы методы исследования и раскрыто содержание этапов организации исследования. Комплекс методов включал в себя: теоретический анализ и обобщение данных научно-методической литературы; контент-анализ программ дополнительного образования детей; педагогическое наблюдение в течение всего исследовательского периода; опрос в форме анкетирования на всех этапах исследования; метод экспертных оценок на этапе поисково-констатирующих исследований, анализ выписок медицинских карт № 026/у-2000; комплекс медико-биологических методов, психолого-педагогическое тестирование, проектирование, моделирование, педагогический эксперимент, методы математической статистики.

Комплекс медико-биологических методов применялся для оценки физического развития детей дошкольного и младшего школьного возраста и включал в себя проведение антропометрии, оценку соматотипа и гармоничности физического развития ребёнка, определение исходного уровня состояния здоровья детей, выявление показателей заболеваемости по количеству пропущенных занятий по болезни. Функциональные исследования включали в себя диагностику состояния кардио-респираторной системы.

Психолого-педагогическое тестирование включало в себя применение тестов и контрольных упражнений, сгруппированных в два блока.

Блок 1. Психологическое тестирование детей было направлено на определение влияния интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности на психическое развитие и социальную активность исследуемого контингента детей. Оно включало в себя методику определения тревожности Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен; метод эмоционально-цветовой аналогии А.Н. Лутошкина; методику диагностики уровня школьной тревожности детей младшего школьного возраста Б. Филиппса; метод социометрии Я.Л. Морено.

Блок 2. Педагогическое тестирование на этапе поисково-констатирующих исследований проводилось для определения физического развития и физической подготовленности дошкольников. Для этого были использованы тесты, представленные в методических рекомендациях «Определение физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста» (Петренкина Н.Л., 2006). Педагогическое тестирование в ходе основных экспериментальных исследований включало в себя апробированные и общепринятые в педагогических исследованиях контрольные упражнения и тесты, методика применения которых описана авторами в специальной литературе (Лях В.И., 1988; Ловейко И.Д., 1982; Шебеко В.Н., Ермак Н.Н., Шишкина В.А., 1997). Педагогическая диагностика физической подготовленности детей включала в себя тесты для оценки: силы мышц спины, силы мышц брюшного пресса, силы мышц ног, гибкости позвоночника, подвижности в плечевых суставах; контрольные упражнения для оценки: вестибулярной устойчивости, координации движений, реакции на движущийся объект.

Исследование проводилось с 2005 по 2017 гг. Организация исследования осуществлялась на базе образовательных учреждений различной ведомственной принадлежности Санкт-Петербурга и Ленинградской области. Организация,



содержание и методические особенности проведения педагогических экспериментов раскрыты в 4 и 5 главах.

**В третьей главе** «Обоснование проектирования модели интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в системе дополнительного образования детей» рассмотрены понятийно-терминологический аппарат интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в системе ДОД, танцевальная деятельность как средство педагогического воздействия при решении задач физического воспитания детей в проектируемой модели. Раскрыто влияние историко-культурных традиций на проектирование модели. Обоснованы принципы интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в области физического воспитания детей, методологические подходы к проектированию модели, дана функциональная характеристика интеграции. Представлены структура и содержание модели интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности.

Базовое понятие диссертации – «интеграция танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности» определяется нами как специфическая деятельность, обеспечивающая одновременное и равновесное функционирование, направленное на оздоровительный процесс, творческую активность и социальный комфорт ребёнка.

Приступая к решению задач диссертационного исследования, необходимо было уточнить содержание понятий "танцевальная" и "физкультурно-оздоровительная деятельность" в системе ДОД. В результате изучения истории формирования и развития танцевальной деятельности, мы можем утверждать, что танцевальная деятельность – специфический вид физической деятельности, обогащающий формы ФВ и представляемый нами как интегрирующее понятие, связанное с эволюционным развитием человека в физическом, психическом, духовном и социальном плане; продуктивный вид деятельности, связанный с творчеством, музыкой и движением. Это специальная деятельность по развитию человека, которая воспитывает культуру здоровья, обеспечивает гармоничную целостность личности ребёнка, формирует устойчивую потребность в двигательной деятельности.

Физкультурно-оздоровительная деятельность (ФОД) в научной литературе рассматривается как традиционный вид физической деятельности, определяемой комплексом условий и мероприятий, направленных на охрану и укрепление здоровья детей (физического, психического, социального), профилактику заболеваний, медицинское и санитарно-гигиеническое обслуживание, закаливание организма, занятия физкультурой и спортом посредством использования психолого-педагогических методов, форм и средств ФК (Матвеев Л.П., 2004 и др.). Однако, с нашей точки зрения, ФОД является интегрирующим понятием, обеспечивающим не только профилактику заболеваний и оптимальный объём двигательной активности, но и определяющим ценностное отношение к здоровью. Вместе с тем, в научных исследованиях отмечается недооценка её роли в духовно-нравственном и социальном развитии личности (Маджуга А.Г., 2011; Артемьев А.А., 2014 и др.), без чего возникает дисгармония в развитии ребёнка.

С этой точки зрения неудовлетворительные результаты, связанные с оздоровлением детей в системе образования, усиливают актуальность рефлексии в

отношении понятий танцевальная и физкультурно-оздоровительная деятельность в физическом воспитании.

Кроме этого, изучение танцевальной деятельности на основе онтогенетического подхода к развитию ребёнка показало, что она разнопланово воздействуя на ребёнка, обеспечивает образовательную, оздоровительную и социализирующую функции, что позволяет рассматривать её как средство педагогического воздействия при решении задач физического воспитания детей и даёт возможность рассматривать её в интеграции с ФОД. Анкетирование 250 родителей и последующий анализ их мнения позволил установить, насколько влияет танцевальная деятельность на психофизическое развитие детей (рисунок 1). Полученные результаты позволяют уточнить педагогические условия её совершенствования.

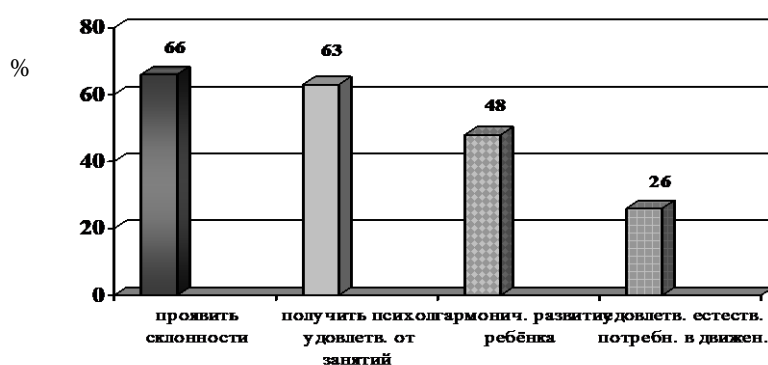


Рисунок 1 – Оценочное мнение родителей (n=250) о влиянии танцевальной деятельности на психофизическое развитие их ребёнка (%)

Культурологическое изучение танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности позволяет реализовать теоретико-методологическое положение о рассмотрении в единстве их исторических и социокультурных характеристик. Благодаря взаимодействию этих двух видов деятельности происходит создание нового и значимого для ФВ «продукта» – интеграция танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности, где процесс образования не рассматривается отдельно от культуры, так как это две стороны одного явления: развития и формирования человека как личности. Культуротворческие действия открывают путь к целостному видению интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности. В этой связи интеграция представляет собой схему взаимообусловленных действий, которые могут трансформироваться, меняться местами, если этого требует конечная цель (Беляева Е., 2012). Танцевальная и физкультурно-оздоровительная деятельность, имеющие в своей основе творчество и двигательную культуру, рассматриваются в тесной взаимосвязи с танцевальным искусством и ФК, интегрируясь в единое целое. Культура двигательной деятельности выражается в таких понятиях, как гармония, красота, совершенство. Двигательная культура соединяет в себе не только двигательную и художественную технику исполнения, но и является одной из составляющих базовой культуры личности (Наталов Г.Г., 1981).

На основании проведённого исследования мы можем утверждать, что феномен этой интеграции проявляется в комплексном формировании духовных, физических и социальных ценностей у занимающихся. Интеграция в концептуальном плане – это стремление выстроить определенную логику взаимоотношений танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности и объединить их усилия для решения общих задач и достижения единой цели.

Сказанное выше позволяет сформулировать принципы интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности (рисунок 2), которые основываются на идее целостности человека, культурно- и природосообразности образовательного процесса, социокультурного соответствия, что обеспечивает понимание интересов и потребностей ребёнка, его социальную адаптацию, соответствуют предмету исследования, непротиворечивы и взаимосвязаны.



Рисунок 2 – Принципы интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности

В ходе исследования выявлено, что интеграция танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности выступает в качестве стратегии, определяющей их единство и взаимопроникновение, обогащённое интегративными

связями. Алгоритм проектирования модели включает в себя объединение их методологических положений, реализацию теоретических предпосылок, основанных на принципах системности, интегративности, культурной целесообразности, креативности, диалогичности, вариативности и интереса.

Методологические и теоретические знания, практическая деятельность, творческий подход являются основой процесса проектирования. Методологическая основа изучаемого явления опирается на взаимодополняемость и взаимообусловленность системного, исторического, культурологического, синергетического, деятельностного и антропологического подходов (рисунок 3), позволяющих сформировать качественные характеристики интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в целом.



Рисунок 3 – Педагогические подходы к проектированию модели интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности

Особенности функционирования рассматриваемого вида деятельности, как системного объекта, показывают её активное начало, определяют направленность взаимодействия «педагог-ребёнок» и предполагают конкретизацию знаний о её основных функциях, среди которых выделены социальные, специфические и общекультурные функции ФК и танцевального искусства. В условиях дополнительного образования они выступают как основные ориентиры, определяющие направленность образовательного процесса на благо и счастье ребёнка и устанавливающие взаимосвязь между компонентами в интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности (внутренние функции) (рисунок 4).

Смысловые параллели рассмотренных функций позволили сделать вывод о том, что как бы различны ни были средства обучения, все они обладают общими

дидактическими функциями (наглядность, информативность, компенсаторность, адаптивность, интегративность), взаимосвязаны и оказывают комплексное влияние на образовательный процесс в интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности.

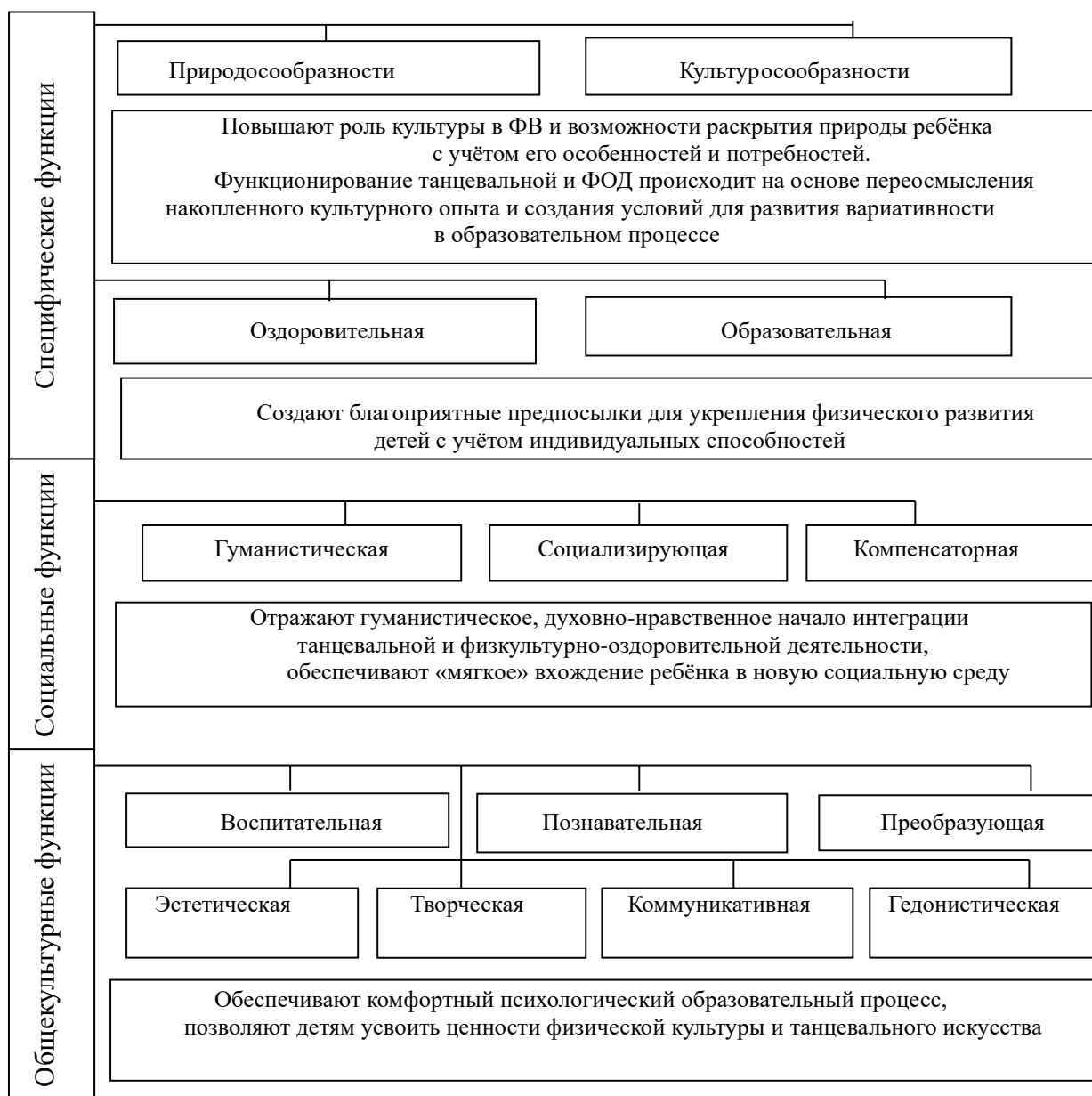


Рисунок 4 – Ключевые функции, обеспечивающие интеграцию танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности

Структура модели формируется на базе целевого, функционального, деятельного и результативного компонентов (рисунок 5), обеспечивающих диалоговое сосуществование элементов системы, условия для создания социокультурной комфортной среды для разностороннего развития личности. Модель интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности, реализуемая в условиях дополнительного образования, является вариативной и многофункциональной. При разработке модели интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности были учтены общие принципы

моделирования (Бирюкова Ю.Г., 2004): информационной достаточности, осуществимости, агрегирования и отделения.

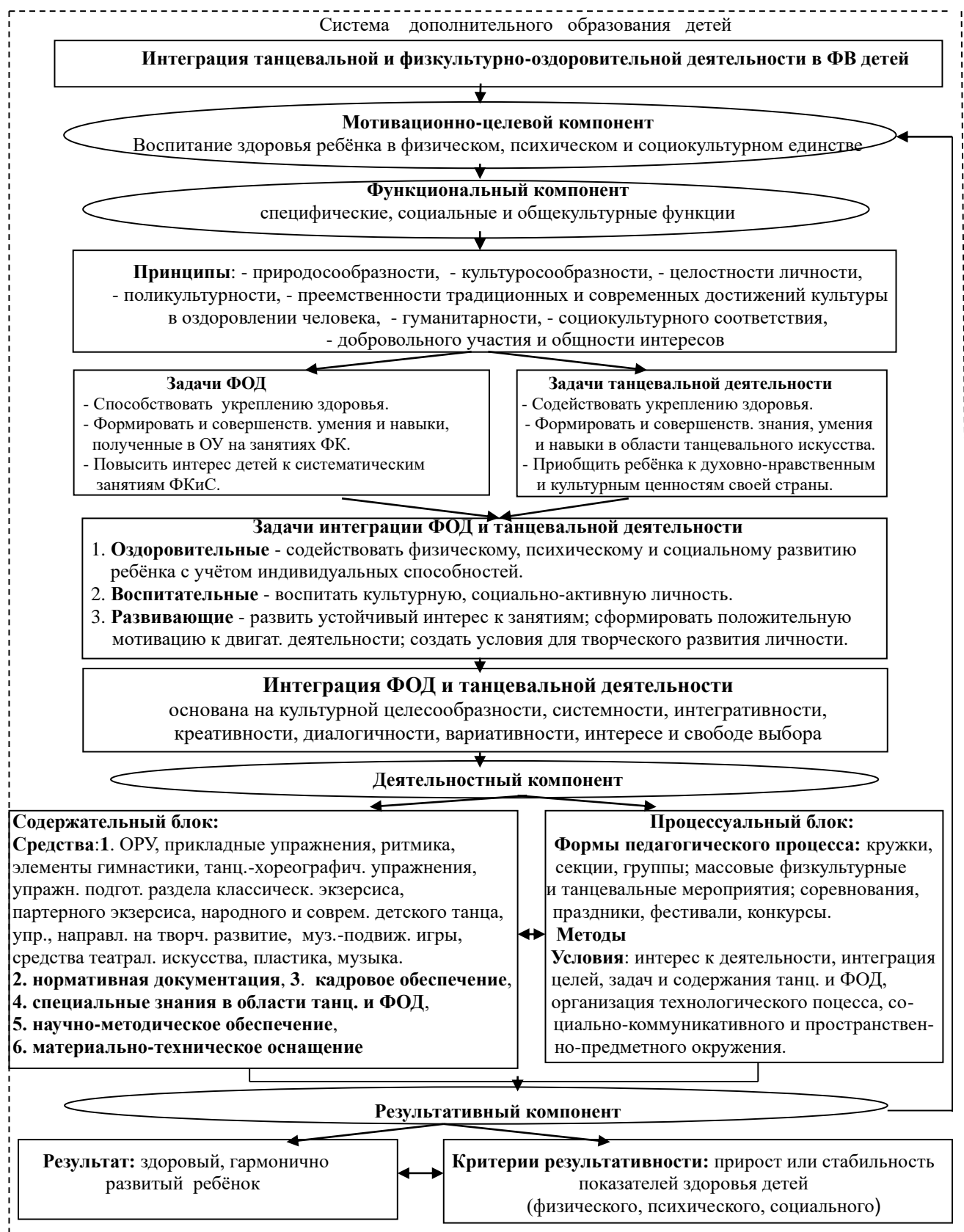


Рисунок 5 – Модель интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в системе дополнительного образования детей

Мотивационно-целевой компонент является системообразующим элементом, включающим социальный заказ государства к системе образования на разностороннее развитие личности, интересы и потребности занимающихся. Этот компонент раскрывается через комплекс разнообразных педагогических задач, направленных на разностороннее (физическое, психическое, социальное) развитие детей.

Функциональный компонент характеризует жизнедеятельность данной системы и её компонентов. Деятельностный компонент включает в себя совокупность танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности. Указанные виды деятельности представлены содержательным и процессуальным блоком, взаимосвязаны между собой, сохраняя при этом свою идентичность. Содержательный блок определяет специфическую направленность интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности, обеспечивает воспитание здорового ребёнка и находит отражение в научно-методическом, материально-техническом и кадровом обеспечении. Процессуальный блок обуславливает отбор форм и методов деятельности в соответствии с её целевыми и содержательными установками, создаёт реальные организационно-педагогические условия для продуктивного взаимодействия, определяет диалоговое взаимодействие, принимая во внимание возраст, физическую подготовленность, интересы и потребности детей, устанавливает оптимальные средства управления.

Результативный компонент, являющийся выходом системы, направлен на получение срочной и отставленной информации об её эффективности, содержит в себе результат деятельности и критерии её эффективности.

Расширенное функциональное наполнение модели осуществляется путём интеграции содержания, технологического и научно-методического сопровождения.

К компонентам обратной связи системного объекта относятся запросы родителей, современное научно-методическое обеспечение деятельности, информация по инновациям и т.п.

В рассматриваемой модели можно выделить специфический креативный элемент – танцевальная деятельность. Этот элемент является доминирующей частью интеграции двух видов деятельности и во многом определяет развитие целого. Танцевальная деятельность, тесно связанная с диалектикой развития танца, с возникновением классического, народного и историко-бытового танца, основанных на глубоких исторических, культурных и педагогических традициях, задаёт ориентиры взаимодействия с физкультурно-оздоровительной деятельностью. Представленный на рисунке 6 процесс, отражает системную историко-видовую взаимообусловленность танца и танцевального искусства, направленную на интеграцию телесно-духовного благополучия и облачённую в музыкально-двигательные формы невербальной коммуникации. Танцевальная деятельность базируется на совокупности личностно-значимых компонентов, отражающих двигательный, социально-психологический, духовный и культурно-исторический опыт человечества, способствуя гармоничному развитию личности.

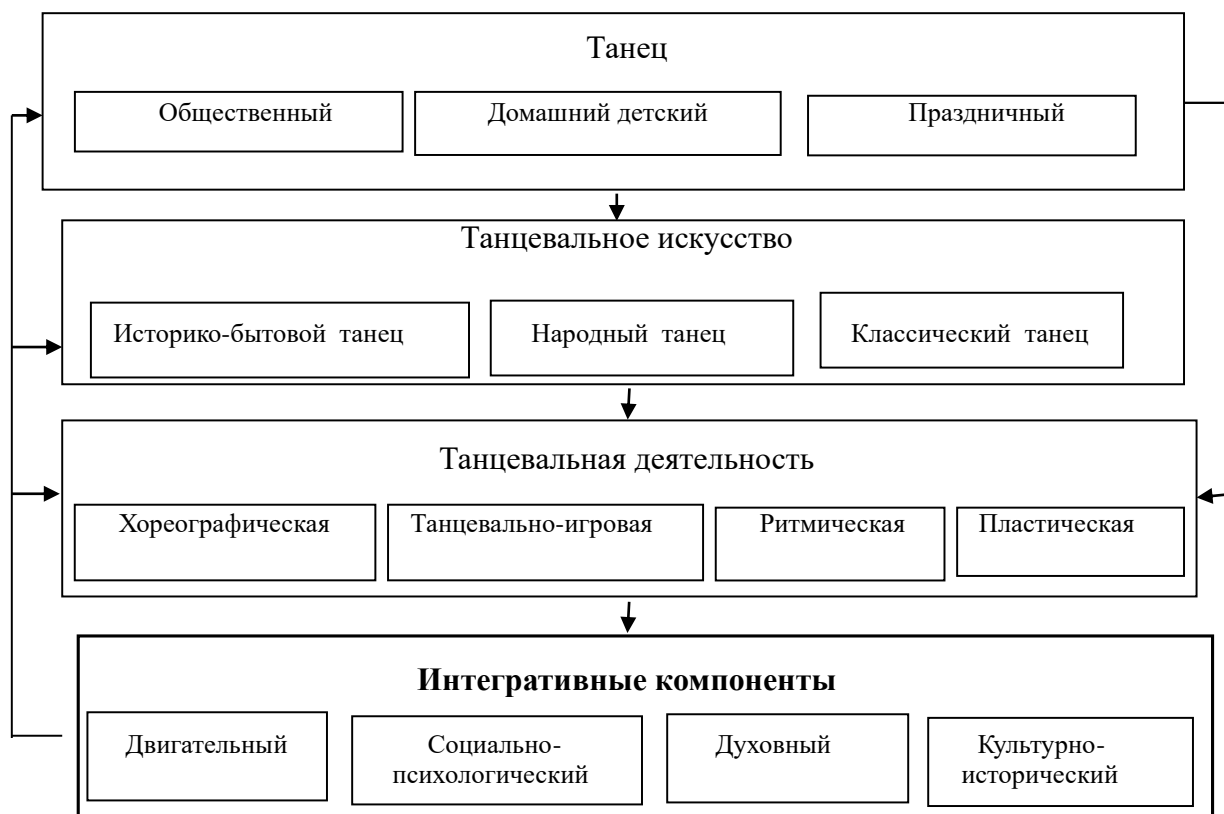


Рисунок 6 – Взаимобусловленность предметной области танцевальной деятельности с танцем и танцевальным искусством

В настоящее время ФОД в системе ДОД строится на основе сложившейся структуры, включающей в себя разнообразные формы предоставления населению физкультурно-оздоровительных услуг, проведение физкультурно-оздоровительных занятий и физкультурно-спортивных мероприятий (рисунок 7).

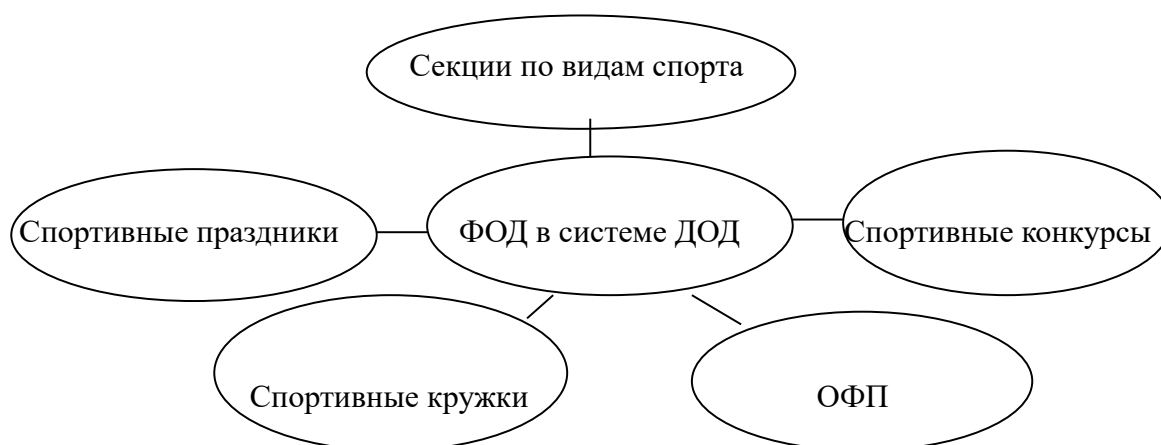


Рисунок 7 – Формы предоставления населению физкультурно-оздоровительных услуг в системе дополнительного образования детей

В системе дополнительного образования детей ФОД рассматривается не как базовый фактор развития оздоровительного потенциала личности, а как сфера услуг, направленная на массовое вовлечение детей в организованные формы занятий



физическими упражнениями с учётом их интересов, а также на достижение наиболее полного удовлетворения потребностей целевой аудитории (родителей и детей), где искусство вообще оказывается чуждым элементом и, в лучшем случае, играет гедонистическую роль. В этих условиях диссертантом предпринята попытка дополнения содержания ФОД культурологическими ценностями: нравственными, эстетическими, художественными и др., где критериями качества ФОД становятся не только знания, умения и навыки, но и воспитание культурно-нравственных ценностей. Это утверждение основывается на результатах анкетирования родителей (n=250), мнение которых выступает как основополагающий фактор в определении пути развития личности ребёнка.

Всё вышеперечисленное составляет необходимый массив данных, позволивших разработать программно-методическое обеспечение, обосновать проектирование модели интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в системе ДОД и повысить результативность педагогического процесса при воспитании здорового поколения.

**В четвёртой главе** «Методическое обеспечение как механизм реализации интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в процессе физкультурных занятий с детьми в системе дополнительного образования» представлено программно-методическое обеспечение интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности, показана эффективность её реализации, рассмотрена методическая подготовка специалистов по физическому воспитанию, реализующих танцевальную и физкультурно-оздоровительную деятельность в системе дополнительного образования детей.

Для разработки программно-методического обеспечения интеграции танцевальной и ФОД необходимо было решить следующие задачи:

- 1) изучить современное состояние и разработанность программ и оздоровительных технологий дополнительного образования детей в аспекте интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности (гл. 1),
- 2) разработать, обосновать и экспериментально проверить эффективность методического сопровождения интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в условиях ДОД (гл. 4, гл. 5).

С целью уточнения уровня предметной компетентности авторов в решении поставленных задач проанализированы методом контент-анализа наиболее востребованные программы и оздоровительные технологии ДОД. Было выявлено практически полное отсутствие научно аргументированных сведений о содержании и средствах танцевальной деятельности, применяемых в физкультурно-оздоровительной практике. В значительной мере это связано с незнанием методики преподавания танцевально-хореографических упражнений, биомеханики их выполнения, чётких критериев эффективности средств танцевальной деятельности, подбора музыкального оформления занятий, которые могли бы быть ориентирами для специалистов по ФВ при выборе, создании и совершенствовании методического обеспечения интеграции танцевальной и ФОД в практике ФВ детей. Результаты контент-анализа указывают на необходимость разработки научно-методического обеспечения данного процесса.

На основе ретроспективного анализа понятия «танцевальная деятельность», практических возможностей её реализации в интеграции с ФОД, разработаны требования к средствам танцевальной деятельности; получены ориентировочные данные, позволяющие обосновать выбор средств и методов для интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в образовательный процесс. С учётом возрастных и индивидуальных возможностей детей дошкольного и младшего школьного возраста, нами определены простые и доступные средства, применяемые в интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности, имеющие большой диапазон влияния различной направленности на физическое, психическое и социальное развитие ребёнка. Выбор методов определяется возрастными и индивидуальными особенностями детей, их интересами, уровнем подготовленности, целями и задачами интеграции, методикой обучения двигательным действиям, танцевально-хореографическим упражнениям, мастерством педагога, уровнем владения специальными знаниями и практическими умениями в области физического воспитания и танцевального искусства.

При организации интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности следует осуществлять методически грамотный подбор музыкального оформления занятия, учитывая эмоциональный, речевой и двигательный опыт ребёнка, эстетическую целесообразность и характер выполняемых двигательных действий, что служит дополнительным и эффективным средством для оптимального физического и психического состояния занимающихся

На первом этапе исследования в целях обоснования средств, применяемых в интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности, было проведено анкетирование специалистов системы ДОД, физической культуры и танцевального искусства ( $n=30$ ). При формировании выборки экспертов в основу был положен критерий профессиональной компетенции и высокой квалификации. Оценка производилась преподавателями по 5-ти балльной шкале. Согласованность мнений экспертов выявлялась на основе коэффициента конкордации ( $W$ ). Ответы экспертов на вопрос, «какие на Ваш взгляд средства могут использоваться в интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности?» показали полное единодушие экспертов в данном вопросе и представлены на рисунке 8. Коэффициент конкордации  $W=0,86$  ( $p<0,05$ ).

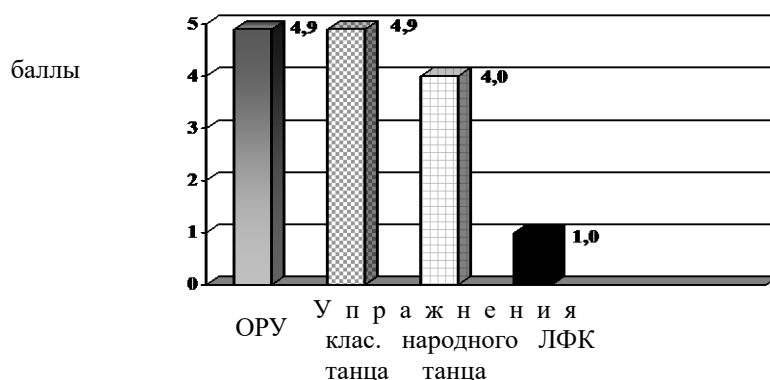


Рисунок 8 – Результаты оценки возможности использования различных упражнений в интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности (по данным опроса специалистов-экспертов ( $n=30$ ); баллы)

Серия педагогических экспериментов на первом этапе исследования (2005–2011 гг.) позволила создать ориентировочную основу содержания интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в системе ДОД, раскрыть особенности применения танцевально-хореографических упражнений в ФВ детей дошкольного возраста, определить влияние танцевальной деятельности различной направленности на уровень школьной тревожности у младших школьников. В педагогических экспериментах участвовало 72 ребёнка дошкольного возраста (5,5-6 лет) и 54 ребёнка младшего школьного возраста (7-9 лет).

Предварительный эксперимент в ДОУ Санкт-Петербурга Невского района ГБДОУ № 106 (ЭГ и КГ № 1) и ГБДОУ № 39 (КГ № 2), реализующих дополнительные образовательные услуги, был направлен на раскрытие особенностей применения танцевально-хореографических упражнений в ФВ детей дошкольного возраста и определение их влияния на физическую подготовленность занимающихся. Были сформированы три группы испытуемых, в каждой группе занималось по 16 детей в возрасте 5,5-6 лет. Группы были идентичны по всем исследуемым показателям, достоверных различий между группами испытуемых не выявлено ( $p > 0,05$ ).

ЭГ (дополнительно к основным занятиям по ФК) занималась по специально разработанной программе «КЛАСС», предусматривающей использование адаптированных средств и методов классического танца к возрастным особенностям детей в интеграции с гимнастическими и общеразвивающими упражнениями. В КГ № 1 – дополнительно к основным занятиям по ФК проводились занятия в бассейне (1 раз в неделю) под руководством специалиста по ФК и занятия по ЛФК (1 раз в неделю) под руководством инструктора ЛФК. В КГ № 2 – в занятиях (дополнительно к основным занятиям по ФК) с детьми использовались все средства и методы классической хореографии, занятия проводились педагогом-хореографом по программе Л.М. Лариной «Классический танец» (Ларина Л.М., 2003). Занятия в группах проводились 2 раза в неделю продолжительностью 30 минут в течение 9 месяцев с сентября 2006 по май 2007 года. В каждой группе проведено 72 занятия.

В ходе педагогического эксперимента были исследованы физические качества, оказывающие влияние на развитие «мышечного корсета» и физическую подготовленность детей: сила мышц спины (с), сила мышц брюшного пресса (раз), сила мышц ног (раз), гибкость позвоночника (см), функция равновесия (с), координация движений рук, координация движений рук и ног (баллы) в разных плоскостях (таблица 1). Сравнение среднegrupповых результатов, отражающих уровень развития физических качеств и сформированность двигательных навыков в экспериментальной и контрольных группах показало, что по абсолютному большинству показателей преимущество оказалось за детьми ЭГ. Установлено, что за 9 месяцев педагогического эксперимента у детей ЭГ достоверно ( $p < 0,05$ ) улучшились следующие показатели развития физических качеств: силы мышц спины (на 52,1%), силы мышц брюшного пресса (на 40,0%), силы мышц ног (на 27,3%), гибкости позвоночника (на 68,3%), функции равновесия (на 89,9%).

Таблица 1 – Изменения показателей развития физических качеств у детей экспериментальной и контрольной групп в ходе предварительного педагогического эксперимента

Показатели	Группа	До эксперимента		После эксперимента	
		M±m	p	M±m	p
Удержание верхней части туловища на весу (и.п. - лёжа на животе поперёк гимнастической скамейки, верхняя часть туловища до подвздошных костей находилась на весу, руки на поясе. Ноги фиксирует преподаватель), (с)	ЭГ (n=16)	50,1±7,88	p>0,05	104,5±5,87	p>0,05
	КГ № 1 (n=16)	50,2±8,60		85,8±9,32	
	ЭГ (n=16)	50,1±7,88	p>0,05	104,5±5,87	p<0,05
	КГ № 2 (n=16)	50,6±8,04		84,8±4,3	
Поднимание туловища из положения лёжа на спине в парах за 30 с., (раз)	ЭГ	4,07±0,60	p>0,05	6,9±0,30	p<0,05
	КГ № 1	4,4±0,45		5,5±0,45	
	ЭГ	4,07±0,60	p>0,05	6,9±0,30	p<0,05
	КГ № 2	4,33±0,60		5,5±0,60	
Приседание и полное выпрямление ног и туловища за 10 с., (раз)	ЭГ	6,4±0,57	p>0,05	8,8±0,43	p<0,05
	КГ № 1	6,4±0,43		7,3±0,57	
	ЭГ	6,4±0,57	p>0,05	8,8±0,43	p<0,05
	КГ № 2	6,0±0,29		6,9±0,43	
Наклон туловища вперёд из положения стоя на гимнастической скамейке, (см)	ЭГ	3,3±0,55	p>0,05	10,4 ± 0,14	p<0,05
	КГ № 1	3,0±0,86		5,3 ±1,3	
	ЭГ	3,3±0,55	p>0,05	10,4 ± 0,14	p<0,05
	КГ № 2	2,9±0,91		3,9 ±1,15	
Проба Ромберга, (с)	ЭГ	5,3±1,39	p>0,05	52,7±3,16	p<0,05
	КГ № 1	5,2±0,69		40,9±4,45	
	ЭГ	5,3±1,39	p>0,05	52,7±3,16	p>0,05
	КГ № 2	5,6±2,01		42,0±4,45	

Координация движений различными звеньями тела в сагиттальной, фронтальной и горизонтальной плоскостях изучалась с помощью специальных упражнений, предложенными В.Н. Шебеко, Н.Н. Ермак, В.А. Шишкиной. Каждое двигательное действие выполнялось на 1 счёт. При оценке координации движений всех упражнений учитывалось правильность выполнения теста в течение 8 счётов. За правильное одновременное выполнение движений – 3 балла, за неодновременное, но правильное выполненное движение – 2 балла, за невыполнение теста баллы не присваивались – 0 балла. В конце исследования достоверные различия координационных движений рук, а затем рук и ног в

горизонтальной плоскости получены в экспериментальной группе по сравнению с контрольными ( $p < 0,05$ ).

Предварительный эксперимент подтвердил эффективность комплексного использования адаптированных средств и методов классического танца к возрастным особенностям детей дошкольного возраста с гимнастическими и общеразвивающими упражнениями.

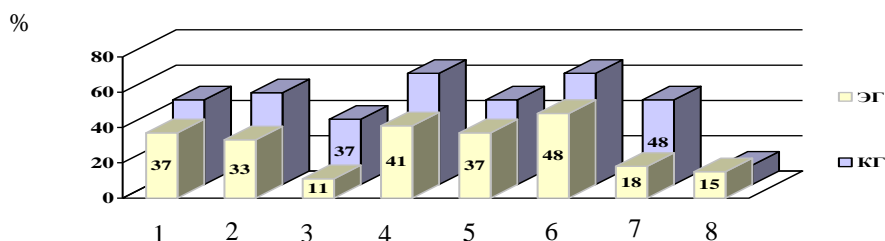
Последовательное решение задач на первом этапе исследования позволило изучить динамику показателей уровня школьной тревожности у детей младшего школьного возраста, получить ориентировочные данные о влиянии интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности на психоэмоциональное состояние детей, позволяющие повысить её эффективность. В исследовании использовалась методика Б. Филипса. Были сформированы две группы детей – экспериментальная и контрольная. В каждой группе занималось по 27 детей, возраст которых составлял 7-9 лет. Занятия во всех группах проводились два раза в неделю продолжительностью 60 минут в течение 9 месяцев с сентября 2010 по май 2011 года. В каждой группе проведено 72 занятия. Исследования проводились на базе учреждений дополнительного образования Санкт-Петербурга. ЭГ занималась на базе негосударственного образовательного учреждения «УЦФ «НАТАЛИ» по программе «Печки-лавочки», включающей основы народной хореографии, адаптированные для детей 7-9 лет, с элементами свободной пластики, партерной гимнастики, ОРУ, образных музыкально-танцевальных игр, ритмики на народно-танцевальной основе, «актёрского мастерства», изучение несложного хореографического репертуара и самостоятельный показ. Всё это обеспечивает многовекторный и гармоничный характер обучения, способствует многообразию эмоциональных проявлений, пробуждает интерес к национальной культуре и культуре других народов.

КГ занималась в студии бального танца «Лира» НП «Фитнесс-Стиль» по программе изучения бального танца (Мошкова Е. И., 1997 г.), занятия проводил педагог-хореограф.

В процессе педагогического эксперимента было отмечено, что практически по всем параметрам большинство детей, участвующих в педагогическом эксперименте, испытывают состояние дискомфорта, связанное с началом обучения в школе. В связи с тем, что результаты диагностики оценивались по категории «да-нет» и получены по шкале наименований достоверность различий определялась по критерию Макнамары. Оценивалось 8 факторов тревожности (методика Б. Филипса, 1979). Динамика показателей школьной тревожности у детей экспериментальной и контрольной групп в процессе предварительного педагогического эксперимента представлена на рисунке 9.

В начале эксперимента нормальный уровень тревожности отмечен только у 30% детей ЭГ и КГ. Сравнительный анализ результатов показывает, что позитивные сдвиги по показателю «общая тревожность в школе» отмечаются у большинства детей экспериментальной (с 70% до 37%) и контрольной (с 70% до 48%) групп. В конце исследования были получены достоверные различия в обеих группах ( $p < 0,05$ ). Наиболее выраженные изменения в ЭГ с 67% до 18% зафиксированы по показателю «низкая физиологическая сопротивляемость

стрессу» ( $p < 0,05$ ). Положительные результаты отмечены и в КГ с 63% до 48%, однако различия их оказались недостоверны ( $p > 0,05$ ). Следует отметить, что «проблемы и страхи в отношениях с учителями» уменьшились в ЭГ с 67% до 15%, в КГ с 70% до 11%. Анализ результатов в конце исследования свидетельствует о статистически значимых различиях в показателе «проблемы и страхи в отношениях с учителями» в обеих группах ( $p < 0,05$ ). Это говорит о том, что демократический стиль взаимоотношений в системе ДОД между педагогами и детьми создаёт благоприятный психологический климат, обеспечивает чувство защищённости, безопасности и комфорта.



Показатели:

- 1 – общая тревожность в школе
- 2 – переживание социального стресса
- 3 – фрустрация потребности достижения успеха
- 4 – страх самовыражения
- 5 – страх ситуации проверки знаний
- 6 – страх не соответствовать ожиданиям
- 7 – низкая физиологическая сопротивляемость стрессу
- 8 – проблемы и страхи в отношениях с учителями

Рисунок 9 – Динамика показателей школьной тревожности у детей младшего школьного возраста экспериментальной ( $n=27$ ) и контрольной ( $n=27$ ) групп в процессе педагогического эксперимента (по методике Б. Филипса; %)

Для оценки соответствия физической нагрузки возрасту и подготовленности занимающихся детей на занятиях по программе «Печки-Лавочки» использовалась пульсометрия. В ходе исследования установлено, что на дополнительных занятиях, построенных на интеграции средств танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности, учитывающих взаимосвязи звучания и движения, метра и ритма с динамико-пространственными характеристиками движения, метрической сетки и ритмической раскладки танцевальных и физкультурных движений, методическую направленность и степень координационной сложности, дети 7-9 лет успешно справляются с воздействием физической нагрузки. Результаты пульсометрии позволяют говорить об оздоровительно-развивающем потенциале интеграции средств танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности. Физиологическая реакция детей 7-9 лет на нагрузку в таких занятиях соответствует рекомендуемым для этого возраста нормам, так в начале занятия ЧСС повышается до 120 уд/мин., в партерной части - до 140 уд/мин., при выполнении беговых и прыжковых упражнений до 160 уд/мин. В заключительной части наблюдается постепенное снижение ЧСС до исходного уровня.

Количественные характеристики занятий были получены, используя хронометрирование и построение физиологической кривой урока по танцевально-

игровой программе «Топ-топ малышок!». Специфика программы заключается в использовании принципа эмоционально-двигательной отзывчивости ребёнка на музыку и движение, что является нормальным условием развития ребёнка. Определяющим фактором при этом является метроритм, как средство ФВ. Большое внимание в программе уделено использованию танцевально-хореографических и физкультурных упражнений для развития двигательных способностей детей, обеспечивающих в дальнейшем успешный переход к систематической учебной деятельности.

В связи с этим на базе НОУ «Учебный центр фитнеса «НАТАЛИ» был проведён педагогический эксперимент с целью определения эффективности программы с танцевально-игровой направленностью для развития двигательных способностей и физического развития дошкольников (сентябрь 2008 – май 2009 гг.). В эксперименте участвовали две группы детей, по 12 человек в каждой, в возрасте 5-6 лет. Занятия проводились 2 раза в неделю продолжительностью 30 минут. За период эксперимента в обеих группах было проведено 70 занятий. До эксперимента между показателями двигательных способностей в КГ и ЭГ различий не наблюдалось ( $p > 0,05$ ). ЭГ занималась по разработанной программе с танцевально-игровой направленностью, в основе которой лежали упражнения хореографии, элементы танцев, ритмической и художественной гимнастики, ОРУ, музыкальные игры и др. Комплексы упражнений («Кот-мореход», «Весёлые путешественники», «Волшебник Изумрудного города» и др.) объединены в спортивно-танцевальные композиции и имеют ярко выраженную тематическую направленность. КГ занималась по программе общефизической направленности, включающую в себя различные средства детского фитнеса, направленные на общефизическую подготовку.

В результате проведённого эксперимента получен достоверно положительный прирост ( $p < 0,05$ ) показателей развития двигательных способностей у детей ЭГ: силы мышц брюшного пресса (на 35,6%), определяемой подъёмами корпуса из положения лёжа на спине; силы мышц спины (на 36,7%), регистрируемой удержанием туловища в положении лёжа на животе поперёк кушетки; гибкости позвоночника при наклоне вперёд стоя на гимнастической скамейке (на 27,6%); подвижности в плечевых суставах правой (на 17,6%) и левой (на 21,2%) руки при сцеплении пальцев рук за спиной из положения правая согнутая рука вверх, левая согнутая вниз («замочек») и наоборот; вестибулярной устойчивости (на 22,4%), определяемой пробой Ромберга. В конце исследования зафиксировано улучшение показателей координации движений рук на 24,1% ( $p < 0,01$ ), а также рук и ног на 20,7% ( $p < 0,05$ ).

Эффективность занятий по программе танцевально-игровой и общефизической направленности оценивалась посредством проведения анализа их количественных характеристик. Количественные характеристики занятий были получены, используя хронометрирование и построение физиологической кривой занятия. Общая плотность занятия по программе с танцевально-игровой направленностью составила 91,3%, по программе общефизической направленности – 76,6%. Анализ моторной плотности осуществлялся в

сопоставлении с задачами занятия, и в программе «Топ-топ малышок!» она составила 90%, а в программе ОФП – 81%.

Таким образом, анализ педагогических исследований показал, что интеграция танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности не только не препятствует полноценной двигательной деятельности детей, но и создаёт благоприятные предпосылки для решения оздоровительных задач физического воспитания.

В результате проведённых исследований были получены ориентировочные данные, позволяющие обосновать выбор комплекса средств для интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности.

Методическая подготовка специалистов по ФВ к осуществлению интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в системе ДОД связана с повышением квалификации, что обеспечит профессиональную компетентность педагога как в области физического воспитания, так и в области танцевального искусства. Результаты опроса специалистов по ФВ (n=185), обучавшихся на курсах повышения квалификации, отражают потребность в интеграции педагогических и хореографических задач в рамках внеклассных физкультурно-оздоровительных мероприятий с целью осуществления успешной профессиональной деятельности в системе ДОД. В этом ключе задачи танцевальной деятельности нами рассматриваются как приобретение узкопрофессиональных, частных знаний и умений в области танцевального искусства.

По результатам анкетирования педагогов дополнительного образования (n=398), установлено, что для успешной деятельности в системе ДОД на необходимость высшего образования и прохождения специальных курсов указало 37,5% респондентов, специальных курсов – 37,5%, достаточным наличие высшего образования считают 17,5% и 7,5% опрошенных – прохождение краткосрочных семинаров.

По данным опроса, проведённого в Санкт-Петербурге и Ленинградской области, 64,6% учителей ФК, руководителей ФВ, указало на факт использования хореографии и танца в рамках внеклассного взаимодействия с детьми. Однако анализ их практической работы позволяет констатировать, что: 1) многие применяют танец как вспомогательное средство, направленное на решение узко прагматических задач, 2) подобный факт носит не системный, а спонтанный, эпизодический характер в силу слабой научно-методической оснащённости данного процесса. Вместе с тем, научные исследования, посвященные проблеме повышения квалификации специалистов по ФВ в области танцевального искусства, малочисленны, фрагментарны и не отражают системного видения этой проблемы.

Для решения обозначенной проблемы диссертантом разработаны и апробированы на практике программы курсов повышения квалификации специалистов в области ФВ, мастер-классы, программы и технологии, включающие разнообразный арсенал средств танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности для детей дошкольного и младшего школьного возраста, использование которых предоставляет большие возможности творчески и эффективно выполнять оздоровительную работу специалистам по ФВ в области



дополнительного и основного общего образования. Выпущено учебное пособие «Теоретические и практические аспекты применения оздоровительного потенциала танцевального искусства в физической культуре детей» (Эйдельман Л.Н., 2015), позволяющее сформировать у специалистов по ФВ необходимые умения, навыки и связанные с ними знания по интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности, необходимые для осуществления качественного образовательного процесса.

Таким образом, методическая подготовка специалистов по ФВ обеспечивает их готовность к осуществлению интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в системе ДОД.

**В пятой главе** «Экспериментальное обоснование интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в системе дополнительного образования детей» представлены результаты экспериментального исследования физического, психического, социального здоровья детей и анкетирования, отражающие потребность специалистов дополнительного образования детей в научном обеспечении взаимосвязи танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности.

Экспериментальное обоснование результативности интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности осуществлялось в процессе формирующего параллельного педагогического эксперимента.

Под наблюдением (с сентября 2011 г. по май 2012 г.) находились две группы детей – экспериментальная и контрольная. В каждой группе занималось по 25 детей, возраст которых составлял 6-7 лет. Группы были идентичны по всем исследуемым показателям. Проведённое в начале педагогического эксперимента исследование не выявило достоверных различий между группами испытуемых ( $p > 0,05$ ). Исходный уровень состояния здоровья детей экспериментальной и контрольной групп соответствовал II группе здоровья – 100%, 70% – часто болеющие дети. В ЭГ проводились занятия по программе «КЛАСС» (Эйдельман Л.Н., 2009), в КГ – по программе «Ритмическая гимнастика» (Буренина А.И., 2000) под руководством специалиста по ФВ. В КГ основу ритмической гимнастики составляли имитационные, танцевальные и общеразвивающие упражнения. Занятия в группах проводились 2 раза в неделю по 60 минут в течение 9 месяцев. В ЭГ и КГ было проведено по 72 занятия, организация и структура которых являлись общепринятыми для физического воспитания детей.

Специфика экспериментального нововведения заключалась в интеграции двух видов деятельности – танцевальной и физкультурно-оздоровительной, комплексном сочетании традиционных средств ФОД (разнообразные физические упражнения, применяемые с предметами и без них) для укрепления мышц стабилизаторов позвоночника с танцевальными движениями и упражнениями подготовительного раздела классического экзерсиса, соответствующих анатомо-физиологическим особенностям детей 6-7 лет; включении партерного экзерсиса, позволяющего уменьшить статическую и динамическую нагрузку, в первую очередь на стопу; учёте состояния ОДА и особенности биомеханики движений детей дошкольного и младшего школьного возраста при выборе содержания занятий; специфике проведения занятий в условиях ДОД, предполагающей специальные

творческие задания для поддержания интереса у детей к двигательной деятельности; использовании принципа эмоционально-двигательной отзывчивости ребёнка на музыку и движение.

Исследования проводились на базе НОУ «Учебный центр фитнеса «НАТАЛИ» Санкт-Петербурга.

Комплексный анализ физического развития и заболеваемости детей 6-7 лет является объективной характеристикой состояния их здоровья в процессе педагогического эксперимента. Заключительным аспектом изучения результативности интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности являлось установление взаимосвязи между показателями физического состояния детей путём расчёта коэффициента ранговой корреляции Спирмена ( $r$ ) и оценка их достоверности.

Анализ данных, характеризующих физическое развитие детей ЭГ, показал, что образовательный процесс, основанный на интеграции средств танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности, способствует естественному процессу физического развития детей в соответствии с законами онтогенеза. В ходе эксперимента отмечается увеличение роста, массы тела и ОГК детей как контрольной, так и экспериментальной группы (таблица 2).

Корреляционный анализ полученных результатов в ЭГ выявил зависимые связи антропометрических показателей, среди которых прослеживается положительная взаимосвязь между показателями массы тела и роста ( $r=0,805$ ,  $p<0,0001$ ), массы тела и ОГК ( $r=0,667$ ,  $p<0,001$ ), роста и ОГК ( $r=0,740$ ,  $p<0,001$ ). Результаты проведенного корреляционного анализа достоверно свидетельствуют о том, что данные показатели значимы для гармоничного развития ребёнка. Это позволяет нам использовать их для оценки результативности интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности.

Таблица 2 – Сравнение показателей физического развития детей 6-7 лет в экспериментальной и контрольной группе в ходе эксперимента

Антропометрические показатели	Группа	До эксперимента			После эксперимента		
		M±m	V (%)	Различия, Статистический вывод t, p	M±m	V (%)	Различия, Статистический вывод t, p
Масса тела, кг	ЭГ (n=25)	23,12±1,25	13,92	t=1,27 p>0,05	24,88±1,12	11,3	t=1,31 p>0,05
	КГ (n=25)	21,12±0,96	11,78		23,2±0,63	6,9	
Рост, см	ЭГ	118,48±3,59	7,75	t=1,21 p>0,05	122,88±2,74	5,6	t=1,66 p>0,05
	КГ	113,64±1,76	3,98		117,56±1,65	3,5	
ОГК, см	ЭГ	58,84±1,55	6,72	t=0,7 p>0,05	60,76±1,43	5,9	t=0,73 p>0,05
	КГ	57,52±1,06	4,71		59,48±1,02	4,3	

Качественные показатели физического развития (распределение детей по гармоничности) считаются более информативными, чем средние значения

(Баранов А.А., Кучма В.Р., 2013), поэтому особое внимание уделяли оценке соотношений между показателями роста, массы тела и ОГК. Распределение детей по типу физического развития на протяжении всего эксперимента идёт практически равномерно – большинство детей характеризовалось гармоничным физическим развитием: в ЭГ – 93%, в КГ – 89%. По соматотипу в ЭГ 93% детей с гармоничным физическим развитием распределились следующим образом: 92% детей с мезосоматотипом (средний уровень роста и массы тела), 4% детей – с макросоматотипом (высокий уровень массы тела и роста) и 4% детей – с микросоматотическим типом развития (низкий уровень массы тела и роста), что на наш взгляд связано с конституционными особенностями ребёнка.

Таким образом, анализ данных, характеризующих физическое развитие детей ЭГ, показал, что педагогический процесс, основанный на интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности, способствует естественному процессу физического развития детей в соответствии с законами онтогенеза.

Параметрами оценки оздоровления является динамика заболеваемости детей в течение учебного года, которая показывает эффективность оздоровительного воздействия педагогического процесса в интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности. В ходе исследования с сентября 2011 по май 2012 гг. в экспериментальной и контрольной группах вёл учёт заболеваемости и фиксировалось количество пропущенных занятий по болезни. При этом учитывались заболевания, относящиеся к острым респираторно-вирусным инфекциям (ОРВИ) – острое респираторное заболевание (ОРЗ), грипп, аденовирусная инфекция. В ходе педагогического эксперимента у детей ЭГ показатель заболеваемости не превышает 37%, в КГ – 52%. В ЭГ зафиксировано количество пропущенных по болезни занятий более двух недель 4%, в КГ – 15%.

Обобщая полученные результаты, можно сделать вывод, что комплексное сочетание средств танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в процессе дополнительных физкультурных занятий с детьми, повышает неспецифическую резистентность занимающихся детей к простудным заболеваниям; оказывает положительное влияние на показатели здоровья, выражающееся в уменьшении количества пропусков занятий. Таким образом, можно констатировать, что интеграция танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в ФВ детей характеризуется направленностью на оздоровление и укрепление здоровья.

Для реализации поставленных задач был проведён анализ ортопедического статуса исследуемого контингента детей. Осмотр проводился с привлечением ортопеда, врача-педиатра и инструктора-методиста ЛФК. В ходе эксперимента выявлено преобладание нарушений осанки во фронтальной плоскости (асимметричная осанка): в ЭГ – 40%, в КГ – 36%, что подтверждает научные данные о стабильном количестве детей, имеющих подобную патологию. Случаи сколиотической осанки в ходе педагогического эксперимента не выявлены. В результате комплексного применения разнообразных физических упражнений для укрепления мышц стабилизаторов позвоночника с танцевальными движениями и

упражнениями подготовительного раздела классического экзерсиса, партерного экзерсиса, учёта состояния ОДА отмечается положительная динамика по показателям «нарушение осанки во фронтальной плоскости», «нарушение осанки в сагиттальной плоскости» и «асимметрия положения головы», характеризующих правильную осанку детей. Достоверность различий  $p < 0,05$ .

Состояние стоп оценивалось с помощью плантографии по методу И.М. Чижина. В начале исследования у детей ЭГ плоскостопие первой степени отмечалось в 23% случаев, уплощение сводов стопы второй степени – 17%, в КГ – 10% и 18% соответственно. В конце педагогического эксперимента в ЭГ зафиксировано уменьшение количества детей с плоскостопием второй степени – 8% за счёт перехода в первую степень – 32%. В КГ количество испытуемых с плоскостопием второй степени уменьшилось до 16% за счёт увеличения количества детей – с первой степенью (12%). Эти данные свидетельствуют о том, что сами по себе физкультурные упражнения, направленные на формирование сводов стопы не оказывают в полной мере оздоровительного эффекта. В этой связи, на наш взгляд, целесообразно изменение подходов к занятиям общеразвивающей направленности.

Отмечается достоверное улучшение показателей кардио-респираторной системы по пробам Штанге-Генчи и пробы Мартине. В конце педагогического эксперимента у ЭГ обследуемых отмечалось снижение показателей пробы Мартине ЧСС на 38,4% ( $p < 0,01$ ), что свидетельствует о благоприятном воздействии танцевально-двигательной нагрузки на ССС детей (таблица 3).

Время восстановления ЧСС после данной пробы в ЭГ и КГ составило в среднем 3,5 - 4 мин., что характерно для здоровых детей. Сопоставление полученных результатов с нормами позволило заключить, что функциональное состояние ССС у детей ЭГ может быть оценено как оптимальное, так как превышение исходного пульса находится в пределах 25-50%.

Таблица 3 – Динамика функциональных показателей ССС (проба Мартине) у детей экспериментальной и контрольных групп

Группы	Этапы эксперимента					
	До			После		
	M±m	V (%)	Различия, Статистический вывод t, p	M±m	V (%)	Различия, Статистический вывод t, p
ЭГ (n=25) (ЧСС) %	52,8±5,70	27,0	t=1,99 p>0,05	32,52±4,1	31,4	t =3,41 p<0,01
КГ (n=25) (ЧСС) %	68,0±5,09	36,7		51,28±4,3	20,8	

Результаты исследований пробы Штанге и пробы Генчи представлены на рисунке 10. Прирост в показателях пробы Штанге у детей ЭГ по сравнению с исходными данными составил 70,0% ( $p < 0,05$ ), улучшение показателей пробы Генчи 70,9% ( $p < 0,05$ ). Это объясняется включением во все части практического занятия ЭГ игровых дыхательных упражнений и упражнений звуковой гимнастики.

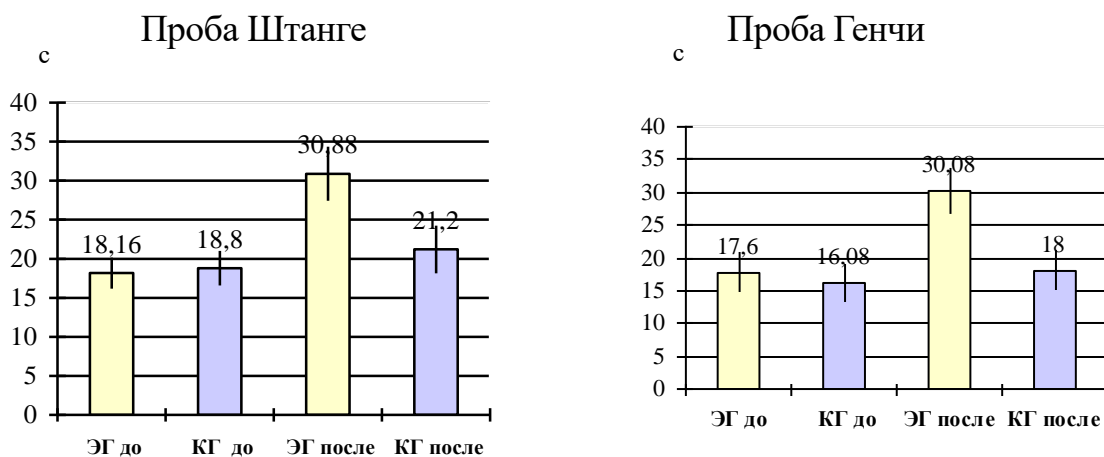


Рисунок 10 – Динамика времени задержки дыхания на вдохе (проба Штанге) и выдохе (проба Генчи) у детей экспериментальной (n=25) и контрольной (n=25) групп в ходе педагогического эксперимента (с)

Корреляционный анализ показателей пробы Штанге-Генчи выявил достоверную сильную положительную корреляционную зависимость между задержкой дыхания на вдохе и задержкой дыхания на выдохе ( $r=0,782$ ,  $p<0,0001$ ) в ЭГ, что отражает значимость данных показателей в формировании адаптационных возможностей организма. Так же установлена достоверная сильная корреляционная зависимость в показателе пробы Мартине ( $r=0,784$ ,  $p<0,0001$ ) у детей ЭГ, что подтверждает результативность интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности.

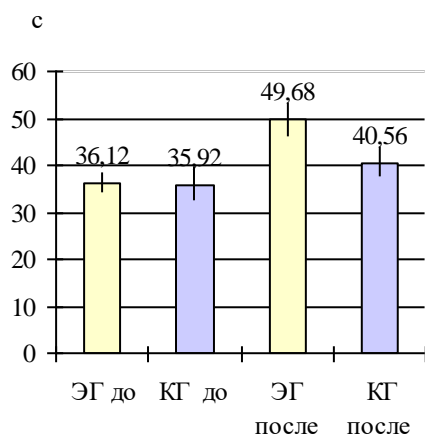
Результаты исследований позволили констатировать, что образовательный процесс, организованный на основе интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности способствует эффективному решению развивающих задач. Данные, представленные в таблице 4, демонстрируют динамику изменения среднегрупповых показателей физической подготовленности у детей ЭГ и КГ за период педагогического эксперимента. В основу тестирования были положены апробированные и общепринятые в педагогических исследованиях контрольные упражнения и тесты, методика применения которых описана авторами в специальной литературе. Оценивались: сила мышц ног (раз), сила мышц спины (с), сила мышц брюшного пресса (раз), гибкость позвоночника (см), подвижность в плечевых суставах (баллы), быстрота реакции (см), равновесие (с), координация движений (баллы). В результате эксперимента были получены данные, свидетельствующие о статистически значимых изменениях в показателях, отражающих уровень физической подготовленности обследуемых детей.

Таблица 4 – Результаты тестирования физической подготовленности детей экспериментальной и контрольных групп в ходе педагогического эксперимента

Показатель	Группа	До эксперимента			После эксперимента		
		M±m	V (%)	Различия, Статистический вывод t, p	M±m	V (%)	Различия, Статистический вывод t, p
Приседание и полное выпрямление ног и туловища за 10 с., (раз)	ЭГ (n=25)	14,56±1,57	27,33	t=1,63 p>0,05	18,92±1,94	25,5	t=2,26 p<0,05
	КГ (n=25)	11,72±0,76	16,79		14,12±1,02	18,0	
Наклон туловища вперед из положения стоя на гимнастической скамейке, (см)	ЭГ	3,02±0,61	51,38	t=0,65 p>0,05	5,60±1,02	45,3	t=2,19 p<0,05
	КГ	2,49±0,55	57,83		3,10±0,53	42,6	
Удержание верхней части туловища на весу (и.п. - лёжа на животе поперёк гимнастической скамейки, руки на поясе. Ноги фиксирует преподаватель), (с)	ЭГ	36,12±2,08	14,72	t=0,06 p>0,05	49,68±3,57	17,9	t=1,94 p>0,05
	КГ	35,92±3,57	25,37		40,56±3,06	18,8	
Поднимание туловища из положения лёжа на спине в парах за 30 с., (раз)	ЭГ	9,2±0,41	11,31	t=0,6 p>0,05	12,44±0,61	12,3	t=2,55 p<0,05
	КГ	8,8±0,49	14,29		9,84±0,82	20,7	
Реакция на движущийся объект, см	ЭГ	13,16±4,00	39,00	t=0,11, p>0,05	21,16±1,32	15,6	t=0,79 p>0,05
	КГ	13,80±4,40	40,6		19,44±1,73	22,3	

Экспериментальные данные, представленные на рисунке 11, характеризуют положительное влияние партерного экзерсиса на тонус мышц спины и брюшного пресса, что приводит к их укреплению. У детей ЭГ наибольшая динамика отмечается в показателе сила мышц спины (37,5%), регистрируемой удержанием туловища в положении лёжа на животе поперёк кушетки. Высокие результаты зафиксированы и в КГ, однако различия их по сравнению с ЭГ оказались недостоверны ( $p>0,05$ ). В конце педагогического эксперимента зафиксирован высокий прирост в показателях силы мышц брюшного пресса (на 35,2%), определяемой подъёмами корпуса из положения лёжа на спине. После эксперимента были получены достоверные отличия показателей силы мышц брюшного пресса ( $p<0,05$ ). Положительный прирост отмечается в показателе силы мышц ног на 29,9% ( $p<0,05$ ). Результаты тестирования показывают, что включение в занятия ЭГ различных видов танцевальных шагов, форм ходьбы, марша, подскоков, танцевального бега, танцевальных комбинаций способствует укреплению мышц стопы, оказывает влияние на развитие мышц ног.

Сила мышц спины



Сила мышц брюшного пресса

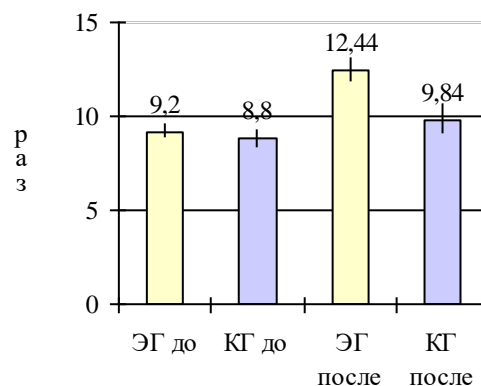


Рисунок 11 – Изменение показателей силы мышц спины и силы мышц брюшного пресса у детей экспериментальной (n=25) и контрольной (n=25) групп в ходе педагогического эксперимента

По окончании педагогического эксперимента у детей ЭГ наибольший прирост отмечается в показателе подвижности позвоночника (на 85,0%), отражающего физическое качество общей активной гибкости, ( $p < 0,05$ ). На наш взгляд это обусловлено систематическим применением специально подобранных упражнений, направленных на развитие гибкости, эластичности мышц и связок.

В конце исследования были получены достоверные различия ( $p < 0,05$ ) показателей подвижности в плечевых суставах правой и левой руки у детей ЭГ и КГ (таблица 5). Прирост показателей подвижности в плечевых суставах у занимающихся в ЭГ, на наш взгляд, обусловлен применением упражнений на растягивание, которые способствуют поддержанию оптимального состояния мышечно-связочного аппарата, развитию суставной подвижности как базового элемента общей физической подготовленности.

Таблица 5 – Динамика показателей подвижности в плечевых суставах у детей экспериментальной и контрольной групп (по Т– критерию Уайта, баллы)

Показатель	Группы	Этапы эксперимента						Статистический вывод р
		До			После			
		М	V (%)	Статистический вывод р	М	Прирост (%)	V (%)	
Сцепление пальцев рук за спиной правая согнутая рука вверх, левая согнутая вниз	ЭГ (n=25)	2,88	18,26	p>0,05	3,5	17,1	21,7	p<0,05
	КГ (n=25)	2,72	22,56		2,9	6,9	17,6	
Сцепление пальцев рук за спиной левая согнутая рука вверх, правая согнутая вниз	ЭГ	2,4	26,33	p>0,05	3,5	31,4	14,6	p<0,05
	КГ	2,4	34,02		2,5	4,0	30,4	

По итогам проведенного исследования установлена достоверная корреляционная положительная зависимость между показателями «подвижность позвоночника» (наклон туловища вперед из положения стоя на скамейке) и «подвижность в плечевых суставах с правой руки и левой руки» ( $r=0,420$ ,  $p<0,05$  и  $r=0,658$ ,  $p<0,01$  соответственно). При этом были выявлены зависимые положительные взаимосвязи внутри показателей, отражающих подвижность в плечевых суставах ( $r=0,561$ ,  $p<0,01$ ). Полученные связи достоверно свидетельствуют о гармоничном физическом развитии детей с использованием интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности.

Координация движений является объективным показателем развития двигательной функции у детей 6-7 лет и выступает как интегральное проявление координационных способностей. Координация движений рук, а затем рук и ног в разных плоскостях исследовались по методике В.Н. Шебеко, Н.Н. Ермак, В.А. Шишкиной. Результаты исследования координации движений оценивались в баллах. Достоверность различий определялась по Т-критерию Уайта.

Во всех проведенных педагогических экспериментах показатели координационных способностей неизменно давали достоверный прирост ( $p<0,05$ ).

В пробе Ромберга, характеризующей умение удерживать статическое равновесие, у детей ЭГ отмечаются высокие темпы прироста показателей развития функции равновесия с 15,64 до 60,20 (с). После эксперимента были получены достоверные отличия показателей функции равновесия у детей ЭГ и КГ ( $p<0,05$ ).

Изменение показателей развития координационных движений рук у детей экспериментальной и контрольных групп в процессе педагогического эксперимента представлено на рисунке 12. После исследования достоверные различия координационных движений рук в горизонтальной и сагиттальной плоскостях получены в ЭГ по сравнению с КГ ( $p<0,05$ ).

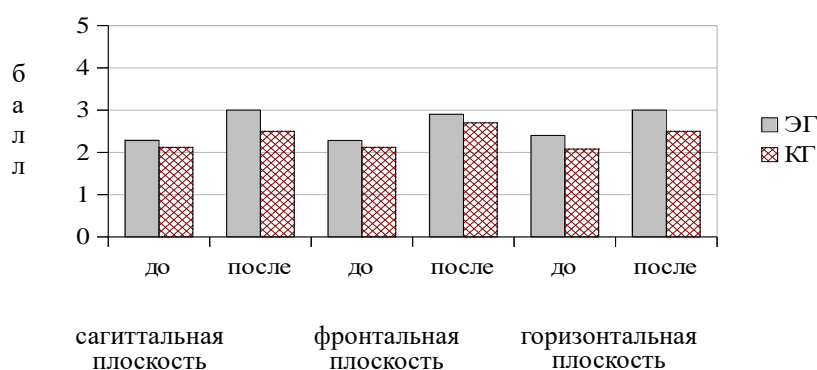


Рисунок 12 – Изменение показателей развития координационных движений рук у детей ЭГ (n=25) и КГ (n=25) в процессе педагогического эксперимента (по методике В.Н. Шебеко, Н.Н. Ермак, В.А. Шишкиной)

Данные, представленные в таблице 6, свидетельствуют о достоверных различиях в показателях координационных движений рук и ног в сагиттальной, фронтальной и горизонтальной плоскостях у детей ЭГ по сравнению с детьми КГ



( $p < 0,05$ ). Анализ взаимосвязи показателей координационных движений рук и ног в разных плоскостях позволил выявить наличие сильной и слабой связи со всеми тремя тестами, характеризующими координацию движений у детей дошкольного и младшего школьного возраста.

Таблица 6 – Динамика показателей координационных движений рук и ног в экспериментальной и контрольной группе (по Т– критерию Уайта, баллы)

Группы	Этапы эксперимента						Статистический вывод р
	До			После			
	М	V (%)	Статистический вывод р	М	Прирост (%)	V (%)	
Сагиттальная плоскость							
ЭГ (n=25)	2,32	20,52	p>0,05	3,0	29,3	0,0	p<0,05
КГ (n=25)	2,12	15,64		2,5	17,9	10,0	
Фронтальная плоскость							
ЭГ	2,32	20,52	p>0,05	3,0	29,3	0,0	p<0,05
КГ	2,12	15,64		2,5	17,0	10,0	
Горизонтальная плоскость							
ЭГ	2,4	20,83	p>0,05	2,9	20,8	8,6	p<0,05
КГ	2,1	15,64		2,3	9,5	10,9	

Установлена сильная достоверная корреляционная зависимость между показателями координационных движений рук и ног в сагиттальной и фронтальной плоскостях ( $r=0,816$ ,  $p<0,001$ ). Между показателями координационных движений рук и ног в сагиттальной и горизонтальной плоскостях ( $r=0,490$ ,  $p<0,05$ ), а также между показателями координационных движений рук и ног во фронтальной и горизонтальной плоскостях ( $r=0,490$ ,  $p<0,05$ ) установлена слабая статистическая взаимосвязь. Выявленные нами статистически достоверные взаимосвязи важны для понимания стратегии эффективного отбора средств и методов для интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности.

В 2011–2012 гг. был проведён педагогический эксперимент с целью исследовать возможности интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности, позволяющие педагогу регулировать эмоциональное состояние детей, устранять психологическое напряжение и неблагоприятные психоэмоциональные реакции в педагогическом процессе, влияющие на здоровье занимающихся. Объём выборки испытуемых составил 69 человек в возрасте от 6 до 7 лет. Были сформированы две группы: ЭГ (n=35) занималась на базе НОУ «УЦФ «НАТАЛИ» по авторской программе «Через танец – путь к здоровью», КГ (n=34) – в студии танца «Ли́ра» НП «Фитнесс-Стиль» по программе танцевальной аэробики. Занятия в ЭГ и КГ проводились 2 раза в неделю по 60 минут в течении 9 месяцев с сентября по май месяц. В каждой группе было проведено по 72 занятия.

Специфическими особенностями нововведения в ЭГ являются творческий характер обучения, наполнение образовательного процесса культурологическим

содержанием, ритмопластическими этюдами эмоционально-эстетического воздействия, согласование потребностей и интересов как отдельно взятого ребёнка, так и группы детей в целом, создание ситуации успеха в деятельности, действия в игровом образе, конкурсные выступления.

Использование метода эмоционально-цветовой аналогии (цветопись А.Н. Лутошкина) в исследовании позволило получить данные, показывающие в экспериментальной группе улучшение эмоционального состояния детей на 26,1%. Результаты, полученные в ходе эксперимента, показали, что наиболее выбираемый цвет у детей ЭГ – жёлтый (43,0%), далее идут зелёный (37,0%), красный (14,3%) и синий (5,7%). Четыре выбранных цвета – зелёный, красный, жёлтый и синий представляют собой фундаментальные психические потребности, соответствуют различным проявлениям эмоциональных состояний ребёнка. Изучение индивидуального эмоционального состояния детей осуществлялось 1 раз в неделю в условиях реальных занятий. Данные, полученные с помощью метода эмоционально-цветовой аналогии, отражают эмоциональное состояние личности ребёнка, характеризуют отношение детей к выбранному виду деятельности, являются наиболее информативным для оценки влияния занятий на эмоциональное состояние детей и могут быть использованы для своевременной коррекции неблагоприятных эмоциональных реакций в процессе деятельности.

На рисунке 13 представлена динамика эмоционального состояния у детей экспериментальной и контрольной групп в процессе педагогического эксперимента.

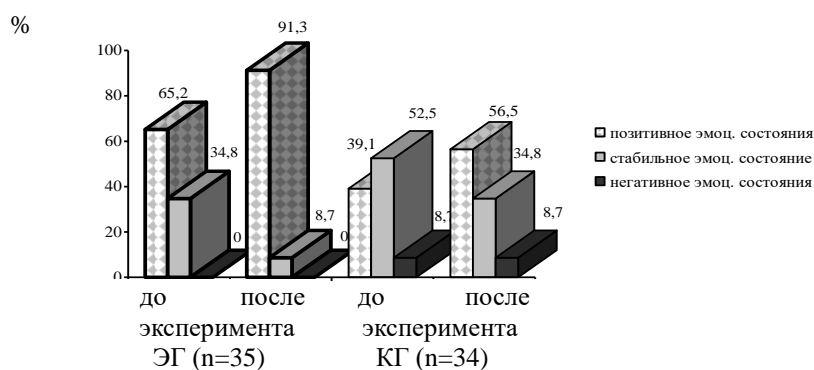


Рисунок 13 – Динамика эмоционального состояния детей в процессе педагогического эксперимента (по методике А.Н. Лутошкина; %)

При организации и проведении научно-исследовательской работы на втором этапе в качестве предмета научного познания выступала психолого-педагогическая оптимизация взаимоотношений детей. С этой целью было проведено исследование по выявлению тревожности у детей 6-7 лет (методика определения тревожности Р. Тэмпл, В. Амен, М. Дорки) и изучение межличностных и межгрупповых отношений в педагогическом процессе (метод социометрии Я.Л. Морено).

В 2012-2013 гг. в данном исследовании приняли участие две группы детей – ЭГ и КГ, по 27 человек соответственно в каждой, возраст которых составлял 6-7 лет. ЭГ

занималась на базе НОУ «УЦФ «НАТАЛИ» по программе «КЛАСС», КГ – по программе дополнительного образования общеразвивающей направленности в детском развивающем центре «Карамелька». Программа КГ содержала в себе физические упражнения различной направленности, ОРУ с мячами, гимнастику с элементами акробатики, стретчинг. Занятия в каждой группе проводились 2 раза в неделю по 60 минут с сентября по май месяц включительно. В ЭГ и КГ было проведено по 72 занятия.

Специфика нововведения в ЭГ заключалась в интеграции двух видов деятельности - танцевальной и физкультурно-оздоровительной, целенаправленной работе педагога по использованию средств танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности: ритмики, этюдов, импровизации, перевоплощения, музыкально-подвижных игр, «актёрского мастерства»; использовании методов арт-педагогике; применении тренинговых упражнений «По дороге в 1 класс», «Шутки-минутки», «Вместе весело шагать, прыгать, бегать, танцевать» и др.; специфике проведения занятий в условиях ДОД, предполагающей специальные творческие задания для поддержания интереса у детей к двигательной деятельности, конкурсные выступления.

Анализ результатов в конце исследования свидетельствует о снижении такого параметра психического состояния детей как тревожность ( $p < 0,05$ ) (методика определения тревожности Р. Тэмпл, В. Амен, М. Дорки). Данные о распределении обследованных детей по уровню тревожности в начале исследования представлены на рисунке 14.

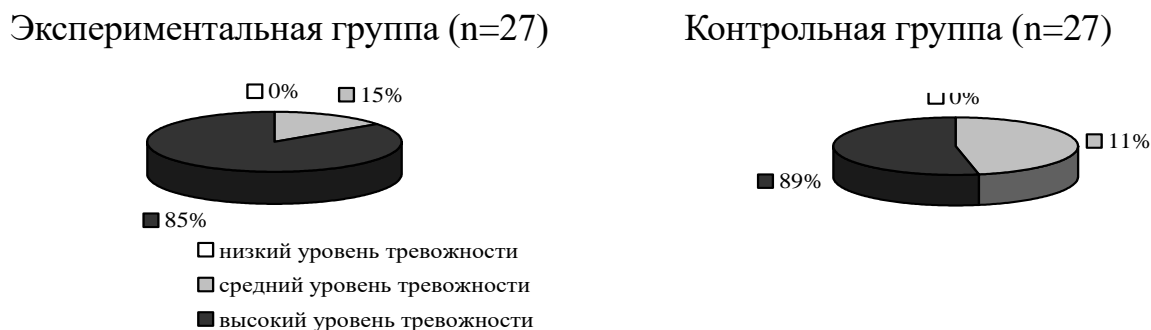


Рисунок 14 – Исходный уровень тревожности у исследуемого контингента детей (по методике Р. Тэмпл, В. Амен, М. Дорки; %)

Сравнительный анализ результатов в конце эксперимента показывает, что позитивные сдвиги по индексу тревожности (высокий уровень) отмечаются у большинства детей экспериментальной (с 85% до 40%) и контрольной (с 89% до 63%) групп. Эти результаты указывают на то, что интеграция физкультурно-оздоровительной и танцевальной деятельности в ЭГ, включающая в себя разнообразные задания по развитию уверенности, адекватной самооценки, эмоциональной и коммуникативной саморегуляции является эффективным средством, позволяющим улучшить психическое состояние детей.

Однако анализ полученных данных показал, что вне зависимости от деятельности групп, у обследуемых детей отсутствует показатель низкого уровня

тревожности. Это, по нашему мнению, требует специальных психолого-педагогических занятий с целью устранения неуверенности многих детей в оценке своих результатов, поступков и мыслей, тревог по поводу оценок, даваемых окружающими и ожидания негативных оценок.

Воспитывая социально здоровую личность необходимо стремиться к созданию атмосферы радости, интереса и желания познать что-то новое. В этой связи, интеграцию танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в ФВ необходимо рассматривать и с точки зрения групповой формы работы, позволяющей развить высокую степень эмпатии, опыт групповой сплоченности. В связи с чем применялся метод социометрии, позволяющий выявить качество психологической атмосферы группы в целом. Среди групповых социометрических индексов наиболее значимыми являются индексы психологической взаимности в группе и эмоциональной экспансивности группы (метод социометрии Я.Л. Морено).

Полученные результаты в начале эксперимента свидетельствуют о том, что значения социометрических показателей оказались сравнительно невысоки: индекс психологической взаимности («сплоченности группы») в ЭГ – 0,11, в КГ – 0,13; индекс эмоциональной экспансивности группы (средней активности группы при решении задачи социометрического теста) в ЭГ и КГ – 2,0 и 1,9 соответственно. Сравнение социометрических показателей (индекс психологической взаимности в ЭГ и КГ 0,31 и 0,21 соответственно; индекс эмоциональной экспансивности группы в ЭГ увеличился в 3 раза, в КГ – 1,8 раза) доказывает результативность интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в рамках которой происходит социально значимое воздействие на личность ребёнка. Полученные результаты свидетельствуют о том, что социальные функции в интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности выступают одним из важнейших мотиваторов социального действия и поведения детей в педагогическом процессе и позволяют активно формировать высокий потенциал социального здоровья ребёнка.

Результаты анкетирования специалистов ДОД (n=348) подтвердили имеющиеся данные в научной и методической литературе о том, что искусство танца продуцирует условия развития физического, психического и социального здоровья детей в целенаправленном педагогическом процессе.

Анализ экспертной оценки высококвалифицированных специалистов системы ДОД, физической культуры и танцевального искусства (n=30) показал возможность применения интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в дополнительном образовании детей. Результаты экспертных оценок (средняя оценка 5 баллов) позволяют утверждать, что данный вид деятельности позволит эффективно влиять на воспитание здорового ребёнка.

Опрос специалистов в системе ДОД и основного общего образования (n=790) показал привлекательность дополнительного образования для педагогов сферы образования; подтвердил имеющиеся данные научно-методической литературы о недостаточной результативности оздоровительного эффекта в работе с детьми при организации образовательного процесса в системе дополнительного образования.

Таким образом, полученные результаты позволяют утверждать, что интеграция танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в системе

ДОД создаёт благоприятные психолого-педагогические условия сохранения и укрепления физического, психического и социального здоровья детей, обуславливающие успешность и продуктивность этого вида деятельности в ФВ детей дошкольного и младшего школьного возраста, что в полной мере определяет качество её специфической деятельности.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

На основе проведённого исследования можно сформулировать следующие **выводы**:

1. Интеграция танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в системе дополнительного образования детей представляет собой специфическую деятельность, заключающуюся в одновременной направленности на оздоровительный процесс, творческую активность и социальный комфорт ребёнка.

2. Анализ литературных источников позволяет констатировать, что система дополнительного образования детей позволяет формировать новый взгляд на воспитание здорового поколения, направленный на соотнесение духовного и социального благополучия с творческим и продуктивным характером деятельности, однако, уровень теоретического, эмпирического обоснования, содержательного и методического аспектов деятельности показывает недостаточную результативность оздоровительного эффекта в работе с детьми при организации образовательного процесса.

3. Анализ теории, результатов научных исследований и общеобразовательных программ по физической культуре свидетельствуют о том, что танцевальная деятельность используется в физическом воспитании. При этом отсутствие целеполагания, системного подхода, методических рекомендаций, технологий, обоснованных научными исследованиями, выхолащивает идею её эффективного применения в процессе физкультурно-оздоровительных занятий. Необходим поиск и разработка новых методологических подходов к применению танцевальной деятельности в физическом воспитании детей, в основе которых лежит системный подход, предусматривающий всесторонний анализ этой деятельности и обеспечивающий её эффективность в интеграции с физкультурно-оздоровительной деятельностью.

4. Исследование авторских методик и образовательных программ с оздоровительной и лечебно-профилактической направленностью в физкультурно-оздоровительной практике дополнительного образования показало, что они лишь фрагментарно касаются вопросов взаимодействия танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности, в основе большинства из них лежит одинаковый набор средств танцевальной деятельности. Если обратиться к принципам и теоретической основе предлагаемых программ, то теоретико-методологических подходов к интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в них не показано. Это указывает на необходимость разработки научно-методического обеспечения данного процесса.

5. Методологическая основа изучаемого явления опирается на взаимодополняемость и взаимообусловленность системного, исторического,

культурологического, синергетического, деятельностного и антропологического подходов, позволяющих сформировать качественные характеристики интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в целом.

Алгоритм системного подхода в интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности позволяет произвести её всестороннее изучение с опорой на принципы единства анализа и синтеза, историчности, конечной цели, полноты, непротиворечивости, целостности, структурности, функциональности и интегративности. Исторический подход обеспечивает её гармоническую целостность. Культурологический подход позволяет наполнить интеграцию деятельности социокультурным содержанием. Синергетический подход, опираясь на принципы дополнительности, открытости и когерентности, усиливает имеющиеся педагогические возможности взаимодополняющих видов деятельности. Содержательно-смысловой аспект деятельностного подхода, позволяет включить в физкультурно-оздоровительный процесс творческую основу с целью преодоления методологической узости, обеспечивает целостность педагогического процесса в единстве функционального, ценностного, деятельностного и результативного аспектов. Антропологический подход, основываясь на специфических принципах природо- и культуросообразности в развитии личности ребёнка, гуманитарности и социокультурного соответствия, обеспечивает условия для реализации интересов ребёнка, развитие его индивидуальных способностей.

6. Проектирование модели интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности включает в себя объединение их методологических положений, реализацию теоретических предпосылок, осуществлённых на принципах культурной целесообразности, креативности, интегративности, диалогичности, системности, вариативности, интереса и свободы выбора.

7. Модель интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности, реализуемая в условиях дополнительного образования, является вариативной (конкретизируется в соответствии с учебно-педагогическими условиями) и многофункциональной (отражает стремление педагогов решить широкий спектр задач образования, воспитания и развития ребёнка путём интеграции компонентов двух видов деятельности).

Структура модели формируется на базе целевого, функционального, деятельностного и результативного компонентов, обеспечивающих диалоговое сосуществование элементов системы, условия для создания социокультурной комфортной среды для разностороннего развития личности.

Расширенное функциональное наполнение модели осуществляется путём интеграции содержания, технологического и научно-методического сопровождения.

Совокупность требований к организации технологического (учебно-воспитательный процесс, индивидуализация и дифференциация обучения, успешность), социально-культурного (социальное взаимодействие, взаимотворчество) и коммуникативного (уважение друг к другу) окружения является условием эффективной реализации модели интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в процессе физкультурных занятий с

детьми дошкольного и младшего школьного возраста в условиях дополнительного образования.

8. Научно-обоснованный и апробированный комплекс методического обеспечения интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности способствует её эффективной реализации в процессе физкультурных занятий с различными группами детей в системе дополнительного образования.

9. Результативность интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в системе дополнительного образования детей подтверждается полученными экспериментальными данными. В показателях функциональных возможностей детей дошкольного и младшего школьного возраста установлена следующая динамика: отмечается снижение показателей пробы Мартине ЧСС на 38,4% ( $p < 0,01$ ). Прирост в показателях пробы Штанге по сравнению с исходными данными составил 70,0% ( $p < 0,05$ ), улучшение показателей пробы Генчи 70,9% ( $p < 0,05$ ). Установлена достоверная сильная корреляционная зависимость в показателях пробы Мартине ( $r = 0,784$ ,  $p < 0,0001$ ) и Штанге-Генчи ( $r = 0,782$ ,  $p < 0,001$ ).

Подтверждено, что комплексное сочетание средств танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности повышает неспецифическую резистентность занимающихся детей к простудным заболеваниям, оказывает положительное влияние на показатели здоровья. За 9 месяцев педагогического эксперимента у детей ЭГ показатель заболеваемости не превышает 37%, в КГ – 52%. В ЭГ зафиксировано количество пропущенных по болезни занятий более двух недель 4%, в КГ – 15%.

Достоверно ( $p < 0,05$ ) у детей экспериментальной группы по сравнению с контрольной улучшились показатели физической подготовленности, наибольший прирост отмечается в показателях подвижности позвоночника при наклоне вперёд (85,0%), в плечевых суставах правой и левой руки (17,1% и 31,4% соответственно); силы мышц брюшного пресса (35,2%); силы мышц ног (29,9%), среднее значение показателя функции равновесия увеличилось с 15,64 до 60,20 (с). Во всех проведённых педагогических экспериментах показатели координационных способностей неизменно давали достоверный прирост ( $p < 0,05$ ). Выявлена достоверная корреляционная зависимость между показателями координационных движений рук и ног в сагиттальной и фронтальной плоскостях ( $r = 0,816$ ,  $p < 0,001$ ), в сагиттальной и горизонтальной плоскостях ( $r = 0,490$ ,  $p < 0,05$ ), а также во фронтальной и горизонтальной плоскостях ( $r = 0,490$ ,  $p < 0,05$ ).

10. Анализ результатов ЭГ в конце исследования свидетельствует о снижении такого параметра психического состояния детей как тревожность ( $p < 0,05$ ) (тест тревожности Р. Тэмпл, В. Амен, М. Дорки). Позитивные сдвиги по индексу тревожности (высокий уровень) отмечаются у детей экспериментальной (с 85% до 40%) и контрольной (с 89% до 63%) групп. Установлено, что в ЭГ значение показателя индекса тревожности (50%), отражающего средний уровень тревожности, оказалось ниже по сравнению с показателями КГ (58%).

В процессе педагогического эксперимента в ЭГ зафиксировано улучшение эмоционального состояния детей на 26,1% (методика А.Н. Лутошкина).

Сравнение социометрических показателей (индекс психологической взаимности в ЭГ и КГ 0,31 и 0,21 соответственно; индекс эмоциональной экспансивности группы в ЭГ увеличился в 3 раза, в КГ – 1,8 раза) доказывает эффективность интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности, в рамках которой происходит социально значимое воздействие на личность ребёнка (метод социометрии Я.Л. Морено).

## **ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ И ПЕРСПЕКТИВЫ ДАЛЬНЕЙШЕЙ РАЗРАБОТКИ ТЕМЫ**

1. В процессе дополнительных физкультурных занятий основной акцент целесообразно сделать на создание баланса между компонентами физкультурно-оздоровительной и танцевальной деятельности; равномерное распределение физической нагрузки; последовательность, преемственность и регулярность использования упражнений классической хореографии; разнообразие предлагаемого материала, его чередование и постепенность усвоения.

2. Выбор средств для интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности должен быть обусловлен возрастом детей, их физической подготовленностью, индивидуальными особенностями и умением согласовывать свои движения с музыкой. К общеизвестным средствам физкультурно-оздоровительной деятельности предлагается комплекс средств танцевальной деятельности, адаптированный к детям дошкольного и младшего школьного возраста:

- классическая хореография: упражнения подготовительного раздела классического экзерсиса у опоры и на середине, партерный экзерсис, народно-характерный экзерсис;
- группы танцев: игровые, историко-бытовые, народно-сценические;
- пластика: мимика, жесты, позы, динамичные упражнения на увеличение эмоций, упражнения контрастных эмоций;
- музыкальность: ритмика;
- элементы гимнастики: танцевально-хореографические упражнения, наклоны, повороты, прыжки, равновесия, разновидности шагов и бега, упражнения с предметами;
- средства театрального искусства: актёрское мастерство («смешилки», «кричалки», «дразнилки» и т.п.).

3. Разработанные методические рекомендации для выполнения упражнений классической хореографии должны быть положены в основу их освоения детьми дошкольного и младшего школьного возраста.

4. При выборе методов обучения в процессе практической деятельности следует ориентироваться на возрастные и индивидуальные особенности и возможности занимающихся детей, их интересы, физическую подготовленность, цели и задачи интеграции, методику обучения двигательным действиям и танцевально-хореографическим упражнениям, уровень владения специальными знаниями и практическими умениями в области физического воспитания и танцевального искусства.



5. При организации интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности следует осуществлять методически грамотный подбор музыкального оформления занятия, учитывая эмоциональный, речевой и двигательный опыт ребёнка; эстетическую целесообразность и характер выполняемых двигательных действий, что служит дополнительным и эффективным средством для оптимального физического и психического состояния занимающихся.

6. В каждое занятие для поддержания интереса к двигательной деятельности целесообразно включать блоки упражнений (ритмика, элементы актёрского мастерства, импровизация, этюды, музыкально-подвижные игры, танцы-игры), направленные на развитие творчества.

7. Во все части практического занятия рекомендуется включать игровые дыхательные упражнения. Упражнение «Поймай комара», «Ветер», «Шарик», «Гаммы» (позволяет научить длительному выдоху через рот, изменяя силу звука), «Позови кошечку», «Недобрый щенок», «Ворона» (учит резкому выдоху через рот), «Старт», «Этаж», «Кипяток» (упражнения для тренировки распределения выдоха) и др. В звуковой гимнастике упражнения «Эхо», «Пильщики», «Хочу - не хочу», «Солнышко», «Лягушка и комар», «Шум ветра», «Пианино», «Барабан», «Сороки» связаны со сменой темпа и ритма дыхательных движений. Для этого надо уметь распределять выдох, т.е. сознательно делить объём выдыхаемого воздуха на равные порции. При хорошо тренированном дыхании ребёнок 7-ми лет может распределить воздух на 12-15 порций. Необходимо научить детей следующему правилу: увеличивая количество порций выдыхаемого воздуха, не следует увеличивать объём воздуха в порции, необходимо равномерно распределять выдыхаемый воздух. Выполняя упражнения звуковой гимнастики, вдох делается через нос, активный выдох через рот. Выдох должен быть вдвое дольше вдоха.

8. Апробированная методика применения танцевально-хореографических упражнений для формирования осанки детей дошкольного возраста может применяться для направленной коррекции показателей физического состояния и ортопедического статуса дошкольников и младших школьников с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

9. Использование диагностических методик (цветопись А.Н. Лутошкина, методика определения тревожности Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен, метод социометрии Я.Л. Морено) наряду с традиционными функционально-нагрузочными пробами позволит эффективнее реализовать интеграцию танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности для решения задач в области физического, психического и социального здоровья детей.

10. Целенаправленную интеграцию танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в области физического воспитания детей дошкольного и младшего школьного возраста специалистами, вовлечёнными в реализацию программ оздоровительной направленности, рекомендуется начать с курсов повышения квалификации, что обеспечит профессиональную компетентность педагога в области физического воспитания, с одной стороны, и в области танцевального искусства – с другой.

Результаты проведенного исследования позволяют определить круг вопросов, нуждающихся в дальнейшей научной разработке в отношении интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности с позиций медицины, психологии, возрастной физиологии.

## СПИСОК РАБОТ, ОПУБЛИКОВАННЫХ ПО ТЕМЕ ДИССЕРТАЦИИ

### *Научные статьи в журналах, входящих в перечень ВАК:*

1. Эйдельман, Л.Н. Научно-методические аспекты содержания и направленности партерного экзерсиса на занятиях с детьми дошкольного возраста / Л.Н. Эйдельман // Вестник Академии Русского Балета им. А.Я. Вагановой. – 2011. – № 2 (26). – С. 19–30.
2. Эйдельман, Л.Н. Технология формирования правильной осанки у дошкольников средствами хореографии и классического танца / Л.Н. Эйдельман // Учёные записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2012. – № 3 (85). – С. 187–190.
3. Эйдельман, Л.Н. Проблемы оздоровительной деятельности в учреждении дополнительного образования детей / Л.Н. Эйдельман // Мир Науки, Культуры, Образования. – 2012. – № 2 (33). – С. 180–182.
4. Эйдельман, Л.Н. Танцевальное искусство в контексте проблемы укрепления здоровья детей дошкольного и школьного возраста / Л.Н. Эйдельман // Вестник Академии Русского Балета им. А.Я. Вагановой. – 2012. – № 27 (1). – С. 137–146.
5. Эйдельман, Л.Н. Проблема взаимосвязи танцевального искусства и оздоровления / Л.Н. Эйдельман // Учёные записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2012. – № 6 (88). – С. 140–142.
6. Эйдельман, Л.Н. Медицинские аспекты использования танцевально-хореографических упражнений для укрепления связочно-мышечного аппарата стопы и голени / Л.Н. Эйдельман, А.А. Потапчук // Адаптивная физическая культура. – 2013. – № 4 (56). – С. 21–22.
7. Эйдельман, Л.Н. Креативно-оздоровительная деятельность в системе дополнительного образования детей как проблема исследования / Л.Н. Эйдельман // Учёные записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2013. – № 4 (98). – С. 192–196.
8. Эйдельман, Л.Н. Исследование школьной тревожности в процессе креативно-оздоровительной деятельности / Л.Н. Эйдельман // Учёные записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2014. – № 1 (107). – С. 192–195.
9. Эйдельман, Л.Н. Педагогический опыт применения танцевального искусства в оздоровлении детей / Л.Н. Эйдельман // Адаптивная физическая культура. – 2014. – № 1 (57). – С. 33–35.
10. Эйдельман, Л.Н. Инновационная технология формирования правильной осанки на занятиях танцевальным искусством / Л.Н. Эйдельман // Вестник Академии Русского Балета им. А.Я. Вагановой. – 2014. – № 1–2 (31). – С. 121–126.
11. Эйдельман, Л.Н. Возможности искусства в достижении эффективности

креативно-оздоровительной деятельности / Л.Н. Эйдельман // Мир Науки, Культуры, Образования. – 2014. – № 2 (45). – С. 129–131.

12. Эйдельман, Л.Н. Возможности дополнительного образования в решении проблемы укрепления здоровья детей / Л.Н. Эйдельман // Известия РГПУ им. А.И. Герцена. – 2014. – № 170. – С. 110–115.

13. Эйдельман, Л.Н. Структура и анализ модели креативно-оздоровительной деятельности в системе дополнительного образования детей / Л.Н. Эйдельман // Учёные записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2014. – № 10 (116). – С. 158–161.

14. Эйдельман, Л.Н. Концептуальный подход к конструированию креативно-оздоровительной деятельности в условиях дополнительного образования детей / Л.Н. Эйдельман // Учёные записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2015. – № 1 (119). – С. 195–199.

15. Эйдельман, Л.Н. Теоретико-методические аспекты обучения танцевально-хореографическим упражнениям детей дошкольного и младшего школьного возраста в системе физкультурного образования // Л.Н. Эйдельман // Адаптивная физическая культура. – 2015. – № 1 (61). – С. 44–45.

16. Эйдельман, Л.Н. Оценка функционального состояния кардиореспираторной системы детей в процессе занятий креативно-оздоровительной направленности / Л.Н. Эйдельман // Учёные записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2015. – № 3 (121). – С. 197–201.

17. Эйдельман, Л.Н. Оценка функционального состояния опорно-двигательного аппарата детей в процессе занятий креативно-оздоровительной направленности / Л.Н. Эйдельман, А.А. Потапчук // Учёные записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2015. – № 3 (121). – С. 197–201.

18. Эйдельман, Л.Н. Анализ мнения специалистов-экспертов о внедрении креативно-оздоровительной деятельности в физкультурно-образовательное пространство дополнительного образования детей / Л.Н. Эйдельман // Учёные записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2016. – № 1 (131). – С. 298–301.

19. Эйдельман, Л.Н. Теоретические аспекты изучения механизмов интегрированного применения танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в физическом воспитании детей / Л.Н. Эйдельман // Учёные записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2017. – № 9 (151). – С. 252–257.

20. Эйдельман, Л.Н. Особенности применения системного подхода в проектировании модели интегрированного применения танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в процессе физкультурных занятий с детьми / Л.Н. Эйдельман // Учёные записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2019. – № 1 (167). – С. 346–350.

21. Эйдельман, Л.Н. Возможности интеграции танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности в формировании эмоциональной сферы детей / Л.Н. Эйдельман // Учёные записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 1 (179). – С. 362–366.

**Учебные пособия, монографии:**

22. Эйдельман, Л.Н. Методические рекомендации и материалы к проведению занятий по программе «КЛАСС» / Л.Н. Эйдельман. – Санкт-Петербург : Изд-во Политехн. ун-та, 2009. – 44 с.

23. Эйдельман, Л.Н. Элементы классического экзерсиса, применяемые на занятиях с детьми 5-6 лет с целью формирования правильной осанки / Л.Н. Эйдельман. – Санкт-Петербург : Изд-во Политехн. ун-та, 2009. – 40 с.

24. Проблемы организации оздоровительной деятельности в системе дополнительного образования детей // Здоровьесберегающие и здоровьеразвивающие технологии в образовательном процессе : коллективная монография / Л.В. Кузьмина, Л.Н. Эйдельман [и др.] ; под общ. ред. Н.В. Лалетина. – Красноярск : ООО «Центр информации» ; ЦНИ «Монография», 2013. – Гл. 2.1. – С. 71–82.

25. Эйдельман, Л.Н. Теоретические и практические аспекты применения оздоровительного потенциала танцевального искусства в физической культуре детей : учебное пособие / Л.Н. Эйдельман. – Санкт-Петербург : Изд-во Политехн. ун-та, 2015. – 90 с.

26. Эйдельман, Л.Н. Методика применения танцевально-хореографических упражнений для формирования осанки детей дошкольного возраста : монография / Л.Н. Эйдельман. – Санкт-Петербург : Изд-во Политехн. ун-та, 2016. – 188 с.