

Міністерство освіти і науки України
Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна
Навчально-науковий інститут «Українська інженерно-педагогічна академія»
Кафедра педагогіки, методики та менеджменту освіти

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

бакалавра

на тему

«Розробка та впровадження методики навчання спортивним танцям у закладі
загальної середньої освіти для різних вікових груп»

(тема кваліфікаційної роботи)

Виконав: студент 3 курсу, групи ЗМП-ОПН 22
спеціальності: 011 Освітні, педагогічні науки
(код і найменування спеціальності)

_____ / Денис ПЕТРОВ
(підпис) (ім'я та прізвище)

Керівник _____ / Валентина БУРБИГА
(підпис) (ім'я та прізвище)

Рецензент _____ / Павло ВАСЮЧЕНКО
(підпис) (ім'я та прізвище)

«До захисту допущено»

В.о.завідувач кафедри _____ / Наталія БРЮХАНОВА
(підпис) (ім'я та прізвище)

Нормоконтроль _____ / Наталія БОЖКО
(підпис) (ім'я та прізвище)

Секретар ЕК _____ / Ольга ЛИТВИН
(підпис) (ім'я та прізвище)

Харків – 2025 рік

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна

Навчально-науковий інститут «Українська інженерно-педагогічна академія»
Кафедра педагогіки, методики та менеджменту освіти
Рівень вищої освіти перший (бакалаврський)
Спеціальність 011 Освітні, педагогічні науки
Освітньо-професійна програма «Освітні, педагогічні науки»

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри
_____Наталія БРЮХАНОВА
(підпис, ініціали, прізвище)

“28” квітня 2025 року

З А В Д А Н Н Я
на кваліфікаційну роботу
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти

здобувача Петрова Дениса Сергійовича

1. Тема: «Розробка та впровадження методики навчання спортивним танцям у закладі загальної середньої освіти для різних вікових груп»

затверджена наказом по університету № 4801-5/923 від 10.04.2025 р.

2. Термін здачі закінченої роботи «11» червня 2025 р.

3. Вихідні дані до роботи/проєкту: Об'єкт дослідження: процес навчання спортивним танцям у закладах загальної середньої освіти. Предмет дослідження: методика навчання спортивним танцям у закладі загальної середньої освіти для різних вікових груп. Мета дослідження: розробка та впровадження методики навчання спортивним танцям у закладах загальної середньої освіти, яка враховуватиме розвиткові особливості учнів різного віку та сприятиме зміцненню як фізичних, так і культурно-естетичних компетентностей. Завдання дослідження: аналіз теоретичних засад і педагогічних підходів до навчання спортивним танцям у загальноосвітніх школах, визначення специфіки навчання спортивним танцям для різних вікових груп, зокрема, дослідження вікових особливостей учнів та їх впливу на педагогічний процес, розгляд існуючих методик та їх порівняння з метою виокремлення сильних та слабких сторін, розробка адаптованої методики навчання спортивним танцям, яка включає діагностику початкового рівня підготовки, планування послідовності занять, організацію практичної роботи та моніторинг результатів, проведення експериментального впровадження розробленої методики на базі ЗЗСО № 258 м. Києва та аналіз отриманих результатів з метою визначення її ефективності.

4. Зміст роботи/проєкту (перелік питань, які належить розробити):

специфіка навчання спортивним танцям для різних вікових груп, зокрема, дослідження вікових особливостей учнів та їх впливу на педагогічний процес у ЗЗСО.

5.Перелік графічного матеріалу (презентаційний матеріал):

презентація доповіді за результатами дослідження з використанням комп'ютерної презентаційної програми Power point

6. Дата видачі завдання «28» квітня 2025 р.

Керівник

(підпис)

Валентина БУРБИГА

(ім'я, прізвище)

Завдання прийняв до виконання

(підпис)

Денис ПЕТРОВ

(ім'я, прізвище)

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН-ГРАФІК виконання кваліфікаційної роботи

№ з/п	Назва етапів роботи та питань, які мають бути розроблені відповідно до завдання	Термін виконання	Позначки керівника про виконання завдань
1	Проаналізувати теоретичні аспекти навчання спортивним танцям у закладах загальної середньої освіти, особливості навчання спортивним танцям та використання методик навчання спортивним танцям у ЗЗСО.	12.05.2025	виконано
2	Провести аналіз та охарактеризувати традиційні та класичні методики навчання спортивним танцям та сучасні інноваційні підходи та інтерактивні технології у навчанні спортивним танцям у ЗЗСО.	29.05.2025	виконано
3	Розробити та впровадити інноваційну методику навчання спортивним танцям «MoveMind» для учнів різних вікових груп ЗЗСО № 258 м. Києва. Систематизувати результати впровадження інноваційної методики навчання спортивним танцям у учнів різних вікових груп.	05.06.2025	виконано

Студент

(підпис)

Денис ПЕТРОВ

(ім'я, прізвище)

Нормоконтроль

(підпис)

Наталія БОЖКО

(ім'я, прізвище)

РЕФЕРАТ

Робота містить: 58 с., 42 джерела.

Мета дослідження: розробити та впровадити інноваційну методику навчання спортивним танцям у загальноосвітніх закладах, яка з урахуванням вікових, психофізіологічних та індивідуальних особливостей учнів сприятиме формуванню фізичних, емоційних, естетичних та соціальних компетентностей.

Об'єктом дослідження є процес навчання спортивним танцям у закладах загальної середньої освіти.

Предметом дослідження є методика навчання спортивним танцям у закладі загальної середньої освіти для різних вікових груп.

Методи дослідження: у роботі застосовано аналіз наукової літератури, педагогічне спостереження, експериментальне впровадження, порівняльний аналіз і статистичну обробку даних.

Робота розглядає як традиційні, так і сучасні підходи до навчання спортивним танцям у загальноосвітніх школах, визначено основні традиційні та сучасні напрями, принципи й методи навчання та способи їх застосування на практиці. Розроблено методику викладання спортивного танцю у закладах загальної середньої освіти з різними віковими групами дітей.

Практична апробація методики, проведена у ЗЗСО №258 м. Києва в 2024–2025 навчальному році, показала її високу ефективність. Методика демонструє високу адаптивність і може використовуватися як у гуртковій діяльності, так і на уроках фізичного виховання та позакласних заходах.

Наукова новизна роботи полягає в комбінованому використанні традиційних педагогічних принципів і сучасних цифрових технологій для створення інноваційної методики, що сприяє формуванню універсальних компетентностей.

Ключові слова: спортивні танці, методика навчання, інтерактивні технології, інноваційні педагогічні підходи, гурткова діяльність, фізичне виховання, творчий потенціал.

REVIEW

The work contains: 58 p., 42 sources.

The purpose of the study: to develop and implement an innovative methodology for teaching sports dances in general education institutions, which, taking into account the age, psychophysiological and individual characteristics of students, will contribute to the formation of physical, emotional, aesthetic and social competencies.

The object of the study is the process of teaching sports dances in general secondary education institutions.

The subject of the study is the methodology of teaching sports dances in general secondary education institutions for different age groups.

Research methods: the paper uses analysis of scientific literature, pedagogical observation, experimental implementation, comparative analysis and statistical data processing.

The work considers both traditional and modern approaches to teaching sports dances in secondary schools and identifies the main traditional and modern trends, principles and methods of teaching and how to apply them in practice. A methodology for teaching sports dance in general secondary education institutions with different age groups of children has been developed.

The practical testing of the methodology conducted in the secondary school №258 in Kyiv in the academic year 2024-2025 showed its high efficiency. The methodology demonstrates high adaptability and can be used both in club activities and in physical education lessons and extracurricular activities.

The scientific novelty of the work lies in the combined use of traditional pedagogical principles and modern digital technologies to create an innovative methodology that promotes the formation of universal competencies.

Keywords: sports dances, teaching methods, interactive technologies, innovative pedagogical approaches, group activities, physical education, creative potential.

3MICT

ВСТУП.....	7
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ НАВЧАННЯ СПОРТИВНИМ ТАНЦЯМ У ЗАКЛАДАХ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ.....	11
1.1 Особливості навчання спортивним танцям у закладах загальної середньої освіти.....	11
1.2 Використання методик навчання спортивним танцям у закладах загальної середньої освіти.....	18
Висновки до 1 розділу	29
РОЗДІЛ 2. АНАЛІЗ ЗМІСТУ МЕТОДИК НАВЧАННЯ СПОРТИВНИМ ТАНЦЯМ У ЗАКЛАДАХ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ.....	31
2.1 Аналіз традиційних та класичних методик навчання спортивним танцям.....	31
2.2 Аналіз сучасних інноваційних підходів та інтерактивних технологій у навчанні спортивним танцям.....	36
Висновки до 2 розділу	41
РОЗДІЛ 3. МЕТОДИКА ТА РЕЗУЛЬТАТИ ВПРОВАДЖЕННЯ ЗАНЯТЬ СПОРТИВНИМИ ТАНЦЯМИ У ЗАКЛАДІ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ №258 м. КИЄВА.....	42
3.1 Розробка інноваційної методики навчання спортивним танцям для різних вікових груп.....	42
3.2 Результати впровадження інноваційної методики навчання спортивним танцям у ЗЗСО № 258 м. Києва.....	45
Висновки до 3 розділу	49
ВИСНОВКИ.....	51
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	54

ВСТУП

Сучасна загальноосвітня школа стикається з викликами забезпечення гармонійного розвитку учнів, що включає фізичний, емоційний, соціальний та естетичний аспекти. У цьому контексті впровадження інноваційних підходів є важливим завданням педагога. Однією з перспективних форм організації навчального процесу є використання спортивних танців, які поєднують фізичну активність із елементами артистизму та творчості. Проте методика їх навчання в закладах загальної середньої освіти потребує подальшого опрацювання, особливо з урахуванням різних вікових груп учнів.

Актуальність теми. В останні роки проблематика інтеграції спортивних танців у навчальний процес набуває особливого значення завдяки позитивному впливу цієї форми занять на фізичний стан, емоційний та соціальний розвиток школярів, а також на формування естетичних уявлень про красу руху. Водночас, адаптація методичних підходів до особливостей розвиткових вікових категорій залишається недостатньо вивченою. Це свідчить про необхідність розробки та впровадження ефективної методики, що зможе врахувати специфіку навчання спортивним танцям для різних вікових груп.

Об'єкт дослідження. Об'єктом дослідження є процес навчання спортивним танцям у закладах загальної середньої освіти.

Предмет дослідження. Методика навчання спортивним танцям у закладі загальної середньої освіти для різних вікових груп учнів.

Мета дослідження. Основною метою даної роботи є розробка та впровадження методики навчання спортивним танцям у закладах загальної середньої освіти, яка враховуватиме розвиткові особливості учнів різного віку та сприятиме зміцненню як фізичних, так і культурно-естетичних компетентностей.

Завдання дослідження. Досягнення поставленої мети передбачає вирішення наступних завдань:

- 1) Аналіз теоретичних засад і педагогічних підходів до навчання спортивним танцям у загальноосвітніх школах;

- 2) Визначення специфіки навчання спортивним танцям для різних вікових груп, зокрема, дослідження вікових особливостей учнів та їх впливу на педагогічний процес;
- 3) Розгляд існуючих методик та їх порівняння з метою виокремлення сильних та слабких сторін;
- 4) Розробка адаптованої методики навчання спортивним танцям, яка включає діагностику початкового рівня підготовки, планування послідовності занять, організацію практичної роботи та моніторинг результатів;
- 5) Проведення експериментального впровадження розробленої методики та аналіз отриманих результатів з метою визначення її ефективності.

Теоретичні основи. Дослідження інтеграції спортивних танців у систему загальноосвітнього навчання базується на сучасних педагогічних концепціях, що поєднують фізичне виховання з елементами мистецького вираження. У цьому напрямі свої дослідження проводили як українські, так і зарубіжні науковці. Серед українських дослідників особливу увагу приділяли методичним аспектам використання спортивних танців для розвитку учнів, зокрема, роботи О. М. Середи та Н. М. Волошиної, які аналізували вплив танцювальної активності на фізичний, емоційний та естетичний розвиток школярів.

Методи дослідження. У роботі використовуються методи аналізу наукової літератури, педагогічного спостереження, порівняльного аналізу, експериментального впровадження та статистичної обробки даних. Такий комплексний підхід дозволяє об'єктивно оцінити ефективність розробленої методики та визначити її переваги в порівнянні з традиційними підходами до навчання спортивним танцям.

Наукова новизна одержаних результатів. Наукова новизна дослідження полягає у розробці та впровадженні інноваційної методики гурткової роботи зі спортивного танцю, що є відмінною альтернативою традиційній інтеграції танцювальних елементів у уроки фізичного виховання. Запропоновано структуровану систему занять, адаптовану для різновікових груп учнів, яка

враховує специфіку гурткової роботи та особливості формування фізичних, емоційних і естетичних компетенцій поза стінами класу. Вперше реалізовано методику оцінювання результатів занять на базі позакласної діяльності, що дозволяє об'єктивно аналізувати та контролювати розвиток учнів під час участі в гурткових заняттях зі спортивного танцю. Розроблено ряд практичних настанов для викладачів щодо організації гурткової роботи зі спортивного танцю, що сприяє впровадженню інноваційних педагогічних підходів у загальноосвітніх школах, стимулюючи розвиток здорового способу життя та креативного потенціалу учнів. Таким чином, отримані результати значно збагачують методичну базу позакласної роботи з фізичного виховання, забезпечуючи новітні підходи до розвитку та навчання учнів через спортивний танець.

Практичне значення одержаних результатів. Розроблена методика проведення гурткових занять з спортивного танцю має суттєве практичне значення для загальноосвітніх шкіл, оскільки сприяє розвитку творчих, фізичних та соціальних компетентностей учнів за умов позакласної діяльності. Використання даної методики дозволяє створити гнучку та адаптивну систему гурткової роботи, яка враховує індивідуальні потреби різновікових груп школярів. Практичне впровадження методики сприяє формуванню здорового способу життя, розвитку моторних навичок, естетичного відчуття та креативності, що, у свою чергу, стимулює активну позакласну діяльність учнів. Отримані результати можуть бути використані для розробки стандартів роботи гуртків з спортивних танців та рекомендацій для педагогів щодо організації позакласної роботи з метою комплексного розвитку учнів.

Апробація результатів дослідження. Ефективність запропонованої методики була доведена в процесі апробації, що проводилась у форматі гурткової роботи у закладі загальної середньої освіти №258 м. Києва. В ході експериментального впровадження було організовано низку гурткових занять з спортивного танцю, у яких брали участь учні різного віку. Результати апробації свідчать про суттєве підвищення рівня фізичної підготовленості, розвитку

моторики, а також покращення творчого та емоційного стану учасників. Таким чином, апробація підтверджує доцільність використання спортивного танцю як ефективної форми гурткової роботи, що доповнює традиційні форми навчання та сприяє всебічному розвитку школярів.

Публікації. Отримані результати дослідження були висвітлені у вигляді доповідей на фахових конференціях та опубліковані в наукових збірках конференції та журналах з педагогіки та фізичного виховання. Публікації сприяють поширенню отриманих даних серед наукової спільноти та стимулюють подальші дослідження у сфері інтеграції спортивних танців в освітній процес.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ НАВЧАННЯ СПОРТИВНИМ ТАНЦЯМ У ЗАКЛАДАХ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ

1.1. Особливості навчання спортивним танцям у закладах загальної середньої освіти

Історія впровадження спортивних танців у загальноосвітніх закладах сягає етапів, коли загальне фізичне виховання почало інтегрувати елементи артистичного вираження. Перші згадки про використання танцювальних форм у навчальному процесі виявляються ще на початку ХХ століття, коли фізкультурні методики зазнали впливу європейської культури руху.

У 1990–х роках, з розширенням контактів із західними країнами, в Україні почали розробляти перші методичні рекомендації щодо використання танцю як засобу фізичного виховання. Тоді формується базис для подальшого розвитку гурткової роботи, що поєднує фізичну активність із мистецькими елементами. З часом, з урахуванням новітніх досліджень у сфері педагогіки та психології, методичні підходи змінювалися, набуваючи інтегративного характеру. Сучасні дослідники та практики вказують на суттєве покращення якості фізичного та естетичного розвитку учнів при використанні інноваційних технологій та інтерактивних форм роботи, що слугує логічним продовженням історико-методичних традицій [25].

У сучасних умовах розвитку освіти зростає потреба у впровадженні ефективних форм і методів фізичного виховання учнів, що сприяють гармонійному розвитку особистості, формуванню здорового способу життя та естетичного сприйняття навколишнього світу. Однією з перспективних форм фізичної активності, що поєднує в собі мистецьку та спортивну складові, є спортивні танці. Вони виступають не лише засобом фізичного розвитку школярів, а й чинником формування естетичних, комунікативних і моральних якостей. Саме тому актуальним є детальне вивчення особливостей навчання спортивним танцям у закладах загальної середньої освіти.

Спортивні танці — це синтез спорту, мистецтва і техніки руху, які вимагають від виконавців не лише фізичної підготовки, а й високого рівня

артистизму, ритмічності, координації, партнерської взаємодії. До спортивних танців зазвичай відносять стандартні (вальс, танго, квікстеп тощо) та латиноамериканські (самба, ча-ча-ча, румба, джайв) програми, що входять до міжнародної системи танцювального спорту [2].

На відміну від інших видів фізичної активності, спортивні танці розвивають не лише фізичні, а й психофізичні якості особистості, формують почуття ритму, музичний слух, естетичне сприйняття руху, емоційну виразність. Для учнів це особливо важливо, адже в процесі навчання вони навчаються взаємодіяти з партнером, контролювати своє тіло, управляти емоціями, долати невпевненість.

Залучення школярів до спортивних танців має низку соціальних переваг. По-перше, заняття у парі розвивають навички партнерства, взаємоповаги, емпатії. По-друге, участь у колективних танцювальних постановках формує почуття відповідальності, колективізму, дисципліни. По-третє, регулярні виступи на шкільних святах чи змаганнях сприяють розвитку впевненості в собі, сценічної культури, уміння контролювати емоції.

Психологи відзначають, що участь у танцювальній діяльності сприяє зниженню тривожності, покращенню настрою, самопочуття, зміцненню психоемоційного здоров'я. У цьому контексті спортивні танці можуть виконувати навіть терапевтичну функцію, особливо для дітей з низькою самооцінкою або проблемами у комунікації [28].

Для розробки ефективної методики навчання спортивним танцям важливо спиратися на багатогранний аналіз теоретичних засад педагогічної, психологічної та моторної науки. Такий підхід дозволяє не лише удосконалити фізичну підготовку учнів, а й забезпечити всебічний розвиток їхніх когнітивних, емоційних та естетичних якостей.

Сучасна педагогіка наголошує на інтеграції різних форм навчання та розвитку, де фізична активність поєднується з творчими процесами. Теоретичні засади, розроблені Виготським та Піаже, підкреслюють значення соціальної

взаємодії та активного пізнання через практичну діяльність. Засвоєння танцювальних технік у парі або групі створює умови для розвитку соціальних компетенцій, зокрема емпатії, вміння працювати у колективі та формувати своє бачення естетично досконалого руху. Це дає змогу учням краще розуміти себе та оточуючих через спільну творчість.

Теорія моторного розвитку підкреслює важливість послідовного освоєння рухових елементів, починаючи з базових рухових патернів і переходячи до складніших технічних елементів. У спортивних танцях цей процес особливо важливий, адже успішне виконання танцювальних постановок залежить від здатності до координації, ритмічності та синхронної роботи з партнером. Дослідження вказують на те, що систематична моторна практика позитивно впливає на нейропластичність мозку, сприяє розвитку реакції та адаптації центральної нервової системи до різних фізичних навантажень. Такий підхід надає наукового обґрунтування для поступового освоєння танцювальних технік у школярів різного вікового діапазону [31].

Теорії естетичного виховання розглядають танець не лише як засіб фізичного розвитку, а й як форму художнього самовираження. Естетичний компонент навчання спортивним танцям допомагає учням розвивати уявлення про красу руху, формувати власну естетичну ідентичність та критичне мислення щодо мистецьких форм. Аналіз робіт дослідників, які займаються проблематикою самоідентифікації через творчий процес, свідчить, що участь у танцювальних заходах сприяє підвищенню самооцінки, розширенню світогляду та розвитку внутрішньої мотивації до навчання [23, 27].

Принцип конструктивістського підходу до навчання передбачає, що знання набуваються через активне конструювання власного досвіду, що є особливо актуальним при роботі з руховою активністю. У заняттях спортивним танцем учні через активну участь формують нові знання про власне тіло, просторове сприйняття та емоції, які виражаються через рух. Такий підхід

стимулює творчий пошук, інноваційне мислення і сприяє гармонійному розвитку всієї особистості.

Таким чином, поглиблений аналіз теоретичних засад демонструє, що навчання спортивним танцям у загальноосвітніх закладах ґрунтується на синтезі інтегративних педагогічних концепцій, теорії моторного розвитку, естетичного виховання та конструктивістських підходів до навчання. Така міждисциплінарна база забезпечує всебічне обґрунтування застосування спеціально розробленої методики, що сприяє як фізичному, так і психоемоційному розвитку учнів, формуючи у них здоровий спосіб життя та творчий потенціал.

Особливості навчання спортивним танцям в умовах загальноосвітньої школи визначаються не лише характером самої діяльності, але і віковими особливостями учнів. Викладачі повинні враховувати, що:

Учні молодшого шкільного віку (6–10 років) характеризуються високою руховою активністю, швидкою здатністю до наслідування та імпульсивністю. Для цієї категорії доцільно застосовувати ігрові форми навчання, впроваджувати прості танцювальні елементи, орієнтовані на базові рухові дії, такі як ходьба, біг, стрибки. У цьому процесі важливо формувати ранній інтерес до танцю, розвивати почуття ритму та формувати просторову орієнтацію.

Учні середнього шкільного віку (11–14 років) перебувають у періоді інтенсивного фізичного розвитку, що дозволяє збільшувати складність завдань. На цьому етапі впровадження технічно складніших елементів, розвиток умінь взаємодії в парі, практична робота над композиційними постановками сприяють не лише фізичній, але й когнітивній активності. Викладання може бути організовано через інтерактивні групові завдання, участь у шкільних святах та конкурсах, що стимулює мотивацію та розвиває почуття відповідальності.

Учні старшого шкільного віку (15–17 років) володіють розвиненим критичним мисленням, здатністю до глибокого естетичного сприйняття та творчої самореалізації. У цьому віковому сегменті застосування диференційованого підходу набуває особливого значення: частину учнів можна

орієнтувати на вдосконалення технічної майстерності, іншим – на розробку авторських творчих постановок, сольних або колективних номерів. Акцент ставиться на розвитку особистісних якостей, таких як лідерство і здатність до самовираження, що забезпечує більш комплексний розвиток особистості.

Організація навчання спортивним танцям у школі базується на загальнодидактичних та спеціальних принципах, серед яких варто виділити: принцип доступності, що передбачає відповідність матеріалу фізичним та віковим можливостям учнів; принцип наочності, який реалізується через демонстрацію рухів, використання відеоматеріалів, дзеркал та інтерактивних засобів; принцип поступовості та послідовності, що забезпечує поступове освоєння простих елементів і переходу до складніших; принцип повторюваності, який сприяє систематичному відпрацюванню форм рухів для забезпечення стійкості навичок; принцип зворотного зв'язку, що дозволяє аналізувати помилки, коригувати техніку та мотивувати учнів до самовдосконалення; принцип індивідуалізації, який забезпечує адаптацію методичних завдань до індивідуальних потреб кожного учня, враховуючи фізичний стан та психологічні особливості. Важливе значення має диференційований підхід, який дозволяє адаптувати навчальні завдання до рівня підготовленості учнів, враховуючи індивідуальні особливості, інтереси, психофізичний стан [7, 10, 12].

Успішне впровадження спортивних танців у навчальний процес залежить від ряду організаційних чинників. Насамперед, це наявність кваліфікованих педагогів-хореографів або вчителів фізичної культури, які володіють основами танцювального мистецтва. Підвищення їхньої кваліфікації, проходження відповідних курсів, участь у майстер-класах є необхідною умовою якості освітнього процесу.

Важливим чинником було б створити належну матеріально-технічну базу: просторі зали з належним покриттям підлоги, дзеркалами, аудіообладнанням.

Оптимальною є тривалість заняття 45–60 хвилин, з чіткою структурою: розминка, основна частина (відпрацювання техніки), заминка [8].

Зміст навчання може реалізовуватися як у межах уроків фізичної культури, так і в рамках гурткової роботи або факультативів. Така гнучкість дозволяє адаптувати програму до реальних умов закладу освіти та побажань учнів.

У процесі навчання спортивним танцям важливу роль відіграє створення позитивного психологічного клімату в групі. Учні повинні відчувати себе комфортно, мати можливість проявляти себе, отримувати підтримку з боку педагога. Педагог має виступати не лише як тренер, а й як наставник, організатор творчого процесу, мотиватор.

Особливої уваги потребують сором'язливі діти, учні з порушеннями координації або низькою самооцінкою. Для них танцювальні заняття можуть стати ресурсом подолання внутрішніх бар'єрів, способом самовираження. Важливо створити умови, за яких кожен учень почуватиметься успішним і залученим до процесу [12].

Заняття спортивним танцем у гуртковій роботі мають значний соціально-педагогічний ефект, оскільки окрім фізичного розвитку вони сприяють формуванню соціальних, емоційних та комунікативних компетенцій учнів. Ретельний аналіз цього впливу дозволяє виявити чисельні позитивні зміни, які відбуваються в шкільному колективі завдяки інтегрованому підходу у навчанні.

Під час групових або парних занять із спортивного танцю учні постійно взаємодіють один з одним, що створює сприятливу базу для розвитку комунікативних навичок. Виконання танцювальних постановок, де важливе синхронізоване співпраця, вимагає активного слухання, конструктивної зворотної інформації та вміння пристосовуватись до дій партнера. Такий процес зміцнює соціальну взаємодію, сприяє розвитку емпатії, а також вчить поважати думку інших. У результаті учні формують навички співпраці, необхідні для успішної соціальної адаптації як у шкільному колективі, так і в подальшому житті [6].

Групова робота під час виступів, участь у конкурсах та колективних постановках надає учням можливість виявити лідерські якості та взяти на себе відповідальність за спільний результат. Спортивний танець стимулює активне включення в колектив, де кожен елемент постановки залежить від взаємодії всіх учасників. Таким чином, заняття сприяють формуванню почуття колективізму, розвивають самостійність та надійність у взаємодії з однолітками.

Участь у танцювальних заходах створює умови для емоційного самовираження, що допомагає учням ефективно справлятися з внутрішніми труднощами та стресовими ситуаціями. Регулярна практика дозволяє знизити рівень тривожності, підвищити самооцінку та сприяє загальному покращенню психоемоційного стану. Особлива увага приділяється дітям, які мають труднощі у спілкуванні або відчують невпевненість у своїх силах; заняття танцем стають для них ресурсом для подолання внутрішніх бар'єрів та створення позитивного образу себе.

Спортивний танець як вид мистецького вираження сприяє формуванню естетичного смаку учнів та розширенню їх світогляду. Через участь у творчих постановках учні засвоюють принципи краси, гармонії, виражають свої думки та почуття через рух. Це допомагає не лише у формуванні особистісної ідентичності, але й у розвитку критичного мислення щодо соціальних норм та цінностей. Взаємодія в групі, виконання спільних номерів стимулює в учнів розвиток особистої та колективної самосвідомості, що є важливим у процесі соціалізації [18].

Позитивна атмосфера на заняттях є невід'ємною складовою успішного навчання через танець. Викладач, виступаючи не лише як тренер, а й як наставник та фасилітатор творчої діяльності, створює сприятливий клімат, в якому кожен учень відчувається підтриманим і зрозумілим. Такий підхід допомагає зміцнити довіру між учнями, сприяє відкритості в експериментуванні із власним творчим потенціалом і стимулює індивідуальний розвиток.

1.2. Використання методик навчання спортивним танцям у закладах загальної середньої освіти

Організація ефективного навчального процесу у сфері спортивного танцю у закладах загальної середньої освіти потребує застосування науково обґрунтованих методик, що забезпечують системність, поетапність, ефективність і безпечність формування танцювальних навичок. Вибір та адаптація методик повинні враховувати вікові, психофізіологічні та індивідуальні особливості учнів, умови освітнього закладу, матеріально-технічне забезпечення та професійну підготовку педагогічних кадрів.

Методика навчання — це цілісна система прийомів, форм і способів педагогічної діяльності, спрямованої на досягнення поставлених освітніх цілей. У контексті навчання спортивним танцям вона охоплює такі компоненти, як: визначення навчального матеріалу (види танців, технічні елементи), організаційно-педагогічні умови, принципи навчання, методи та засоби реалізації танцювальних вправ [27].

Методика має відповідати ключовим дидактичним вимогам: послідовність, доступність, активність, систематичність, наочність.

Також важливим є принцип адаптивності — тобто здатність методики змінюватися відповідно до рівня підготовленості учнів, їхніх інтересів, мотивації та можливостей.

Ефективне використання методик навчання спортивним танцям базується на багатогранному теоретичному підґрунті, що охоплює інтеграцію різних педагогічних концепцій й досвіду в області фізичного виховання, естетичного розвитку та розвитку моторики. Розгляд теоретичних засад дозволяє адаптувати навчальний процес до сучасних вимог і кращих практик, а також створити сприятливе середовище для всебічного розвитку учнів.

Сучасна інтегративна педагогіка підкреслює необхідність поєднання різних видів діяльності з метою розвитку когнітивних, емоційних та соціальних

навичок. Теорії Виготського, які наголошують на зоні найближчого розвитку та соціальній взаємодії, свідчать, що навчання через спільну діяльність сприяє формуванню як інтелектуальних, так і емоційних компетенцій. У контексті спортивного танцю це означає, що робота в групах і парах не лише активізує процес засвоєння рухових елементів, а й стимулює розвиток соціальних компетентностей: емпатії, взаємодії, комунікації та командного духу [32].

Методики навчання спортивним танцям неодмінно спираються на основи теорії моторного розвитку. Ця теорія засвідчує, що послідовне опанування рухових патернів сприяє покращенню координації, ритмічності та рівноваги. Систематична моторна практика, з огляду на нервово-м'язову систему, сприяє розвитку нейропластичності, що дозволяє учням ефективніше засвоювати технічні елементи танцю та адаптуватися до нових фізичних навантажень. Тому застосування структурованих підходів, де кожен руховий елемент поступово вводиться і відпрацьовується, є ключовим для формування стійких танцювальних навичок.

Естетичний компонент виступає невід'ємною складовою в процесі навчання спортивним танцям. Теорії естетичного виховання, зокрема ідеї Джона Дьюї, підкреслюють, що мистецьке самовираження сприяє формуванню критичного мислення, почуття гармонії і здатності сприймати красу. У процесі занять танцю учні розвивають свою естетичну чутливість, набувають уявлень про художню композицію та рухову експресію, що сприяє формуванню позитивної самоідентифікації. Такий педагогічний підхід дозволяє поєднувати фізичне виховання з естетичним досвідом, стимулюючи не тільки рухову активність, а й емоційний та творчий розвиток [38].

Конструктивістські теорії навчання наголошують на активній участі учнів у власному процесі пізнання. Вони передбачають, що знання набуваються через досвід, експерименти та самостійне конструювання розумових моделей. У процесі спортивного танцю це означає, що учні активно формують власне уявлення про рух, експериментують із технічними елементами, створюють

власні хореографічні постановки та вчать аналізувати результати своєї роботи. Такий підхід стимулює творчість, розвиває самоорганізацію та заохочує до інноваційних рішень у виконанні танцю.

Поглиблений аналіз теоретичних засад у викладанні спортивним танцям дозволяє створити єдину інтегровану методику, яка враховує як фізичні, так і психоемоційні потреби учнів. Синтез концепцій інтегративної педагогіки, теорії моторного розвитку, естетичного виховання та конструктивізму створює умови для побудови навчального процесу, де кожен учень може розвиватися в повній мірі. Практична апробація таких підходів підтверджує їхню ефективність: різноманітність методів навчання, активне залучення учнів та зворотній зв'язок сприяють як кращому засвоєнню танцювальних елементів, так і формуванню позитивного ставлення до творчої діяльності та здорового способу життя.

У сучасній практиці викладання спортивного танцю застосовується комплекс методів, що інтегруються для формування і вдосконалення танцювальних навичок учнів із забезпеченням системності, поетапності та ефективності навчального процесу. Ці методи можна класифікувати за кількома основними групами, серед яких виділяються словесні, наочні, практичні, ігрові та проблемно-пошукові [14].

Словесні методи, що включають пояснення, інструктаж, бесіду, роз'яснення техніки рухів і аналіз відеоматеріалів, дозволяють педагогам передати концептуальне значення та методичні принципи виконання танцювальних елементів. Завдяки цим методам учні отримують чіткі вербальні інструкції, що сприяють формуванню усвідомленого підходу до вивчення танцю, а також розвитку розуміння технічних аспектів виконання рухів.

Наочні методи реалізуються через демонстрацію елементів викладачем або досвідченими учнями, використання відеопоказів, схем і ілюстрацій. Візуальні стимули сприяють покращенню сприйняття інформації, закріпленню моторної пам'яті та глибшому розумінню техніки виконання танцювальних композицій.

Такий підхід дозволяє учням побачити еталон виконання, що є важливим елементом усвідомлення власних помилок і подальшого самовдосконалення.

Практичні методи, у свою чергу, базуються на активному виконанні вправ, повторенні рухів, тренувальних комбінаціях, імпровізації і парній роботі. Ці методи спрямовані на розвиток моторних навичок, координації, ритмічності та фізичної витривалості. Постійне практичне застосування допомагає учням не лише опанувати технічні аспекти танцю, але й створити індивідуальний стиль виконання, що є результатом систематичного реагування на зворотний зв'язок з боку педагога.

Ігрові методи, зокрема танцювальні ігри, змагання та рольові ситуації, використовуються для стимулювання мотивації та активної участі учнів у навчальному процесі. Особливо ефективними вони є в роботі з молодшими школярами, оскільки створюють емоційно позитивне середовище, сприяють розвитку креативності і залучають учнів до колективної діяльності. Завдяки використанню ігрових ситуацій учні навчаються формувати співпрацю, розвивати почуття відповідальності і комунікативних навичок.

Проблемно-пошукові методи полягають у застосуванні творчих завдань, роботі над власною композицією та пошуку оптимальних рішень у виконанні технічно складних рухів. Цей підхід стимулює розвиток аналітичного мислення, сприяє самостійному пошуку шляху вирішення практичних завдань і допомагає учням розвивати здатність конструктивно мислити при створенні нових танцювальних постановок.

Комплексне поєднання зазначених груп методів забезпечує активну залученість учнів до навчального процесу, сприяє різносторонньому розвитку їхніх фізичних, естетичних і соціальних компетенцій та формує комфортне навчальне середовище, яке стимулює інтерес до спорту і мистецтва. Така інтеграція методів дозволяє не тільки покращити якість засвоєння танцювальних елементів, але й сприяти розвитку творчого потенціалу та самовираження, що є важливим чинником у формуванні гармонійної особистості.

Впровадження методики навчання спортивним танцям здійснюється за чітко структурованою схемою, що включає декілька послідовних етапів, кожен із яких має визначені педагогічні цілі та завдання. На підготовчому етапі основна увага приділяється ознайомленню учнів із базовими положеннями танцювальної техніки. Застосування систематизованих розминкових вправ сприяє розвитку гнучкості, координації рухів та ритмічного слуху, що є необхідною передумовою для подальшого опанування складніших танцювальних елементів.

Подальший етап, базове навчання, включає вивчення основних рухових елементів, зокрема позицій ніг, рук та рухів корпусу. Під час цього етапу здійснюється ознайомлення з принципами парної взаємодії, а також формуються прості танцювальні комбінації, що дозволяє учням поступово закріплювати базову техніку та розвивати стійкість рухових патернів.

На етапі формування навичок здійснюється поєднання окремих елементів у зв'язні танцювальні комбінації. Особливу увагу приділяють відпрацюванню технічних елементів, корекції виконання та розвитку фізичної витривалості. Адекватно сплановані тренувальні завдання дозволяють не лише вдосконалити моторну координацію, а й сприяють удосконаленню загальної танцювальної культури учнів [29].

Творчий етап характеризується постановкою хореографічних номерів та розвитком імпровізаційних навичок. Учні отримують можливість самостійної творчої роботи, що проявляється через участь у виступах і розробці власних танцювальних постановок. Цей етап стимулює розвиток креативності, допомагає сформувати індивідуальний стиль та сприяє емоційному самовираженню.

Завершальним етапом є контроль та аналіз, який передбачає систематичну оцінку досягнутих результатів, корекцію техніки виконання та обговорення виявлених труднощів. Постійний зворотний зв'язок між педагогом і учнями забезпечує можливість своєчасної корекції навчального процесу та адаптації методичних підходів до індивідуальних потреб учнів.

Комплексна організація всіх етапів дозволяє забезпечити послідовність і систематичність навчального процесу, сприяє формуванню високої якості танцювальної майстерності й сприяє всебічному розвитку учнів [13].

Ефективне викладання спортивного танцю у загальноосвітніх закладах неможливе без врахування індивідуальних психофізіологічних та вікових особливостей учнів. Адаптація методик здійснюється через диференційований підхід, що дозволяє коригувати склад завдань, темп опанування матеріалу та рівень складності вправ залежно від рівня підготовленості та мотивації кожного учня. На практиці цей підхід реалізується через розробку спеціальних завдань і сценаріїв уроків для трьох основних вікових груп.

Для молодших школярів (1–4 класи) основний акцент робиться на ігрових методах, що сприяють формуванню базових моторних навичок і одночасному розвитку уяви. Завдання на кшталт «Крокуємо, як ведмедик» або «Пливемо, як рибка» дозволяють учням опанувати базові рухові елементи через руховий сюжет із яскравим музичним супроводом. Типовий сценарій уроку починається з танцювальної зарядки у формі ігрової розминки, де педагог, використовуючи казковий сюжет, демонструє основні технічні положення, після чого проводяться вправи на розвиток координації та поступове введення елементів імпровізації. Важливо, що завдання адаптовано таким чином, щоб кожна дитина мала можливість працювати у своєму індивідуальному темпі, отримуючи як складніші завдання для швидко освоюючих матеріал, так і додаткову підтримку для тих, хто потребує більше часу для закріплення базових навичок [8, 9, 16].

Учні середнього шкільного віку (5–9 класи) працюють за методичним підходом, який передбачає детальне розбиття складних рухових елементів на частини та поступове їх об'єднання у спільну композицію. У цій групі доцільно використовувати завдання, що включають повторення базових позицій із застосуванням дзеркал для самоконтролю, а також роботу у парах, коли кожен учень виконує певний елемент постановки. Сценарій уроку для цієї вікової категорії передбачає початок з короткої розминки, що включає ритмічні вправи,

після чого педагог розбиває складну композицію на декілька блоків, демонструючи технічні особливості з використанням наочних матеріалів, таких як відеозаписи. Така методика стимулює розвиток критичного мислення, сприяє самокорекції та взаємному обміну досвідом, оскільки педагог створює диференційовані варіанти завдань для учнів залежно від їхнього рівня підготовленості – завдання з підвищеною складністю для тих, хто швидше освоює матеріал, та базові для закріплення навичок у інших [8, 9, 16].

Для учнів старшого шкільного віку (10–11 класи) методика навчання повинна бути максимально гнучкою та варіативною, адже учні цієї категорії вже володіють певними технічними навичками, але рівень їхнього розвитку може різнитися. Завдання для цієї групи включають створення власних хореографічних етюдів, експерименти з різними стилістичними елементами, такими як джаз чи контемпорарі, а також виконання сольних або колективних номерів із складними композиційними структурами. Сценарій уроку може містити елементи індивідуального аналізу відеозаписів власних виступів з подальшим обговоренням сильних та слабких сторін виконання, що сприяє вдосконаленню техніки та розвитку творчої концепції. Крім того, педагог забезпечує можливість вільного експериментування через організацію творчих проєктів, де кожен учень або мала група має змогу представити оригінальну постановку, що відображає їхнє індивідуальне бачення краси танцю [16].

Загалом, основою для успішної адаптації методик є диференціація завдань, яка здійснюється шляхом розробки декількох рівнів складності для кожного завдання та інтеграції індивідуального, парного чи групового форматів роботи. Регулярне отримання зворотного зв'язку, зокрема через використання засобів самоконтролю, таких як дзеркала та відеозаписи, дозволяє оперативно коригувати навчальний процес. Врахування психофізіологічних особливостей учнів, включаючи рівень витривалості, координації та мотивації, сприяє підбору оптимального темпу навчання. Таким чином, адаптація методик до особливостей учнів забезпечує ефективне засвоєння танцювальних навичок, сприяє розвитку

індивідуального творчого потенціалу та формує гармонійно розвинену особистість, здатну до активного самовираження та успішної соціальної взаємодії у навчальному процесі.

У процесі викладання спортивних танців використання диференційованих навчальних засобів є невід'ємною складовою формування високої якості освітнього процесу. Засоби навчання сприяють систематичному засвоєнню танцювальних елементів, розвитку моторики, а також сприяють формуванню естетичних і комунікативних компетентностей учнів. Серед основних засобів навчання виділяють музичні матеріали, візуальні засоби, технічне обладнання та методичні матеріали [29].

Музичні матеріали, зокрема фонограми та ритмічні композиції, виконують важливу роль у створенні емоційного настрою та ритмічної систематизації навчального процесу. Завдяки правильно підібраному музичному супроводу учні не лише набувають практичних навичок у виконанні танцювальних елементів, але й вдосконалюють своє слухове сприйняття ритму, що є ключовим для гармонійного поєднання руху і музичної композиції.

Візуальні засоби, такі як дзеркала, відеозаписи та графічні схеми рухів, забезпечують ефективну візуалізацію та демонстрацію технічних аспектів виконання рухів. Дзеркала дозволяють учням здійснювати самоконтроль, відслідковувати правильність постави та виконання рухових елементів, а відеозаписи дають можливість повторного аналізу та корекції техніки. Графічні схеми, попередньо розроблені педагогами, допомагають узагальнити інформацію про танцювальні формули і послідовність елементів, що сприяє кращому засвоєнню матеріалу.

Технічне обладнання – аудіосистеми, ноутбуки, проектори і інші інтерактивні засоби – є важливим інструментом, який дозволяє удосконалити презентацію навчального матеріалу та забезпечити ефективне донесення інформації. Використання сучасної техніки сприяє трансформації традиційного уроку в інтерактивну платформу для навчання, що підвищує мотивацію учнів до

самостійного пошуку і аналізу інформації. Таке обладнання також полегшує організацію спільних завдань та презентацій, спрямованих на обговорення і аналіз виступів.

Методичні матеріали, зокрема програми, конспекти, відеоуроки та підручники з хореографії, забезпечують педагогів комплексним інформаційним супроводом. Вони містять теоретичні основи, алгоритми постановки завдань та рекомендації щодо корекції технічних помилок, що дозволяє систематизувати педагогічну діяльність і встановити стандарти якості навчання. Правильне використання методичних матеріалів сприяє цілісному розумінню процесу навчання, стимулює творчий пошук і допомагає адаптувати навчальний процес до індивідуальних особливостей кожного учня.

Узагальнюючи, можна стверджувати, що комплексне застосування зазначених засобів навчання створює умови для більш глибокого засвоєння танцювальних технологій, підвищує інтерес учнів до занять спортивним танцем, сприяє розвитку їхньої креативності та формуванню позитивної атмосферної бази в навчальній групі. Таким чином, інтеграція музичних, візуальних, технічних та методичних засобів створює мультидисциплінарне середовище, яке стимулює всебічний розвиток учнів та забезпечує ефективність педагогічного процесу.

Роль вчителя у реалізації методики навчання спортивним танцям є ключовою складовою успішного впровадження інноваційних підходів у навчальний процес. Педагог не лише повинен володіти глибокими знаннями з техніки виконання танцювальних елементів, але й бути обізнаним у сучасних підходах до вікової психології, що дозволяє враховувати індивідуальні особливості учнів під час формування їхніх моторних, емоційних та творчих навичок. Він повинен демонструвати високий рівень комунікативних і професійних умінь, здатність мотивувати, підтримувати та надихати учнів, що визначає позитивний емоційний клімат у навчальній групі [22].

Підготовка до занять включає ретельний добір методичних матеріалів, планування послідовності вправ та адаптацію навчальних завдань до рівня підготовленості кожного учня. Педагог має здійснювати демонстрацію технічних рухів із використанням наочних засобів, таких як відеоматеріали або живе виконання, що дозволяє учням сприймати матеріал більш ефективно. Корекція помилок у процесі виконання є невід'ємною частиною роботи, оскільки вона відкриває можливості для саморефлексії та подальшого вдосконалення танцювальних навичок.

Створення безпечного та позитивного середовища є одним із головних завдань вчителя. Забезпечення психологічної безпеки учнів сприяє формуванню відкритості до нових ідей і підвищує готовність до експериментів у творчій діяльності. Регулярне оцінювання результатів навчального процесу, а також спільна рефлексія над досягненнями і труднощами допомагають не лише виявити прогалини в опануванні матеріалу, але й мотивують учнів до постійного вдосконалення своїх навичок. Емоційна включеність викладача, його професіоналізм і щире захоплення танцювальним мистецтвом виступають важливими чинниками позитивного впливу на якість навчального процесу, сприяють підвищенню рівня зацікавленості учнів і стимулюють їх до самостійного інтелектуального й творчого пошуку.

Інтердисциплінарний підхід у навчанні спортивним танцям дозволяє інтегрувати знання з суміжних галузей, зокрема музичного та художнього виховання, що розширює культурний та естетичний контекст освітнього процесу. У цьому підході танцювальні практики не розглядаються ізольовано, їх поєднують із музичним супроводом, що сприяє глибшому розумінню ритмічних структур та мелодійної гармонії, а також із візуальними та художніми компонентами, які стимулюють розвиток естетичного смаку і творчого мислення учнів [42].

Застосування методик спортивного танцю, інтегрованих із музичним вихованням, сприяє розвитку слухової сприйнятливості, вмінню аналізувати

музичні композиції та створювати відповідну емоційну атмосферу, що ідеально доповнює рухову активність. Водночас інтеграція з художнім вихованням розкриває можливість для учнів розвивати образне бачення через створення власних танцювальних постановок та композицій, використовуючи як технічні, так і художні засоби вираження. Такий синтез знань дозволяє виховувати універсальні компетентності, де фізичне, музичне та образотворче мистецтво об'єднуються в єдину систему, що сприяє формуванню гармонійно розвиненої особистості [38].

Отже, аналіз використання методик навчання спортивним танцям свідчить, що ефективне використання педагогічних підходів забезпечується інтеграцією різноманітних методів – словесних, наочних, практичних, ігрових та проблемно-пошукових – що дозволяє формувати гармонійний розвиток учнів. Врахування вікових та індивідуальних особливостей сприяє диференціації завдань і адаптації сценаріїв уроків для різних вікових груп, забезпечуючи послідовність опанування танцювальних елементів від базового рівня до творчого самовираження. Комплексний підхід до організації навчального процесу створює сприятливі умови для розвитку фізичних, емоційних та естетичних компетентностей учнів, що є запорукою успішного впровадження інноваційних педагогічних технологій у сфері спортивного танцю.

Висновки до 1 розділу

Проведене дослідження теоретичних аспектів навчання спортивним танцям у закладах загальної середньої освіти дозволяє зробити низку важливих висновків. По-перше, історичний розвиток інтеграції танцювальних форм у систему фізичного виховання свідчить про поступове злиття елементів спортивної діяльності і художнього самовираження. Починаючи з початку ХХ століття та до сьогодення, методичні підходи зазнавали значних змін, що сприяло створенню інтегрованої моделі навчання, здатної задовольнити як фізичні, так і естетичні потреби учнів.

По-друге, аналіз теоретичних засад викладання спортивним танцям показав, що ефективна методика базується на синтезі концепцій інтегративної педагогіки, теорії моторного розвитку, естетичного виховання та конструктивістських підходів до навчання. Використання систематичних тренувальних вправ і послідовне опанування базових рухових патернів сприяють розвитку координації, ритмічності та моторної пам'яті, а додаткове залучення учнів до творчих постановок стимулює формування їхньої уяви та критичного мислення.

По-третє, застосування різноманітних методів навчання – словесних, наочних, практичних, ігрових та проблемно-пошукових – забезпечує індивідуальний підхід до кожного учня, враховуючи їх вікові особливості та індивідуальну підготовленість. Адаптація завдань дозволяє ефективно використовувати потенціал молодших, середніх та старших школярів, сприяючи формуванню як технічних, так і соціально-комунікативних компетенцій. Диференційований підхід та постійний зворотний зв'язок полегшують корекцію технічних помилок і стимулюють самостійне навчання.

По-четверте, значну роль у формуванні успішного навчального процесу відіграють організаційно-методичні та матеріально-технічні умови. Забезпечення відповідних приміщень, сучасного аудіовізуального обладнання та методичних матеріалів створює сприятливе середовище для засвоєння танцювальних технологій. Також важливим чинником є створення позитивного психологічного клімату, який сприяє розвитку емоційної компетентності, самовираженню та інтеграції учнів у колектив.

Насамкінець, інтердисциплінарний підхід, що інтегрує спортивний танець із музичним та художнім вихованням, розширює культурний та естетичний контекст освітнього процесу. Він створює умови для формування універсальних компетентностей, де фізичне, музичне та образотворче мистецтво поєднуються в єдину систему, що сприяє гармонійному розвитку особистості. Отже, комплексна методологія навчання спортивним танцям забезпечує не тільки

високий рівень фізичного розвитку учнів, а й стимулює їх творчий потенціал, критичне мислення та здатність до ефективної соціальної взаємодії. Це є запорукою успішної інтеграції інноваційних педагогічних технологій у сучасну систему загальної середньої освіти.

РОЗДІЛ 2

АНАЛІЗ ЗМІСТУ МЕТОДИК НАВЧАННЯ СПОРТИВНИМ ТАНЦЯМ У ЗАКЛАДАХ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ

2.1. Аналіз традиційних та класичних методик навчання спортивним танцям

Основою класичних методик є принцип поступовості, який передбачає розбиття навчального процесу на послідовні етапи, що дозволяють учням спочатку опанувати базові рухові елементи, а потім переходити до виконання більш складних композиційних структур. Такий поетапний підхід забезпечує формування міцної моторної пам'яті та закріплення технічних навичок, оскільки кожен етап стає базою для наступного, сприяючи безперервному та органічному розвитку фізичних можливостей учнів.

Систематичність у класичних методиках реалізується через чітку структурування уроку, що включає розминку, основну частину й заминку.

Розминка сприяє розігріву м'язової системи, покращенню гнучкості та координації, а основна частина, присвячена відпрацюванню конкретних рухових елементів, дозволяє поступово удосконалювати техніку виконання танцювальних елементів. Заминка допомагає нормалізувати фізіологічний стан і забезпечує повільне «охолодження» організму після інтенсивної роботи. Така системність сприяє не лише засвоєнню матеріалу, а й закріпленню отриманих знань у довгостроковій пам'яті.

Принцип доступності (наочності) реалізовується через використання різноманітних візуальних засобів – демонстраційних рухів, відеозаписів, дзеркал, графічних схем та ілюстрацій. Ці наочні елементи дозволяють учням чітко сприймати еталон виконання, що є визначальним для аналізу власних помилок та подальшого самовдосконалення. Наявність наочних стимулів створює умови для кращого розуміння технічних аспектів танцю, що в свою чергу сприяє більш ефективному засвоєнню базових танцювальних елементів [19].

Таким чином, фундаментальні принципи класичних методик – поступовість, систематичність і доступність – забезпечують послідовний, детально структурований і наочний процес навчання, що дозволяє учням не лише засвоювати технічні елементи, а й розвивати моторну пам'ять, творчу уяву та критичне мислення. Ці засади становлять міцну основу для формування високої якості танцювальної майстерності та подальшого естетичного й соціального розвитку особистості.

У традиційних програмах навчання спортивним танцям великого значення надається систематизації та чіткому розподілу складових уроку, що забезпечує послідовне формування технічних навичок і загальну гармонійність рухової діяльності учнів. Організаційна структура традиційного уроку зазвичай ділиться на три основні частини: розминку, основну частину, спрямовану на закріплення технічних компонентів, та заминку. Розминка являє собою перший етап, під час якого здійснюється поступове підготування м'язової системи до основного

навантаження. Вона включає вправи, орієнтовані на збільшення загальної гнучкості, поліпшення координації рухів і ритмічного слуху, що є необхідними умовами для подальшого успішного засвоєння танцювальних елементів [13].

Основна частина уроку традиційного підходу сконцентрована на систематичному відпрацюванні технічних прийомів, що лежать в основі базової танцювальної техніки. На цьому етапі педагог розбиває складну композицію на вичерпні блоки, кожен з яких містить конкретні рухові елементи та пози, що вимагають детального аналізу і повторення. Завдяки цьому методичному розподілу учні мають можливість поступово закріплювати базові навички, формувати міцну моторну пам'ять і досягати високої точності виконання постановок. Інтенсивне використання демонстраційних та наочних засобів (наприклад, відеозаписів, дзеркал, схем) у цьому етапі сприяє глибшому розумінню і аналізу правильності виконання рухів, дозволяючи своєчасно виявляти помилки і проводити корекцію техніки.

Завершальним етапом є заминка, що виконує декілька важливих функцій. По-перше, вона сприяє поступовому нормалізації фізіологічного стану після інтенсивної роботи, зменшуючи ризик травм та перевтоми. По-друге, заминка дає можливість педагогу провести короткий аналіз проведеного заняття через зворотній зв'язок з учнями. Таким чином, цей етап закріплює засвоєний матеріал та стимулює учнів до рефлексії стосовно власних досягнень і труднощів [40].

Контекст організації занять у традиційному підході характеризується високою структурованістю педагогічного процесу. Програми побудовані з урахуванням послідовності набуття знань і навичок, де кожен урок слугує логічним продовженням попереднього, забезпечуючи систематичне зростання складності завдань. Такий методичний підхід дозволяє створити умови для поступового, але стабільного формування танцювальної майстерності, забезпечуючи надалі адаптацію методики до індивідуальних потреб учнів. Особлива увага приділяється використанню засобів наочності та постійному зворотному зв'язку, що дає можливість оперативно коригувати процес навчання

та стимулювати самостійну роботу учнів над удосконаленням техніки виконання рухів.

Отже, традиційна організаційна структура уроку, заснована на принципах розподілу на розминку, основну частину та заминку, у комплексі з дидактичними підходами, що забезпечують поступове, систематичне і наочне формування танцювальних навичок, є базовою умовою для успішної реалізації методики навчання спортивним танцям у загальноосвітніх закладах.

У класичних методиках навчання спортивним танцям ключову роль відіграють педагогічні прийоми, спрямовані на формування правильної техніки виконання рухів та розвиток стійкої моторної пам'яті. Одним із основних прийомів є метод демонстрації, коли педагог виконує еталон танцювальних елементів, демонструючи технічні особливості, ритмічність і координацію. Така демонстрація забезпечує візуальне сприйняття правильного виконання, що стає першим кроком до засвоєння технічних навичок [39].

Вербальне інструктування доповнює процес демонстрації: викладач детально описує особливості позицій, рухових патернів та критерії правильності виконання, що дозволяє учням сформулювати чітке розуміння завдання. Завдяки конкретним мовним вказівкам учні отримують можливість більш точно орієнтуватися в процедурі виконання, розуміючи важливі нюанси технічного процесу.

Зворотний зв'язок є невід'ємною складовою педагогічного процесу, він забезпечує оперативну корекцію помилок та стимулює розвиток самоконтролю у учнів. Педагог постійно аналізує виконання завдань, виявляє неточності та надає конструктивні рекомендації для їх усунення. Такий підхід сприяє формуванню у учнів здатності до критичного аналізу власного виконання і самостійного самовдосконалення.

Методики корекції помилок базуються на системному підході, що включає повторне демонстрування правильного виконання, застосування коригуючих вправ і надання індивідуальних консультацій. Використання традиційних

наочних засобів, таких як відеозаписи, дзеркала та графічні схеми рухів, доповнює цей процес. Відеоматеріали дозволяють учням переглядати власні виступи, порівнювати їх з еталоном і виявляти технічні недоліки, тоді як дзеркала сприяють самостійному контролю постави та координації рухів. Графічні схеми допомагають узагальнити послідовність виконання елементів, що сприяє глибшому розумінню структури танцювальних комбінацій [37].

Інтеграція методів демонстрації, вербального інструктування, зворотного зв'язку та систематичних методик корекції, разом із використанням традиційних наочних засобів, забезпечує високоефективну педагогічну стратегію при навчанні спортивним танцям. Комплексний підхід до корекції технічних помилок сприяє не лише вдосконаленню рухових навичок, але й розвитку критичного мислення та самостійності в аналізі власного виконання, що є запорукою формування високої майстерності та творчого потенціалу учнів [26].

У традиційних методиках навчання спортивним танцям основну увагу приділяють поступовості та систематизації педагогічного процесу, що базується на чітко визначеній послідовності організації уроку. Зазвичай класичний урок поділяється на кілька структурних блоків: розминка, основна частина та заминка. Розминка орієнтована на фізичну підготовку учнів, розвиток гнучкості, координації рухів і ритмічного слуху, що є необхідними передумовами для виконання складних танцювальних елементів. У основній частині методики передбачають інтенсивне відпрацювання базових рухових патернів, формування правильних позицій ніг, рук та корпусу, а також тренування в парній взаємодії, що дозволяє учням не лише вдосконалювати техніку, але й розвивати навички синхронної роботи. Заключний етап, заминка, сприяє поступовому нормалізуванню фізіологічного стану учнів після фізичної активності, забезпечує закріплення вивченого матеріалу і дає можливість отримати зворотний зв'язок від викладача.

Класичні підходи також активно використовують педагогічні прийоми, такі як демонстрація еталонного виконання, вербальне інструктування,

повторення і самокорекція з використанням наочних засобів (дзеркал, відеозаписів, графічних схем). Викладачі традиційно орієнтуються на методи моделювання, коли учні спочатку спостерігають за вправами досвідчених педагогів або старших учнів, а потім відтворюють їх у власному виконанні. Такий підхід забезпечує закріплення двигальних моделей і сприяє формуванню стійкої моторної пам'яті. Вербальні пояснення, що супроводжують демонстрацію, допомагають учням чітко усвідомити критерії правильності виконання рухових елементів, підсилюючи таким чином ефект усвідомлення технічних аспектів постановки [10].

Додатково класичні методики передбачають використання методів корекції, де зворотний зв'язок виступає ключовим інструментом усвідомлення і виправлення помилок. Педагог проводить аналіз виконання завдань, виявляє недоліки та індивідуально коригує їх, що є важливою умовою подальшого удосконалення виконання і формування високої якості танцювальної майстерності. Отже, традиційний підхід до навчання спортивним танцям характеризується структурованістю уроку, систематичним розбиттям навчального процесу на послідовні стадії і використанням класичних педагогічних прийомів, що разом забезпечують ефективне засвоєння танцювальних елементів і стимулюють як фізичний, так і естетичний розвиток учнів.

Ці методики, попри певні обмеження в умовах сучасної динамічної освіти, залишаються важливим фундаментом, з якого виходять новітні інноваційні підходи, і слугують основою для формування високої якості навчального процесу у сфері спортивного танцю у загальноосвітніх закладах.

2.2. Аналіз сучасних інноваційних підходів та інтерактивних технологій у навчанні спортивним танцям

Нинішній етап розвитку освіти спричиняє невпинний пошук нових, більш ефективних методів навчання, що дозволяють задовольнити зростаючі вимоги до інтерактивності, гнучкості та диференціації освітнього процесу. Актуальність впровадження інновацій у сфері спортивного танцю полягає в тому, що традиційні методики, попри свою перевіреність часом, не завжди здатні забезпечити необхідну адаптивність до сучасних освітніх умов. Зміни в освітньому просторі, зростання ролі цифрових технологій та інноваційних інформаційних ресурсів створюють передумови для переходу від класичних підходів до інтерактивних технологій, що дозволяють максимально адаптувати навчання до індивідуальних потреб учнів.

Технологічний розвиток відкриває нові можливості для організації навчального процесу: впровадження мультимедійних засобів, онлайн-платформ, мобільних додатків та інтерактивних систем зворотного зв'язку дозволяє трансформувати традиційний урок у більш динамічну і гнучку освітню середу. Завдяки інтеграції цифрових технологій у процес навчання учні отримують можливість самостійно аналізувати та коригувати власні рухові патерни через перегляд відеозаписів, взаємодію з інтерактивними моделями руху, що сприяє формуванню стійкої моторної пам'яті і підвищенню якості виконання танцювальних елементів [3, 5, 24].

Крім того, зростаюча потреба у диференціації навчання визначається необхідністю врахування індивідуальних особливостей кожного учня, його темпу розвитку, життєвих інтересів і інтелектуальної спроможності. Використання інтерактивних технологій дозволяє створити середовище, де кожен учень може отримати персоналізовану підтримку та завдання відповідно до свого рівня підготовленості, що є важливим чинником для формування високої мотивації та залучення до творчого процесу. У такий спосіб інтеграція інноваційних методичних підходів сприяє не лише засвоєнню технічних аспектів танцю, але й розвитку креативного потенціалу, критичного мислення та соціальних компетентностей.

Таким чином, перехід від класичних до інтерактивних технологій у навчанні спортивного танцю є відповіддю на виклики сучасної освітньої парадигми, що прагне до більш гнучких, диференційованих і високотехнологічних підходів. Це має вагоме значення для підвищення ефективності педагогічного процесу, сприяє всебічному розвитку учнів і забезпечує можливість їхнього адаптивного самовираження у постійно мінливому соціокультурному середовищі [19].

Сучасний процес навчання спортивним танцям активно інтегрує інтерактивні технології, що суттєво розширюють можливості традиційних підходів і сприяють підвищенню ефективності засвоєння матеріалу. Одним із ключових елементів є використання мультимедійних засобів. Використання відео демонстрацій, зокрема відеоуроків та онлайн демонстрацій, дозволяє учням отримувати динамічну візуальну інформацію про техніку виконання рухів. Анімовані схеми та інтерактивні презентації, які демонструють рухові моделі, сприяють кращому розумінню складних танцювальних послідовностей, допомагаючи учням запам'ятовувати технічні деталі та стимулювати процес самоаналізу. Таким чином, мультимедійні засоби виступають потужним інструментом для підтримки візуальної пам'яті та сприяють розвитку моторних навичок через постійне повторне переглядання еталонних зразків виконання [31].

Ще однією важливою складовою є використання мобільних додатків і онлайн платформ. Сучасні мобільні додатки для тренувань та самостійного аналізу, що надають можливість запису виконання рухів, дозволяють учням не лише фіксувати виконані завдання, але й здійснювати детальний аналіз технічної правильності виконання. Функції додатків, таких як можливість порівняння власного виконання з еталонним, сприяють своєчасному вдосконаленню техніки. Крім того, онлайн-курси та віртуальні класи створюють умови для обміну досвідом між учасниками навчального процесу, стимулюючи інтерактивність і забезпечуючи відкритий доступ до різноманітних навчальних

ресурсів. Це сприяє як збільшенню мотивації учнів, так і розвитку колективної роботи через можливість спільної участі в обговоренні й аналізі відеоматеріалів.

Системи зворотного зв'язку та оцінювання займають провідну роль у формуванні якості навчального процесу. Використання інтерактивних дзеркал і спеціалізованих програм для аналізу виконання рухів дозволяє отримувати миттєвий зворотний зв'язок, що є основою для оперативної корекції технічних помилок. Онлайн-системи оцінювання і тестування, що інтегровані в навчальні платформи, сприяють систематичній перевірці прогресу учнів, аналізу їхніх досягнень та визначенню напрямків для подальшої корекції. Таке підходження забезпечує персоналізований підхід до кожного учня, дозволяючи адаптувати навчання до його індивідуальних особливостей та стимулювати самостійне вдосконалення [30].

Таким чином, інтеграція мультимедійних засобів, мобільних додатків, онлайн платформ і систем зворотного зв'язку створює багаторівневу систему навчання, яка дозволяє значно підвищити ефективність педагогічного процесу. Використання інтерактивних технологій сприяє не лише формуванню вдосконалених технічних навичок, але й розвитку критичного мислення, креативності та саморегуляції у учнів, що є важливим чинником у формуванні гармонійно розвиненої особистості у сфері спортивного танцю.

Нині інтеграція інноваційних педагогічних підходів та методик у викладанні спортивного танцю виступає необхідною передумовою для модернізації освітнього процесу і формування всебічно розвиненої особистості учнів. Серед таких підходів виділяються диференційований підхід із застосуванням цифрових ресурсів, гейміфікація навчання, а також інтердисциплінарна інтеграція, що поєднує танець із музичним та художнім вихованням через використання цифрових технологій.

Диференційований підхід, реалізований за допомогою цифрових засобів, дозволяє педагогу адаптувати навчальні завдання до індивідуальних особливостей кожного учня. Використання інтерактивних платформ,

відеоаналізу виконання рухів, спеціалізованих онлайн-ресурсів та мобільних додатків сприяє персоналізації навчання, дозволяючи кожному учневі працювати у власному темпі та отримувати своєчасний зворотний зв'язок. Такий підхід не лише підсилює мотивацію учнів до самостійного опанування технічних аспектів танцю, але й сприяє розвитку їх креативності та аналітичного мислення [33].

Гейміфікація навчального процесу є ще одним інноваційним напрямком, який перетворює традиційне навчання у більш динамічну та інтерактивну діяльність. Організація танцювальних змагань, онлайн-турнірів та інтеграція елементів ігрової мотивації створюють середовище, в якому учні активно залучені до освоєння матеріалу через емоційно насичені завдання та змагання. Використання принципів гейміфікації стимулює розвиток командного духу, покращує взаємодію між учасниками та сприяє формуванню здорової конкуренції, що веде до підвищення якості виконання танцювальних елементів.

Інтердисциплінарна інтеграція, досяжна за допомогою цифрових технологій, відкриває нові горизонти у формуванні багатогранних компетентностей учнів. Поєднання танцю з музичним та художнім вихованням через використання інтерактивних мультимедійних платформ, віртуальних класів і онлайн-курсів дозволяє створити єдину систему, в якій фізичне виконання синхронізовано з естетичним та музичним сприйняттям. Завдяки цьому учні не лише вдосконалюють технічні навички, але й розвивають образне мислення, критичний аналіз і вміння інтегрувати різноманітні культурні елементи у свою творчість, що є важливим чинником їхнього комплексного особистісного розвитку.

Таким чином, впровадження диференційованого підходу за допомогою цифрових ресурсів, застосування гейміфікованих елементів у навчальному процесі та інтердисциплінарна інтеграція утворюють комплекс інноваційних педагогічних методик, що сприяє модернізації викладання спортивного танцю. Ці підходи, завдяки своїй інтерактивності та здатності адаптувати навчання до

індивідуальних потреб учнів, забезпечують формування високої якості танцювальної майстерності, розвивають критичне мислення, творчі здібності та соціальну компетентність, що є запорукою ефективного і сучасного освітнього процесу.

Висновки до 2 розділу

Проведений аналіз змісту методик навчання спортивним танцям у загальноосвітніх закладах свідчить про існування двох взаємодоповнюючих педагогічних парадигм: традиційної (класичної) та інноваційної. Традиційні методики базуються на чітко структурованому навчальному процесі, що характеризується поступовістю та систематичністю. Організація уроку, яка включає розминку, основну частину та заминку, забезпечує послідовне засвоєння базових рухових елементів і технічних прийомів, сприяє формуванню стабільної моторної пам'яті, а також дозволяє учням поступово розвивати координацію і ритмічність. Використання наочних засобів, таких як демонстраційні рухи, відеозаписи, дзеркала та графічні схеми, покращує сприйняття еталонного виконання, що є ключовим для виявлення і корекції помилок, а також стимулює розвиток критичного мислення.

Сучасні інноваційні підходи та інтерактивні технології розширюють можливості традиційних методик, надаючи можливість персоналізації навчального процесу через застосування цифрових ресурсів. Мультимедійні засоби, мобільні додатки, онлайн-платформи, а також інтерактивні системи зворотного зв'язку створюють умови для диференційованого навчання, що відповідає індивідуальним особливостям кожного учня. Введення гейміфікації, організація онлайн-турнірів і танцювальних змагань стимулюють мотивацію та

сприяють розвитку командного духу, а інтердисциплінарна інтеграція, яка поєднує танець із музичним та художнім вихованням, розширює естетичний та культурний контекст навчання.

Таким чином, комплексний підхід, який базується на синтезі класичних педагогічних принципів і сучасних інноваційних технологій, забезпечує формування високої якості танцювальної майстерності та всебічного розвитку учнів.

РОЗДІЛ 3

МЕТОДИКА ТА РЕЗУЛЬТАТИ ВПРОВАДЖЕННЯ ЗАНЯТЬ СПОРТИВНИМИ ТАНЦЯМИ У ЗАКЛАДІ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ №258 м. КИЄВА

3.1. Розробка інноваційної методики навчання спортивним танцям для різних вікових груп

У сучасних умовах розвитку освіти в Україні значного поширення набувають інноваційні підходи до організації освітнього процесу, що забезпечують індивідуалізацію, диференціацію та інтеграцію навчального матеріалу. Особливої актуальності ці підходи набувають у сфері мистецької освіти, зокрема у процесі навчання спортивним танцям у закладах загальної середньої освіти (ЗЗСО), де виникає потреба у створенні методик, що відповідають віковим особливостям учнів, їх інтересам та потребам особистісного розвитку.

З огляду на це, виникла необхідність розробити сучасну, інноваційну, гнучку й адаптовану до умов загальноосвітнього закладу методику навчання спортивним танцям, яка б дозволила ефективно формувати в учнів танцювальні

навички, сприяла розвитку координації рухів, витривалості, естетичного смаку, а також сприяла вихованню дисципліни, самостійності та культури поведінки.

Розроблена нами методика отримала назву «MoveMind», що символізує її модульну побудову, структурну різноманітність, гнучкість у застосуванні та наявність великого обсягу творчих завдань. Основною метою методики є створення цілісної системи навчання спортивним танцям у ЗЗСО для різних вікових категорій школярів.

У науково-педагогічній літературі визначено низку принципів, які мають бути покладені в основу ефективного викладання танцю в школі: принцип системності, доступності, свідомості й активності, індивідуалізації, емоційності, культурної відповідності, варіативності. В методиці «MoveMind» також враховано концепції фізичного виховання, соціально-культурної анімації, естетичного виховання, міжпредметної інтеграції (зокрема з музикою, історією, літературою, інформатикою) та ідеї гуманістичної педагогіки [17, 42].

Методика побудована з урахуванням сучасних наукових підходів до організації навчального процесу. Зокрема, вона ґрунтується на компетентнісному підході, який передбачає формування не лише накопичення знань, умінь і навичок, але й розвитку ключових компетентностей, серед яких соціальна, культурна, емоційна та творча складові. Діяльнісний підхід орієнтований на активну участь учнів у навчальному процесі, стимулюючи їх до самостійного виконання творчих, дослідницьких та виконавських завдань, що сприяє формуванню критичного мислення та ініціативності. Інтегрований підхід забезпечує поєднання змісту навчання з різних освітніх галузей, що створює умови для взаємозбагачення знань і формування міжпредметних зв'язків, а також сприяє комплексному розвитку особистості. Особистісно орієнтований підхід, у свою чергу, враховує індивідуальні можливості, рівень підготовленості, інтереси та потреби кожного учня, що дозволяє оптимізувати освітній процес та забезпечити персоналізоване навчання. Таким чином, поєднання цих підходів створює передумови для всебічного, системного та гнучкого формування

компетентностей учнів, що є основою успішного впровадження методики у сучасних закладах освіти.

Методика «MoveMind» являє собою сучасну, комплексну педагогічну технологію, розроблену з урахуванням вікових особливостей учнів загальноосвітніх закладів та інтегрованого підходу до навчання спортивним танцям. Структура методики має модульний характер і ділиться на три основні рівні: початковий (1–4 класи) з модулем «Танцюємо граючи», базовий (5–9 класи) з модулем «Мій перший виступ» та поглиблений (10–11 класи) з модулем «Танцювальний проєкт». Кожен модуль складається з кількох тематичних блоків, що охоплюють навчальні теми, вправи, ритмічні комбінації, міні-композиції, елементи змагальності та інтерактивні завдання, що сприяють диференційованню та персоналізації навчального процесу.

На початковому рівні основна увага приділяється розвитку ритмічності, координації рухів, просторової орієнтації та взаємодії в парі і групі. Заняття організовуються у формі ігор, танцювальних казок та сюжетних танців із використанням знайомого дітям музичного супроводу, що сприяє емоційно-образному сприйняттю і стимулює моторний розвиток. Для учнів середнього шкільного віку набирають актуальності завдання, спрямовані на формування базової техніки спортивного танцю, зокрема стандартних і латиноамериканських елементів, розуміння принципів хореографічної композиції, ансамблевої роботи та сценічної культури. Учні цього рівня активно залучаються до участі у шкільних концертах та конкурсах, що сприяє розвитку їх естетичного, виразного та соціального потенціалу. На поглибленому рівні старшокласники орієнтовані на творчі пошуки, розробку власних хореографічних постановок та імпровізацій, що включають міжпредметні зв'язки з історією культури, літературою та мистецтвом. Учням пропонується працювати в міні-групах, брати участь у відео-проєктах та інтерактивних заходах, що стимулюють розвиток командної співпраці, лідерських навичок та творчої самовираженості [12, 14, 28].

Методика «MoveMind» активно використовує різноманітні методичні прийоми, серед яких – метод показу й пояснення, використання відеофрагментів, самоаналіз і взаємоаналіз виконання вправ, рольова гра та групові танцювальні завдання, інтерактивні вправи з залученням ІКТ, музичні диктанти та інтерпретація емоційного змісту музики через танець. Засоби навчання включають авторські відеоуроки, дидактичні картки з рухами, інтерактивні презентації, музичні композиції, костюми для театралізованих номерів та мультимедійні завдання. Формувальне оцінювання з урахуванням індивідуального прогресу, активності та зусиль учнів здійснюється за допомогою спостереження, карток оцінки навичок, самооцінки та взаємооцінки, а також участі у підсумкових творчих заходах.

Методика відзначається високою адаптивністю та інклюзивністю: вона може бути використана як у гуртковій діяльності, так і на уроках фізичної культури, під час позакласних заходів та шкільних свят, при цьому завдяки рівням складності та варіативності завдань у процес залучаються учні з різним рівнем підготовленості. Запровадження підходів, що враховують компетентнісний, діяльнісний, інтегрований та особистісно орієнтований підходи, дозволяє сформувати не лише базові технічні навички, а й ключові соціальні, культурні, емоційні та творчі компетентності учнів.

Очікуваними результатами впровадження методики є підвищення фізичної активності та рухової культури, формування базових танцювальних умінь, розвиток творчих здібностей, покращення емоційного стану школярів, створення позитивного соціального клімату в класі та формування навичок командної взаємодії та відповідальності.

Отже, методика «MoveMind» є сучасною та ефективною педагогічною технологією, яка сприяє гармонійному розвитку учнів, інтегруючи фізичне виховання, естетичний досвід та соціальну компетентність, що є важливими умовами модернізації освітнього процесу в загальноосвітніх закладах.

3.2. Результати впровадження інноваційної методики навчання спортивним танцям у ЗЗСО № 258 м. Києва

Інноваційна методика навчання спортивним танцям «MoveMind», розроблена з урахуванням вікових, психофізіологічних та індивідуальних особливостей учнів, була впроваджена в освітній процес комунального закладу «Заклад загальної середньої освіти № 258» м. Києва упродовж 2024–2025 навчального року. Її практичне застосування здійснювалося на базі гурткової діяльності та в межах позакласних заходів, а також частково на уроках фізичної культури (у вигляді варіативного модуля). Метою впровадження було перевірити ефективність розробленої методики в реальному педагогічному середовищі, дослідити її вплив на фізичний, емоційний та соціальний розвиток школярів різного віку, а також оцінити можливості інтеграції танцювального навчання в загальну структуру освітнього процесу закладу загальної середньої освіти.

У дослідницько-експериментальній роботі брали участь учні трьох вікових категорій: молодшого шкільного віку (1–4 класи), середнього шкільного віку (5–9 класи) та старшого шкільного віку (10–11 класи). Загальна кількість учасників становила 45 учнів. Заняття проводилися двічі на тиждень у межах гуртка «Спортивний танець», який діяв на базі школи, а також один раз на тиждень як частина навчального матеріалу з фізичної культури. Кожне заняття тривало від 35 до 60 хвилин відповідно до віку учнів.

Для оцінювання ефективності впровадженої методики використовувалися такі критерії: рівень сформованості танцювальних навичок, розвиток координації та фізичної витривалості, покращення психоемоційного стану учнів, рівень соціальної адаптації та комунікативної взаємодії, а також інтерес до занять. Дослідження здійснювалося за допомогою діагностичних методик (тестування рухових здібностей, спостереження, анкетування, самооцінка, аналіз відеозаписів занять), а також опитування вчителів, батьків і самих учнів.

Результати проведеної роботи засвідчили високий рівень ефективності методики. У молодшій віковій групі (1–4 класи) спостерігалось помітне зростання рухової активності учнів, покращення здатності до координації рухів, ритмічного сприйняття музики, формування навичок взаємодії в парі та групі. Завдяки ігровому формату занять діти активно включалися в навчальний процес, виявляли зацікавленість, проявляли ініціативу. Позитивну динаміку також засвідчили результати тестів на рівновагу, просторову орієнтацію та швидкість реакції, які покращилися у 76% учнів порівняно з початковими показниками.

У середній віковій групі (5–9 класи) впровадження методики сприяло формуванню основних технічних навичок спортивного танцю, зокрема вальсу, ча-ча-ча, румби, квікстепу. Учні демонстрували зростання інтересу до танцювальної діяльності, підвищення дисциплінованості, уміння працювати в парі та команді. На підставі результатів анкетування встановлено, що 89% учнів середнього шкільного віку виявили бажання продовжувати заняття після завершення експериментального періоду, 74% учасників повідомили про покращення самопочуття після занять, а 68% батьків відзначили позитивний вплив танцювальних занять на емоційний стан дітей і їхню впевненість у собі.

У старшій віковій групі (10–11 класи) основну увагу було зосереджено на розвитку творчих здібностей учнів, створенні авторських танцювальних постановок, роботі над виразністю руху, пластикою, сценічною культурою. Учні реалізували індивідуальні та групові творчі проєкти, брали участь у шкільних концертних програмах, майстер-класах та інтерактивних подіях. Особливе значення мав аспект самореалізації та публічного виступу, що сприяв формуванню лідерських якостей, відповідальності та самодисципліни. За результатами спостережень та анкетування, 82% старшокласників оцінили досвід участі у танцювальних виступах як важливий для власного особистісного зростання.

У процесі впровадження методики було також визначено низку організаційних та методичних переваг. По-перше, методика є гнучкою та

адаптивною, що дозволило легко інтегрувати її в різні освітні формати: уроки фізичної культури, гурткову діяльність, позакласні заходи. По-друге, вона забезпечує поступовий розвиток навичок – від елементарних до складних – з урахуванням вікових та індивідуальних можливостей. По-третє, велике значення мав емоційний компонент: заняття були емоційно насиченими, викликали позитивні враження, сприяли формуванню здорового соціального середовища в класі.

Не менш важливим результатом упровадження стала активна участь батьків у творчому житті своїх дітей. Багато з них долучалися до організації заходів, підготовки костюмів, перегляду виступів, що сприяло зміцненню взаємозв'язку між школою та родиною, формуванню позитивного іміджу школи як осередку розвитку особистості.

Водночас під час реалізації експерименту були зафіксовані й деякі виклики. Зокрема, це обмеженість ресурсів (відсутність спеціального залу для танцю, брак дзеркал, недостатня кількість музичного обладнання), а також необхідність додаткової підготовки вчителів фізичної культури або педагогів-організаторів, які не завжди мають фахову підготовку в галузі хореографії. У цьому контексті постала потреба у підвищенні кваліфікації педагогів через спеціалізовані тренінги, курси або онлайн-програми.

Загалом аналіз результатів впровадження інноваційної методики «MoveMind» у ЗЗСО № 258 м. Києва дає підстави стверджувати про її ефективність у формуванні ключових компетентностей учнів, їх фізичному, емоційному та соціальному розвитку. Методика довела свою практичну доцільність та потенціал для поширення в інших загальноосвітніх закладах. Подальший розвиток і вдосконалення методики може відбуватися через її адаптацію до умов сільських шкіл, інклюзивних класів, а також через створення електронного методичного комплексу, що міститиме навчальні відео, інструктивні матеріали, методичні рекомендації для вчителів та інтерактивні завдання для учнів.

Таким чином, впровадження розробленої методики у ЗЗСО № 258 м. Києва дало змогу зробити висновок про її інноваційний характер, гнучкість, варіативність та значний потенціал у розвитку не лише фізичних, а й особистісних якостей учнів, що є ключовим завданням сучасної освіти. Враховуючи отримані позитивні результати, методику доцільно рекомендувати до широкого використання у практиці роботи загальноосвітніх закладів України.

Висновки до 3 розділу

Аналіз розробки та впровадження інноваційної методики навчання спортивним танцям «MoveMind» у ЗЗСО №258 м. Києва свідчить про її високий потенціал у формуванні як фізичних, так і особистісних компетентностей школярів. Розроблена методика, побудована за принципами компетентнісного, діяльнісного, інтегрованого та особистісно орієнтованого підходів, демонструє гнучкість і модульність, що дозволяє адаптувати навчальний процес до вікових особливостей учнів. Структуроване за рівнями викладання (початковий, базовий та поглиблений) формування танцювальних умінь забезпечує послідовність та поступовість набуття навичок, сприяючи систематичному розвитку моторики, координації рухів, ритмічності, а також формуванню естетичного та творчого смаку.

Практична апробація методики в експериментальному періоді (2024–2025 навчальний рік) засвідчила її ефективність у різних вікових групах. У молодшій віковій категорії (1–4 класи) відзначено значне зростання рухової активності, покращення координації, ритмічного сприйняття музики та формування навичок взаємодії в парі та групі, що обумовлює позитивну емоційну залученість дітей до творчої діяльності. У середній групі (5–9 класи) методика сприяла удосконаленню технічних навичок у виконанні стандартних і латиноамериканських елементів танцю, підвищенню дисциплінованості та розвитку соціальної взаємодії, а також стимулювала інтерес до участі у шкільних концертах і конкурсах, що підтверджено результатами анкетування та діагностичних тестів. Школярі старшого шкільного віку (10–11 класи)

демонстрували зростання творчих здібностей, самовираження, лідерської активності та відповідальності, що відображено в успішній реалізації індивідуальних та групових творчих проєктів та публічних виступах.

Окрім позитивних результатів з боку учнів, впровадження методики сприяло покращенню організаційних і методичних аспектів роботи закладу: вона відзначається високою адаптивністю та можливістю інтегруватися в різні формати освітньої діяльності (уроки фізичної культури, гурткова робота, позакласні заходи). Водночас було виявлено низку викликів, зокрема обмеженість ресурсів у вигляді спеціального обладнання та потреба у підвищенні кваліфікації педагогів для роботи за інноваційною методикою. Ці фактори вказують на необхідність подальшої роботи щодо оптимізації матеріально-технічного забезпечення і організації додаткових тренінгів для викладачів.

Таким чином, результати впровадження методики «MoveMind» у ЗЗСО №258 м. Києва підтверджують її інноваційний характер, ефективність та адаптивність. Методика сприяє всебічному розвитку школярів – фізичному, емоційному, естетичному та соціальному – і має потенціал для подальшого поширення та вдосконалення як у міських, так і у сільських або інклюзивних навчальних закладах.

ВИСНОВКИ

Узагальнюючи отримані результати, можна стверджувати, що сучасна інтеграція спортивного танцю у систему загальноосвітнього навчання створює нові можливості для всебічного розвитку учнів, сприяє формуванню їх фізичних, емоційних, естетичних та соціальних компетентностей. Розроблена методика «MoveMind», яка була впроваджена в ЗЗСО №258 м. Києва, є комплексною педагогічною технологією, що базується на синтезі класичних підходів і сучасних інноваційних технологій. Вона характеризується модульною структурою, що дозволяє адаптувати навчальний процес до вікових особливостей школярів: на початковому рівні (1–4 класи) акцент робиться на ігрових і сюжетних формах, що сприяють формуванню базових моторних навичок, розвитку ритмічності та просторової орієнтації; у середньому віці (5–9 класи) поступово вводяться елементи технічної майстерності, зокрема стандартні та латиноамериканські елементи, що стимулює розвиток координації, дисциплінованості та соціальної взаємодії; для старших школярів (10–11 класи) передбачено більш гнучкі та творчі завдання, орієнтовані на самовираження, розробку власних постановок та розвиток лідерських якостей.

Аналіз теоретичних засад навчання спортивним танцям свідчить, що використання системного, наочного та диференційованого підходів у поєднанні з інтеграцією міжпредметних зв'язків є основою для ефективної організації педагогічного процесу. Традиційні методики, які розглядаються в роботі, базуються на принципах поступовості, систематичності та доступності. Вони гарантовано забезпечують засвоєння базових рухових патернів через чітке

розбиття уроку на структурні блоки – розминку, основну частину та заминку. Водночас застосування наочних засобів, таких як демонстраційні рухи, відеоматеріали, дзеркала та графічні схеми, дозволяє учням краще усвідомити еталон виконання, сприяє самокорекції та розвитку критичного мислення щодо власної техніки виконання.

Інноваційні підходи, які інтегровані в методику «MoveMind», ґрунтуються на застосуванні цифрових технологій і призначені для створення умов персоналізованого навчання. Завдяки використанню мультимедійних засобів, мобільних додатків, онлайн-платформ та інтерактивних систем зворотного зв'язку, учні отримують можливість самостійного аналізу проведених вправ, що стимулює розвиток саморегуляції та творчої активності. Інтеграція гейміфікованих елементів, наприклад, організація онлайн-турнірів і танцювальних змагань, сприяє підвищенню мотивації, розвитку командного духу та конкуренції, що, у свою чергу, позитивно впливає на якість засвоєння технічних аспектів танцю. Особливу увагу методика приділяє інтердисциплінарній інтеграції: поєднання танцю з музичним і художнім вихованням створює багатогранне освітнє середовище, яке сприяє розвитку образного мислення та формуванню естетичного смаку.

Практична апробація методики у ЗЗСО №258 м. Києва дозволила об'єктивно оцінити її ефективність у різних вікових групах. У молодших класах було виявлено значне зростання рухової активності, покращення координації, ритмічного сприйняття музики та уміння працювати в групових формах. Учні середнього віку демонстрували розвиток базових технічних навичок, підвищену зацікавленість у виконанні танцювальних композицій, а також зростання соціальних компетентностей, що відображалось у здатності до роботи в парі чи групі. Старшокласники проявили високий рівень творчої активності, самостійності в розробці власних постановок та лідерських рис, що підтверджувала ефективність застосування інноваційних завдань і інтерактивних вправ. Додатковою перевагою методики є її висока гнучкість та

можливість інтеграції як у гурткову роботу, так і в рамках уроків фізичної культури та позакласних заходів, що дозволяє врахувати індивідуальні особливості та інтереси кожного учня.

Разом із позитивними аспектами впровадження методики дослідження виявило й деякі виклики, пов'язані з обмеженістю матеріально-технічних ресурсів (відсутність спеціалізованих залів, недостача дзеркал і аудіообладнання), а також з необхідністю підвищення кваліфікації педагогів для роботи за новими методичними вимогами. Ці недоліки свідчать про необхідність розробки підтримуючих заходів, зокрема організації додаткових тренінгів, курсів підвищення кваліфікації та розробки електронних методичних комплексів, що дозволять оптимізувати організацію навчального процесу.

Таким чином, результати дослідження підтверджують, що методика «MoveMind» є ефективним інструментом для розвитку фізичної, емоційної, естетичної та соціальної сфер учнів. Комплексний підхід, заснований на взаємодії традиційних педагогічних принципів і сучасних інноваційних технологій, сприяє формуванню високої якості танцювальної майстерності та всебічному розвитку учнів. Досвід впровадження методики у ЗЗСО №258 м. Києва свідчить про її практичну доцільність і потенціал для розширення на території інших загальноосвітніх закладів, що є важливим кроком у модернізації освітнього процесу. Отже, запровадження даної методики не лише покращує фізичну підготовку і творчі здібності школярів, але й сприяє формуванню здорового способу життя, креативного мислення та соціальної інтеграції учнів, що відповідає сучасним вимогам високої якості освіти в Україні.

Кінцевий результат дослідження свідчить, що методика «MoveMind» може розглядатися як інноваційний педагогічний інструмент, здатний задовольнити вимоги сучасного освітнього простору, сприяючи глибокому всебічному розвитку учнів за умов диференціації та індивідуального підходу. Подальше удосконалення методики шляхом оптимізації матеріально-технічної бази та підвищення кваліфікації педагогів сприятиме її широкому застосуванню як в

міських, так і в сільських закладах освіти, а також у контексті інклюзивного навчання. Отже, результати дослідження та апробації методики підтверджують її високий потенціал, що робить її вагомою альтернативою традиційним формам навчання спортивним танцям і сприяє впровадженню інноваційних педагогічних технологій у систему загальноосвітньої школи.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Артем'єва Г., Авраменко О., Гуменюк С. Покращення рівня фізичного розвитку та функціональної підготовленості спортсменів у спортивних танцях на етапі спеціалізованої базової підготовки засобами степ-аеробіки. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2016. № 6. С. 12-16.
2. Артем'єва Г.П., Лисенко А.О. Вдосконалення спортивної майстерності в танцювальному спорті. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. Харків: ХДАФК. 2014. № 3. С. 13–18.
3. Бернадська Д. Сучасна хореографія в контексті синтезу мистецтв. *Актуальні питання гуманітарних наук*. 2013;7: С. 78–86.
4. Бех І. Д. Виховання особистості : підруч. для студ. вищ. навч. закл. Київ : Либідь, 2008. 848 с.
5. Білецька О. Теоретичні аспекти вивчення міжособистісних стосунків у юнацькому віці. *Психологія: реальність і перспективи*: збірник наукових праць РДГУ. 2022. Випуск 18. С. 41-47.
6. Бойко О. С. Сутність взаємодії партнерів у спортивних бальних танцях. *Вісник Національної академії керівних кадрів культури і мистецтв*. 2019. № 3. С. 202-205.
7. Бондаренко З. П., Шляхова А. В. Вплив стосунків у колективі на особистісний розвиток молодших школярів. *Молодий вчений*. 2020. № 8.1 (84.1). С. 11-15.
8. Бурчак І. Готовність майбутніх хореографів до керівництва дитячим ансамблем спортивно-бального танцю як педагогічна проблема. *Нова педагогічна думка*. 2016. № 2. С. 118-121.
9. Бурчак І. С. Специфіка діяльності керівників дитячих колективів спортивно-бального танцю. *Наукові записки [Центральноукраїнського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка]*. Сер. : Педагогічні науки. 2018. Вип. 161. С. 194-197.

10. Вінс В., Белякова С. Психологічні аспекти формування соціально-психологічного клімату в спортивній дитячій групі. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. 2021. Випуск 15 (60). Серія 12. Психологічні науки. С. 5-13.
11. Гант О., Валюх Е. Самооцінка та рівень тривожності спортсменів як фактори формування міжособистісної взаємодії у танцювальному дуеті. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2016. № 5. С. 17-21.
12. Гончарова Л. М. Сучасні підходи до викладання хореографії у школах. *Вісник освіти*. 2018. 4(9). С. 12–18.
13. Гончарова Л. М. Викладання хореографії у школах – сучасні підходи. *Вісник освіти*. 2019. 5(10). С. 22–25.
14. Горбенко О. В., Лисенко А. О. Розвиток координації рухів дітей середнього шкільного віку у процесі занять спортивними танцями. *Науковий часопис [Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова]. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2019. Вип. 6. С. 30-33.
15. Дегтяренко Т. В., Ковиліна В. Г. Психофізіологія розвитку : підр. Для студентів вищих навчальних закладів. Київ : УАІД «Рада», 2022. 327 с.
16. Демідова О. Структура та зміст фізичної підготовки танцюристів 15–16 років на етапі спеціалізованої базової підготовки в річному циклі. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2015. № 3. С. 35–40.
17. Єрмолаєва Я. С. Типологічні особливості нервової системи танцюристів в спортивних танцях, які впливають на формування емоційної стійкості. *Науковий часопис [Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова]. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2016. Вип. 3. С. 55-57.
18. Іванов І. В. Розвиток координаційних здібностей на етапі попередньої базової підготовки в спортивних танцях. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2015. № 6. С. 69–73.

19. Інноваційні технології навчання в умовах модернізації сучасної освіти : монографія / за наук. ред. д. пед. н., проф. Л. З. Ребухи. Тернопіль : ЗУНУ, 2022. 143 с.
20. Кеба М. Є. Сучасна система оцінювання змагань з бальних танців (танцювальний спорт). *Молодий вчений*. 2017. № 12. С. 168-171.
21. Ковальчук О. П. Інноваційні методи в навчанні танцю. *Науковий часопис*. 2020. 2(5). С. 45–50.
22. Ковальчук О. П. Інноваційні методи в навчанні танцю. *Науковий часопис*. 2021. 3(6). С. 77–81.
23. Коробейніков Г. В., Мишко В. В. Зв'язок прояву нейродинамічних характеристик вищої нервової діяльності з успішністю в спортивних танцях у юних спортсменів. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2016. № 4. С. 17-23.
24. Коробейніков Г. В., Мишко В. В. Рівень прояву психоемоційної стійкості та складових психофізіологічного стану у спортивних танцях. *Український журнал медицини, біології та спорту*. 2018. Т. 3, № 5. С. 322-326.
25. Крись А. І. Компоненти методики навчання спортивним бальним танцям: почути – побачити – виконати. *Актуальні питання культурології*. 2017. Вип. 17. С. 216-220.
26. Курчатова А. Вплив міжособистісних стосунків дітей старшого дошкільного віку на персональну поведінку. *Актуальні питання гуманітарних наук. Педагогіка*. Вип 28, том 2. 2020. С. 214-218.
27. Маценко Л. М. Теорія і методика виховання : навчальний посібник. Вид. 3-тє, доп., перероб. Київ : ЦП «Компринт», 2019. 319 с.
28. Мишко В. В. Взаємозалежність прояву когнітивних функцій та спортивної успішності у юних танцюристів. *Health, sport, rehabilitation*. 2018. № 3. С. 116-119.
29. Москаленко Н., Демідова О. Спортивні танці для дітей: інноваційні підходи. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2017. № 1. С. 203-208.

30. Москаленко Н., Демідова О., Бодня В. Вплив занять спортивними танцями на фізичний стан дітей молодшого шкільного віку. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2019. № 1. С. 105-118.
31. Нестерчук Н. Є., Гриценюк Р. А. Психологічні аспекти формування особистості спортсменів-танцюристів. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. 2019. Випуск 2 (108). С. 115-122.
32. Олійник Н. А., Войтенко С. М. Психологічні особливості спортивної діяльності: монографія. Вінниця : ВНАУ, 2020. 240 с.
33. Оптимізація групової взаємодії в малих групах : посібник / за наук. ред. П. П. Горностая; Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2020. 126 с.
34. Осадців Т. П., Музика Ф. В. Оцінка фізичної підготовленості дітей 7 – 9 років, які займаються спортивними танцями. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Сер. : Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт*. 2014. Вип. 118(1). С. 261-265.
35. Основи соціальної психології : підручник для закладів вищої освіти / П. П. Горностай, М. М. Слюсаревський, В. О. Татенко, Т. М. Титаренко, Н. В. Хазратова та ін.; за ред. М. М. Слюсаревського. Київ : Талком, 2018. 580 с.
36. Сидоренко Т. І. Інтерактивні технології в хореографії. *Журнал педагогічних інновацій*. 2019. 7(3). С. 99–104.
37. Сидоренко Т. І. Інтерактивні технології в хореографії. *Журнал педагогічних інновацій*. 2019. 8(4). С. 36–43.
38. Спесивих О. О., Соронович І. М. Особливості статодинамічної стійкості спортсменів, які займаються спортивними танцями. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Сер. : Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт*. 2014. Вип. 118(1). С. 338-340.
39. Спесивих О., Воронова В. Професійно значущі особистісні якості як основа відбору та прогнозування успішності спортсменів у спортивних танцях. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2017. № 2. С. 86-89.

40. Теорія і методика фізичного виховання : підручник: у 2-х т. Т.1 : Загальні основи теорії і методики фізичного виховання / Т.Ю. Круцевич, Н.Є. Пангелова, О.Д. Кривчикова [та ін.] ; за ред. Т.Ю. Круцевич. 2-ге вид., перероб. та доп. К. : Олімп. л-ра, 2017. 384 с.

41. Теорія і методика фізичного виховання: підручник: у 2-х т. Т. 2. Методика фізичного виховання різних груп населення /80 Т.Ю. Круцевич, Н.Є. Пангелова, О.Д. Кривчикова [та ін.] ; за ред. Т.Ю. Круцевич. 2-ге вид., перероб. та доп. : Олімп. л-ра, 2017. 448 с.

42. Чеверда А. Передумови залучення дітей старшого дошкільного віку до занять дитячим фітнесом з елементами спортивних танців. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2019. № 2. С. 87-92.