Влияние занятий классического танца на развитие кратковременной памяти школьников в рамках достижения ЦУР 3

Научный руководитель – Размахова Светлана Юрьевна

Иванова Арина Алексеевна

Студент (магистр)

Московский городской педагогический университет, Институт естествознания и спортивных технологий, Москва, Россия

E-mail: IvanovaAA710@mgu.ru

Танцы являются неотъемлемой частью человеческой культуры и истории, предоставляя не только эстетическое наслаждение, но и широкий спектр физических, психических и социальных преимуществ. В контексте устойчивого развития танцевальные занятия могут сыграть значительную роль в достижении Цели устойчивого развития №3 – «Обеспечение здоровой жизни и содействие благополучию для всех в любом возрасте».

Актуальность исследования заключается в том, что на фоне прошедшей пандемии ожидаемая продолжительность жизни в России снизилась с 73,2 до 70 лет [7]. Данные показатели прямо говорят об ухудшении состоянии здоровья населения, что требует улучшения политики и инициатив в области здравоохранения [4].

Классический танец затрагивает как физические, так и эмоциональные аспекты жизни человека [2]. Вот несколько ключевых факторов, которые подчеркивают это влияние:

- Улучшение физической формы [1]
- Развитием музыкальности
- Эстетическим воспитанием
- Развитием дисциплины и самоконтроля
- Развитие креативности и самовыражения [3]

В рамках исследования влияния классического танца на когнитивные способности школьников был выбран тест на измерение кратковременной памяти до и после танцевальной тренировки.

Организация исследования: Танцевальная студия Staya Dance Studio и Школа Художественной Гимнастики «Звезды Гимнастики», старшая группа. В исследовании приняли участие 11 испытуемых (в возрасте 6–13 лет). В рамках исследования было проведено тестирование по Шкале памяти Векслера (WMS) на первоначальном этапе для проверки изменения кратковременной памяти.

1. Тест проводился дважды: до начала тренировки и после тренировки.
2. Тест проводился индивидуально с каждым участником группы.

Результаты теста оценивались посредством подсчета количества правильно названных цифр в серии. Анализ проведенного исследования выявил, что у большинства участников (10 из 11) количество запомненных чисел после тренировок увеличилось. На основе полученных результатов становится понятно, что среднее количество запомненных чисел после тренировки (5.36) выше, чем до тренировки (3.09). Это может указывать на улучшение кратковременной памяти после проведенного занятия танцами. Таким образом, данная тренировка может способствовать улучшению памяти, однако нужно уточнить, что не у всех участников эксперимента наблюдалось улучшение памяти после двигательных занятий, в данном случае участник №5 не продемонстрировала улучшений.

Танцевальные занятия по классическому танцу могут играть важную роль в достижении ЦУР 3 – «Обеспечение здоровой жизни и содействие благополучию для всех в

любом возрасте». Они предоставляют широкий спектр физических, психических и социальных преимуществ, способствуя улучшению качества жизни и созданию более здорового и счастливого общества. Каждый танец — это шаг к достижению ЦУР 2030.

Источники и литература

- 1) Блок Л. Д. Возникновение и развитие техники классического танца / Л. Д. Блок. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 259 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-11677-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/565177> (дата обращения: 25.02.2025).
- 2) Давыдов В.П. Теория, методика и практика классического танца : учебник для вузов / В. П. Давыдов. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 243 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11226-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/566325> (дата обращения: 25.02.2025).
- 3) Калимуллина Э. Р. Танец как средство гармонизации личности // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. 2022. №6-1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/tanets-kak-sredstvo-garmonizatsii-lichnosti> (дата обращения: 25.02.2025).
- 4) Указ Президента РФ от 07.05.2024 N 309 "О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года". Статистические доклады ВОЗ. Мировая статистика здравоохранения. URL: <https://data.who.int/ru> (дата обращения: 25.02.2025).
- 5) Сайт ООН. Новости ООН. URL: <https://news.un.org/ru/story/> (дата обращения: 20.11.2024).
- 6) Статистические доклады ВОЗ. Мировая статистика здравоохранения. URL: <https://data.who.int/ru> (дата обращения: 25.02.2025).
- 7) World Health Organization 2024 data.who.int, Life expectancy at birth (years) URL: <https://data.who.int/indicators/i/A21CFC2/90E2E48> (дата обращения: 20.11.2024).