2006. – С. 13-17.

7. Юрьев, А.И. Введение в политическую психологию / А.И. Юрьев. – СПб. : Изд-во ЛГУ, 1992. – 232 с.

8. Юрьев, А.И. Классификация и диагностика отрицательных праксических состояний // Вестник ЛГУ. – 1983. – № 23, вып. 4. – С. 83-88.

9. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии: Учеб. пособие/ Под общей ред. А.А. Крылова, С.А. Маничева. – СПб: Питер, 2000г.

10. Юрьев, А.И. Применение теста Люшера для диагностики отрицательных праксических состояний // Материалы Всесоюзной конференции по управлению психическим состоянием человека. – М., 1984. – С. 99-106.

11. Юрьев, А.И. Системное описание психических состояний, возникающих в процессе восприятия информации / А.И. Юрьев, В.А. Ганзен // Вестник ЛГУ. – 1987. – Сер. 6. – Вып. 1. – С. 50-59.

БАЗОВАЯ ПОДГОТОВКА В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ НА ПАРКЕТЕ

***Людмила Алексеевна Карпенко**, кандидат педагогических наук, профессор,*
***Владимир Антонович Сивицкий**, старший преподаватель,*
Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург,
(НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург)

Аннотация

Статья посвящена роли базовой подготовки в системе многолетней тренировки спортсменов в танцах на паркете.

Ключевые слова: базовая подготовка, танцевальный спорт, техническая подготовка, тактическая подготовка, физическая подготовка, психологическая подготовка, музыкальная подготовка, хореографическая подготовка.

BASIC TRAINING IN PARQET SPORT DANCE

***Lyudmila Alekseevna Karpenko**, candidate of pedagogical sciences, professor,*
***Vladimir Antonovich Sivitsky**, senior teacher,*
Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St.-Petersburg

Annotation

The article is devoted to the basic training role in long-term training process of parquet sport dance athletes.

Key words: basic training, dance sport, technical training, tactical training, conditioning, mental conditioning, music education, choreographic drill.

ВВЕДЕНИЕ

В 1997 году Международный олимпийский комитет признал спортивные танцы на паркете видом спорта, поэтому перед специалистами встали вопросы, связанные со специальной подготовкой высококвалифицированных спортсменов. В спортивной классификации России этот вид спорта зарегистрирован под 136 номером, официально носит название «Танцевальный спорт» и включает в себя 7 дисциплин: 1. Европейская программа 2. Латиноамериканская программа 3. Двоеборье (10 танцев) 4. Ансамбли - европейская программа 5. Ансамбли - латиноамериканская программа 6. Европейская шоу-программа 7. Латиноамериканская шоу-программа.

Представляется целесообразным отметить один очень важный момент: танцевальный спорт в настоящее время переживает переход от методов народного творчества (художественной самодеятельности) к спортивным, который не должен заключаться в отрицании и предании забвению всего накопленного ранее и начала работы «с чистого листа». Правильным подходом будет осмысление всего положительного в двух видах творчества, которые объединяются одним общим понятием «культура».

В теории спорта существует несколько классификаций многолетней подготовки спортсменов. Ю.Ф. Курамшин (2003) выделяет 3 стадии подготовки и делит каждую на 2 этапа:

1. Стадия базовой технической подготовки:
- этап предварительной подготовки;
- этап начальной специализации.

2. Стадия углубленного технического совершенствования и достижения высшего спортивно-технического мастерства:
- этап углубленного спортивного совершенствования;
- этап высших достижений.

3. Стадия сохранения технического мастерства:
- этап сохранения достижений;
- этап поддержания общей тренированности.

В.Н. Платонов (1997) до недавнего времени выделял 5 этапов многолетней подготовки:
- начальная подготовка;
- предварительная базовая подготовка;
- специализированная базовая подготовка;
- максимальная реализация индивидуальных возможностей;
- сохранение достижений.

Первые четыре этапа в настоящее время в научном и практическом плане разработаны достаточно подробно, пятый этап наполнен в основном практическим опытом выдающихся спортсменов и в научном плане разработан слабее. Совсем не рассматриваются дальнейшие периоды деятельности спортсменов – период постепенного снижения результатов и период смены деятельности. Поэтому В.Н. Платонов в 2003 году вводит еще два этапа:
- этап постепенного снижения достижений и
- этап ухода из «большого» спорта.

ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

Применительно к танцевальному спорту, опираясь на классификацию В.Н. Платонова, многолетнюю подготовку спортсменов-танцоров можно представить следующим образом (табл. 1).

Таблица 1

Этапы подготовки в танцевальном спорте

Этапы подготовки	Возраст	Танцевальная категория	Классы мастерства (разрешенный высший спортивный разряд)
Начальная подготовка	6 – 9 лет	Дети-1	Е, Д (3 взр. разряд)
Предварительная базовая подготовка	10 – 11 лет	Дети-2	Е, Д, С (2 взр. разряд)
Специализированная базовая подготовка	12 – 13 лет	Юниоры-1	Е, Д, С, В (1 взр. разряд)
Подготовка к высшим спортивным достижениям	14 – 15 лет	Юниоры-2	Е, Д, С, В, А (кмс)
	16 – 18 лет	Молодежь	Е, Д, С, В, А, S (мс)
Максимальная реализация индивидуальных возможностей	19 лет и старше	Взрослые	Е, Д, С, В, А, S, М (мсмк)
Сохранение высшего спортивного мастерства	19 лет и старше	Взрослые	Е, Д, С, В, А, S, М (мсмк)
Постепенное снижение уровня мастерства. Уход из спорта высших достижений			

В целом, по сравнению с другими видами, танцевальный спорт следует общему ходу становления спортивного мастерства.

Но, во-первых, следует отметить большее долгожительство в танцевальном спорте: пары не уходят из спорта, а продолжают выступать на соревнованиях, переходя в возрастную категорию «сеньоры» или в категорию профессионалов, где также проводятся чемпионаты и первенства всех уровней.

Во-вторых, необходимо учесть, что указанные возрастные периоды различны для юношей и девушек: возраст у девушек обычно на 1 – 2 года меньше, чем у партнеров при равной технической подготовленности. Это особенно четко различимо в детском и юношеском возрасте, к периоду максимальной реализации возможностей эта разница стирается, но обращать внимание на это необходимо.

Анализируя систему подготовки спортсменов-танцоров, в настоящее время можно утверждать, что специальная подготовленность в большинстве случаев достигается только за счет повторных воздействий методами танцевального спорта или только методами художественной самодеятельности. Особенно это касается работы с новичками. Но уже давно в теории спорта доказано, что этот путь недостаточно эффективен (Озолин Н.Г., 2006). Необходимы анализ состава каждого из основных видов подготовки, выделение составляющих компонентов и целенаправленное их улучшение, укрепление и развитие. Такой подход позволит увидеть улучшающие, тормозящие и нейтральные составные части и, соответственно, воздействовать на них, повышая уровень.

Традиционно спортивная подготовка включает в себя 4 вида: физическую, техническую, тактическую и психологическую. Но в каждом виде спорта существуют и свои обязательные, также важные, как и вышеперечисленные, виды специфической подготовки. Для танцевального спорта такими видами, по-видимому, являются музыкальная и хореографическая (рис. 1).



Рис. 1. Структура базовых видов подготовки в танцевальном спорте

Целью базовой музыкальной подготовки является не только знакомство с основами музыкальной грамоты и развитие чувства ритма, но и, что очень важно, развитие умения слушать и понимать характер музыкального сопровождения для того, чтобы в дальнейшем осознанно выражать своими двигательными действиями характер и

«интонации» музыки. Кроме того, важно научить анализировать музыкальное сопровождение, предлагаемое на соревнованиях, т.к. часто предлагаемые ритмы и характер музыки, особенно в танцах латиноамериканской программы, не соответствуют стилю программных танцев, а подменяются похожими (например, часто для танца «самба» звучит музыка в стиле «мамбо» или «сальса»).

Целью базовой хореографической подготовки является выработка культуры движений, умение и навык удержания (постановка) спины, рук и головы, развитие амплитуды движений и силы. Очень важно на этом этапе знакомить танцоров с элементами народно-характерного танца, обращая их внимание на разнохарактерность движений под разнохарактерную музыку. Изучая историко-бытовые танцы, целесообразно акцентировать внимание обучаемых на достижении эмоциональности и выразительности движений и их согласование с характером музыки. Через обучение этим танцам у учащихся вырабатывается умение передавать свои эмоции, согласованные с музыкой, через двигательные действия.

Целью базовой физической подготовки является укрепление здоровья начинающих спортсменов, устранение недостатков в уровне физического развития, разносторонняя физическая подготовка и развитие физических способностей, необходимых для овладения начальными техническими элементами. При этом развитие физических способностей должно опережать специальную техническую подготовку.

Целью базовой технической подготовки является овладение основными элементами двигательных действий, из которых в дальнейшем будут складываться танцевальные соединения (фигуры) и группы соединений (комбинации). Обучая на данном этапе новичков основным, первым соединениям, следует обратить внимание на то, чтобы у начинающих спортсменов ни в коем случае не стабилизировался навык (шаблон исполнения), так как в этот период закладывается фундамент разнообразия двигательных действий и проявления индивидуальности и выразительности движений в дальнейшем.

Особое внимание на этом этапе следует обратить на постановку в пару. С одной стороны, в этом возрасте очень трудно добиться (и требовать) контакта в паре, поэтому не следует доводить обучение основным соединениям элементов до уровня навыка. С другой стороны, используя подводящие и вспомогательные упражнения, следует отрабатывать парное взаимодействие и согласованное движение такой сложной биомеханической системы, как два человека разного пола и телосложения.

Целью базовой психологической подготовки является выработка стремления и умения добиваться решения поставленной задачи в учебно-тренировочном процессе, выработка сознательности и самостоятельности, а также осознание себя как члена единого спортивного коллектива (пары).

Целью базовой тактической подготовки является формирование умения самостоятельно выбирать на соревнованиях соединения и комбинации в соответствии с музыкальным сопровождением, а также использовать разные по сложности и уровню освоения соединения в зависимости от ранга соревнования, силы соперников и поставленных задач.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Решение задач базовой подготовки дает возможность новичкам-танцорам успешно овладеть начальными элементами специальной технической подготовки, соответствующими требованиям юношеских разрядов.

Обеспечив «общий фундамент», можно приступать к созданию специального «фундамента» танцевального спорта. Этот этап требует более высокой специальной физической и технической подготовленности и заканчивается освоением технических требований класса «С» (2 разряд). На этом уровне требуется проявление эмоциональности и допускается импровизация, что не разрешалось в младших разрядах. Далее следует этап спортивного совершенствования – классы «В» и «А» (1 разряд и кмс), а

последующие классы «S» и «M» – это этапы реализации максимальных индивидуальных возможностей спортсменов.

Таким образом, наши исследования позволили определить важность, структуру и содержание базовой подготовки спортсменов в новом признанном олимпийском виде – в спортивных танцах на паркете.

ЛИТЕРАТУРА

1. Озолин, Н.Г. Настольная книга тренера : наука побеждать / Н.Г. Озолин. – М. : Астрель : АСТ, 2006. – 863 с. : ил. – (Профессия – тренер).

2. Платонов, В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте : общая теория и ее практическое приложение / В.Н. Платонов. – Киев : Олимпийская литература, 2004. – 808 с.

3. Теория и методика физической культуры : учеб. для студ. высш. учеб. заведений / под ред. проф. Ю.Ф. Курамшина. – М. : Советский спорт, 2003. – 463 с. : ил.

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ДИАГНОСТИКА ГОТОВНОСТИ К ОВЛАДЕНИЮ ТАНЦЕВАЛЬНЫМ ДВИЖЕНИЕМ В ЮНОШЕСТВЕ

***Анна Алексеевна Клочко**, соискатель,*
Сургутский Государственный университет (СурГУ)

Аннотация

Представлен подход к диагностике развития человека как субъекта танцевального движения, выявляющий не столько уровень актуального развития, сколько зону ближайшего развития начинающего танцора-любителя в период юношества, когда актуально обретение средств самопрезентации. Реализуется подход к пониманию движения как сложной функциональной системы, сочетающей моторные, смысловые, эмоционально-оценочные, мотивационно-целевые и когнитивные аспекты.

Ключевые слова: диагностика движения, танцевальное движение, авторская позиция.

PSICHOLOGICAL DIAGNOSTICS OF READYNESS TO MASTER THE DANCE MOTIONS IN YUOTH PERIOD

***Anna Alekseevna Klochko**, competitor,*
Surgut State University

Annotation

The approach to diagnostics of human development as a subject of dance motion is represented and this approach brings to light not only the level of actual development, but the zone of proximal development of beginner and amateur in dance during youth period when the acquiring of self presentation means is relevant. The approach to understanding the motion as a complex functional system combining motor, semantic, emotionally evaluative, conative and cognitive aspects is realized.

Key words: motion diagnostics, dance motion, author's stand.

В данной статье нами предлагается вариант психологической диагностики готовности к овладению танцевальным движением (ТД) старшими подростками, базирующийся на теоретико-экспериментальном анализе движения, представленном А.В. Запорожцем (1958, 1960, 1967). В его исследованиях, опирающихся на традиции анализа действий со стороны их ориентировочной и исполнительной части, было подчеркнуто значение диагностики готовности к овладению новыми действиями, основанной на качественном анализе ориентировочной стороны действий. Эти положения выступили опорой для осуществления целого ряда работ по формированию физических действий в психологической школе П.Я. Гальперина (1958, 1959, 1964, 1966).

Утверждение субъектной позиции, выражение собственного авторского замысла в различных сферах жизни в работах современных исследователей старшего подросткового возраста и ранней юности полагается в качестве «задачи развития» на данном этапе онтогенеза (Б.Д. Эльконин, К.Н. Поливанова и др.).