

С.Д. Неверкович. – М. : Высшая школа, 1995. – 206 с.

Контактная информация: a_bolotin@mail.ru

КОМПОЗИЦИОННАЯ ПОДГОТОВКА В ТЕХНИКО-ЭСТЕТИЧЕСКИХ ВИДАХ СПОРТА

*Людмила Алексеевна Карпенко, кандидат педагогических наук, профессор,
Лариса Анатольевна Савельева, кандидат педагогических наук,
Ольга Геннадьевна Румба, кандидат педагогических наук, доцент,
Национальный государственный университет физической культуры, спорта и
здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург*

Аннотация

В статье раскрываются сущность, содержание и структура композиционной подготовки.

Ключевые слова: композиционная подготовка, постановочный период, тренировочный период, технико-эстетические виды спорта.

THE COMPOSITIONAL TRAINING IN TECHNIQUE-AESTHETIC SPORT EVENTS

*Lyudmila Alekseevna Karpenko, the candidate of pedagogical sciences, the pro-fessor,
Larissa Anatolevna Savelyeva, the candidate of pedagogical sciences,
Olga Gennadevna Rumba, the candidate of pedagogical sciences, the senior lecturer,
The Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health,
St.-Petersburg*

Annotation:

In the article itemizes the principle, content and structure of compositional training.

Key words: the compositional training, the staging period, the training period, the technique-aesthetic sport events.

Важнейшим – интегрирующим – разделом в общей системе спортивной подготовки занимающихся технико-эстетическими видами спорта является композиционная подготовка.

Композиционная подготовка – это процесс составления и совершенствования соревновательных и спортивно-художественных (показательных) композиций в художественной, эстетической и спортивной гимнастике, спортивной аэробике, парно-групповой акробатике, акробатическом рок-н-ролле, фигурном катании, синхронном плавании, а также в «околоспортивных» видах: фитнесе, черлидинге, эстрадно-спортивных танцах.

Спортивное мастерство в этих видах спорта оценивается с учётом содержания (трудности), композиции (хореографии) и качества исполнения спортсменами соревновательных комбинаций. Поэтому одним из важнейших профессиональных умений специалистов в технико-эстетических видах спорта является умение грамотно осуществлять композиционную подготовку занимающихся на основе системы специальных знаний, не свойственных другим видам спорта, но без которых невозможно достойно представить на соревнованиях любого ранга даже очень талантливых и хорошо подготовленных спортсменов.

Вопросами композиционной подготовки, прямо или косвенно, занималось немало специалистов в технико-эстетических видах спорта: в художественной гимнастике – З.Д. Вербова (1967), Л.А. Карпенко (1978, 1994, 2003), Э.П. Аверкович (1980, 1989); в спортивной гимнастике – Р.Н. Терёхина, Л.И. Турищева (1991), Л.А. Савельева (1997), С.И. Борисенко (2000); в спортивной аэробике – А.А. Сомкин (2001, 2003), Е.С. Крючек (2003, 2008) и др. Однако чёткого и стройного изложения содержания и направленности этого важного раздела обнаружить не удалось.

Одним из результатов настоящего исследования стало создание универсальной

схемы композиционной подготовки в технико-эстетических видах спорта (рис. 1).

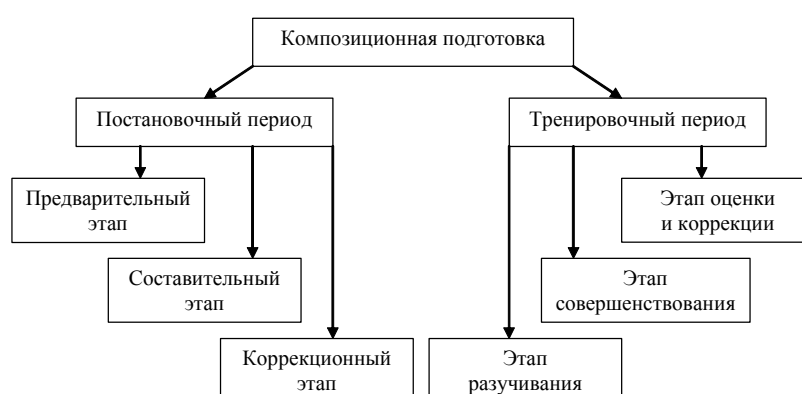


Рис. 1. Схема композиционной подготовки в технико-эстетических видах спорта

Композиционную подготовку спортсменов целесообразно делить на два периода: постановочный и тренировочный. При этом постановочный период должен совпадать с общеподготовительным этапом тренировки спортсменов, а тренировочный период – со специальноподготовительным.

В постановочном периоде композиционной подготовки спортсменов целесообразно выделять три этапа: предварительный, составительный, коррекционный (табл. 1). На предварительном этапе работа должна вестись в двух направлениях: 1 – работа с музыкой, 2 – отбор элементов.

Таблица 1

Поэтапное содержание постановочного периода композиционной подготовки

ЭТАПЫ	Содержание работы		
	1-й шаг	2-й шаг	3-й шаг
Предварительный	выбор стиля →	подбор музыки →	составление фонограммы
	изучение регламентирующей документации →	отбор элементов →	индивидуализация элементов
Составительный	объединение элементов в соединения и комбинации →	распределение элементов, соединений, комбинаций по музыке →	согласование движений со всеми нюансами музыки
Коррекционный	изучение судейских требований →	выявление постановочных недочётов →	постановочная коррекция

Выбор и компоновка музыки – один из самых важных, трудных и ответственных разделов в композиционной подготовке спортсменов. Музыкальное сопровождение обычно оценивается само по себе, поэтому оно должно быть идеальным по качеству записи, соответствовать требованиям вида спорта, хорошо восприниматься судьями и зрителями. Но главное – музыка должна соответствовать индивидуальным особенностям спортсменов: их внешности, возрасту, психическому развитию, техническим и эмоциональным возможностям. Важно добиться такого соответствия, чтобы музыка позволяла выявлять и развивать индивидуальность спортсменов, т.е. те особенности, которые делают их непохожими на других, самобытными и запоминающимися.

По данным О.Г. Румба (2006), в соревновательных композициях в технико-

эстетических видах спорта применяется музыка следующих направлений: классическая, народно-характерная, «бальная», джазовая, инструментальная, эстрадная, диско и музыка из кино- и мультфильмов. Сориентироваться в музыкальном многообразии крайне сложно, поэтому первым шагом в работе с музыкой является выбор стиля будущей композиции.

Наши исследования (1994, 2003, 2008) позволили выделить три основных стиля спортивных и спортивно-художественных (показательных) композиций: 1) спортивный стиль, акцент в котором делается на демонстрацию технических возможностей спортсменов; 2) этюдно-образный стиль, характерной особенностью которого является воплощение смыслового сюжета или очевидного образа; 3) танцевальный стиль, предполагающий широкое использование танцевальных положений, поз, движений, соответствующих характеру музыки. Предварительный выбор стиля позволяет сузить объём поиска музыкальных источников, быстрее и точнее найти искомое.

Следующим шагом в работе с музыкой является компоновка качественной фонограммы. Необходимость этой работы обусловлена ограничением времени выступления спортсменов в технико-эстетических видах спорта: до 1,5 мин, до 1 мин 45 с, до 2 мин, до 2,5 мин и т.д. При этом во всех видах спорта требуется наличие разных по темпу, ритму, динамике (громкости), характеру частей композиции. Найти «готовое» музыкальное произведение, соответствующее всем вышеназванным требованиям, практически невозможно. Единственный путь – купирование исходного музыкального материала. Появление специальных компьютерных программ значительно облегчило работу специалистов. При этом важно, чтобы в итоговой фонограмме соблюдалась общепринятая для художественных произведений схема: вступление, завязка, основная часть (развитие), кульминация, развязка, финал.

Параллельно с работой над музыкальным сопровождением на предварительном этапе постановочной работы можно вести отбор элементов, предопределяя содержание будущей композиции. Первым шагом в этой работе является изучение регламентирующей документации, каковой во всех видах спорта являются: во-первых, действующие правила соревнований, во-вторых, действующая классификационная программа.

В разных видах спорта требования к элементарному составу (содержанию) соревновательных композиций разные. Более того, они регулярно меняются. Но общими и неизменными остаются требования по двум позициям:

1 – обязательное наличие элементов из разных технико-структурных групп движений;

2 – учёт трудности выполняемых элементов.

Так, в художественной гимнастике обязательными технико-структурными движениями являются равновесия, повороты, прыжки, наклоны (элементы на гибкость), желательными – акробатические и танцевальные элементы. В эстетической гимнастике обязательными являются движения телом (волны, взмахи, скручивания, сжатия), равновесия и повороты, прыжки и их соединения, желательными – акробатические и танцевальные элементы.

По трудности в разных видах спорта элементы распределяются на две-три (а бывает и более – до 10-13) группы с соответствующей ценностью от 0,1 балла до 1,3 балла. Следует отметить, что многие специалисты считают вполне достаточным делить элементы на четыре группы трудности по принципу: простые – средние – сложные – очень сложные. Более детальная градация кажется весьма сомнительной и крайне неудобной.

Выбирая элементы, важно быть осмотрительным: во-первых, потому что, если трудный элемент будет выполнен плохо, его не засчитают и сделают сбавку за качество исполнения; во-вторых, если в младших и средних разрядах трудность композиции ограничена, то нет смысла существенно (более, чем на 1-2 элемента)

превышать её, т.к. судьи засчитают только лишь требуемую трудность, а вот сбавки за исполнение сделают по всем движениям.

В некоторых технико-эстетических видах спорта периодически поощряются такие характеристики элементов, как риск и оригинальность. Риск предполагает наличие объективной угрозы невыполнения элемента при малейшей неточности; оригинальность – новизну, отличие от общепринятых элементов. Безусловно, и риск, и оригинальность движений при качественном исполнении очень украшают спортивные композиции и стимулируют развитие вида спорта. Однако эта работа требует от тренеров и спортсменов особого таланта и мастерства.

Первым шагом на следующем этапе составления композиции – составительном – является объединение элементов в соединения и комбинации, что особенно важно, если наличие таковых заложено в правилах соревнований или классификационных требованиях. Сразу после этого или одновременно определяется место соединений и комбинаций по музыке, поскольку музыка помогает и предопределяет порядок и характер этих соединений. Заключительным шагом на этапе составления является детальная нюансировка связи движений с музыкой.

На последнем – коррекционном – этапе постановочного периода целесообразно вновь обратиться к регламентирующей документации и проверить соответствие составленной композиции классификационным и судейским требованиям. Специальное внимание важно уделить тому, насколько элементы и соединения подходят спортсменам, выгодно ли подчёркивают их индивидуальность, эстетичны ли они, удобны ли, «смотрятся» ли в них спортсмены. Отдельно необходимо проследить связь движений с музыкой, т.е. музыкальность композиции, а также целесообразность перемещений по площадке (географию композиции). В случае обнаружения малейших недочётов должны последовать постановочная коррекция и доведение композиции до должного уровня.

Чрезвычайно важным является процесс «отработки» соревновательных композиций, т.к. спортсмены в технико-эстетических видах спорта оцениваются, прежде всего, через композиции, а композиции, в свою очередь, просматриваются через качество исполнения.

В тренировочном периоде композиционной подготовки целесообразно также выделять три этапа: 1) этап разучивания; 2) этап совершенствования; 3) этап оценки и коррекции (рис. 1). Эта схема общеизвестна. Важнее обратить внимание на то, что равнозначной отработке должны подвергаться все компоненты: элементы → соединения → комбинации → композиция.

Наши многолетние наблюдения за ходом и результатами композиционной подготовки в самых разных спортивных коллективах показали, что акцент в тренировочном периоде спортивные наставники делают на совершенствование исполнения элементов, уделяя при этом недостаточное внимание отработке отдельных соединений и комбинаций. Поэтому спортсмены (особенно самые юные) при весьма уверенном выполнении элементов заметно теряются при выполнении соединений и, особенно, комбинаций. Более того, даже старшие, опытные спортсмены нередко «разрывают» соединения и комбинации, снижая тем самым их запланированную ценность.

Что касается отработки композиций в целом, то на практике нередко наблюдаются два противоположных подхода. Ряд специалистов (весьма добросовестных) очень много внимания уделяют отработке элементов, меньше – соединений, и крайне мало, чуть ли не на последних перед соревнованиями тренировках, – отработке композиции в целом. При таком подходе юные гимнастки не успевают даже запомнить композиции, а остальные не успевают развить необходимую композиционную выносливость. Второй – противоположный – подход выглядит как бесконечное «натаскивание» спортсменов на выполнение целостной композиции без должной отработки её составляющих. Результат такой работы – «заученные» ошибки

и, как следствие, многолетнее «топтанье на месте». Оба подхода малоэффективны. Найти золотую середину удаётся специалистам, умеющим разумно планировать тренировочную работу, обладающим самодисциплиной и требовательностью к дисциплине своих воспитанников.

Таким образом, композиционная подготовка в технико-эстетических видах спорта – это многошаговый процесс, интегрирующий все виды работы тренеров и спортсменов и имеющий решающее значение в спортивных достижениях.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Аверкович, Э.П. Композиция упражнений в художественной гимнастике : метод. рекомендации / Э.П. Аверкович ; Всесоюз. науч.-исслед. ин-т физ. культуры. – М. : [б.и.], 1989. – 17 с.
2. Вербова, З.Д. Искусство произвольных упражнений / З.Д. Вербова. – М. : Физкультура и спорт, 1967. – 86 с.
3. Карпенко, Л.А. Методика составления произвольных комбинаций, формирования творческих умений и музыкально-двигательной подготовки в художественной гимнастике : метод. рекомендации / Л.А. Карпенко ; С.-Петерб. гос. акад. физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – СПб. : [б.и.], 1994. – 30 с.
4. Румба, О.Г. Народно-характерная хореография в системе подготовки специалистов по гимнастике и танцам на паркете : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Румба О.Г. ; С.-Петерб. гос. ун-т физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – СПб., 2006. – 24 с.

Контактная информация:alegor5@mail.ru

РАЗВИТИЕ У СТУДЕНТОВ – БУДУЩИХ ПЕДАГОГОВ-ПСИХОЛОГОВ МОТИВАЦИИ К ИЗУЧЕНИЮ ИНОСТРАННЫХ ЯЗЫКОВ

Светлана Султановна Киржинова, соискатель,

*Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма
(КТУФКСТ)
г. Краснодар*

Аннотация

В статье рассматриваются вопросы содержания и технологических аспектов формирования учебной мотивации к изучению иностранных языков у студентов – будущих педагогов-психологов. В ней определены основные факторы формирования мотивации студентов, а также представлены рекомендации по организации этой работы в ходе учебно-воспитательного процесса в вузе.

Ключевые слова: иностранные языки, педагоги-психологи, высшее образование.

THE DEVELOPMENT OF STUDENTS –FUTURE TEACHERS-PSYCHOLOGISTS' MOTIVATION IN LEARNING THE FOREIGN LANGUAGE

Svetlana Sultanovna Kirzhinova, the competitor,

*The Kuban State University Physical Training, Sports and Tourism
Krasnodar*

Annotation

The article considers the questions of content and technological aspects of forming the educational motivation for studying the foreign languages by students – the future teachers-psychologists. The major factors of formation of motivation of students are defined in it, and also recommendations upon the organization of this work within the teaching and educational process in high school are positioned.

Keywords: the foreign languages, the pedagogue-psychologist, the higher education.

Эффективность любой профессиональной деятельности, в том числе учебной, в значительной степени определяется наличием у субъекта мотивации к ее освоению.