

практической конференции «Развитие образования, педагогики и психологии в современном мире».
– Воронеж, 2016. – Вып. III. – С. 68–72.

REFERENCES

1. Vinogradov, I.G. and Tokareva A.V. (2016), “Experimental testing of the level and dynamics of physical fitness of students of SPbGASU”, *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta*, No. 6 (136), pp. 30–33.
2. Lenskaya, E.V. and Vinograd, D.V. (2016), “Characteristic features of physical training of citizens of pre-conscription age in the senior classes of general education organizations of the subjects of the Russian Federation”, *Collection of scientific articles based on the results of the International Scientific and practical conference “Development of education, pedagogy and psychology in the modern world”*, Voronezh, Release III, pp. 68–72.

Контактная информация: machkanova@rambler.ru

Статья поступила в редакцию 05.04.2023

УДК 796.412.2

ПУТИ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ АРТИСТИЧЕСКОГО КОМПОНЕНТА МАСТЕРСТВА СПОРТСМЕНОВ В СОВРЕМЕННЫХ КОМПОЗИЦИЯХ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКИ

Елена Николаевна Медведева, доктор педагогических наук, профессор, Александра Александровна Супрун, кандидат педагогических наук, доцент, Elizaveta Alexandrovna Soboleva, аспирант, Национальный государственный Университет физической культуры спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург; Екатерина Сергеевна Сиротина, кандидат педагогических наук, заслуженный тренер России, старший тренер, Сборная команда России по художественной гимнастике, Москва

Аннотация

В статье представлены результаты научного исследования, направленного на конкретизацию путей совершенствования артистического компонента исполнительского мастерства спортсменов художественной гимнастики. Авторами определены основные причины низкой двигательной выразительности гимнасток в современных композициях, а также направленность содержания тренировки, позволяющей сбалансировать техническую сложность и артистическое наполнение соревновательных программ художественной гимнастики.

Ключевые слова: художественная гимнастика, соревновательные композиции, артистический компонент мастерства, факторы проявления артистизма.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.04.p249-253

WAYS TO IMPROVE THE ARTISTIC COMPONENT OF THE SKILL OF ATHLETES IN MODERN COMPOSITIONS OF RHYTHMIC GYMNASTICS

Elena Nikolaevna Medvedeva, the doctor of pedagogical sciences, professor, Alexandra Alexandrovna Suprun, the candidate of pedagogical sciences, doctor, Elizaveta Alexandrovna Soboleva, the post-graduate student, Lesgaft National State University of Physical Culture, Sports and Health, St. Petersburg; Ekaterina Sergeevna Sirotnina, the candidate of pedagogical sciences, Honored Coach of Russia, senior coach, Russian National Team in Rhythmic Gymnastics, Moscow

Abstract

The article presents the results of a scientific study aimed at specifying ways to improve the artistic component of performing skills of rhythmic gymnastics athletes. The authors have identified the main reasons for the low motor expressiveness of gymnasts in modern compositions, as well as the orientation of the training content, which allows balancing the technical complexity and artistic content of competitive

rhythmic gymnastics programs.

Keywords: rhythmic gymnastics, competitive compositions, artistic component of skill, factors of manifestation of artistry.

ВВЕДЕНИЕ

Художественная гимнастика получила новый виток своего развития в связи с изменениями в правилах соревнований, но все также главной идеей художественной гимнастики остается создание художественного образа композиции [1]. По новым правилам соревнований стало возможным комбинирование технических элементов, позволяющее увеличить время на реализацию законов композиции, раскрытие образа элементами двигательной пластики, однако этого не произошло. На данный момент сохраняются противоречия, указывающие на наличие актуальной проблемы формирования артистического компонента в художественной гимнастике:

– с одной стороны, исторической основой артистического мастерства в технико-эстетических видах спорта являются движения, идейно согласованные музыкой, а, с другой стороны, в современных композициях высококвалифицированных гимнасток согласование движений с музыкой ограничивается их соответствием ритму и темпу музыкального сопровождения;

– с одной стороны, требования правил соревнований предполагают разнообразие средств выразительности для создания артистического образа, а, с другой стороны, приоритет технической сложности соревновательных композиций приводит к однообразию выполняемых движений телом и предметом;

– с одной стороны, существующие тенденции развития вида спорта указывают на необходимость создания соревновательных программ в соответствии с законами композиции, обеспечивающими их зрелищность, а, с другой стороны, отсутствие методик, направленных на формирование технико-эстетического компонента исполнительского мастерства гимнасток, не позволяет реализовать эти задачи.

Цель исследования: научно обосновать направленность подготовки, обеспечивающей совершенствование артистического компонента мастерства спортсменок с учетом современных тенденций развития художественной гимнастики.

ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Для достижения цели применялся комплекс научных методов исследования. Анализ специальной литературы, программных документов и результаты педагогических наблюдений за соревновательной деятельностью сильнейших спортсменок мира ($n=32$) позволили выявить тенденции развития технико-эстетического компонента исполнительского мастерства в соревновательных композициях художественной гимнастики. В процессе хронометража содержания индивидуальных упражнений художественной гимнастики ($n=32$) конкретизировались недостатки и технико-эстетические ошибки соревновательных композиций. Применение экспертной оценки соревновательных композиций высококвалифицированных гимнасток (студентки 1 курса НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург; квалификация: 1 – КМС; 10 – МС; 1 – МСМК; возраст: 17,5 лет; $n=12$), в сочетании с психологическим тестированием и пульсометрией позволило изучить степень влияния психологических и функциональных особенностей спортсменок на качество артистического компонента. На основе результатов электроэнцефалографии гимнасток ($n=12$), обобщения эмпирических данных и их статистической обработки была конкретизирована направленность спортивной подготовки, обеспечивающей совершенствование артистического компонента мастерства спортсменок в художественной гимнастике.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

В ходе изучения тенденций развития содержания соревновательных программ художественной гимнастики было проанализировано 32 композиции финалисток крупнейших соревнований с 2000 года и осуществлен хронометраж компонентов композиций.

Установлено, что, если доля времени, затраченного на элементы выразительности, в современных композициях составляет 11,4%, то в соревновательных композициях 2000 года она была в 2 раза больше (23,2%). На выполнение элементов «трудности» в современных композициях отводится 61,4%, а в композициях нулевых годов – 30,1%. При этом, чем больше элементов выразительности использовалось в композиции, тем ярче и насыщеннее был раскрыт художественный образ.

Выявлено, что амплитудные акценты руками использовались в современных композициях, при выполнении как серии танцевальных шагов, так и элементов технической ценности. Такая особенность указывала на универсальность данного средства и его популярность в применении для достижения эффекта выразительности. Однако мелкая моторика кистью и акценты головой, отражающие непосредственно музыкальный стиль и мелодические оттенки, использовались очень редко.

Учитывая существующее требование правил соревнований к наличию согласованности движений с музыкой, была проведена экспертная оценка сложности музыкальных произведений, применяемых гимнастками для создания двигательного образа. Для этого на основе теоретического анализа [2,3] были разработаны специальные шкалы оценки (рисунок 1).

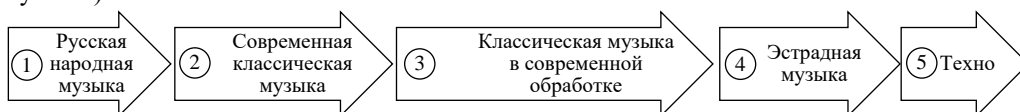


Рисунок 1 – Пример шкалы оценки сложности воспроизведения музыкального стиля средствами двигательной выразительности (баллы)

На основе экспертизы, осуществляемой тренерами-педагогами высокой квалификации ($n=5$), музыкальные произведения, применяемые в практике создания соревновательных композиций, были ранжированы по сложности демонстрации характера, стиля и темпа средствами двигательной выразительности. Это позволило осуществить корреляционный анализ взаимосвязи сложности воспроизведения музыки и компонентов двигательной выразительности в современных композициях с мячом и обручем, который свидетельствовал, что она отсутствует, а согласованности между движениями и музыкой в композициях нет (от $r=-0,071$ до $r=0,149$).

При этом определяя предпочтения в выборе музыкального сопровождения установлено, что все стили выбранной для композиции музыки характеризовались, простотой ритмического рисунка и темпа, и, следовательно, количеством и качеством средств выразительности.

Было сделано предположение, что причина этому, кроется в возможностях гимнасток и, в частности, в темпераменте и психологическом состоянии, определяющих их эмоциональный, чувственный образ. Однако корреляционный анализ взаимосвязи типа темперамента (по методике Айзека) и количества технико-эстетических ошибок спортсменок не подтвердил это. Более половины (58,3%) высококвалифицированных спортсменок (1 – КМС, 10 – МС, 1 – МСМК; $n=12$) являлись экстравертами (холерики или сангвиники), эмоционально устойчивыми, целенаправленными в своих действиях, организованными и в меньшей степени подверженными стрессу. То есть гимнастки высокой квалификации, прошедшие спортивный отбор в многолетней системе подготовки, имели универсальные психологические характеристики, не препятствующие созданию высоко артистического двигательного образа. Это подтвердил и мониторинг функционального состояния гимнасток (пульсометрия) гимнасток перед стартом (за 5 минут): количество технико-эстетических ошибок в композиции было обусловлено только уровнем сложности соревновательной композиции (таблица).

Ранжирование и анализ данных испытуемых, позволили установить, что обеспечение качества создания художественного образа возможно при наличии средних

показателей уровня темперамента и эмоциональной стабильности. Доказательством этому служила минимальная сумма сбавок за соревновательную композицию у гимнастки, имеющей звание Мастера Спорта Международного Класса.

Таблица – Корреляционная взаимосвязь между составляющими психологических, функциональных показателей и уровнем исполнительского мастерства гимнасток в художественной гимнастике (r)

Характеристики	Интро/экстраверсия (усл. ед)	Нейротизм (усл. ед)	Пульсометрия (уд/мин)	Технико-эстетические ошибки (баллы)
Тип темперамента	0,79	0,8	0,05	-0,07
Интро/экстраверсия		0,3	0,1	-0,24
Нейротизм			0,02	0,09
Пульсометрия				-0,19

Учитывая результаты современных исследований [4], с целью дальнейшего поиска причин эстетических ошибок и недостатков в артистизме было проведена ЭЭГ, частной задачей которой стало изучение особенностей функциональной асимметрии мозга у представительниц художественной гимнастики при прослушивании музыки различной эмоционального характера, определяющей двигательный образ в композиции.

В процессе прослушивания музыки характеризующей «веселье» и «любовь» было зафиксировано статистически значимое ($P < 0,05$) ослабление асимметрии в височных отделах, указывающее на возникновение событийно связанной синхронизации, увеличение θ -ритма в затылочной области подтверждало формирование зрительных образов, а увеличение асимметрии β -ритма демонстрировало высокое эмоциональное вовлечение в прослушивание. Однако при прослушивании музыки характеризующей «уныние», «страх», «отвращение» и «гнев» выявлено статистически значимое ($P < 0,05$) увеличение асимметрии θ -ритма в префронтальной области указывающее на большее вовлечение процессов рабочей памяти для понимания содержания мелодии. Данные ЭЭГ трудно расценивать как адекватные реакции, характеризующие соответствие содержания музыкальных композиций и двигательному образу, в связи с отсутствием более выраженной асимметрии в других областях.

Все выше сказанное свидетельствовало, о том, что основной причиной низкой двигательной выразительности является отсутствие у гимнасток понимания музыкальной идеи и направленности действий в создании двигательного образа, которая обусловлена точностью восприятия. В связи с этим артистическая подготовка по формированию технико-эстетических компонентов исполнительского мастерства, должна включать в себя педагогические воздействия прогрессирующего характера, направленные на развитие музыкальной культуры и, в частности, музыкальной грамотности, образности восприятия музыки и ассоциативности двигательного мышления.

На основе полученных данных было конкретизировано содержание комплексов средств и методов, обеспечивающих формирование и совершенствование технико-эстетического компонента исполнительского мастерства гимнасток (рисунок 2).



Рисунок 2 – Направленность комплексов заданий на совершенствование артистического компонента мастерства спортсменок в художественной гимнастике

Предлагаемые комплексы заданий, направленные на согласование движений с музыкой, содержат средства, методы и методические приемы на формирование музыкальной грамотности и развития музыкальной памяти спортсменок, умения подбирать, сопоставлять и конструировать движения, соответствующие музыкальным образам. Данный подход нашел свое применение в тренировочном процессе гимнасток и способствовал повышению качества артистического компонента их исполнительского мастерства.

ВЫВОДЫ

В процессе выполненного исследования были конкретизированы пути направленного совершенствования артистического компонента мастерства спортсменок с учетом современных тенденций развития художественной гимнастики. Доказано, что достижение высшего спортивного мастерства и конкурентоспособность гимнасток обусловлены степенью предрасположенности не только к освоению всего многообразия технически сложных элементов, но и к их артистическому выполнению под музыку. Полученные данные свидетельствуют, что содержание артистической подготовки в художественной гимнастике должно быть ориентировано на сопряженное формирование музыкальной культуры и двигательного-выразительного опыта спортсменок.

ЛИТЕРАТУРА

1. Современный подход к процессу постановки соревновательных композиций в художественной гимнастике / Р.Н. Терехина, Е.С. Крючек, Е.Н. Медведева, И.Б. Зеновка // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2014. – № 8 (114). – С. 180–185.
2. Чехович, Д.О. Легко ли сравнивать темпы? / Д.О. Чехович // Журнал Общества теории музыки. – 2020. – № 1 (29). – С. 44–86.
3. Взаимосвязь способности к воспроизведению ритма движений с развитием психических функций студенток / Е.А. Поздеева, Э.В. Маркин, Ю.В. Коричко, С.А. Давыдова // Теория и практика физической культуры. – № 7. – 2022. – С. 74–76.
4. Когерентный анализ ЭЭГ при физических нагрузках и звуковом сопровождении различной ритмо-темповой структуры / Ю.Г. Калининкова, Е.С. Иноземцева, Э.В. Галажинский, Д.Ю. Баланев, Л.В. Капилевич // Теория и практика физической культуры. – №11 – 2015. – С. 36–38.

REFERENCES

1. Terekhina, R.N., Kryuchek, E.S., Medvedeva, E.N., Zenovka, I.B. (2014), “Modern approach to the process of staging competitive compositions in rhythmic gymnastics”, *Uchenye zapiski universiteta im. P. F. Lesgafta*, No. 8 (114), pp.180–185.
2. Chekhov, D.O. (2020), “Is it easy to compare tempos?”, *Journal of the Society of Music Theory*, No.1 (29), pp. 44–86.
3. Pozdneeva, E.A. Markin, E.V., Korichko, U.V., Davydova S.A. (2022), “Interrelation of the ability to reproduce the rhythm of movements with the development of mental functions of female students”, *Theory and practice of physical culture*, No. 7, pp. 74–76.
4. Kalinnikova, U.G., Inozemtseva, E.S., Galazhinsky, E.V., Balanев, D.U., Kapilevich, L.V. (2015), “Coherent analysis of EEG during physical exertion and sound accompaniment of various rhythmic-tempo structures”, *Theory and practice of physical culture*. No. 11, pp. 36–38.

Контактная информация: elena.vlgafk@rambler.ru

Статья поступила в редакцию 20.04.2023

УДК 796.07

ДИНАМИКА МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ ЗАОЧНОЙ ФОРМЫ ОБУЧЕНИЯ – СПЕЦИАЛИСТОВ УПРАВЛЕНИЯ

Любовь Вячеславовна Митенкова, кандидат педагогических наук, доцент, Ольга Александровна Комиссарова, старший преподаватель, Санкт-Петербургский