

Lesgafta, No. 1 (143), pp. 218–222.

6. Lignell, E., Fransson, D., Krustup, P. and Mohr, M. (2018), “Analysis of high-intensity skating in top-class ice hockey match-play in relation to training status and muscle damage”, *Journal Strength Cond Res.*, No. 5 (32), pp. 1303–1310.

7. Muscella, A., Stefano, E., Lunetti, P., Capobianco, S. and Marsigliante, S. (2020), “The Regulation of Fat Metabolism During Aerobic Exercise”, *Biomolecules.*, No. 12 (10), DOI: 10.3390/biom10121699.

Контактная информация: zhavoronkov_s.22@mail.ru, 89123150504

Статья поступила в редакцию 19.06.2023

УДК 796.912

СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ПО АКТЕРСКОМУ МАСТЕРСТВУ ДЛЯ ФИГУРИСТОВ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ЭТАПА

Елена Вячеславовна Жгун, кандидат педагогических наук, доцент, Мария Иванова, магистрант, Лариса Владимировна Кузнецова, старший преподаватель, Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодёжи и туризма, Москва

Аннотация

Введение. Исследование посвящено включению в тренировочный процесс курса по актерскому мастерству для фигуристов учебно-тренировочного этапа. По мнению специалистов и судей на основании тенденций, которые прослеживаются в развитии соревновательных программ в современном фигурном катании на коньках, спортсмены помимо высоких технических результатов должны демонстрировать высокий уровень пластической выразительности, единство и целостность соревновательной программы, эмоциональность и активную вовлеченность в процессе ее проката. В связи с чем возникает необходимость в поиске эффективных средств, способствующих повышению оценки за компоненты.

Цель исследования – разработать и экспериментально обосновать методику обучения актерскому мастерству с целью повышения оценки за компоненты программы у фигуристов учебно-тренировочного этапа.

Результаты исследования и их обсуждение.

В результате исследования было разработано учебно-методическое обеспечение для занятий по актерскому мастерству, соответствующих тематике учебно-тематического плана, с комплектом планов-конспектов занятий, которые в свою очередь состоят из упражнений, подобранных согласно педагогическим задачам для фигуристов учебно-тренировочного этапа. В результате педагогического эксперимента удалось повысить оценку за компоненты «Представление» и «Композиция» посредством включения в тренировочный процесс курса по актерскому мастерству, состоящего из упражнений, специально разработанных и адаптированных для фигуристов учебно-тренировочного этапа.

Выводы. Использование экспериментальной методики позволило достоверно увеличить ($p < 0,05$) оценку за компоненты программы в экспериментальной группе, в то время как в контрольной группе достоверного прироста оценки за компоненты не наблюдалось ($p > 0,05$).

Построение тренировочного процесса с использованием комплекса специально подобранных и разработанных упражнений по актерскому мастерству для фигуристов учебно-тренировочного этапа, способствуют формированию пластической выразительности и совершенствованию исполнительского мастерства, что повышает оценку за компоненты соревновательной программы.

Ключевые слова: фигурное катание на коньках, актерское мастерство, компоненты программы, учебно-тренировочный этап подготовки.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.06.p127-131

STRUCTURE AND CONTENT OF THE COURSE ON ACTING FOR FIGURE SKATING IN THE TRAINING STAGE

Elena Vyacheslavovna Zhgun, candidate of pedagogical sciences, docent, Maria Ivanova, master student, Larisa Vladimirovna Kuznetsova, senior teacher, Russian State University of

Abstract

Introduction. The present study examines the integration of an acting course into the training regimen of figure skaters in training. Figure skating competitions require athletes to not only possess high technical skills, but also demonstrate plastic expressiveness, unity and integrity of the competitive program, and motor expressiveness and emotionality.

The objective of the study is to develop a teaching methodology for acting skills to enhance the scores for the components of the program for figure skaters in training.

Results and Discussion. As a result of the study, a comprehensive teaching methodology was developed for the integration of acting into the figure skater's training regimen. This methodology includes a themed curriculum and detailed lesson plans to provide a structured approach to learning. The exercises were selected to meet the pedagogical needs of the figure skaters in training.

The pedagogical experiment showed that incorporating an acting course into the training regimen of figure skaters, consisting of specially designed and adapted exercises, increased the scores for the "Performance" and "Composition" components.

Conclusion: The experimental methodology showed significant improvement ($p < 0.05$) in the scores for the components of the program in the experimental group, while the control group did not show significant improvement ($p > 0.05$).

Incorporating a customized set of acting skill exercises into the training process positively impacts the figure skaters' plastic expressiveness and performance skills, leading to enhanced scores for the component parts of their competitive programs.

Keywords: figure skating, acting skills, components of a program, the training stage of training (TS).

ВВЕДЕНИЕ

Проблема оценки компонентов программы в фигурном катании на коньках остается актуальной в новом олимпийском сезоне, что закреплено решениями 58 Конгресса ИСУ в июне 2022 года. Продолжаются поиски наиболее эффективных критериев и технологии ее оценки. В современной практике всех видов фигурного катания продолжается процесс совершенствования средств, способствующих приобретению навыков исполнительского мастерства, разностороннего художественно-эстетического развития спортсмена и формирования сценического образа в соревновательной программе, причем на всех этапах подготовки.

Театральная педагогика предоставляет эффективные методики, способствующие развитию у ребенка творческого потенциала, что позволяет, как описано в трудах Героевой Л.М., «добиться развития общей культуры и личности в целом» [1]. Так автор пишет: «театральная педагогика создает максимальные условия для свободного эмоционального контакта, раскованности, взаимного доверия и творческой атмосферы. Этому способствует технология игры, главная задача которой – понять жизнь, уметь решать вопросы жизни с помощью игры» [1]. Л.С. Выготский определяет игру через воображаемую ситуацию – пространство между реальным миром и миром смыслов, фантазии. Ребенок в игре оказывается одновременно и внутри, и вовне ее, реализует одновременно две позиции. [3]. Таким образом, театральная педагогика «это путь развития личности в процессе образования и обучения через процесс игры, или сценическое действие, где индивидуальное развитие происходит от свободы выбора через ответственность к радости самовыражения. Она является сама по себе технологией педагогики – науки о воспитании; и сама, как часть науки, содержит в себе определенные технологии: с одной стороны – эмоциональной сферы, то есть художественно-образные технологии, а с другой – образовательные технологии. Именно образовательные технологии укрепляют эстетику в воспитании самосознания ребенка» [1, 2]. Проблему наличия навыка актерского мастерства у фигуристов затрагивают многие специалисты в этом виде спорта. Бенуа Ришо, один из самых примечательных и популярных хореографов в современном мире фигурного катания, работающий с

фигуристами всех возрастов и уровней катания, подчеркивал важность того, чтобы фигуристы были самими собой. По его мнению, постановщик должен понимать, что чувствует фигурист, должен видеть, у кого есть «вольный дух», а у кого все более формализовано, и в работе с такими фигуристами основной задачей является развитие этого творческого духа.

Актуальность развития судейской системы, которая охватывала бы тенденции художественного исполнения соревновательных программ, отмечает Алексей Николаевич Мишин. Олимпийская чемпионка канадка Меган Дюамель, тренер по парному катанию, подчеркивает необходимость более тщательной детализации оценивания компонентов программы.

ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ ЧАСТЬ

Исследование проводилось с сентября 2020 года по декабрь 2022 года, на кафедре Теории и методики конькобежного спорта, фигурного катания на коньках и керлинга Российского университета спорта «ГЦОЛИФК», в ГБОУ «Центр спорта и образования «Самбо-70» Москомспорта – отделение по фигурному катанию на коньках «Конек Чайковской».

В ходе исследования был разработан учебно-тематический план по актерскому мастерству для фигуристов учебно-тренировочного этапа. Были отобраны упражнения по актерскому мастерству и адаптированы к специфике фигурного катания на коньках. Были разработаны планы-конспекты занятий, направленные на повышение оценки компонентов соревновательной программы. В исследовании участвовали 2 группы спортсменов учебно-тренировочного этапа подготовки, по 8 человек в контрольной и экспериментальной группе. Брался массив данных из соревновательных протоколов, где анализировалась оценка за компоненты программы. Результаты соревнований были проанализированы до педагогического эксперимента и после. Курс по актерскому мастерству был проведен в течение двух месяцев. Два академических часа в неделю на один раздел, из которых один академический час был проведен в условиях ледовой подготовки.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Работа по каждому разделу учебно-тематического плана представленному и описанного ниже, направлена на развитие у спортсменов творческих способностей. Цель достигается путем развития образно-пластического творчества на материале художественно-игровой деятельности, где выразительность движений и пластика человеческого тела являются главным средством воплощения образного содержания. Учебно-тематический план состоит из шести разделов: внимание, эмоции, простые действия, пластическая выразительность, сценическое пространство, воображение и фантазия (таблица 1).

Таблица 1 – Учебно-тематический план по актерскому мастерству для фигуристов учебно-тренировочного этапа

Раздел	Теория	Практика
1. Вводное занятие	Техника безопасности	
2. Внимание	Внимание. Виды внимания	Упражнения, направленные на развитие внимания
3. Эмоции	Базовые эмоции. Эмоциональная выразительность	Упражнения на развитие эмоциональной выразительности
4. Простые действия	Простые действия	Упражнения на развитие мышечной свободы
5. Пластическая выразительность	Пластика – выразительное средство фигуриста	Упражнения на развитие пластичности
6. Сценическое пространство	Сцена/ледовая арена. Сценическое пространство	Упражнения на формирование чувства пространства.
7. Воображение и фантазия	Что такое воображение/фантазия? Сходства и различия	Упражнения, направленные на развитие воображения и фантазии



Рисунок 1 – Средства развития актерского мастерства для фигуристов

Каждый раздел состоит из теории и практики, и обладает своей темой и задачами, направленными на решение педагогических задач. Каждый раздел составлен с соблюдением специфики фигурного катания на коньках.

Таким образом к средствам актерского мастерства были определены базовые упражнения по актерскому мастерству и специальные упражнения (рисунок 1, таблица 2).

Таблица 2 – Фрагмент структуры курса по актерскому мастерству для фигуристов учебно-тренировочного этапа подготовки

Раздел	Базовые упражнения по актерскому мастерству	Специальные упражнения для фигуристов с учетом специфики фигурного катания
Эмоции	«Настроение», «Вспомни вкус», «Лимон», «Как на фото», «Повтори», «Зеркало», «Что-то случилось», «Почему кричим», «По секрету»	Блок с фиксированной связкой (элементы из фигурного катания): – представить связку в той эмоциональной окраске, которую имеет музыкальное сопровождение; – выполнить связку в той эмоциональной окраске, которые были представлены в музыкальном сопровождении, другие должны угадать;
Пластическая выразительность	«Марионетки», «Спагетти», «Крылья», «Тряпка», «Приклеилась», «Жевательная резинка»	– при блоке разминочных упражнений, ведущим является (нос, лоб, плечо левое/правое, рука, точка в солнечном сплетении, таз, стопа, точка над головой); – самостоятельный блок разминочных упражнений с командой, какое животное (медуза, заяц, медведь, каракатица, рыба, гусеница, паук, птица).
Всего упражнений	43	36

Стоит отметить, что все перечисленные разделы по специальным упражнениям, могут использоваться в условиях ледовой подготовки.

Для определения динамики результатов спортсменов контрольной (КГ) и экспериментальной (ЭГ) групп за период эксперимента был проведен анализ оценок за компоненты соревновательной программы, полученные из соревновательных протоколов.

В начале педагогического эксперимента фигуристы двух групп были близки по уровню подготовленности, о чем свидетельствуют значения средних арифметических величин оценки компонентов за программы. Низкие значения стандартного отклонения позволяют говорить о ровности результатов группы по каждому исследуемому показателю, и, следовательно, об одинаковой подготовленности фигуристов.

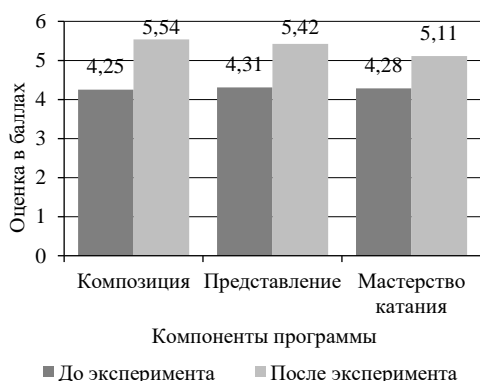


Рисунок 2 – Диаграмма средних значений оценок (в баллах) за компоненты программы экспериментальной группы до и после эксперимента.

После проведения педагогического эксперимента оценка за каждый компонент соревновательной программы повысился как в контрольной, так и в экспериментальной группах. Результаты представлены на рисунке 2.

Прирост в контрольной группе составил за компонент «Композиция» 10% (0,53 балла), компонент «Представление» 9% (0,47 балла) от оценки за компоненты программы относительно результатов, полученных до педагогического эксперимента.

Прирост в экспериментальной группе составил за компонент «Композиция» 29% (1,29 балла), компонент

«Представление» 25% (1,11 балла), что подтверждает эффективность разработанного комплекса.

ВЫВОДЫ

В результате исследования было разработано учебно-методическое обеспечение по актерскому мастерству, состоящее из учебно-тематического плана, и планов-конспектов занятия, которые в свою очередь состоят из упражнений, подобранных согласно педагогическим задачам для фигуристов учебно-тренировочного этапа.

Данная методика была применена в форме занятий. В результате проведения курса по актерскому мастерству, были освоены следующие разделы: внимание, эмоции, простые действия, пластическая выразительность, сценическое пространство, воображение и фантазия. Каждый раздел решал целенаправленные задачи: умение переключения внимания с впечатлений реальной жизни на действия вымышленных обстоятельств; выработка четкости отношений к воображаемым предметам, условиям на основе закона взаимодействия внимания и воображения (вижу реальный предмет, но отношусь как задано); развитие эмоционально-волевой сферы; развитие музыкально-эмоционального восприятия; расширение круга предлагаемых обстоятельств, включая одновременно зоны восприятий органов чувств: зрения, слуха; поиск условий преодоления зажимов психологического или физиологического происхождения.

Использование экспериментальной методики позволило достоверно увеличить ($p < 0,05$) оценку за компоненты программы в экспериментальной группе, в то время как в контрольной группе достоверного прироста оценки за компоненты не наблюдалось ($p > 0,05$).

ЛИТЕРАТУРА

1. Героева Л.М. Влияние интерактивных технологий театральной педагогики на самосознание младших школьников / Л. М. Героева // Труды Санкт-Петербургского государственного университета культуры и искусств. – 2013. – Т. 200. – С. 217–223.
2. Горлова Ю.И. Театральная педагогика в развитии творческого потенциала студентов педагогических направлений подготовки факультета физической культуры и спорта / Горлова Ю.И. // Ученые записки Орловского государственного университета. – 2017. – № 1 (74). – С. 135–139.
3. Кравцова Е.Е. Неклассическая психология Л.С. Выготского / Е.Е. Кравцова // Национальный психологический журнал. – 2012. – № 1 (7). – С. 61–66.

REFERENCES

1. Geroeva, L.M. (2013), "Influence of interactive technologies of theatrical pedagogy on the self-awareness of junior schoolchildren", *Proceedings of the St. Petersburg State University of Culture and Arts*, Vol. 200, pp. 217–223.
2. Gorlova, Yu.I. (2017), "Theatrical pedagogy in the development of the creative potential of students of pedagogical course of the faculty of physical education and sports", *Scientific notes of Orel state university*, No. 1(74), pp. 135–139.
3. Kravtsova, E.E. (2012), "Non-classical psychology of L. S. Vygotsky", *National Psychological Journal*, No. 1 (7), pp. 61–66.

Контактная информация: elena.zhgoon@gmail.com

Статья поступила в редакцию 01.06.2023

УДК 796.071.4

ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ ИМИДЖ ТРЕНЕРА КАК ФАКТОР КАЧЕСТВА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ

Анастасия Юрьевна Загородникова, старший преподаватель, Ольга Николаевна Степанова, доктор педагогических наук, профессор, Московский педагогический