

Стан естетичного компонента рухової діяльності в аеробній гімнастиці

Валентина Тодорова

Львівський державний університет фізичної культури,
Львів, Україна

Мета: обґрунтувати стан естетичного компонента рухової діяльності спортсменів в аеробній гімнастиці на різних етапах спортивної підготовки.

Матеріал і методи: аналіз відеоматеріалів; метод експертного оцінювання; методи математичної статистики.

Результати: визначено рівень критеріїв естетичного компонента («музикальність», «танцювальність», «ілюстративна виразність», «емоційна виразність») на основі запропонованої оцінної шкали.

Висновки: визначено показники, які мають суттєвий вплив на стан естетичного компонента рухової діяльності спортсменів в аеробній гімнастиці на різних етапах спортивної підготовки. На етапі початкової підготовки найгірші показники були в прояві «музикальності» і «танцювальності». На етапі попередньо-базової підготовки, також як і на етапі спеціалізованої базової підготовки, значно страждає «ілюстративна та емоційна виразність».

Ключові слова: аеробна гімнастика, критерії, естетичний компонент, оцінка, етапи підготовки, рухова діяльність.

Вступ

Формування естетичного компонента в процесі заняття аеробною гімнастикою пов'язано із цілеспрямованим розвитком комплексу рухово-координаційних, інтелектуальних, морально-вольових якостей, що сприяє різнобічному гармонійному розвитку спортсменів. У роботах П. М. Кизіма [3], Т. С. Лисицької [5], А. Я. Муллагільдінної [6], Т. Т. Ротерс [9] розглядається вдосконалення творчої активності спортсменів через організацію різних видів музично-ритмічної діяльності. У дослідженнях О. С. Бекетової [2], О. А. Омел'янчик-Зюркалової [7], В. Ю. Сосіної [11] відзначається, що емоційна виразність рухових дій, єдність музики і композиції, «художнє виконання», що виховуються в процесі навчально-тренувальних занять, позитивно впливають на виконавчу майстерність гімнастів. Автори припускають, що естетичний компонент рухової діяльності піддається педагогічному впливу і може змінюватись на різних етапах розвитку спортивної майстерності. Фахівцями з аеробіки Б. В. Кокаревим [4], О. О. Поздеевою та Г. М. Пшенічником [8], О. А. Сомкіним [10] досить детально висвітлені питання змісту та структури навчально-тренувальних занять. Однак у даний час стрімкий розвиток даного виду гімнастики характеризується появою нових, більш складних програм, що вимагають прояву більшої емоційності, артистичності, граціозності, що обумовлює актуальність контролю розвитку естетичного компонента підготовленості спортсменів [12; 14]. Розробка оцінки естетичного компонента рухової діяльності гімнасток сприятиме мотивації до формування індивідуального стилю та навичок естетичного виконання рухових дій.

Зв'язок дослідження з науковими програмами, планами, темами. Робота виконувалася згідно з темою НДР «Теоретико-методичні основи управління тренувальним процесом та змагальною діяльністю в олімпійському, професійному та адаптивному спорті» відповідно до плану ЛДУФК на 2016–2020 рр. (номер державної реєстрації: 0116U003167).

Мета дослідження: обґрунтувати стан естетичного

компонента рухової діяльності спортсменів в аеробній гімнастиці на різних етапах спортивної підготовки.

Завдання дослідження:

1. Створити кількісну та якісну шкалу оцінки естетичного компонента рухової діяльності спортсменів в аеробній гімнастиці.

2. Визначити показники, які мають суттєвий вплив на стан естетичного компонента рухової діяльності спортсменів в аеробній гімнастиці на різних етапах спортивної підготовки.

Матеріал і методи дослідження

Було обстежено 181 гімнастку різних вікових груп м. Одеси та Одеської області, з них: на етапі початкової підготовки – 59 дівчинок віком 6–10 років; на етапі попередньої базової підготовки – 61 дівчинка віком 11–14 років; на етапі спеціалізованої базової підготовки – 61 гімнастка віком 15–17 років. Дослідження проводилось на базі Федерації аеробної гімнастики, ЗОШ № 81, ЗОШ № 111, СДЮШОР № 10, ДЮСШ № 1, КДЮСШ № 3 (м. Одеса).

Для якісного та кількісного аналізу естетичного компонента використано відеозаписи змагальних програм спортсменів-аеробістів різних вікових груп. Для визначення рівня естетичного компонента рухової діяльності спортсменів використано метод експертних оцінок. У процесі статистичної обробки результатів дослідження обчислювали такі статистичні характеристики: середнє арифметичне (M); середнє квадратичне відхилення ($\pm SD$); коефіцієнт конкордації. Також був визначений індивідуальний коефіцієнт сформованості (k), який вказував на співвідношення суми оцінок показників щодо їх кількості для окремо взятого критерію та вираховувався за формулою:

$$k = \frac{\sum O}{N}$$

де k – індивідуальний коефіцієнт сформованості; Σ – сума; O – оцінка; N – кількість показників.

Оптимальний рівень сформованості окремих критеріїв визначався при значеннях k у межах 2,5–1,8 бала, до-

статній – 1,7–1,3 бала, низький 1– 1,2 бала.

Для характеристики групового рівня сформованості окремих критеріїв розраховувався груповий коефіцієнт сформованості ($K_{гр}$), який визначався як середня арифметична величина K .

Результати дослідження та їх обговорення

Згідно з даними спеціальної літератури, естетичний компонент рухової діяльності спортсменів відображає «художнє виконання» вправ, які характеризують вміння спортсменів передавати почуття та настрої, за допомогою виразності, музикальності, створювати художню образність [8; 11; 13]. До складу естетичного компонента нами було включено критерії з наступною спрямованістю: «музикальність», «танцювальність», «ілюстративна виразність», «емоційна виразність», що не входить у суперечність з дослідженнями фахівців за видами спорту з високими естетичними вимогами [5; 7; 8; 9 та ін.].

«Музикальність» – оцінювалася ступенем узгодженості рухів з темпом, ритмом, акцентами музики і загальному характеру (жанру) музики.

«Танцювальність» – визначалася як відповідність рухів певного жанру характеру музики.

«Виразність» – у цій роботі ми розділили виразність на ілюстративну і емоційну:

«Ілюстративна» (або рухова) – гармонійне узгодження рухів рук, голови, тулуба, ніг в позах, рухах, які найбільш доцільно підкреслюють спрямованість і характер пози, жесту, фрагмента композиції;

«Емоційна виразність» – оцінювалася вмінням пере-

дати характер музичного супроводу, способу, виразною мімікою обличчя.

Нами було запропоновано двобальна шкала оцінки, що значно спрощувало експертам процедуру тестування (табл. 1).

На нашу думку, така шкала більш конкретизована під час оцінювання будь-якого ступеня сформованості. Об'єктивізм оцінювання у видах спорту з візуальним способом оцінки значно зніжувався у зв'язку із первинною розгубленістю суддів: занадто складна шкала оцінки та необхідність врахування трьох і більш рівнів сформованості призводила до неконкретної оцінки. Ураховуючи людський фактор, ми якомога більше спростили шкалу оцінювання.

Для більш творчого оцінювання припускалась оцінка в 0,5 бала, що надавало можливість отримати оцінку від «0,5» до «2,5». Окреслені критерії і показники слугували підґрунтям для виокремлення рівнів естетичного компонента рухової діяльності спортсменів у аеробній гімнастиці.

Низький рівень (<1–1,2 балів) характеризувався відсутністю: узгодженості рухів з темпом і ритмом музики; відповідності танцювальних рухів заданому танцювальному жанру і музичному супроводу; узгодженості рухів рук, голови, тулуба, ніг, які підкреслюють спрямованість і характер пози; жесту при наявності прояву емоцій і почуттів (міміки обличчя), продиктованих характером музичного супроводу.

При достатньому рівні (1,3–1,7) сформованості естетичного компонента: рухи не завжди узгоджені з темпом і ритмом музики; не завжди відповідають заданому танцю-

Таблиця 1

Критерії естетичного компонента рухової діяльності у аеробній гімнастиці

Критерії	Показники	Кількісна та якісна оцінка	
		2,5 бала	1 бал
Музикальність	Узгодженість рухів з темпом, ритмом музики	Наявність узгодженості	Відсутність узгодженості
Танцювальність	Відповідність танцювальних рухів заданому танцювальному жанру і музичному супроводу	Відповідність	Невідповідність
«Ілюстративна виразність»	Узгодженість рухів рук, голови, тулуба, ніг, які підкреслюють спрямованість і характер пози, жесту	Наявність узгодженості	Відсутність узгодженості
«Емоційна виразність»	Яскравий прояв емоцій і почуттів (міміки обличчя), продиктованих характером музичного супроводу	Наявність відповідності емоціям, що проявляються	Відсутність відповідності емоціям, що проявляються

Таблиця 2

Рівень сформованості критеріїв естетичного компонента на різних етапах багаторічної спортивної підготовки (%)

Критерії	Етап початкової підготовки			Етап попередньої базової підготовки			Етап спеціалізованої базової підготовки		
	I	II	III	I	II	III	I	II	III
Музикальність	15	25	60	33	32	35	13	28	58
Танцювальність	3	22	75	0	38	62	3	28	68
Ілюстративна виразність	2	50	48	0	10	90	0	27	73
Емоційна виразність	18	72	10	0	10	90	0	25	75

Примітка. I – оптимальний рівень, II – достатній рівень; III – низький I рівень.

вальному жанру та музичному супроводу; рухи рук, голови, тулуба, ніг, які підкреслюють спрямованість і характер пози, не завжди узгоджені; жести виконуються при відсутності прояву емоцій і почуттів (міміки обличчя), продиктованих характером музичного супроводу.

Оптимальний рівень ($1,8 < 2$) відзначався при: узгодженості рухів з темпом і ритмом музики; відповідності танцювальних рухів заданому танцювальному жанру і музичному супроводу; узгодженості рухів рук, голови, тулуба, ніг, які підкреслюють спрямованість і характер пози; наявності жесту при прояві емоцій і почуттів (міміки обличчя), продиктованих характером музичного супроводу.

З метою визначення рівня естетичного компонента рухової діяльності був розрахований індивідуально для кожного спортсмена середній бал за всіма критеріями (k) за сумою оцінок п'ятьох експертів. У таблиці 2 наведені дані індивідуальних рівнів сформованості критеріїв хореографічної підготовленості.

На етапі початкової підготовки найліпші показники

були визначені у критерію «емоційна виразність». Серед спортсменів, які досліджувалися, оптимальний рівень «емоційної виразності» був зареєстрований у 11 осіб, що складає 18%). Спортсмени на етапах попередньої базової підготовки та спеціалізованої базової підготовки значно поступаються молодшим спортсменам. На означених етапах оптимальний рівень був відсутнім. Достатній рівень емоційної виразності був визначений у 72% випадків (43 особи) на етапі початкової підготовки. Це найкращий показник для цього етапу, але до наступного етапу кількість низького рівня може досягнути 90% (рис. 1).

Порівняльний аналіз показників музичності показав (рис. 2), що на етапах початкової та спеціалізованої базової підготовки у спортсменів значно знижений рівень відповідності танцювальних рухів заданому танцювальному жанру і музичному супроводу (60% і 58% відповідно).

Цікаво, що на етапі попередньої базової підготовки спортсмени за критерієм «музичальність» розподілились згідно визначених рівнів майже рівномірно (33% – опти-

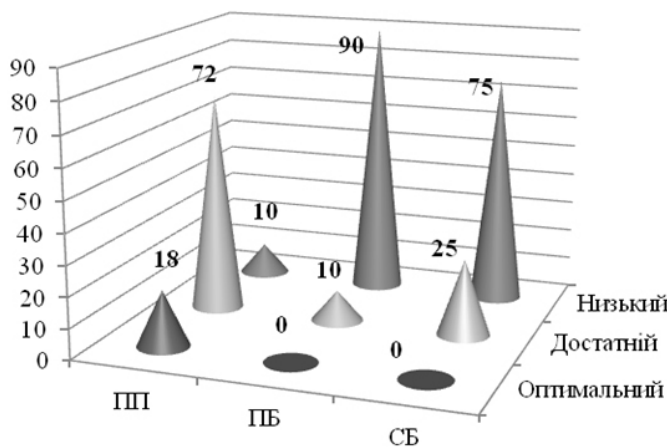


Рис. 1. Сформованість критерію «емоційна виразність» спортсменів на різних етапах спортивного тренування (%): ПП – етап початкової підготовки; ПБ – етап попередньо базової підготовки; СБ – етап спеціалізованої базової підготовки.

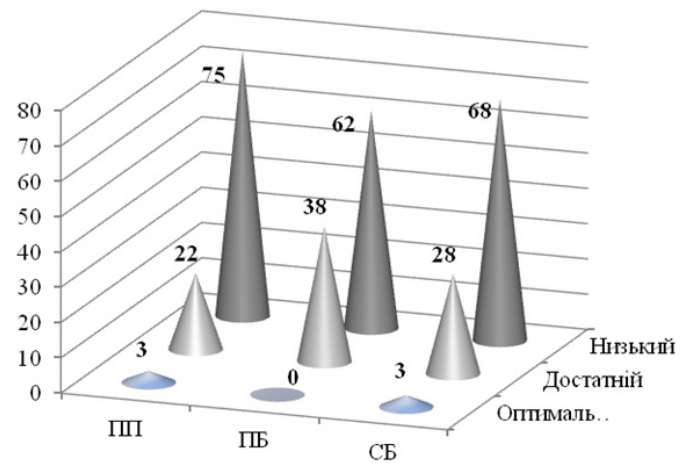


Рис. 3. Сформованість критерію «танцювальність» на різних етапах спортивного тренування (%): ПП – етап початкової підготовки; ПБ – етап попередньо базової підготовки; СБ – етап спеціалізованої базової підготовки.

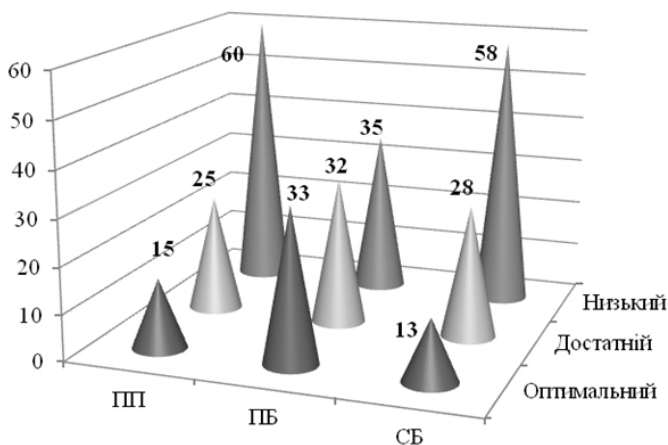


Рис. 2. Сформованість критерію «музичальність» на різних етапах спортивного тренування (%): ПП – етап початкової підготовки; ПБ – етап попередньо базової підготовки; СБ – етап спеціалізованої базової підготовки.

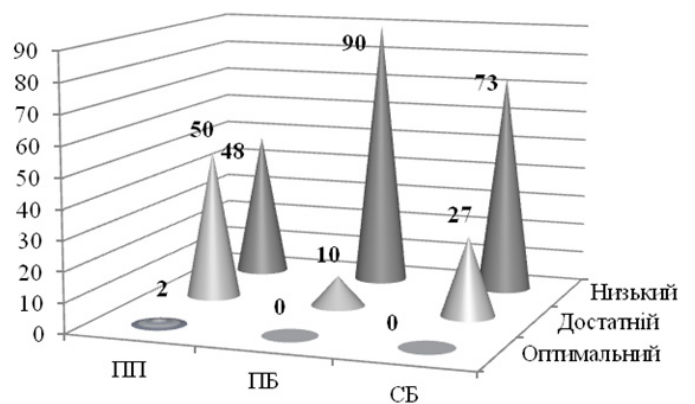


Рис. 4. Сформованість критерію «ілюстративна виразність» на різних етапах спортивного тренування (%): ПП – етап початкової підготовки; ПБ – етап попередньо базової підготовки; СБ – етап спеціалізованої базової підготовки.

мальний рівень, 32% – достатній рівень, 35% – низький рівень).

Дані, що наведені на рисунку 3, вказують на невідповідність танцювальних рухів заданому танцювальному жанру і музичному супроводу на всіх етапах спортивної майстерності. Низький рівень танцювальності складає 75% (45 осіб) на етапі початкової підготовки, 62% (37 осіб) – на етапі попередньої базової підготовки, 68% (41 особа) – на етапі спеціалізованої базової підготовки.

Дуже низький відсоток оптимального рівня або повної його відсутності характеризує «ілюстративну виразність» на всіх етапах спортивного тренування (рис. 4).

Відсутність узгодженості рухів рук, голови, тулуба, ніг, які підкреслюють спрямованість і характер пози, жесту, визначено у 90% (54 особи) на етапі попередньої базової підготовки. Це найгірший показник для цього етапу. Лише незначно покращились результати на етапі спеціалізованої базової підготовки (44 особи мають низький рівень, що відповідає 73%). Слід зазначити, що на етапі початкової підготовки у 50% випадків (31 особа) визначався достат-

ній рівень показників за згаданим критерієм.

Висновки

Створено кількісну та якісну шкалу оцінки естетичного компонента, яка враховує критерії «музикальність», «танцювальність», «ілюстративна виразність», «емоційна виразність».

Отримані дані дозволяють визначити показники, які мають суттєвий вплив на зниження рівня естетичного компонента у різновікового контингенту гімнастів. На етапі початкової підготовки найгірші показники були в прояві «музикальності» і «танцювальності». На етапі попередньої базової підготовки, також як і на етапі спеціалізованої базової підготовки, значно страждає «ілюстративна та емоційна виразність».

Перспективою подальших досліджень є визначення шляхів вдосконалення естетичного компонента на всіх етапах багаторічної підготовки спортсменів.

Конфлікт інтересів. Автор заявляє, що немає конфлікту інтересів, який може сприйматися таким, що може завдати шкоди неупередженості статті.

Джерела фінансування. Ця стаття не отримала фінансової підтримки від державної, громадської або комерційної організації.

Список використаної літератури

1. Батеева Н. П. Использование средств классического танца для совершенствования техники выполнения поворотов юными гимнастками / Н.П. Батеева, П.Н. Кызим, И.А. Титкова, Л.С. Луценко // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Харків : ХДАФК, 2014. – № 3. – С. 19–22. – doi: 10.15391/snsv.2014-3.003.
2. Бекетова Е. С. Применение современной хореографии в подготовке спортсменов высокой квалификации в художественной гимнастике / Е. С. Бекетова, А. И. Булгаков // Збірник наукових праць Харківської державної академії фізичної культури. – Харків : ХДАФК, 2016. – № 3. – С. 13–14.
3. Кизім П. М. Удосконалення змагальної програми жіночої пари з акробатики засобами хореографії на етапі спеціалізованої базової підготовки / П. М. Кизім, Л. С. Луценко, Н. П. Батеева // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Харків : ХДАФК, 2016. – № 2(52). – С.55–60. – doi:10.15391/snsv.2016-2009.
4. Кокарев Б. В. Методичні особливості системи підготовки спортсменів вищої кваліфікації у спортивній аеробіці / Б. В. Кокарев // Науковий часопис Національного педагогічного університету ім. М. П. Драгоманова «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури / Фізична культура і спорт» : зб. наук. праць. – К. : НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2014. – Вип. 3К (44)14. – С. 346–349.
5. Лисицкая Т. С. Хореография в гимнастике / Т. С. Лисицкая. – М. : Физкультура и спорт, 1985. – 176 с.
6. Муллагильдина А. Я. Совершенствование артистичности у квалифицированных спортсменов в художественной гимнастике / А. Я. Муллагильдина // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2016. – № 4. – С. 79–83.
7. Омеляничук-Зюркалова О. А. Влияние хореографической подготовленности гимнасток на окончательную оценку исполнительского мастерства // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання. – 2014. – № 10. – С. 28–34. – doi:10.5281/zenodo.10487.
8. Поздеева Е. А. Совершенствование исполнительского мастерства в спортивной аэробике: учебно-методическое пособие / Е. А. Поздеева, Г. Н. Пшеничникова – Омск : Изд-во СибГУФК, 2008. – 104 с.
9. Ротерс Т. Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика / Т. Т. Ротерс – М.: Просвещение, 1989. – 175 с.
10. Сомкин А. А. Техническое оснащение специализированного зала для занятий спортивной аэробикой: учеб. пособие / А. А. Сомкин. СПб. : б. и., 2001. – 39 с.
11. Сосина В. Ю. Хореография в гимнастике: [учеб. пособие для студентов вузов] / В. Ю. Сосина. – К. : Олимпийская литература, 2009. – 135 с.
12. Тодорова В. Г. Аналіз програмно-нормативного забезпечення з хореографічної підготовки у складнокоординаційних видах спорту // Фізична активність, здоров'я і спорт : науковий журнал. – Львів : Львівський державний університет фізичної культури, 2016. – № 1. – С. 23–32.
13. Тодорова В. Г. Порівняльний аналіз хореографічної підготовленості провідних команд світу зі спортивної аеробіки // Фізична активність, здоров'я і спорт : науковий журнал. – Львів : Львівський державний університет фізичної культури, 2016. – № 2(24) – С. 18–26.
14. Тодорова В. Г. Сучасний стан і перспективи хореографічної підготовки в складнокоординаційних видах спорту // Наука і освіта : науково-практичний журнал. – Одеса : Південний науковий центр НАПН України, 2015. – № 5. – С. 119–124.

Стаття надійшла до редакції: 03.01.2017 р.

Опубліковано: 28.02.2017 р.

Аннотация. Валентина Тодорова. Состояние эстетического компонента двигательной деятельности в аэробной гимнастике. Цель: обосновать состояние эстетического компонента двигательной деятельности спортсменов в аэробной гимнастике на различных этапах спортивной подготовки. **Материал и методы:** анализ видеоматериалов, метод экспертной оценки, методы математической статистики. **Результаты:** определен уровень критериев эстетического компонента («музыкальность», «танце-

вальность», «иллюстративная выразительность», «эмоциональная выразительность») с использованием предложенной оценочной шкалы. **Выводы:** определены показатели, двигательной деятельности спортсменов по аэробной гимнастике на различных этапах спортивной подготовки.

Ключевые слова: аэробная гимнастика, эстетический компонент, оценка, критерии, этапы подготовки, двигательная деятельность.

Abstract. Valentina Todorova. Condition of esthetic component of motive activity in aerobic gymnastics. Purpose: to prove condition of esthetic component of motive activity of sportsmen in aerobic gymnastics at various stages of sports preparation. **Material & Methods:** analysis of video records, method of expert assessment, methods of mathematical statistics. **Results:** the level of criteria of esthetic component ("musicality", "dancing", "illustrative expressiveness", and "emotional expressiveness") with use of the offered rating scale is determined. **Conclusions:** indicators of motive activities of sportsmen for aerobic gymnastics are defined at various stages of sports preparation.

Keywords: aerobic gymnastics, esthetic component, assessment, criteria, preparation stages, motive activity.

References

1. Batieieva, N. P., Kyzim, P. N., Titkova, I. A., Lutsenko, L. S. & Bateeva, N. P. (2014), "The use of classical dance technique for improving the performance of young gymnasts turns", *Slobozhans'kij naukovо-sportivnij visnik*, KhDAFK, Kharkiv, No 3, pp. 19–22, doi: 10.15391/snsv.2014-3.003 (in Russ.)
2. Beketova, Ye. S. & Bulgakov, A. I. (2016), "The use of modern choreography in the preparation of highly skilled athletes in rhythmic gymnastics", *Zbirnik naukovikh prats Kharkivskoi derzhavnoi akademii fizichnoi kulturi*, KhDAFK, Kharkiv, No 3, pp. 13–14. (in Russ.)
3. Kyzim, P. M., Lutsenko, L. S. & Batyeyeva, N. P. (2016), "Improving the competitive program pairs women with acrobatic choreography on stage by means of specialized basic training", *Slobozhans'kij naukovо-sportivnij visnik*, No 2(52), pp. 55–60. (in Ukr)
4. Kokarev, B. V. (2014), "Methodical features of training of athletes of higher qualification in sports aerobics", *Fizychna kul'tura i sport*, No 3K (44)14, pp. 346–349. (in Ukr)
5. Lisitskaya, T. S. (1985), *Khoreografiya v gimnastike* [Choreography in the gym], Fizkul'tura i sport, Moscow. (in Russ)
6. Mullagildina, A. Ya. (2016), "Improving the artistry in qualified athletes in rhythmic gymnastics", *Slobozhans'kij naukovо-sportivnij visnik*, No 4, pp. 79–83. (in Russ.)
7. Omelyanchik-Zyurkalova, O. A. (2014), "Influence of choreographic training of the gymnasts on the final assessment of mastery", *Pedagogika, psikhologiya ta mediko-biologichni problemi fizichnogo vikhovannya*, No 10, pp. 28–34, doi:10.5281/zenodo.10487 (in Russ.)
8. Pozdeeva, E. A., & Pshenichnikova, G. N. (2008), *Sovershenstvovanie ispolnitelskogo masterstva v sportivnoy aerobike* [Improving the performance skills in sports aerobics], SibGUFK, Omsk. (in Russ.)
9. Roters, T. T. (1989), *Muzykal'no-ritmicheskoye vospitaniye i khudozhestvennaya gimnastika* [Music and rhythmic gymnastics training and], Prosveshcheniye, Moscow. (in Russ.)
10. Somkin, A. A. (2001), *Tekhnichne osnashchennya spetsializovanoho залу dlya zanyat' sportyvnoyu aerobikoyu: Navch. posibnyk* [Technical equipment of the specialized hall for practicing sports aerobics], SPb, 39 p.
11. Sosina, V. Yu. (2009), *Khoreografiya v gimnastike* [Choreography in gymnastics], Olimpiyskaya literatura, Kyiv, 135 p. (in Russ.)
12. Todorova, V. H. (2016), "Analysis software and regulatory support of choreographic training in coordination difficult sports", *Fizychna aktyvnist', zdorov'ya i sportt*, No 1(23), pp. 23–31. (in Ukr)
13. Todorova, V. G. (2016), "Comparative analysis of choreographic training of the leading teams in the world sports aerobics", *Fizichna aktivnyst', zdorov'ya n sport: naukoviy zhurnal*, No 2 (24), pp. 18–26. (in Ukr)
14. Todorova, V. G. (2016), "The current state and prospects of choreographic training in coordination difficult sports", *Nauka n osvnta: naukovо-praktichnyy zhurnal*, No 5, pp. 119–124. (in Ukr)

Received: 03.01.2017.

Published: 28.02.2017.

Відомості про авторів / Information about the Authors

Тодорова Валентина Георгіївна: Львівський державний університет фізичної культури: вул. Костюшка 11, 79007, м. Львів, Україна.

Тодорова Валентина Георгиевна: Львовский государственный университет физической культуры; ул. Костюшка 11, 79007, г. Львов, Украина.

Valentina Todorova: Lviv State University of Physical Culture, 11, Kostushko str., 79000, Lviv, Ukraine.

ORCID.ORG/0000-0002-2679-5062

E-mail: Valentina_sport@ukr.net

Бібліографічний опис статті (ДСТУ ГОСТ 7.1:2006):

Тодорова В. Стан естетичного компонента рухової діяльності в аеробній гімнастиці / Валентина Тодорова // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Харків : ХДАФК, 2017. – № 1(57). – С. 106–110. – doi:10.15391/snsv.2017-1.018