

Работа с предметом на уроке хореографии в художественной гимнастике

Научный руководитель – Галятина Анна Валерьевна

Дёмина Дарья Александровна

Студент (бакалавр)

Магнитогорская государственная консерватория (академия) им. М.И.Глинки,

Магнитогорск, Россия

E-mail: deminadasha83@mail.ru

Работа с предметом на уроке хореографии в художественной гимнастике на основе классического танца

Неотъемлемой частью воспитания спортсменок по художественной гимнастике являются уроки хореографии, так как танец лежит в основе их выступлений. На занятиях хореографией спортсменки приобретают навыки грамотного исполнения движений классического танца. Однако на соревнованиях при выполнении упражнений с предметом обучающиеся нередко теряют навыки чистого исполнения хореографических элементов. Внимание гимнасток концентрируется только на правильности исполнения элементов, связанных с бросками, перекатами и другими действиями. Возникает проблема несоответствия выполнения танцевальных движений в танцевальном классе без предмета и их выступлением на соревнованиях с предметом. Техника работы с предметами является одной из сложных в художественной гимнастике, так исследователями отмечается, что «современные тенденции художественной гимнастики требуют разнообразия двигательных действий и насыщенности соревновательных программ гимнасток, правилами высоко оценены такие действия с предметами, которые выполнены без помощи рук» [2, 110]

Одной из форм решения вышеобозначенной проблемы является включение работы с предметом на уроке хореографии в художественной гимнастике. Разработке методики хореографических уроков с предметами в художественной гимнастике является целью данного доклада.

Хореограф, занимающийся с гимнастками, прежде всего, работает на улучшение спортивного результата. Хореографические занятия строятся на классическом танце, более того, гимнастика создавалась на его базе [1]. Специфика художественной гимнастики вносит в уроки хореографии свои особенности. В преподавании хореографии в художественной гимнастике нет определённых методик, включающих работу с предметом. Педагогам-хореографам приходится самостоятельно решать проблему координации исполнения классических движений и движений современного танца с работой с предметом для чистого исполнения профессиональных элементов. Для успешных выступлений гимнасткам необходима практика исполнения хореографических движений в сочетании с работой с предметом. Они диктуют необходимость вводить новые задания в уроки хореографии. Например, если техника работы с мячом заключается в мягкости и плавности движений, то, соответственно, в обучении танцу необходимо вводить упражнения на развитие свободной пластики (волны и полуволны). Броски предметов сопровождаются пружинными движениями ног, взмахами руками и требуют введения в урок таких же пружинных движений и взмахов.

Введение работы с предметом на уроках хореографии повышает профессиональный уровень спортсменок, дает более высокий результат на соревнованиях. Урок хореографии с предметами разрабатывается на основе методик классического танца и современной хореографии. Введение последней отражает особенности выполнения танцевальных элементов

в синтезе со спортом, нередко противоречащие основам классической хореографии. В результате таких занятий у гимнасток повышается качество исполнительского мастерства обязательных элементов, точность выполнения танцевальных дорожек, артистизм и музыкальность.

Эффективность использования предмета на уроках хореографии в художественной гимнастике отражена в результатах эксперимента, проводившегося в спортивной школе № 3 г. Магнитогорска. Эксперимент состоял из трёх этапов и проводился на двух группах - экспериментальной и контрольной, состоящих из восьми человек 2008-2009 года рождения. Занятия проводились в течение шести месяцев с сентября 2020 по февраль 2021 годов.

Первый этап эксперимента был проведён весной 2020 г. Были взяты средние оценки гимнасток на соревновании за выступление с мячом (см. таблицу № 1). Первое тестирование экспериментальной и контрольной группы показало равноценные результаты

Таблица № 1.

Критерии оценки

контрольная группа

Экспериментальная группа

Техника

5,2

5,4

Композиция

4,8

4,7

Артистизм

4,6

4,7

На втором этапе эксперимента была поставлена задача повысить показатели по категориям судейства, путём ведения работы с предметом на уроках хореографии в художественной гимнастике в экспериментальной группе, тем временем как уроки хореографии в художественной гимнастике в контрольной группе проходили без предмета. Этот этап длился шесть месяцев с сентября 2020 г. по февраль 2021 г. Во время второго этапа эксперимента, на уроках хореографии в учебные комбинации вводилась работа с предметом (мяч).

Третий этап эксперимента заключался в итоговом соревновании, проведённом в феврале 2021 г. Данное соревнование показало следующие результаты (см. таблицу № 2): в контрольной группе результаты соревнований за упражнения с мячом улучшились незначительно, тогда как в экспериментальной группе достигли высоких оценок. В ходе эксперимента спортсменки экспериментальной группы выполняли экзерсис у станка, комбинации на середине с использованием предмета. Это привело к тому, что координация исполнения танцевальных движений с работой с предметом была достигнута и, как следствие этого, исполнение танцевальных дорожек стало более чистым, обязательные элементы (равновесия вращения) стали уверенными, спортсменки стали чувствовать себя во время выступлений более свободно, что привело к росту показателей по таким критериям как артистизм.

Таблица № 2:

Критерии оценки

контрольная группа

Экспериментальная группа

Техника

5,6
6,9
Композиция
5,0
7,1
Артистизм
4,8
6,8

В результате проведённого эксперимента, на примере контрольной и экспериментальной групп гимнасток, была доказана эффективность ведения работы с предметом на уроках хореографии в художественной гимнастике. Эксперимент показал, что интеграция предмета в учебные комбинации урока хореографии для художественной гимнастики повышает результативность спортсменок на соревнованиях. Особенности построения урока с использованием предмета являются очень интересными для учениц, побуждают их развивать координацию, музыкальность, артистизм, дисциплину и трудолюбие, что приводит к повышению конкуренции. Таким образом, мы считаем целесообразным введение работы с предметом на уроках хореографии в художественной гимнастике для высоких показаний спортсменок на соревнованиях.

Литература:

1. Галаева, И. П. Специфика хореографической подготовки спортсменок в художественной гимнастике // Психолого-педагогический журнал гаудеамус, Т.18 № 4(42), 2019. С. 34-38
2. Зайцев, А.А., Рожкова, Л.В. Педагогические и психофизиологические аспекты технической подготовки с предметами в художественной гимнастике // Вестник Балтийского федерального университета им. И. Канта. 2001. Вып.11. С. 105-112.