

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА. ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ

БЕЛЕНЬКАЯ И. Г.*Харьковская государственная академия физической культуры***МУЗЫКАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ ТРЕНЕРОВ В ВИДАХ СПОРТА ЭСТЕТИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

Аннотация. В данном исследовании рассматривается необходимость музыкального образования тренеров в видах спорта эстетической направленности с целью повышения эффективности их профессиональной деятельности.

Ключевые слова: музыкальное образование, виды спорта эстетической направленности, музыкально-ритмическое воспитание.

Введение. Традиционно спортивная подготовка включает в себя 4 вида: физическую, техническую, тактическую и психологическую. Но в каждом виде спорта существуют и свои обязательные, также важные, как и вышеперечисленные, виды дополнительной подготовки. В видах спорта эстетической направленности важное место занимает музыкальная и хореографическая подготовка.

Художественная, эстетическая и спортивная гимнастика, танцевальные виды спорта, спортивная аэробика, парно-групповая акробатика, фигурное катание, синхронное плавание, фитнес относятся к видам спорта эстетической направленности [1; 2; 3; 7]. Одним из важнейших профессиональных умений специалистов в данных 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 талантливых и хорошо подготовленных спортсменов.

Большую роль в оценивании выступлений на соревнованиях играет музыкальное сопровождение. 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 имиджу, возрасту, психическому развитию, техническим и эмоциональным особенностям. 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 видах спорта эстетической направленности применяется музыка различных стилей и направлений: классическая, народно-характерная, танцевальная, джазовая, эстрадная, диско и др. При составлении качественной фонограммы необходимо умение грамотно скомпоновать музыкальное произведение или части различных произведений. Важность этой работы обусловлена особенностями соревновательной деятельности, где программа выступления в данных видах спорта строго регламентирована во времени: до 1,5 мин, до 1 мин 45 с, до 2 мин, до 2,5 мин и т. д. При этом требуется наличие разных по темпу, ритму, динамике (громкости), характеру частей композиции. Найти музыкальное произведение, соответствующее всем вышеназванным требованиям, практически невозможно. Единственный путь – купирование исходного музыкального материала. Очень важно, чтобы в итоговой фонограмме соблюдалась общепринятая для художественных произведений схема: вступление, завязка, основная часть (развитие), кульминация, развязка, финал [1; 6; 7].

Несмотря на актуальность проблемы, музыкальному образованию тренеров в видах спорта эстетической направленности уделяется недостаточное внимание, что обусловило необходимость разработки и внедрения в учебно-тренировочный процесс научно-теоретической и практической методики совершенствования музыкальной подготовки тренеров и студентов спортивных вузов, которые будут применены ими в профессиональной деятельности.

Цель исследования: теоретическое обоснование необходимости музыкального образования тренеров в видах спорта эстетической направленности.

Задачи исследования:

1. Рассмотреть основные направления музыкального образования тренеров в видах спорта эстетической направленности на основании анализа научно-методической литературы.
2. Охарактеризовать особенности музыкально-ритмического воспитания в видах спорта эстетической направленности как составляющую музыкальной подготовленности тренера.

В видах спорта эстетической направленности тренеру необходимо обладать специфиче-

скими, музыкально-ритмическими двигательными умениями, предполагающими использование музыкального сопровождения в качестве методического приема и являются необходимыми для проведения учебно-тренировочных занятий.

К требованиям, определяющим квалификацию специалиста в видах спорта эстетической направленности, следует отнести умение проводить упражнения в соответствии с музыкой, вовремя подавать команды начала/окончания упражнений; проводить ритмический подсчет в соответствии с метром и размером музыки; составлять упражнения, комбинации, танцевальные связки в соответствии со структурой, содержанием, формой, ритмом, динамическими оттенками музыкального произведения; составлять фонограммы для различных комплексов упражнений и соревновательных программ; применять музыку как средство психорегуляции в учебно-тренировочном процессе [6; 7].

Результаты исследования. Музыкально-ритмическое воспитание – это основной вид музыкальной деятельности, который передает содержание музыки и ее характер с помощью движений. Основой является музыка, а разнообразные физические упражнения, танцы, сюжетно-образные движения используются как средства более глубокого ее восприятия и понимания.

Многие авторы в своих научных работах указывают на то, что музыкально-ритмическое воспитание в видах спорта эстетической направленности необходимо как базовая составляющая успешной технической подготовки, что в свою очередь готовит почву для высших спортивных достижений [1; 3; 4; 6]. Выразительность исполнения во многом определяет уровень спортивного мастерства и напрямую зависит от характера музыкального произведения, его содержания. Влияние музыки тем сильнее, чем интенсивнее исполнители погружаются в музыку, могут ее воспринимать. Оно зависит от умения спортсменов слушать и слышать музыку, понимать и воплощать ее в движениях. Осознание музыки, ее анализ и интерпретация осуществляются каждым человеком индивидуально и зависят от накопления необходимого музыкального опыта [3]. В процессе прослушивания и анализа музыкальных произведений развивается художественный вкус.

Основными средствами музыкально-ритмического воспитания являются: история музыки; основы теории музыки, включающие в себя понятие о средствах музыкальной выразительности; упражнения на согласование движений с музыкой, которые способствуют развитию чувства ритма, музыкального слуха, позволяют глубже понять музыкально-двигательный образ, формируют навыки восприятия музыкального произведения; хореографические упражнения; музыкальные игры, которые применяют для закрепления полученных умений и навыков в соответствии с движениями с музыкой [2; 3].

Воздействуя на эмоциональную сферу личности, музыка влияет на психоэмоциональное состояние, волевую регуляцию поведения и двигательную память (механизмы запоминания и воспоминания) спортсменов. Музыкальное образование и знание методики применения функциональной музыки позволяет тренерам использовать разнообразный музыкальный материал как средство психорегуляции в учебно-тренировочном процессе [4; 5].

Следует обратить внимание на возможность применения нетрадиционных форм организации занятий по музыкально-ритмическому воспитанию (в частности, «музыкальный театр», «изобразительный танец», «живая музыка» и др.), опыт использования которых был изложен в исследованиях автора статьи и внедрен в учебный процесс по дисциплинам «Музыкально-ритмическое воспитание» и «Теория и методика избранного вида спорта» в Харьковской государственной академии физической культуры [4].

Выводы:

1. На основании анализа научно-методической литературы мы пришли к выводу о необходимости музыкального образования тренеров в видах спорта эстетической направленности.
2. Определены составляющие музыкального образования тренеров, которые включают в себя как традиционные (история музыки; основы теории музыки, музыкально-ритмические и хореографические упражнения, музыкальные игры), так и нетрадиционные («музыкальный театр», «изобразительный танец», «живая музыка») формы работы и способствуют эффективной музыкальной подготовке тренеров в видах спорта эстетической направленности.

Список использованной литературы:

1. Артем'єва Г. П. Розвиток координаційних здібностей дітей 9–11 років за допомогою танцювального фітнесу з елементами індійського танцю / Г. П. Артем'єва, М. В. Нечитайло. – Харків : ХДАФК, Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2014. – № 3. – С. 13–18.
2. Афтимичук О. Е. Музыкально-ритмическое воспитание. В кн.: *Оздоровительная аэробика. Теория и методика : [учебное пособие]* / О. Е. Афтимичук; Гос. ун-т физ. воспитания и спорта. – Кишинев : „Valinex” SRL, 2011. – 134 с.

3. Біленька І. Г. *Теорія та методика музично-ритмічного виховання. Навчальний посібник* / І. Г. Біленька. – Харків : ХДАФК, 2012. – 122 с.
4. Беленькая И. Г. *Музыкальная психотерапия в учебно-тренировочном процессе* / И. Г. Беленькая. – Харків : ХДАФК, Слобожанський науково-спортивний вісник, 2004. – № 7. – С. 283-287.
5. Дейнеко А. Х. *Роль и функции музыкального сопровождения на учебно-тренировочном занятии: студенческий взгляд* / А. Х. Дейнеко, И. Г. Беленькая // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Харків : ХДАФК, 2011. – № 1. – С. 17–20.
6. Муллагильдина А. Я. *Развитие музыкально-композиционных способностей гимнасток 15-16-лет* / А. Я. Муллагильдина, И. Г. Беленькая, А. Х. Дейнеко // *Наука і освіта* № 2. Науково-практичний журнал Південного наукового центру НАПН України. – Одеса – 2012. – С. 65–71.
7. Румба О. Г. *Народно-характерная хореография в системе подготовки специалистов по гимнастике и танцам на паркете : автореф. дис. канд. пед. наук* / О. Г. Румба. – С. Петерб. гос. ун-т физ. культуры им. П. Ф. Лесгафта. – СПб., 2006. – 24 с.