

with various speech disorders. The paper shows that primary school children with different speech disorders have specific motor problems caused by disturbance localization in various brain structures. Activation of external influences and the environment by means of physical training makes it possible to initiate the work of passive brain structures. The paper is aimed at justifying the use of physical culture means at comprehensive schools for intensification of educational and correctional process of children with speech disorders. Academic literature review has shown that the mechanisms of speech activity correlate with a number of regions of the brain; their damage that may be associated with disturbances in the motor development and cause various in their structure speech defects. The study provides background for the use of motor methods of logopedic treatment. It is proposed to use hands self-massage; differentiated breathing exercises as well as exercises for the spine correction at Physical Culture lessons, which contributes to cerebral hemispheres activation. The possibility of rehabilitating gnostic and practical, phonetic and phonemic speech functions of primary school pupils with speech disorders, as well as the opportunity to solve the problems of abnormally rigid physical orientations using sound-and-motor exercises and games has been demonstrated. Intensification of work with children with speech disorders by means of including correctional tasks into physical education process makes it possible to reduce significantly the time for achieving correctional and logopedic goals.

Keywords: physical culture, motor and speech development, speech disorder, primary school pupils, comprehensive school.

Подано до редакції 04.04.2016

Рецензент: д. мед. н., проф. О. П. Романчук

УДК: 796.012.656

Валентина Георгіївна Тодорова,
кандидат психологічних наук, доцент,
докторант Львівського державного університету фізичної культури,
вул. Костюшка, 11, м. Львів, Україна

ЗНАЧЕННЯ ХОРЕОГРАФІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ У ВИДАХ СПОРТУ ЗІ СКЛАДНОЮ КООРДИНАЦІЄЮ

У статті теоретично обґрунтовано використання хореографічної підготовки в складнокоординаційних видах спорту на основі результатів теоретико-методичних праць з цієї проблеми. Визначено, що хореографічна підготовка у видах спорту зі складною координацією базується на розвитку рухових здібностей, досягненні пластичності, підвищенні культури рухів відповідно до канонів класичного, народного і характерного танців.

Ключові слова: хореографічна підготовка, види, засоби, методи, складнокоординаційні види спорту.

Постановка проблеми. Тенденція розвитку спорту передбачає подальше зростання складності вправ у видах спорту зі складною координацією, до яких, зокрема, відносяться спортивна і художня гімнастика, спортивна акробатика та аеробіка, фігурне катання, синхронне плавання, стрибки у воду, стрибки на батуті та ін. Вже зараз спостерігається високий рівень насиченості програм складними елементами. Перед тренерами і спортивними хореографами стоїть завдання: в обмежений період часу вмістити максимальну кількість складних елементів, створити яскраву, оригінальну композицію та наситити її емоційним змістом. В реалізації цього завдання значну роль відіграє хореографічна підготовка, що зумовлює необхідність більш детального її вивчення.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Ефективність дій спортсменів розглядалась у роботах Л. Аркаєва [1], М. Богена [3], А. Боляка [4], В. Платонова [12] та інших сучасних науковців. На думку авторів вона визначається, перш за все, досконалістю застосовуваної техніки рухів, хоча слід зазначити, всі

види підготовки (технічна, фізична, психологічна, хореографічна, тактична, теоретична, інтегральна) знаходяться в тісному органічному взаємозв'язку та є складною динамічною системою сполученої взаємодії, яка обумовлена специфікою того чи іншого виду спорту. Останні роботи С. Борисенко [5], І. Винер [8], Т. Лисицької [10], В. Сосіної [15], І. Шипіліної [16] вказують на те, що хореографічна підготовленість спортсменів, особливо в складнокоординаційних видах спорту, є одним із найбільш істотних факторів досягнення спортивної майстерності, високих і стабільних результатів. Тому її вдосконалення розглядається як одна з найважливіших теоретичних і практичних завдань сучасного спорту.

Метою роботи є теоретичне обґрунтування використання хореографічної підготовки у складнокоординаційних видах спорту.

У ході роботи нами розв'язувались такі **завдання**:

1. Проаналізувати питання місця та значення хореографічної підготовки у складнокоординаційних

видах спорту за даними науково-методичної та спеціальної літератури.

2. Дослідити види та зміст хореографічної підготовки в різних видах спорту зі складною координацією.

Методи дослідження: для визначення теоретичних позицій дослідження застосовано методи аналізу, синтезу, порівняння, систематизації наукових джерел із досліджуваної проблеми.

Виклад основного матеріалу. Розглядаючи значення хореографічної підготовки у видах спорту зі складною координацією, автори визначають її позитивний вплив на покращення спортивних результатів (Ф. Морель, Т. С. Лисицька, Н. І. Лебедев, В. Є. Заглада та ін.). Аналіз і репрезентація хореографії в структурі підготовки спортсменів є неможливими без розуміння загальних законів існування та розвитку хореографічного мистецтва, тому закономірним видається звернення до думок балетмейстера і теоретика балету XVIII століття Ж. Ж. Новерра, до теоретичних розробок основ класичного танцю, які представлені у роботах А. Я. Ваганової та інших педагогів.

Т. С. Лисицька [10], І. А. Шипіліна [16] визначають хореографічну підготовку в спорті як систему вправ і методів їх впливу, спрямованих на формування «школи рухів», виховання рухової культури, розширення виражальних засобів.

Фахівці збігаються у думці, що хореографічна підготовка в складнокоординаційних видах спорту тісно пов'язана з технічною підготовкою і тому повинна бути невід'ємною та вагомою складовою частиною навчально-тренувального процесу (Ф. З. Морель, Т. Т. Ротерс, В. І. Маслов, І. О. Шипіліна, Т. С. Лисицька, В. Ю. Сосіна та ін.). Межа, що розділяє ці два види підготовки, умовна, оскільки в процесі вдосконалення, наприклад, стрибків, махів, поворотів та інших рухів одночасно шліфується і технічна майстерність виконання вправ [15].

Можна констатувати той факт, що автори, підкреслюючи значення хореографічної підготовки в спорті, розглядають її як:

➤ важливий засіб естетичного виховання: займаючись хореографією, спортсмени стикаються з різними видами мистецтва, наприклад, використання музики на уроках хореографії знайомить з основами музичної грамоти, що дозволяє спортсменам виконувати рухи відповідно до ритму, темпу і характеру музичного супроводу;

➤ засіб розвитку творчих здібностей спортсменів: виховується відчуття краси рухів, їхньої гармонії з музикою, формується здатність передавати в русі певні емоційні стани, різні настрої, переживання, почуття; все це дозволяє створити художній образ у змагальних вправах;

➤ засіб вирішення освітніх завдань: у процесі занять хореографією у спортсменів розширюється обсяг рухових умінь і навичок за рахунок рухів класичного, історико-побутового, народно-характерного та сучасного танців; крім того, спортсмени знайом-

ляться з історією, традиціями, звичаями різних народів світу;

➤ засіб підвищення функціональних можливостей спортсменів: заняття хореографією сприяють зміцненню здоров'я, усуненню перенавантажень, зміцненню опорно-рухового апарату, нормалізації тону м'язів, а також зниженню негативного впливу надмірного психічного навантаження.

➤ засіб розвитку необхідних фізичних якостей: у процесі занять хореографією розвиваються такі фізичні якості, як гнучкість, координація рухів, витривалість, покращуються показники швидкісно-силових якостей.

Таким чином, хореографічна підготовка займає одне з найважливіших місць у структурі багаторічної спортивної підготовки спортсменів у видах спорту зі складною координаційною структурою. Їй відводиться значний час на початкових етапах навчання, оскільки з її допомогою вирішується цілий комплекс завдань, пов'язаних з підготовкою юного спортсмена.

Коли говорять про види хореографічної підготовки в різних видах спорту зі складною координацією, перш за все мають на увазі класичний екзерсис – школу балетного мистецтва. Вся система класичного екзерсису побудована на доцільно підібраних, систематично повторюваних вправах, які поступово ускладнюються. В результаті їх виконання тіло становиться легким, гнучким, слухняним, а рухи набувають граціозності, пластичності та естетичної завершеності [7; 13].

Розвиток видів спорту зі складною координаційною структурою рухів значно збагатив арсенал засобів хореографічної підготовки, дозволив дещо відійти від строгих канонів школи класичного танцю. Якщо на початку свого становлення хореографічна підготовка спиралася переважно на засоби класичного танцю, то з часом розвиток як хореографічного мистецтва, так і видів спорту зі складною координаційною структурою сприяв упровадженню засобів інших видів хореографії (народної, сучасної, історико-побутової, бальної та ін.) для підготовки спортсменів. Наприклад, в акробатиці, незважаючи на застосування різних видів хореографічного мистецтва для створення акробатичних композицій, значну роль відіграє саме класичний танець, який залишається основним при підготовці спортсменів в цьому виді спорту. Можливо це відбувається тому, що протягом багатьох років у видах спорту, які пов'язані з мистецтвом, у хореографічній підготовці спортсменів використовувалися переважно засоби класичного танцю [1; 3; 11].

З. Д. Вербова, Т. П. Маркова та М. С. Семенова вважають, що елементи народних танців можуть бути складовою частиною розминки в художній гімнастиці (та інших видів спорту зі складною координаційною структурою рухів), оскільки вони дають позитивний ефект у вихованні культури рухів і артистизму. При цьому З. Д. Вербова наполягає на багаторазовому повторенні рухів характерного екзерсису та високих вимогах до техніки їх виконання. У той же час, відо-

мий хореограф Д. С. Бегак стверджує, що на ранніх етапах підготовки спортсменів недоцільно змішувати різні напрями хореографії, оскільки це не дає позитивного результату. На думку майстра, засвоївши основи класичного танцю, неважко перейти до елементів характерного. А ось для вправ, що виконуються «на середині залу», він рекомендує складати комплекси характерних танцювальних вправ, розкриваючи характер музики, її стиль, темперамент, і виховуючи тим самим виразність. За словами Н. О. Белої і Р. Н. Терьохіної, елементи танців та їх комбінації завдяки характеру рухів і емоційності виконання створюють бадьорий, веселий настрій і налаштовують на активну фізичну роботу, а тому відіграють на тренуваннях допоміжну роль та виконують своєрідну рекреаційну функцію.

Народно-характерний напрям хореографії з успіхом використовується в складнокоординаційних видах спорту. Так, наприклад, перший значний успіх із синхронного плавання українок – бронзові медалі чемпіонату світу в Барселоні в 2013 році – був обумовлений високою хореографічною майстерністю виконання технічної програми на музику за українськими народними мотивами; довільної програми – на музику з індійським акцентом і, нарешті, в комбінації виконувалася композиція під саундтрек до відомого кінофільму.

При визначенні змісту хореографічної підготовки у складнокоординаційних видах спорту слід урахувати те, що хореографічна підготовка повинна сприяти розвитку рухових здібностей, досягненню пластичності, підвищенню культури рухів відповідно до канонів класичного, народного та характерного танців. У цьому випадку прикладне значення хореографії слід розуміти в широкому сенсі слова. Велике значення мають вправи для тулуба та голови, оволодіння встановленими позиціями для ніг і рук, освоєння техніки виконання базових елементів хореографії. Не менш значущим є оволодіння елементами хореографії, які використовуються в змагальних вправах (рівноваги, повороти, нахили, стрибки та ін.). Загально визнано, що тільки спортсмени, які володіють високою культурою рухів, здатні виконувати технічно складні вправи легко і невимушено, при цьому можна оцінити амплітуду рухів, красу ліній і виразність виконання.

Хореографічна підготовка є обов'язковою складовою процесу підготовки спортсменів у всіх видах спорту зі складною координацією, але вона може відрізнятися за завданнями та змістом. Так, спорідненим для хореографічного мистецтва видом є художня гімнастика; більше того, вона створювалася на його основі. Підготовка гімнасток, які виступають в індивідуальній програмі та групових вправах, неможлива без якісної хореографічної підготовки. Останнім часом у художній гімнастиці дуже зросли вимоги до виконавської майстерності спортсменок. Як і в будь-якому іншому техніко-естетичному виді спорту, в художній гімнастиці має бути присутня гармонія між складністю, композицією та виконанням. Причому

рівень конкуренції, який спостерігається в сучасній художній гімнастиці, свідчить про необхідність досягнення досконалої гармонії [8; 11].

Значення хореографічної підготовки зростає з кожним роком і в спортивній аеробіці, що обумовлено постійним збільшенням динаміки виконання змагальних програм, появою нових напрямів, таких як гімнастична платформа і танцювальна гімнастика, що диктує необхідність як удосконалення технічної майстерності спортсменів-аеробістів, так і підвищення рівня розвитку їхніх фізичних якостей. Однією зі складових частин підготовки в спортивній аеробіці є хореографія в самому об'ємному своєму розумінні, з використанням різноманітних засобів танцювального мистецтва. Вважається доцільним викладання наступних хореографічних дисциплін: класичний танець, сучасні напрямки хореографії (джаз, модерн, степ, хіп-хоп, латина та ін.), народно-сценічний танець. Хореографічна підготовка в спортивній аеробіці базується головним чином також на засобах класичного танцю [4; 9].

Хореографія відіграє важливу роль і є невід'ємною дисципліною в навчально-тренувальному процесі з фігурного катання. Засобами хореографії у спортсменів виробляється впевненість у собі, розвивається сила, витривалість, гнучкість, гармонійно розвивається кістково-м'язовий апарат. Хореографія розвиває творчість фігуриста: виразність і естетику – це найважливіші складові хореографічної підготовки, які відіграють важливу роль у представленні програм на змаганнях. У фігурному катанні на ковзанах на змаганнях передбачена окрема оцінка за хореографію [2; 13; 14].

У такому виді спорту, як стрибки у воду, важливим є постановка позицій рук і ніг до початку і під час стрибка. Незважаючи на те, що основними засобами підготовки стрибунів у воду є акробатика, батут, «сухий» трамплін, тренерами-практиками широко використовується великий арсенал засобів і методів хореографічної підготовки, основними з яких знову таки є школа класичного танцю [11].

Вправи на батуті, поряд із гімнастикою, фігурним катанням, стрибками у воду, відносяться до тих видів спорту, в яких оцінці в першу чергу підлягає пластика, краса, точність рухів, уміння володіти своїм тілом, легкість виконання вправ. Ці категорії підлягають дії певних естетичних закономірностей. Вони і складають те загальне, що споріднює названі види спорту з хореографічним мистецтвом. Наприклад, як в спорті, так і в класичному танці, легкість рухів досягається шляхом досконалої технічної підготовленості та хорошої фізичної форми: в її основі лежить хороша загальна фізична підготовленість – гнучкість, стійкість, точність рухів [11; 16].

Висновки та перспективи подальших досліджень. Теоретичний аналіз науково-методичної та спеціальної літератури дозволив охарактеризувати хореографічну підготовку як невід'ємну складову частину системи підготовки спортсменів, засіб впливу на технічну, спеціальну, фізичну, естетичну та загаль-

ноосвітню сторону підготовки спортсменів, а також на композиційне оформлення спортивних вправ.

Визначено, що напрями хореографічної підготовки у складнокоординаційних видах спорту сприяють розвитку рухових здібностей, досягненню пластичності, підвищенню культури рухів відповідно до канонів класичного, народного та характерного танців.

Досліджено, що у різних видах спорту зі складною координацією хореографічна підготовка має свої характерні особливості, зміст і методіку. Проте, незважаючи на відмінні риси, хореографічна підготовленість спортсмена залежить від досконалої технічної

підготовленості та хорошої фізичної форми, що зумовлює успішність спортивної та змагальної діяльності.

Проведене дослідження не вичерпує всіх проблем використання хореографічної підготовки в спорті. Отже, інтенсифікація навчально-тренувального процесу в складнокоординаційних видах спорту за рахунок систематичного включення засобів хореографії може істотно скоротити терміни досягнення поставлених тренерами цілей. Перспектива подальшого дослідження полягає у пошуку нових засобів і методів хореографічної підготовки спортсменів у складнокоординаційних видах спорту та удосконаленні арсеналу технічних прийомів.

ЛІТЕРАТУРА

1. Аркаев Л. Я. Как готовить чемпионов. Теория и технология подготовки гимнастов высшей квалификации / Л. Я. Аркаев, Н. Г. Сучилин. – М. : Физкультура и спорт, 2004. – 328 с.

2. Бернштейн Н. А. О построении движений / Н. А. Бернштейн. – М. : Медгиз, 1947. – 255 с.

3. Боген М. М. Физическое совершенство как основное понятие теории физической культуры / М. М. Боген // Теория и практика физической культуры, 1997. – № 5. – С. 18-21.

4. Боляк А. А. Модельні характеристики фізичної і технічної підготовленості спортсменок спортивної аеробіки на етапі попередньої підготовки : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук 24.00.01 «Олімпійський і професійний спорт» / А. А. Боляк. – Харьков : ХДАФК, 2007. – 24 с.

5. Борисенко С. И. Повышение исполнительского мастерства гимнасток на основе совершенствования хореографической подготовки : дис. ... кандидата пед. наук: 13.00.04 / Борисенко Светлана Ивановна – СПб. : Санкт-Петербургская гос. акад. физ. культуры им. П. Ф. Лесгафта, 2000. – 215 с.

6. Булатова М. М. Теоретико-методичні аспекти реалізації функціональних резервів спортсменів вищої кваліфікації : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня д-ра. пед. наук : спец. 24.00.1 «Олімпійський і професійний спорт» / М. М. Булатова. – Київ : 1997. – 50 с.

7. Ваганова А. Я. Основы классического танца : учебник для вузов / А. Я. Ваганова. – СПб. : Лань, 2000. – 192 с.

8. Винер И. А. Подготовка высококвалифицированных спортсменок в художественной гимнастике : автореф. дис. на соискание наук степени канд. пед. наук : спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровитель-

ной и адаптивной физической культуры» / И. А. Винер. – СПб. : С.-Петерб. гос. акад. физ. культуры им. П. Ф. Лесгафта, 2003. – 20 с.

9. Зайцева Г. А. Оздоровительная аэробика в высших учебных заведениях : учебник / Г. А. Зайцева, О. А. Медведева. – Москва : Физкультура и спорт, 2007. – 104 с.

10. Лисицкая Т. С. Хореография в гимнастике / Т. С. Лисицкая. – М. : Физкультура и спорт, 1985. – 176 с.

11. Морель Ф. Р. Хореография в спорте / Ф. Р. Морель. – М. : ФИС, 1971. – 110 с.

12. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: [учебник для студ. высших учеб. заведений физ. воспитания и спорта] / В. Н. Платонов. – К. : Олимпийская литература, 2004. – 808 с.

13. Румба О. Г. Народно-характерная хореография в системе подготовки специалистов по гимнастике и танцам на паркете : дис. ... кандидата. пед. наук: 13.00.04 / Румба Ольга Геннадьевна. – СПб. : Санкт-Петербургская гос. акад. физ. культуры им. П. Ф. Лесгафта, 2006. – 209 с.

14. Салямін Ю. М. Гімнастична термінологія: навч. посіб. / Ю. М. Салямін, І. А. Терещенко, С. П. Прокопюк, Т. М. Левчук. – Київ : Олимпийская литература, 2010. – 144 с.

15. Сосина В. Ю. Хореография в гимнастике : учеб. пособие для студентов вузов / В. Ю. Сосина. – К. : Олимпийская литература, 2009. – 135 с.

16. Шипилина И. Хореография в спорте : учебник для студентов / И. Шипилина. – Ростов на Дону : Феникс, 2004. – 224 с.

REFERENCES

1. Arkayev, L. Ya., & Suchilin, N. G. (2004). *Kak gotovit chempionov. Teoriya i tekhnologiya podgotovki gimnastov vysshey kvalifikatsii* [How to prepare champions. Theory and technology of preparation of gymnasts of high qualification]. Moscow: Fizkultura i sport [in Russian].

2. Bernshteyn, N. A. (1947). *O postroyenii dvizheniy* [About movements composition]. Moscow: Medgiz [in Russian].

3. Bogen, M.M. (1997). *Fizicheskoye sovershenstvo kak osnovnoye ponyatiye teorii fizicheskoy kultury* [Physical perfection as the basic concept of the theory of physical culture]. *Teoriya i praktika fizicheskoy*

kultury – Theory and practice of physical culture, 5, 18-21 [in Russian].

4. Bolyak, A. A. (2007). Modelni kharakterystyky fizychnoi i tekhnichnoi pidhotovlenosti sportsmenok sportyvnoi aerobiky na etapi poperednoi pidhotovki [Model properties of physical and technical preparedness of female track-and-field athletes in sports aerobics at the stage of preliminary preparation]. *Extended abstract of candidate's thesis*. Kharkiv: KHDFAK [in Ukrainian].

5. Borisenko, S. I. (2000). Povysheniye ispolnitel'skogo masterstva gimnastok na osnove sovershenstvovaniya khoreograficheskoy podgotovki [Improving women-gymnasts' performance skills by means of improving choreographic preparation]. *Extended abstract of candidate's thesis*. St. Petersburg: St. Petersburg State Academy of Physical Culture named after P. F. Lesgaft [in Russian].

6. Bulatova, M. M. (1997). Teoretyko-metodychni aspekty realizatsii funktsionalnykh rezerviv sportsmeniv vyshchoi kvalifikatsii [Theoretical and methodological aspects of functional reserves of top-qualification sportsmen]. *Extended abstract of doctor's thesis*. Kyiv [in Ukrainian].

7. Vaganova, A. Ya. (2000). *Osnovy klassicheskogo tantsa [Fundamentals of classical dance]*. St. Petersburg: Lan [in Russian].

8. Viner, I. A. (2003). Podgotovka vysokokvalifitsirovannykh sportsmenok v khudozhestvennoy gimnastike [Preparation of highly skilled athletes for rhythmic gymnastics]. *Extended abstract of candidate's thesis*. St. Petersburg: St. Petersburg State Academy of Physical Culture named after P. F. Lesgaft [in Russian].

9. Zaytseva, G. A., & Medvedeva, O. A. (2007). *Ozdorovitel'naya aerobika v vysshikh uchebnykh zavedeniyakh [Recreational aerobics at higher educational institutions]*. Moscow: Physical Culture and Sport [in Russian].

10. Lisitskaya, T. S. (1985). *Khoreografiya v gimnastike [Choreography in gymnastics]*. Moscow: Fizkultura i sport [in Russian].

11. Morel, F. R. (1971). *Khoreografiya v sporte [Choreography in sports]*. Moscow: Fizkultura i sport [in Russian].

12. Platonov, V. N. (2004). *Sistema podgotovki sportsmenov v olimpiyskom sporte. Obshchaya teoriya i yeye prakticheskiye prilozheniya [The system of training athletes in Olympic sports. The general theory and its practical application]*. Kyiv: Olimpiyskaya literatura [in Ukrainian].

13. Rumba, O. G. (2006). Narodno-kharakternaya khoreografiya v sisteme podgotovki spetsialistov po gimnastike i tantsam na parkete [Folk and character choreography in training specialists in gymnastics and dance on the dance floor]. *Extended abstract of candidate's thesis*. St. Petersburg: St. Petersburg State Academy of Physical Culture named after P.F. Lesgaft [in Russian].

14. Salyamin, Yu. M. (2010). *Himnastychna terminolohiia [Gymnastic terminology]*. Kyiv: Olimpiyska literatura [in Russian].

15. Sosina, V. Yu. (2009). *Khoreografiya v gimnastike [Choreography in gymnastics]*. Kyiv: Olimpiyskaya literatura [in Russian].

16. Shipilina, I. (2004). *Khoreografiya v sporte [Choreography in sports]*. Rostov-na-Donu: Feniks [in Russian].

Валентина Георгиевна Тодорова,

кандидат психологических наук, доцент,

докторант Львовского государственного университета физической культуры,

ул. Костюшко, 11, г. Львов, Украина

ЗНАЧЕНИЕ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В ВИДАХ СПОРТА СО СЛОЖНОЙ КОРДИНАЦИЕЙ

В данной работе предлагается рассматривать виды и содержание хореографической подготовки в сложнокоординационных видах спорта как средство целенаправленного воздействия на конечный спортивный результат с учетом требований конкретного вида спорта. Актуальность исследования обусловлена тем, что тенденция развития спорта предполагает дальнейшее усложнение упражнений в видах спорта со сложной координацией, к которым, в частности, относятся спортивная и художественная гимнастики, спортивная акробатика и аэробика, фигурное катание, синхронное плавание, прыжки в воду, прыжки на батуте. Таким образом, в статье теоретически обосновано использование хореографической подготовки в сложнокоординационных видах спорта на основе результатов теоретико-методических работ по данной проблеме. Определено, что хореографическая подготовка в сложнокоординационных видах спорта базируется на развитии двигательных способностей, достижениях пластичности, повышении культуры движений в соответствии с канонами классического, народного и характерного танцев. Показано, что в различных видах спорта со сложной координацией хореографическая подготовка имеет свои характерные особенности, значение и методику. Специалисты сходятся во мнении, что хореографическая подготовка в сложнокоординационных видах спорта тесно связана с технической подготовкой и поэтому должна быть неотъемлемой и важной составляющей частью учебно-тренировочного процесса. Ей отводится значительное время на начальных этапах обучения, так как с ее помощью решается целый комплекс задач, связанных с подготовкой юного спортсмена. Таким образом, хореографическая подготовка занимает одно из важнейших мест в структуре многолетней спортивной подготовки спортсменов в видах спорта со сложной координационной структурой.

Ключевые слова: хореографическая подготовка, виды, средства, методы, сложнокоординационные виды спорта.

Valentyna Todorova,
*(PhD) Candidate of Psychological Sciences, associate professor,
doctoral student of Lviv State University of Physical Culture,
11, Kostiushko Str., Lviv, Ukraine*

SIGNIFICANCE OF CHOREOGRAPHY TRAINING IN COMPLEX COORDINATION SPORTS

In the paper it is suggested to consider the types and content of choreographic training in complex coordination sports as means of direct impact on the final sport result with the account of the requirements of the particular sport. The relevance of the study is determined by the fact that current tendency of sports development implies further complication of exercises in complex coordination sports (such as artistic and rhythmic gymnastics, sports acrobatics and aerobics, figure skating, synchronized swimming, dives, trampolining). Thus, the article provides theoretical justification of choreographic training in complex coordination sports based on results of theoretical and methodical works on this issue. It was determined that choreographic training in complex coordination sports is based on the development of moving abilities, plasticity, improvement of movements culture in accordance with the canons of classic, folk and character dances. It has been also shown that choreographic training has specific features, significance and methods for different complex coordination sports. Experts agree that choreographic training in complex coordination sports is connected closely with technique training and therefore it should be integral and important component of the educational and training process. Much time is allocated for it at the initial stages of studying as long as it helps solve a number of the problems related to young sportsmen training. Thus, choreographic training takes one of the most important places in the structure of long-term sports training in complex coordination sports.

Keywords: choreographic training, types, means, methods, complex coordination sports.

Подано до редакції 04.04.2016

Рецензент: д. мед. н., проф. О. П. Романчук
