

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра теории, истории и
педагогики искусства

**Методика преподавания современного танца
фигуристам одиночникам
АВТОРЕФЕРАТ
ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ БАКАЛАВРА**

студентки 5 курса 581 группы Института искусств
по направлению подготовки 52.03.01 «Хореографическое искусство»
профиль «Искусство современного танца»

Никитчиной Анастасии Александровны

Научный руководитель
кандидат педагогических наук,
доцент кафедры теории, истории и
педагогики искусства

_____ Е.П. Шевченко

Заведующий кафедрой ТИПИ
доктор педагогических наук, профессор _____ И.Э. Рахимбаева

Саратов, 2020 г.

Введение

В учебно-методической литературе по фигурному катанию излагаются основные вопросы теории и методики обучения и тренировки фигуристов, вопросы техники выполнения обязательных фигур одиночного катания и элементов произвольного катания, вопросы особенностей парного катания, спортивных танцев на льду. Таковы – одно из первых отечественных пособий для конькобежцев Г.М. Паули «Зимние забавы и искусство бега на коньках с фигурами», изданное еще в 1938 году; фундаментальные труды Н.А. Панина «Искусство катания на коньках» (1938) и «Искусство фигуриста» (1956), а также его наглядное учебное пособие «Фигурное катание на коньках» (1962); книга М. Кэй «Ключ к спортивным танцам на льду» (1965); учебные пособия для тренеров и квалифицированных спортсменов «Фигурное катание» (1966), «Азбука фигуриста» Б. Сычева и Н. Пошехонцева (1968); «Танцы на льду» В. Рыжкина (1976); «Ледовая сюита» (1975), «Фигурное катание для всех» и «Прыжки в фигурном катании» (1976) А. Мишина; «Школа в фигурном катании» (1979) и «Азы фигурного катания» (1974) В. Огилви; «Фигурное катание» Е. Чайковской (1975); «Короткая программа в парном катании» Т. Москвиной (1980) и «Произвольная программа парного катания» Т. Москвиной и И. Москвина (1984). Из книг, изданных в последнее время, необходимо выделить «Слезы на льду» Е. Вайцеховской (2007), «Красавица и чудовище» Т. Тарасовой (2008), «Слеза чемпионки» И. Роднина (2013).

В настоящее время хореографы являются незаменимыми участниками учебно-тренировочного процесса во многих видах спорта, которые кроме спортивной составляющей имеют в себе и эстетическую основу движения.

В общем комплексе подготовки фигуристов занятия по хореографии занимают важное место. При занятиях хореографией повышается культура движения спортсменов, укрепляется опорно-двигательный аппарат, развиваются гибкость, прыгучесть, координация. Также многие специалисты отмечают, что хореографическая подготовка способствует развитию двигательной памяти, согласованности движений с музыкой, выразительности

и артистичности. Наряду с этим на уроках хореографии решаются и задачи технической подготовки.

Однако, из-за недостатка времени многие тренеры включают в программу обучения занятия только по классическому танцу, зачастую оставляя без внимания современную хореографию, и допускают большую ошибку, так как в нынешних условиях современного фигурного катания к программам фигуристов выдвигаются повышенные требования. Перед спортсменами ставится задача продемонстрировать владение всеми группами элементов, прыжками, разнообразными шаговыми комбинациями, при этом все эти компоненты должны гармонично сочетаться друг с другом. Хореографическая лексика в произвольной и коротких программах должна быть не только интересной и насыщенной, но и разноплановой. Поэтому возникает необходимость включения современного танца в учебный процесс фигуристов, в частности фигуристов одиночников.

Вышесказанное обусловило *актуальность* и определило выбор темы выпускной квалификационной работы: «Методика преподавания современного танца фигуристам одиночникам».

Цель исследования – изучить методику преподавания современного танца фигуристам одиночникам.

Задачи исследования:

1. Проследить историю зарождения и развития фигурного катания, формирование его как вида спорта.
2. Охарактеризовать хореографию как непременную составляющую фигурного катания.
3. Проанализировать методику преподавания современного танца в условиях работы с фигуристами.

Методологическая основа выпускной квалификационной работы. Источниковую базу исследования составили труды таких авторов, как Панин Н.А., Мишин А.Н., Абсалямова И.В., Бондаренко Н.И. и другие.

Методы исследования: анализ литературы по избранной теме; анализ, сравнение, обобщение, формирование выводов; наблюдение; опросы по вопросам исследуемой темы.

Организационной базой исследования явился МБУДО КСДЮСШОР № 13 «Волгарь» спортивного комплекса «Кристалл» г. Тольятти.

Структура работы включает в себя введение, две главы (первая глава подразделена на два параграфа, вторая глава также поделена на два параграфа), заключение, список использованных источников, приложение.

Основное содержание работы

В первой главе работы «История возникновения и развития фигурного катания» обозначено и изучено:

1. Зарождение фигурного катания и формирование его как вида спорта
2. История развития фигурного катания в России

В первом параграфе зарождение фигурного катания и формирование его как вида спорта. Фигурное катание – конькобежный вид спорта, относится к сложно координационным видам спорта. Основная идея заключается в передвижении спортсмена или пары спортсменов на коньках по льду с переменами направления скольжения и выполнении дополнительных элементов (вращений, прыжков, комбинаций шагов, поддержек и др.) под музыку. Современное фигурное катание включает в себя одиночное катание (мужчины и женщины), парное катание и танцы на льду. Существует еще одна форма – это синхронное фигурное катание.

Рождение фигурного катания как вида спорта связывают с моментом, когда коньки начали изготавливать из железа, а не из кости. По данным исследований, впервые это произошло в Голландии, в XII-XIV веке. Первоначально фигурное катание представляло собой состязание по мастерству вычерчивать на льду разнообразные фигуры, сохраняя при этом красивую позу. Первые клубы любителей фигурного катания появились в XVIII веке в Британской империи (в Эдинбурге). Там же был разработан и перечень обязательных для исполнения в соревнованиях фигур, и первые

официальные правила соревнований. Роберт Джоунз издал «Трактат о катании на коньках» (1772 г.), в котором описал все основные фигуры, которые были тогда известны. Из Европы фигурное катание попало в США и Канаду, где получило огромное развитие. Здесь были созданы многочисленные клубы фигуристов, разрабатывались новые модели коньков, создавалась своя школа техники.

К середине XIX века в фигурном катании уже были известны практически все современные обязательные фигуры и основные технические приемы для их исполнения, о чём свидетельствуют книги «Искусство катания на коньках» Д. Андерсона, президента клуба конькобежцев города Глазго, и труд Х. Вандервела и Т. Максвелла Уитмана из Лондона. Эти книги содержат описания всех восьмёрок, троек, крюков и других простейших манёвров фигурного катания.

Во втором параграфе рассказывается история развития фигурного катания в России. Появление фигурного катания в России относят к периоду правления Петра I. Первые образцы коньков были привезены им из Европы. Некоторые источники свидетельствуют, что именно Петр Алексеевич предложил крепить коньки непосредственно к сапогам. К XIX веку относится появление первого учебника для фигуристов – «Зимние забавы и искусство бега на коньках» (1838 г.) Г.М. Паули – преподавателя гимнастики в военно-учебных заведениях Санкт-Петербурга. Несмотря на все эти факты, формирование фигурного катания как отдельного вида спорта произошло намного позже. Многие связывают его с открытием общественного катка в Юсуповском Саду в 1865 году. Ведь именно он стал центром подготовки для русских спортсменов. Здесь же в 1878 году прошло первое соревнование между русскими фигуристами, а в 1896 – первый чемпионат мира. Стоит отметить, что чемпионат мира проходил и ранее еще в 1890 году, но он был неофициальным. Первенство на нем получил «дедушка русского фигурного катания» – Лебедев А.П. С 1896 года он начал заниматься педагогической

деятельностью и впоследствии стал тренером первого олимпийского чемпиона легендарного Н.А. Панина-Коломенкина.

В настоящее время фигурное катание в России является одним из наиболее популярных зимних видов спорта. С 1992 года существует Федерация фигурного катания на коньках России, признанная Олимпийским комитетом. С 2010 года ее возглавляет советский фигурист, олимпийский чемпион, шестикратный чемпион мира и Европы, заслуженный мастер спорта СССР – А.Г. Горшков.

Вторая глава «Современный танец в фигурном катании» содержит параграфы:

1. Хореография в фигурном катании
2. Методика преподавания современного танца в рамках работы с фигуристами одиночниками

В первом параграфе второй главы рассматривается хореография в фигурном катании. Сегодня, согласно новой системе судейства, оценка складывается из двух категорий – технической и так называемых «компонентов». Судьи ставят оценки за пять составляющих («компонентов») программы от 0 до 10 с шагом в 0,25:

- Владение коньком, умение кататься на одной ноге, удерживать равновесие и делать дуги на крутом ребре (Skating skills).
- Связующие – умение переходить с элементов в связки и обратно, сложность и разнообразие связок (Transitions).
- Артистизм, красота исполнения, единство партнёров (Performance).
- Построение программы, оригинальность, способность задействовать весь каток (Composition).
- Передача музыки и образа движениями на льду (Interpretation of the Music).

В танцах на льду, пятый компонент имеет название Interpretation/timing и включает также попадание движений в такт танца.

В основе успешного выступления помимо виртуозной техники лежит еще множество составляющих, совершенствование которых невозможно только средствами общей физической подготовки (ОФП). Появляется необходимость включения хореографической подготовки в учебно-тренировочный процесс фигуристов.

Пахомова Л.А. в своей книге «Хореография и фигурное катание» писала о том, что серьезная хореографическая подготовка необходима, иначе невозможно сохранить и продолжить победные традиции нашей отечественной школы фигурного катания. Мы не имеем права на ошибку, на безграмотность еще и потому, что безмерны вообще традиции русской хореографической школы. Наша хореографическая культура такова, что мы просто обязаны и в спорте следовать этой культуре.

Многие специалисты вторят ей и говорят о благотворном влиянии хореографии на спортивные результаты. Что не удивительно, ведь она способствует решению большого количества задач:

1. Выработке выразительности и музыкальности в исполнении движений.
2. Совершенствованию танцевальных навыков и умений.
3. Развитию координационных способностей.
4. Развитию пластичности и грациозности в исполнении.
5. Повышению физического уровня подготовки.

Именно в процессе занятий хореографией спортсмены ближе всего соприкасаются с искусством. У занимающихся воспитывается правильное ощущение красоты движений, способность передавать в них определенные эмоциональные состояния, различные настроения, переживания, чувства.

Применяемые приемы преподавания хореографии носят конкретный характер, и ориентируются при этом на общий профиль фигуриста. Панин Н.А. относит следующие характеристики к основным чертам профиля фигуриста:

1. общая физическая подготовленность;

2. весьма совершенная координация движений, и, в частности, развитое чувство равновесия;
3. эластичность связок и большая подвижность суставов, особая гибкость позвоночника на скручивание, т. е. способность поворачивать грудную клетку по продольной оси тела на возможно больший угол относительно таза в обе стороны; наибольшая подвижность плечевого пояса в горизонтальной плоскости и тазобедренного сустава по всем его осям;
4. прыгучесть: легкость отрыва и высота прыжка;
5. смелость в прыжках в высоту с поворотами в воздухе по продольной оси тела;
6. ритмичность и пластика телодвижений.

Безусловно, при осуществлении хореографической подготовки в данном виде спорта необходимо учитывать его специфику. Более того, между средствами хореографии используемыми, в одиночном и парном катании имеются определенные различия. Хореографическая подготовка в одиночном катании представляет собой, комплекс упражнений, направленных на совершенствование музыкальности, чувства ритма, выразительности и пластики движений. Для этого изучается техника исполнения комбинации шагов, различные позы при вращениях, большое внимание уделяется отработке прыжков и умению группироваться, а также дисциплине движений в воздухе.

Во втором параграфе рассматривается методика преподавания современного танца в рамках работы с фигуристами одиночниками. Современный танец – это совокупность направлений и форм танца, зародившихся на рубеже XIX XX вв. Он принадлежит и функционирует в рамках модернистской и постмодернистской культуры, которая в свою очередь отвергает наличие каких-либо эталонов, образцов, стандартов и моделей. Современный танец по праву считается самым обширным разделом в хореографическом искусстве, ведь он состоит из огромного количества видов

и подвидов танцевальных течений, в него входят джаз, модерн, contemporary и многие другие.

В настоящее время такую дисциплину как современный танец постепенно начали включать в учебно-тренировочный процесс фигуристов. Однако, из-за существующего на сегодняшний день небольшого количества учебной и методической литературы по организации уроков хореографии у фигуристов, а так же из-за непрерывного развития современного танца, как такового, в его преподавании нет четко регламентированной методики. В связи с этим преподавание современного танца у фигуристов происходит на основании общих методов. Метод является ядром образовательного процесса, связующим звеном между проектируемой целью и конечным результатом. Методы преподавания хореографических дисциплин должны обеспечивать выполнение задач учебно-тренировочного процесса. В соответствии с этим можно выделить несколько групп методов:

- всестороннего развития,
- обучения технике и совершенствования в ней,
- психологической подготовки и воспитания волевых качеств,
- теоретической подготовки по общим вопросам.

Основной целью при организации подготовки фигуристов является достижение максимального спортивного результата. Реализовать это возможно при условии соблюдения общих педагогических принципов учебного процесса:

1. Словесного или верbalного воздействия.
2. Наглядности.
3. Научности.
4. Всесторонности.
5. Сознательности и активности.
6. Систематичности.
7. Постепенности.
8. Доступности.

9. Коллективности в сочетании с индивидуализацией.
10. Прочности усвоения знаний.

Для более качественного усвоения материала, необходимо помнить о принципах распределения нагрузки на уроке:

1. Равномерный.
2. Переменный.
3. Контрольный.
4. Интервальный.
5. Повторный.
6. Круговой.
7. Мышечная релаксация.

Современный танец довольно многообразен. Он включает в себя большое количество направлений, и каждое из них имеет свои тонкости и особенности. Исходя из личного опыта, мы можем сказать, что охватить все направления в рамках работы с фигуристами – задача довольно затруднительная. Так как, на занятия конкретно по современному танцу выделяется всего 2 часа в неделю, в переходный период 3 часа. Поэтому со своими учениками мы занимаемся изучением техник: модерн- танца, джаз-танца, *contemporary dance*.

Над каждой конкретной техникой мы работаем в течение года. Со всеми остальными направлениями мы стараемся познакомиться посредством небольших танцевальных этюдов, комбинаций, которые мы включаем в конце урока. Так же несколько раз в месяц практикуем занятия по свободной пластике и импровизации.

Заключение

Обращение к истории развития катания на коньках позволило проследить в нем зарождение игрового момента, как предтечи современного спорта и далее момент выхода этого явления за пределы игры и спорта, проявление функций, характерных для искусства, художественно образной системы. Появление на «ледовой сцене» таких зрелых произведений,

созданных с помощью изобразительно-выразительных средств, специфичных для фигурного катания, как «Паяцы» Т. Крэнстона, танго «Кумпарсита» и вальса А. Хачатуриана к драме М. Лермонтова «Маскарад» Л. Пахомовой и А. Горшкова, «Кармен» и «Ромео и Джульетта» И. Моисеевой и А. Миненкова, «Паганини» И. Бобрина, «Пасодобль» и «Болеро» Равеля Дж. Торвилл и К. Дин и ряда других ознаменовало определенный этап в развитии фигурного катания, начало формирования его как искусства. Многие произведения на льду можно назвать произведениями искусства. Это те номера, в которых мы видим рождение художественного образа, где налицо драматический конфликт, где музыка, изобразительное искусство, хореография, актерское мастерство и мастерство фигуриста гармоничны и служат одной цели – воплощению глубоких мыслей и интересных идей.

В этом отношении весьма характерна наша отечественная школа фигурного катания и, в частности, творчество таких тренеров как Е.А. Чайковская, И.Б. Москвин, Т.А. Тарасова учениками которых внесены, в спортивные программы и показательные номера осмысленность и художественная образность.

Сегодня зрителям интересны выступления яркие, зрелищные, с современной хореографией. Так, например, на чемпионате мира 2001 года Евгений Плющенко завоевал первый в карьере титул лучшего фигуриста на планете, а для показательных выступлений он выбрал композицию «Sex Bomb» британского певца Тома Джонса, где предстал в образе настоящего мачо и завоевал сердца тысяч поклонниц. Елизавету Туктамышеву многие называют Леди Гагой мирового фигурного катания. Она смогла встремнуть консервативный мир этого вида спорта. Ее показательная программа 2018 года под Бритни Спирс облетела все возможные СМИ и интернет ресурсы. "Toxic" – было на тот момент свежо и необычно. Эта программа обладала поставленной хореографией, имела расставленные смысловые акценты и в нее неплохо вписали использование реквизита.

Вышеприведенные примеры еще раз доказывают необходимость введения дисциплины «современный танец» в учебно-тренировочный процесс фигуристов. Современный танец многообразен, он включает в себя большое количество направлений, со своими особенностями. Но исходя из собственного опыта, можно сказать, что охватить все направления в рамках работы с фигуристами довольно затруднительно, так как, на занятия по современному танцу выделяется всего 2-3 часа в неделю. Поэтому со своими учениками в Спортивном комплексе «Кристалл» МБУДО КСДЮСШОР № 13 Волгарь, мы остановились на изучении модерн-танца, джаз-танца, contemporary dance. На сегодняшний день существует небольшое количество учебной и методической литературы по организации непосредственно уроков хореографии у фигуристов, также мы понимаем, что современный танец непрерывно развивается. Поэтому нет четко регламентированной методики преподавания хореографии современного танца фигуристам. Мы опираемся на общие методы, выделяя из них несколько групп: всестороннего развития; обучения технике и совершенствования в ней; психологической подготовки и воспитания волевых качеств; теоретической подготовки по общим вопросам.

Над каждым направлением, конкретной техникой мы работаем в течение года. Со всеми же остальными направлениями стараемся познакомить обучающихся посредством небольших танцевальных этюдов, комбинаций, которые включаются в конец урока. Так же несколько раз в месяц практикуются занятия по свободной пластике и импровизации. Весь учебно-тренировочный процесс, в том числе занятия по современному танцу, строится в соответствии со следующими этапами: этап начальной подготовки; тренировочный этап; этап совершенствования спортивного мастерства.