

ХОРЕОГРАФИЯ В СПОРТИВНОЙ АКРОБАТИКЕ

ХОРЕОГРАФИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В АКРОБАТИКЕ

Современная школа акробатики отличается высоким исполнительским мастерством спортсменов, широким диапазоном стилей, цельностью композиций, что и достигается с помощью хореографической подготовки.

Хореография в акробатике – это один из современных методов подготовки спортсменов высокого класса на основе школы классического танца. Под влиянием хореографии, повышается культура движений спортсменов, они овладевают правильной постановкой корпуса, приобретают так называемое чувство позы. У спортсменов развивается устойчивость, координация движений, а так же гибкость, сила ног, умение выполнять движения предельно чётко. Под хореографической подготовкой в акробатике понимается система упражнений и методов воздействия, направленных на воспитание двигательной культуры у акробатов, на расширение их арсенала выразительных средств.

Занятия хореографией способствуют решению ряда общеобразовательных задач. Так применение народных, историка – бытовых танцев приобщают к достояниям культуры различных народов. Использование музыки на уроках знакомит с основами музыкальной грамоты, воспитывает музыкальность, чувство ритма.

Хореография важное средство эстетического воспитания, а также развитие творческих способностей.

Кроме того, при занятиях хореографией повышается плотность тренировки (за счёт возможности проведения занятий одновременно с целой группой), что положительно влияет на сердечно - сосудистую и дыхательную систему организма, способствует развитию специальной выносливости. Наряду с этим на уроках хореографии решаются задачи и технической подготовки: освоение различных элементов и комбинаций.

Общепринято влияние занятий хореографией на улучшение спортивных результатов. Умелое применение средств и методов хореографии, безусловно, будет способствовать воспитанию спортсменов высокого класса. Практика работы со спортсменами показала, что средства хореографии могут принести пользу лишь в том случае, если хореограф хорошо знает школу классического танца и умеет применять её не искажая спортивной направленности данного вида спорта.

ОСОБЕННОСТИ ХОРЕОГРАФИИ В СПОРТИВНОЙ АКРОБАТИКЕ

Хореографическая подготовка во многих видах спорта (гимнастика, фигурное катание, синхронное плавание) базируется на классической основе, разработанной в балете. Спортивная акробатика не исключение. Однако она имеет ряд характерных особенностей, которые, прежде всего, определяют

различиями целей и задач, стоящих перед спортсменами. Хореографическая подготовка в спортивной акробатике является лишь частью учебно-тренировочного процесса и должна быть едина с другими видами подготовки акробатов. Это и определяет её специфику. Следует учитывать постоянный дефицит времени, с которым приходится считаться хореографу в спорте. Дефицит времени в подготовке акробатов, большой объём разнохарактерных движений (парно – групповая работа, специальная физическая подготовка, индивидуальная работа) предъявляет особые требования к методике проведения урока хореографии, к выбору средств и методов подготовки. Урок хореографии в спортивной акробатике должен в первую очередь учитывать практическую целесообразность каждого задания. Увлечение внешним эффектом упражнения, общим впечатлением, введения большого количества украшательств нецелесообразно. В учебном процессе каждое упражнение должно нести конкретную смысловую нагрузку (техническую, воспитательную и т.д.). Особенность хореографии в спортивной акробатике заключается в том, что если в хореографическом училище существует единая программа обучения танцевальному искусству, то в спортивной акробатике такой программы нет, каждому хореографу приходится разрабатывать и проводить в жизнь свою методику обучения, исходя из личного спортивного и педагогического опыта.

Незнание особенностей данного вида спорта может привести к искажению спортивной направленности.

В настоящее время танцевальные средства хореографии, используемые в упражнениях, самостоятельного значения не имеют и применяются только как связующие элементы. В то же время к общей культуре движений и хореографической подготовке предъявляют очень высокие требования. Из всего многообразия средств хореограф должен выбрать именно те, которые наиболее необходимы и полезны. Подготовка к групповым движениям также должна отразиться и на системе хореографической подготовки. Уже здесь желательно воспитывать умения синхронно работать.

Решающим в работе хореографа является принцип индивидуальности.

Если в балете одну и ту же вариацию могут исполнять различные танцовщицы в течение ряда лет, то в спортивной акробатике произвольные упражнения создаются специально для данной женской тройки, пары, смешанной пары, четвёрки и так далее для того, чтобы показать спортсменов с более выигрышной стороны. Р.В.Захаров в своей книге «Записки балетмейстера» пишет, что «одна из важнейших задач педагога – подметить и суметь развить индивидуальность у своих учеников». Исходя из хореографической подготовки внешних спортивных данных хореограф принимает решение какую подобрать музыку для упражнения, какие движения, какой характер выбрать (лирический, русский, цыганский и т.д.).

ХОРЕОГРАФ – ПОСТАНОВЩИК

В обязанность хореографа в спортивной акробатике входит не только проведение уроков хореографии, но и постановка произвольных упражнений, и их отработка.

Для этого хореограф должен много работать с видеоматериалом, и на основе его составлять произвольное упражнение. Так же хореограф занимается подбором музыкального сопровождения. Хореограф, зная своих учеников, выбирает характер музыкального сопровождения и движений (русский, испанский, лирический и т.д.). Тот, который наиболее соответствует внешности, их хореографической подготовке, виду произвольных упражнений (вольтижное или балансовое упражнение).

Так же хореограф должен учитывать вид акробатики. Композиция для смешанной пары будет отличаться от композиции для женской пары, композиция женской пары от мужской четвёрки и т.д.

Хореограф в спортивной акробатике это постановщик, репетитор, балетмейстер в одном лице.