



ИССЛЕДОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫХ ИНТЕРЕСОВ СТУДЕНТОВ-ХОРЕОГРАФОВ ВНЕ ВУЗА В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ

УДК 793.3 : 796

<http://doi.org/10.24412/2310-1679-2022-346-119-127>

Татьяна Виталиевна САБАНЦЕВА,

кандидат педагогических наук, доцент кафедры режиссуры и хореографии Омского государственного университета им. Ф. М. Достоевского. Омск, Россия, e-mail: sabtv@mail.ru

Аннотация: В статье поднимается вопрос о проблемной ситуации, связанной с оценкой необходимости дополнительной специально-направленной спортивной деятельности студентов-хореографов и их мотивации к данной деятельности. Проведен анализ ранее полученных сведений о необходимости совершенствования физических качеств студентов для повышения уровня исполнительского мастерства. Изучена и доказательно освещена проблема важности развития физических качеств и способностей учащихся хореографического профиля на современном этапе. Обоснованы возможные причины сложившейся ситуации. Проанализирована степень желания заниматься дополнительной физкультурной деятельностью вне вуза студентами-хореографами, а также показатели занимающихся на сегодняшний день различными дополнительными видами физической активности, помимо различных техник хореографического тренажера. Опрос экспертов позволил определить современное состояние уровня физической подготовленности студентов, а также оценить их успешность в исполнении различных техник хореографического тренажера. Полученный объем сведений в ходе пилотного исследования позволит далее прорабатывать как с методических, так и практических позиций организацию деятельности студентов-хореографов – регулирование направленности средств физического воспитания в учебном процессе вуза, а также координировать их внеучебную и самостоятельную работу.

Ключевые слова: физическая активность, студенты-хореографы, хореографический тренаж, уровень физической подготовленности.

Для цитирования: Сабанцева Т. В. Исследование физкультурно-спортивных интересов студентов-хореографов вне вуза в современных условиях // Культура и образование: научно-информационный журнал вузов культуры и искусств. 2022. №3 (46). С. 119–127. <http://doi.org/10.24412/2310-1679-2022-346-119-127>

RESEARCH OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS INTERESTS OF STUDENTS-CHOREOGRAPHERS OUTSIDE THE UNIVERSITY IN MODERN CONDITIONS

**Tatiana V. SABANTSEVA, CSc in Pedagogy,
Associate Professor at the Department of Directing and Choreography,
Dostoevsky Omsk State University, Omsk, Russia, e-mail: sabtv@mail.ru**

Abstract: The article raises the issue of a problematic situation related to the assessment of the need for additional specially-directed sports activities of choreographers and their motivation for this activity. The analysis of previously obtained information about the



need to improve the physical qualities of students to increase the level of performing skills is carried out. The problem of the importance of the development of physical qualities and abilities of choreographic students at the present stage is studied and evidently highlighted. The possible reasons for the current situation are substantiated. The degree of desire to engage in additional physical activity outside the University by choreographer students, as well as indicators of those engaged in various additional types of physical activity today, in addition to various choreographic coaching techniques, is analyzed. The survey of experts made it possible to determine the current state of the level of physical fitness of students, as well as to assess their success in performing various choreographic coaching techniques. The amount of information obtained during the pilot study will allow us to further work out, both from methodological and practical positions, the organization of the activities of choreographers – the regulation of the orientation of physical education in the educational process of the University, as well as coordinate their extracurricular and independent work.

Keywords: physical activity, choreography students, choreographic coaching, level of physical fitness.

For citation: Sabantseva T. V. Research of physical culture and sports interests of students-choreographers outside the university in modern conditions. *Culture and Education: Scientific and Informational Journal of Universities of Culture and Arts*. 2022, no. 3 (46), pp. 119–127. (In Russ.). <http://doi.org/10.24412/2310-1679-2022-346-119-127>

Подготовка студента-хореографа в системе современного хореографического образования имеет ряд особенностей, связанных, прежде всего, с профилированием образовательной программы, а также взаимосвязано с уровнем или ступенью учебного заведения. Вузы культуры и искусств, а также факультеты культуры и искусств при классических или педагогических университетах готовят студентов по федеральному государственному стандарту и разрабатывают образовательные программы, используя стандарты направлений «Хореографическое искусство» или «Народная художественная культура», учитывая в большей степени педагогическую и балетмейстерскую направленность. При этом следует отметить, что основу почти всех программ составляют профильные хореографические дисциплины, предусматривающие разнообразный по сложности и направленности хореографический тренаж и вследствие этого требующий от студента для его исполнения достаточного уровня физической подготовленности. А вот в хореографических училищах студенты осваивают образовательную программу, при этом она имеет в большей степени исполнительскую направленность, но также для ее освоения необходим определенный уровень физической подготовленности учащегося.

Но абсолютно все преподаватели профильных дисциплин, работающие в различных ступенях системы хореографического образования, утверждают тот факт, что и студентам – будущим преподавателям или балетмейстерам-постановщикам, и студентам – будущим исполнителям в области хореографического искусства сегодня не хватает уровня развитости специальных физических качеств и способностей для наиболее эффективного освоения хореографического тренажа различной направленности, будь



то классического, народно-характерного или современного. Данный аргумент подтверждается в исследованиях современных педагогов-практиков.

Так П. Ю. Масленников замечает, что «...специалисты по танцевальным направлениям отмечают важность развития физических качеств артистов балета и низкий уровень общего физического развития своих воспитанников на всех этапах обучения» [5. с. 84].

«Однако в последние годы все больше педагогов-хореографов склоняется к мнению, что, во-первых, координацию можно и нужно развивать с помощью специальных методических приемов и техник не только на уроках классического танца, но и на дополнительных занятиях, и, во-вторых, что термин «координация» достаточно сложен: он включает в себя качественно разные способности, которые следует изучать, искать способы их тестирования и развития при обучении хореографии» – так аргументируют важность дополнительной специально-направленной физической активности современные исследователи в области хореографии И. И. Бадаева и И. А. Степаник [1, с. 76].

Об уровне профессиональной готовности в своих исследованиях Я. Ю. Пшечук-Воронина [9, с. 30] подчеркивает, что «...профессия хореографа предъявляет к студенту высокие требования в связи с изменениями, происходящими в современном понимании танца и соединяющими танец с гимнастикой, акробатикой, пантомимой. Поэтому для внедрения своих проектов в реальную действительность при постоянном процессе развития современной хореографии и обогащения ее новыми техническими возможностями студенту-хореографу требуется высокий уровень физической подготовленности».

Все вышеперечисленные утверждения подтверждают важность совершенствования уровня физической подготовленности современного студента-хореографа, обучающегося на разных ступенях образования и разной квалификационной направленности – будь то исполнительская, педагогическая или балетмейстерская.

Но все-таки ранее мы упомянули о том, что специфика образовательного процесса подготовки будущего артиста балета и будущего преподавателя по хореографии различна, тем самым и подходы к совершенствованию уровня физической подготовки студентов-хореографов должны быть иными.

Однако общие моменты в образовательном процессе все же присутствуют. Таковым является освоение студентами профильных дисциплин, содержащих различные хореографические техники, предполагающих исполнительское выполнение разнообразных танцевальных движений. А как известно, в последнее время наблюдается тенденция «развитие и усложнение исполнительской хореографической техники, что требует от современного артиста балета повышенного уровня физической подготовленнос-



ти, в том числе и в силовой выносливости отдельных групп мышц» [5, с. 85]. Разница наблюдается лишь в количественной нагрузке профильных хореографических дисциплин, которая явно при подготовке артиста балета (исполнителя) намного превышает недельную нагрузку студента-хореографа высшего учебного заведения.

Таким образом, возникают ряд противоречий, которые свидетельствуют о том, что, несмотря на разницу в физической нагрузке у артистов балета и студентов-хореографов вуза, им необходимо совершенствовать уровень физической подготовленности, учитывая количественную недельную (дневную) нагрузку и выстраивать индивидуальную траекторию работы по улучшению уровня физической подготовленности. Несомненно, у этих двух, вроде бы схожих по направлению обучения групп студентов, будет абсолютно разный подход к развитию и совершенствованию физических качеств и способностей.

Вследствие этого необходимо первоначально провести мониторинг сбора сведений о самостоятельной физической активности вне учебного заведения учащегося и проанализировать взаимовлияние на уровень успешности исполнения различных хореографических техник при освоении образовательной программы. По нашему мнению, полученные нами сведения позволяют в дальнейшем создать условия для возможности корректировать уровень хореографической нагрузки студента и координировать содержание его самостоятельной работы, предусмотренной в вузе.

Если обратиться к анализу отечественной научной и учебно-методической литературы по общей организации физического воспитания студентов вузов [3, с. 60, 10, с. 671], то мы найдем рекомендации только по общепринятым методам и подходам в системе обучения и организации физического воспитания студентов различных специализаций.

Но также ряд авторов отмечает, что для того, чтобы занятия физкультурой были результативными, то есть способствовали развитию психофизических профессиональных качеств, студенческая молодежь должна принять более современные подходы к овладению физической культурой, которые соответствуют индивидуальным особенностям, в большей степени способствуют реализации разносторонних интересов молодых людей, что позволит более уверенно чувствовать себя в будущей профессии [2, с. 112, 3, с. 60, 4, с. 254, 6, с. 201, 8, с. 2992].

А в новейших исследованиях по проблемам совершенствования системы хореографического образования, в частности, по разработке приемов и методов физического воспитания именно студентов-хореографов как вспомогательного компонента улучшения уровня физической подготовленности для освоения профильных двигательных дисциплин, а также комплекса профильных тестовых заданий, к сожалению, недостаточно разработан подход именно с точки зрения профессиональной направленности.



Все вышеописанные аспекты затрагиваемой темы подтверждают ее актуальность и побуждают первоначально к проведению пилотного исследования для подтверждения и аргументации значимости выбранной тематики и определения дальнейшей ее перспективы.

Таким образом, *проблема исследования* заключается в недостаточной освещенности в литературе и разработанности специальных приемов и методов организации системы физического воспитания студентов-хореографов как вспомогательного компонента образовательной программы вуза для совершенствования их физической подготовленности как факто-ра успешности и результативности при освоении двигательных хореографических дисциплин.

Цель исследования – изучить уровень активности и направленность физической нагрузки студентов-хореографов вне учебных занятий вуза и проанализировать их взаимовлияние на уровень исполнения двигательных хореографических движений.

Методология исследования. Исследование проводится на основе обобщения результатов, полученных в ходе общепринятых педагогических методов, таких как опрос, анализ современных научных исследований по тематике исследования и их результатов, методы математической статистики для обработки и выявления перспектив дальнейшего изучения.

Обсуждение и результаты исследования. Как известно, направленность хореографического тренажа может быть различна в зависимости от вида хореографического искусства. Это может быть классический, народно-сценический или современный тренаж. Все они целенаправленно воздействуют на различные группы мышц, причем каждый из них развивает и совершенствует в большей или меньшей степени определенную группу мышц, потому что особенностью всех элементов хореографических тренажей является исполнение танцевальных упражнений в определенных позициях ног. Так, классический тренаж основан на первоначальном выворотном положении стоп, а вот народно-характерный и современный тренаж могут включать в свое первоначальное положение не только выворотное, но и параллельное положение стоп и даже использовать «заворотное», что, несомненно, затрагивает иные группы мышц верхних и нижних конечностей, расположенных медиально, и латерально, нежели классический тренаж. «Танцы тренируют практически все мышцы, делая их упругими и сильными тела и положительно влияют на суставную ткань» [11, с. 3]

Таким образом, у нас сформировался вопрос, требующий уточняющего ответа. Необходима ли студентам-хореографам дополнительная физическая активность вне вуза, ведь особенность их учебного процесса связана именно с исполнением различных видов хореографического тренажа. И чтобы получить ответы на возникшие вопросы, нами была выбрана площадка Омского государственного университета им. Ф. М. Достоевского и



соответственно студенты, обучающиеся по направлению «Хореографическое искусство».

В основном исследовании принимали участие студенты очной формы обучения в количестве 48 человек.

Предварительно мы провели опрос и собрали сведения об оценке, по мнению самих респондентов, их уровня специальной физической подготовленности для исполнения полного объема различных хореографических техник, предусмотренных образовательной программой. Опрос показал, что только 32 % полностью довольны своим уровнем физической подготовленности и, по их мнению, успешно осваивают образовательную программу. А 59 % опрошенных хотели бы улучшить уровень и 9 % – оценивают свой уровень физической подготовленности как низкий.

Такие результаты показывают, что большинство студентов, даже обучаясь на направлении подготовки «Хореографическое искусство» и имея в недельной нагрузке обязательные профильные хореографические дисциплины, нуждаются в дополнительной физической нагрузке, но такой, которая бы излишне не перенапрягала мышечную систему, а положительно и вспомогательно воздействовала на организм учащегося.

Далее исследование предполагает сбор информации о физической активности студентов-хореографов вне вуза, и со всеми респондентами был проведен устный опрос, в ходе которого нами была собрана информация и проведен статистический анализ. Результаты учитывались только в тех случаях, если занятия по той или иной форме физической активности проходят систематически, не реже одного раза в неделю.

Результаты были таковы, что только 9 % от общей численности опрошенных, – а это студенты-хореографы с 1-го по 4-й курс очной формы обучения, – занимаются физической активностью, не связанной с хореографической направленностью, вне вуза и в свободное от учебы время. Если конкретизировать полученные результаты по курсам, то на 1-м курсе – это 2 %, на 2-м курсе – 4 %, на 3-м курсе – 1 % и на 4-м курсе – 2 %.

С данной группой респондентов был проведен дополнительный опрос, в ходе которого мы выявили, что основной вид физической активности студентов-хореографов – плавание и занятия в тренажерном зале.

Такие показатели результатов говорят о том, что в свободное время вне вуза студенты-хореографы не уделяют времени для совершенствования показателей физической подготовленности, непосредственно необходимой для хореографической деятельности. Возможно предположить, что такая низкая активность обусловлена недавно завершившимися ограничительными мероприятиями, связанными с распространением новой коронавирусной инфекции и слабой мотивационной активностью подростков и студентов к самостоятельным физическим нагрузкам. Исследования последних лет подтверждают наше предположение и «...эксперты указывают,



что пандемия COVID-19 значительно ограничила общий уровень физической активности населения, в том числе и студенческой молодежи, практически во всех странах мира... А также отмечают важность и необходимость исследований, посвященных данной проблематике» [7, с. 313].

Оставшиеся 91 % опрошенных респондентов не имеют никакой дополнительной физической активности вне вуза.

Такие результаты исследования свидетельствуют о том, что большинство респондентов, участвовавших в опросе, хотели бы улучшить свой уровень физической подготовленности, но при этом большая часть респондентов не используют различные средства физической культуры в качестве дополнительного ресурса совершенствования своих физических качеств и способностей в свободное от учебы время или в период самостоятельной работы.

Рассмотрим исследуемый вопрос с точки зрения экспертов – преподавателей профильных хореографических дисциплин и проведем опрос, в ходе которого выявим их мнение о взаимосвязи показателей уровня исполнительского мастерства и уровня физической подготовленности студентов-хореографов. В опросе приняли участие 8 человек – это преподаватели высших и средне специальных учебных заведений Омского региона по профильным хореографическим дисциплинам различной направленности (классический, народный и современный танец). В ходе опроса респондентам было предложено ответить на ряд вопросов, по результатам которых мы определили:

- на современном этапе, по мнению респондентов (экспертов), высоким уровнем физической подготовленности обладают 21 % студентов-хореографов от всего объема контингента обучающихся; 68 % имеют средний уровень физической подготовленности и 11 %, по мнению респондентов (экспертов), обладают слабым уровнем физической подготовленности;
- следующим оценочным показателем выступала оценка уровня исполнительского мастерства, который, по мнению экспертов, напрямую зависит от уровня физической подготовленности студента-хореографа, и получили следующие результаты: 25 % студентов-хореографов от всего объема контингента обучающихся обладают высоким уровнем исполнительского мастерства; 71 % имеют средний уровень и 4 %, по мнению респондентов (экспертов), обладают слабым уровнем.

Таким образом, соотнеся результаты опроса студентов-хореографов и экспертов, можно сделать вывод о том, что дополнительный вид физической активности вне вуза оказывает только положительное влияние на уровень исполнительского мастерства, тем самым способствует более успешной успеваемости в учебном процессе.

Выводы. Итогом проведенного пилотажного исследования является выявление ряда обоснований, требующих дальнейшей разработки и служащих основанием перспективности развития исследуемой тематики.



Таковыми являются:

- для профессиональной успешности в исполнительском мастерстве студенту-хореографу необходима дополнительная физическая нагрузка, положительно влияющая на исполнение различных техник хореографического тренажа;
- при этом дополнительная физическая активность студентов-хореографов вне вуза может носить различную функцию: будь то вспомогательную для совершенствования уровня физических качеств и способностей или оздоровительную, способствующую гармонизации развития мышечной системы студента-хореографа.

Проведенный нами сбор информации в виде опроса студентов-хореографов и специалистов-преподавателей хореографических дисциплин позволил подтвердить предполагаемый ранее низкий уровень физической активности современной молодежи вне учебных занятий в вузе, но при этом мы доказали значимость этого процесса, особенно у студентов-хореографов, путем как анализа ранее проведенных исследований, так и современной оценки экспертов (преподавателей по различным хореографическим техникам).

Эти аргументы позволяют нам далее прорабатывать проблему и проводить дальнейшее исследование по разработке перспективных траекторий решения вопроса совершенствования уровня физической подготовленности студентов-хореографов для улучшения исполнения различных техник хореографического тренажа.

Список литературы

1. Бадаева И. И., Степаник И. А. Исследование координационных способностей учащихся Академии Русского балета им. А. Я. Вагановой на раннем этапе профессиональной хореографической подготовки // Вестник Академии Русского балета им. А. Я. Вагановой. Санкт-Петербург : ФГБОУ ВО «Академии Русского балета им. А. Я. Вагановой», 2018. № 2. С. 74–93.
2. Железняк, Ю. Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте : учеб. пособие. Москва : Академия (Academia), 2016. 382 с.
3. Коноплева А. Н., Гилясова М. Х., Ачиева Н. Е. Организация учебного процесса в вузе в условиях реализации требований Федеральных государственных образовательных стандартов нового поколения как фактор, повышающий мотивацию к занятиям физической культурой и спортом // Педагогические науки. Москва : Из-во «Спутник +». 2016. № 4. С. 58–61.
4. Копылов, Ю. А. Система физического воспитания в образовательных учреждениях. Москва : Арсенал образования, 2018. 393 с.



5. *Масленников П. Ю.* Анализ развития физических качеств будущих артистов балета на начальном этапе профессиональной подготовки // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. Челябинск : Челябинский государственный университет. 2021. Т. 6, № 3. С. 82–87.
6. *Назаренко, Л. Д.* Оздоровительные основы физических упражнений. Москва : Владос, 2016. 240 с.
7. *Осипов А Ю., Клепцова Т. Н., Лепилина Т. В., Воронцов С. В., Данькова М. Ю.* Влияние пандемии COVID-19 на физическую активность студенческой молодежи // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. Санкт-Петербург : Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта», 2021. № 3. С. 313–317.
8. *Павинская К. В.* Модернизация процесса физической подготовки студентов-хореографов на занятиях физической культуры // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2015. Т. 13. С. 2991–2995.
9. *Пшечук-Воронина Я. Ю.* Уровень развития профессионально важных двигательных качеств будущих хореографов в системе среднего профессионального образования // Физическая культура, спорт – наука и практика. Краснодар : ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет физической культуры спорта и туризма», 2017. № 2. С. 30–34.
10. *Прокопенко Л. А., Колесова А. С.* Приоритеты занятий физической культурой и спортом в вузе // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. 2016. № 3-4. С. 671–672.
11. *Сырцова М. В., Стрельцова И. А.* Влияние танцев на организм человека // Материалы IX Международной студенческой научной конференции «Студенческий научный форум». Алтайский государственный университет. Электрон. дан. Барнаул : [б. и.], 2017. С. 1–4.