

Ч 517.199
Г 82

ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

ГРИЦИШИН ТЕТЯНА РОМАНІВНА

УДК: 796.012.656

**ТЕХНІЧНА ПІДГОТОВКА СПОРТСМЕНІВ-ТАНЦЮРИСТІВ
НА ОСНОВІ ПІДВІДНИХ ВПРАВ ТА ОПОРНИХ ТОЧОК
ФІГУР ПРОГРАМИ STUDENT**

24.00.01 – олімпійський і професійний спорт

АВТОРЕФЕРАТ

дисертації на здобуття наукового ступеня
кандидата наук з фізичного виховання і спорту

Львів – 2007

Дисертацією є рукопис.

Робота виконана у Львівському державному університеті фізичної культури Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту.

Науковий керівник доктор технічних наук, професор
ЗАНЕВСЬКИЙ Ігор Пилипович,
Львівський державний університет фізичної культури,
завідувач кафедри економіки та інформаційних
технологій.

Офіційні опоненти: доктор педагогічних наук, професор
ВОЛКОВ Леонід Вікторович,
Переяслав-Хмельницький державний педагогічний
університет імені Григорія Сковороди, завідувач кафедри
теорії і методики фізичного виховання;

кандидат наук з фізичного виховання і спорту,
доцент **БУБЕЛА Олег Юліанович**,
Львівський державний університет фізичної культури,
завідувач кафедри теорії і методики гімнастики.

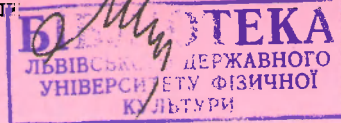
Захист відбудеться **1 листопада 2007 р.** о 15 годині на засіданні спеціалізованої вченої ради К 35.829.01 Львівського державного університету фізичної культури за адресою: 79000 м. Львів, вул. Костюшка, 11.

З дисертацією можна ознайомитись у бібліотеці Львівського державного університету фізичної культури (79000 м. Львів, вул. Костюшка, 11).

Автореферат розісланий "26" вересня 2007 р.

Вчений секретар
спеціалізованої вченої ради:

М.М. Линець



ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність. Спортивні танці є відносно новим видом спорту не тільки в Україні, але й у всьому світі. Бурхливий розвиток та зростання популярності спортивних танців зумовлюють необхідність розробки та науково-методичного обґрунтування специфічних методик різних розділів підготовки спортсменів танцюристів, особливо початківців, оскільки перші навички й кроки мають визначальний вплив на подальші успіхи спортсмена (Волков Л.В., 1998, 2002; Коваленко А.А., 2001).

Спортивні танці належать до видів спорту, в яких результат визначають судді на основі суб'єктивного оцінювання точності, складності, краси та артистизму виконання спортивних вправ (Келлер В.С., Платонов В.М., 1993; Сингіна Н.Ф., 2001). Танцювальні елементи та фігури характеризуються особливим стилем виконання, що вимагає значної координованості танцюриста та вміння узгоджувати рухи практично з усіма ланками тіла. Технічна підготовка у спортивних танцях ускладнена необхідністю засвоєння великої кількості складних за структурою рухових дій, що виконуються в парах з музичним супроводом. Отже, у спортивних танцях найважливішим компонентом тренувального процесу є технічна підготовка, що потребує раціональної методики навчання (Шароватова В.А., 1999; Слободянюк Е.Н., 2001; Борисанова Э.Г., Коваленко А.А., 2002).

Технічна підготовка у спортивних танцях реалізується у формі вивчення фігур – структурних одиниць танцювальних композицій, які поділені за рівнем складності на програми навчання STUDENT, ASSOCIATE, MEMBER, FELLOW (Осадців Т.П., 2001). Загальноприйнятому в теорії спорту етапу попередньої базової підготовки відповідає програма STUDENT.

Важливим, згідно з фундаментальною теорією формування рухових умінь та навичок (Бернштейн Н.А., 1947, 1964, 1966, 1991; Дьяков В.В., 1972; Мазниченко В.Д., 1984; Боген М.М., 1985; Матвеев Л.П., 1990; Донской Д.Д., 1991; Ровний А.С., 2002; Круцевич Т.Ю., 2003), є визначення особливостей застосування методів і засобів відповідно до трьох етапів навчання руховим діям (Бернштейн Н.А., 1947, 1964, 1966, 1991; Боген М.М., 1985; Келлер В.С., Платонов В.М., 1993), а також визначення опорних точок (ОТ) – найважливіших фрагментів руху, на які потрібно звертати увагу під час виконання фізичної вправи (Боген М.М., 1985; Матвеев Л.П., 1991). Важливим засобом для вивчення технічних дій у складнокоординаційних видах спорту вважають підвідні вправи (ПВ) (Боген М.М., 1985; Лях В.И., 1991; Матвеев Л.П., 1991; Тер-Ованесян А.А., Тер-Ованесян И.А., 1992; Болобан В.Н., Містулова Т.Е., 1995., Бубела О.Ю., 2002). Потреба застосування ПВ у спортивних танцях не викликає сумнівів (Блинникова Е.И., 2000; Борисанова Э.Г., 2001; Шипилина И.А., 2004). Проте у наявній науково-методичній літературі відомості щодо методики підготовки у спортивних танцях мають здебільшого фрагментарний характер. Це, зокрема, описи основних фігур та простих композицій (Moog A., 1968; Wiczysty M., 1986; Дени Г., Дассвиль Л., 1987; Laird W., 1997). Але не описані засоби, методи, послідовність їх вивчення та виконання. Унаслідок цього в сучасній практиці

586/1

АКАДЕМІЯ НАУК
УКРАЇНИ

спортивних танців спортивно-технічна підготовка на всіх етапах навчання реалізується в основному у формі вивчення фігур та варіацій (Коваленко А.А., 2001). Теоретичне й методичне забезпечення навчально-тренувального процесу в спортивних танцях досі майже повністю відсутнє (Платонов В.М., 2005).

Виходячи з викладеного, вивчення проблеми технічної підготовки спортсменів-танцюристів узагалі та визначення ПВ і оптимальної кількості ОТ на різних етапах вивчення техніки фігур зокрема є актуальним.

Ураховуючи специфічність й актуальність технічної підготовки танцюристів, вважаємо за доцільне впровадження методичних прийомів навчання техніці та програми технічної підготовки в латиноамериканських танцях, які ґрунтувалися б на паралельному застосуванні ОТ і ПВ.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дисертаційну роботу виконано згідно з темою 1.4.2 "Математичне моделювання кінематики рухів спортсменів" Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури та спорту на 2001–2005 рр., номер державної реєстрації 0102U002645. Роль автора полягала у розробці, експериментальній перевірці та впровадженні програми технічної підготовки в латиноамериканських танцях, що ґрунтується на паралельному застосуванні ПВ та ОТ техніки фігур програми STUDENT; розробці, експериментальній перевірці та впровадженні кваліметричної системи для оцінювання техніки виконання фігур програми STUDENT.

Об'єкт дослідження – технічна підготовка у спортивних танцях.

Предмет дослідження – застосування підвідних вправ та опорних точок фігур програми STUDENT у навчанні спортивним танцям латиноамериканської програми.

Мета роботи – розробити теоретико-методичні засади технічної підготовки спортсменів-танцюристів на основі підвідних вправ та опорних точок фігур програми STUDENT.

Завдання дослідження:

1. Оцінити сучасний стан і перспективи розвитку теорії та методики технічної підготовки у спортивних танцях на етапі попередньої базової підготовки.
2. Розробити моделі техніки фігур програми STUDENT латиноамериканських танців на основі підвідних вправ та опорних точок.
3. Створити систему оцінювання техніки виконання фігур спортивних танців (на прикладі програми STUDENT).
4. Розробити та експериментально перевірити програму технічної підготовки у спортивних танцях, що ґрунтується на паралельному застосуванні підвідних вправ та опорних точок фігур програми STUDENT.

Методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури й емпіричних матеріалів наукового дослідження; педагогічне спостереження; анкетне опитування; порівняльний педагогічний експеримент; метод експертних оцінок; методи математичної статистики.

Наукова новизна роботи полягає в тому, що розроблено наукові засади технічної підготовки спортсменів-танцюристів, а саме:

- уперше методом фрагментації техніки фігур спортивних танців латиноамериканської програми розроблено моделі їх виконання на основі опорних точок;
- на основі теорії формування рухових навичок (Боген М.М., 1985) уперше в спортивних танцях проведено теоретико-методичне обґрунтування технічної підготовки початківців, яке базується на паралельному застосуванні підвідних вправ та опорних точок, що сприяло підвищенню якості навчання порівняно з традиційними підходами ($p < 0,01$);
- удосконалено класифікацію рухів у спортивних танцях (за складністю, характером взаємодії партнерів та частинами тіла), що створило передумови для моделювання техніки фігур на основі опорних точок;
- дістала подальший розвиток класична теорія вимірювань якості шляхом розробки кваліметричної системи для спортивних танців (шкала оцінок, методика оцінювання, технологія виведення оцінок та модель бригади експертів), що забезпечила високий рівень узгодженості експертних оцінок техніки виконання фігур програми STUDENT (міжкласовий коефіцієнт кореляції $0,71 \pm 0,99$) та високу роздільну здатність ($p < 0,001$).

Практичне значення роботи полягає в розробці та експериментальному обґрунтуванні:

- програми технічної підготовки в латиноамериканських танцях, яка базується на паралельному застосуванні підвідних вправ та опорних точок, що підвищує ефективність навчання спортсменів-початківців;
- кваліметричної системи для визначення якості виконання фігур програми STUDENT, що підвищує об'єктивність їх оцінювання.

Результати роботи впроваджено у навчальний процес Львівського державного університету фізичної культури, у навчально-тренувальний процес клубів спортивного танцю "Фламінго", "Рондо" та гуртка спортивного танцю Личаківського будинку дитячої та юнацької творчості м. Львова, що підтверджено відповідними актами.

Отримані результати можуть бути використані у викладанні теорії та методики спортивних танців у вищих навчальних закладах фізкультурного профілю, а також у процесі підготовки спортсменів-танцюристів у клубах спортивного танцю. Результати дослідження доповнюють теорію підготовки спортсменів у складнокоординаційних видах спорту, а також відповідні розділи загальної теорії підготовки спортсменів.

Особистий внесок здобувача полягає у формулюванні проблеми; організації та проведенні досліджень; розробці опорних точок та комплексу підвідних вправ для вивчення фігур програми STUDENT; визначенні критеріїв оцінювання техніки виконання фігур програми STUDENT; розробці, експериментальній перевірці та впровадженні програми технічної підготовки в латиноамериканських танцях з паралельним застосуванням підвідних вправ та опорних точок; розробці, експериментальній перевірці та впровадженні

кваліметричної системи у спортивних танцях для оцінювання техніки виконання фігур програми STUDENT; аналізі та узагальненні отриманих у роботі результатів; оформленні дисертації.

Апробація результатів дисертації. Результати проведених досліджень відображені у наукових доповідях на міжнародних наукових конференціях “Молода спортивна наука України” (Львів, 2000-2004, 2006); загальноінститутських науково-методичних конференціях професорсько-викладацького складу Львівського державного університету фізичної культури (Львів, 2002-2006); VI Всеросійській науково-методичній конференції з проблем розвитку спортивних танців (Москва, Російська Федерація, 2002); Перед-Олімпійському конгресі “Спортивна наука через століття у нове тисячоліття” (Салоніки, Греція, 2004); Всеукраїнській науково-практичній конференції “Основні напрямки розвитку фізичної культури, спорту та фізичної реабілітації в Україні” (Дніпропетровськ, 2004); IX Міжнародному науковому конгресі “Олімпійський спорт і спорт для всіх” (Київ, 2005); VIII науково-методичній конференції „Сучасні проблеми розвитку теорії та методики гімнастики” (Львів, 2007).

Публікації. За темою дисертації опубліковано 14 наукових праць, у тому числі 9 статей у фахових наукових виданнях. Одинадцять наукових праць виконано одноосібно.

Структура й обсяг дисертації. Дисертація складається зі вступу, шести розділів, висновків, списку використаних джерел, додатків. Загальний обсяг роботи становить 213 сторінок друкованого тексту, з них 177 сторінок основного тексту. Дослідження проілюстроване 46 таблицями та 18 рисунками. У роботі використано 210 джерел, у тому числі 17 іноземних.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ РОБОТИ

У вступі обґрунтовано актуальність теми дослідження; визначено об’єкт, предмет, мету та завдання дослідження; розкрито наукову новизну та практичне значення отриманих результатів, особистий внесок здобувача; описано сферу апробації результатів дослідження, подано інформацію про публікації, структуру й обсяг дисертації.

У першому розділі „**Теоретичні основи технічної підготовки спортсменів-танцюристів**” [1, 4, 6, 7, 8, 9, 11] проаналізовано науково-методичну літературу, яка стосується структури та змісту, засобів і методів технічної підготовки спортсменів, теорії формування рухових навичок як основи технічної підготовки, особливостей технічної підготовки у спортивних танцях, класифікації технічних дій у спортивних танцях та критеріїв їх оцінювання. Виявлено проблему невідповідності рівня розвитку науково-методичного забезпечення технічної підготовки у спортивних танцях вимогам практики, зокрема на етапі попередньої базової підготовки, та обґрунтовано завдання досліджень.

У другому розділі дисертації „**Методи та організація дослідження**” [6, 7, 9] описано систему методів дослідження, що адекватні завданням дисертації.

Для вивчення проблеми дослідження та стану питання у наукових, спортивних, методичних виданнях використано теоретичний аналіз і узагальнення літературних джерел. Метод педагогічного спостереження використовувався для визначення змісту технічної підготовки у спортивних танцях на етапі попередньої базової підготовки. Анкетування проводилося з метою вивчення практичного досвіду тренерів та спортсменів стосовно процесу технічної підготовки у спортивних танцях. Пошуковий експеримент застосовано для визначення можливих шляхів удосконалення методики тренування. Педагогічний експеримент проводився з метою визначення ефективності авторської програми технічної підготовки. Для визначення рівня технічної підготовленості спортсменів-танцюристів використано метод експертних оцінок. За допомогою методів математичної статистики опрацьовано експериментальний матеріал, оцінено достовірність отриманих результатів.

Організація дослідження.

Перший етап (1999-2001 рр.) – проаналізовано науково-методичну літературу з проблем технічної підготовки спортсменів-танцюристів та проблеми оцінювання танцювальної майстерності. Конкретизовано й обгрунтовано мету, завдання і методи дослідження. Визначено зміст технічної підготовки у спортивних танцях, проведено пошуковий експеримент та розроблено моделі техніки фігур.

Другий етап (2002 р.) – розроблено класифікацію танцювальних рухів, проведено анкетне опитування тренерів і спортсменів високої кваліфікації.

Третій етап (2003-2004 рр.) – розроблено підвідні вправи та опорні точки одинадцяти відібраних фігур програми STUDENT. Створено та експериментально перевірено кваліметричну систему оцінювання техніки виконання фігур програми STUDENT. Розроблено програму технічної підготовки, яка ґрунтується на паралельному застосуванні ПВ і ОТ фігур програми STUDENT, та проведено порівняльний педагогічний експеримент для перевірки її ефективності. Експеримент проводили на базі двох клубів спортивного танцю м. Львова, в яких було сформовано контрольні та експериментальні групи по 20 осіб у кожній. Загальна кількість складала 80 дітей віком від 9 до 12 років з однаковою кількістю хлопчиків та дівчаток. Групи комплектувалися методом випадкової вибірки.

Четвертий етап (2005-2006 рр.) – здійснено систематизацію та аналіз отриманих результатів експерименту; оформлення дисертаційної роботи; впровадження результатів дослідження у навчально-тренувальний процес спортсменів-танцюристів та навчальний процес студентів ЛДУФК.

У третьому розділі „**Моделювання техніки рухів у спортивних танцях**” [1, 2, 4, 8, 10, 11] запропоновано класифікацію рухів у спортивних танцях латиноамериканської програми за трьома напрямками: за складністю рухів, за частинами тіла та за характером взаємодії партнерів (рис. 1). За складністю рухів виділено дві основні групи рухів (прості і складні). За типом складних рухів розрізняємо крок, перенесення маси тіла, поворот, стрибок і підскок, присід, підйом, рівновагу, підтримку, артистичні рухи.

За типами простих рухів виділено згинання, розгинання (кінцівок), нахил (тулуба, голови); пронацію, супінацію (кінцівок), скручування тулуба (з порушенням паралельності ліній плечей і стегон), поворот (тулуба, голови); відведення, приведення, махи; контракцію, реліс (стиснення і розтягнення тулуба); хвилі (руками, тулубом, усім тілом); рухи з розслабленням; зміщення (голова відносно тулуба; грудна клітка відносно таза).

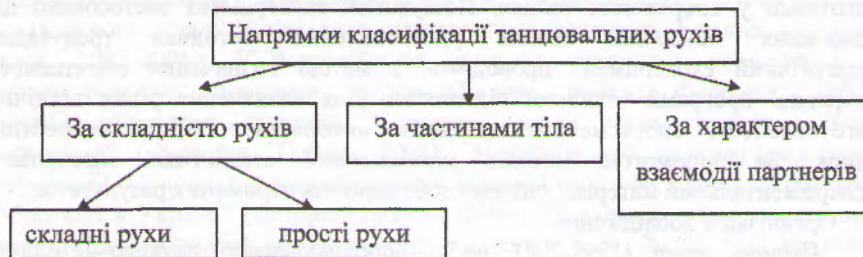


Рис. 1. Напрямки класифікації рухів у танцях латиноамериканської програми.

За частинами тіла рухи у танцях латиноамериканської програми поділено на рухи тулубом (плече, грудна клітка, бік, таз); руками (лікоть, кисть, пальці); ногами (стегно, коліно, ступня, п'ята, носок); головою. За характером взаємодії партнерів танцювальні рухи класифіковано на такі, що виконуються у контакті з партнером, і такі, що виконуються самостійно. Контакт між партнерами може бути фізичний (наприклад: партнер тримає партнерку за руку) або емоційно-артистичний (взаємодія відбувається на відстані завдяки артистичним рухам та змістовним поглядам). Фізичний контакт у парі може бути формального характеру, тобто без прикладання сили, або функціонального характеру – з фізичною взаємодією (найчастіше партнер веде партнерку, допомагає виконати складні та швидкі рухові дії, підтримує і т.п.).

Розроблену класифікацію використано для моделювання техніки танцювальних фігур на основі ОТ, підбору ПВ та оцінки технічної підготовленості спортсменів-танцюристів.

З метою визначення можливих шляхів удосконалення методики тренування спортсменів-танцюристів на етапі попередньої базової підготовки проведено пошуковий експеримент у двох напрямках. На першому – розроблено моделі техніки фігур спортивних танців на основі ОТ, проведено їх апробацію у навчально-тренувальному процесі експериментальної групи, експертне оцінювання і статистичне опрацювання результатів навчання. Ефективність застосування розроблених ОТ підтверджується наявністю суттєвих статистично достовірних відмінностей у рівнях технічної підготовленості контрольної та експериментальної груп на користь останньої ($p < 0,01$). На другому напрямку розроблено комплекс ПВ для вивчення фігур спортивних танців латиноамериканської програми. Апробація ПВ у навчально-тренувальному процесі експериментальної групи показала їхню перевагу в шести фігурах з семи порівняно із загальноприйнятою методикою ($p < 0,01$).

Для отримання додаткової інформації щодо процесу підготовки спортсменів-танцюристів на етапі попередньої базової підготовки було проведено опитування фахівців спортивних танців. Аналіз результатів анкетування зокрема дозволив відібрати одинадцять фігур програми STUDENT танців румба та джайв, для вивчення яких необхідно застосовувати ПІВ.

У четвертому розділі „Оцінювання фігур програми STUDENT у спортивних танцях” [3, 6, 9] описано розроблену кваліметричну систему для визначення якості виконання фігур програми STUDENT, яка складається з чотирьох елементів: дванадцятибальної шкали оцінок, методики оцінювання, технології виведення оцінок, моделі бригади експертів. У процесі розробки шкали оцінок виходили з наступних міркувань. Шкала повинна, з одного боку, відповідати міжнародним критеріям суддівства, а з другого – бути корисною для тренера-практика, який працює зі спортсменами-початківцями. Тому прийнято наступний порядок пріоритетів груп критеріїв: структура кроків, відповідність музичному супроводу, техніка рухів і положення частин тіла. Щоб детально оцінити рівень володіння фігурою, у кожній групі критеріїв слід виокремити три або чотири градації. На основі вищезазначених загальноприйнятих міжнародних критеріїв суддівства шляхом деталізації, конкретизації та з урахуванням сучасної дванадцятибальної системи оцінок загальноосвітньої школи розроблено спеціалізовані критерії оцінювання техніки виконання фігур програми STUDENT, які подано у вигляді дванадцятибальної шкали оцінок (табл. 1).

Оцінки “1”-“7” стосуються лише структури кроків фігури відповідно до музичного супроводу. Оцінки “8”-“12” стосуються ліній корпусу, динаміки, техніки. Методика оцінювання детальніше розкриває дванадцять рівнів шкали та пояснює як ними користуватися, роз’яснює зміст критеріїв. Технологія виведення експертних оцінок передбачає заповнення спеціальної форми, розробленої для реалізації результатів оцінювання. Це дозволяє тренеру зробити попередню оцінку технічної підготовленості кожного зі спортсменів та рівня засвоєння кожної з фігур усією групою. Отримані числові дані використано для статистичної обробки результатів експертного оцінювання виконання фігур.

Модель бригади експертів є ключовим елементом кваліметричної системи. Її розроблено з урахуванням класичних вимог: компетентність, неупередженість, інтуїція, широта поглядів, незалежність міркувань. Отже, техніку виконання фігур оцінювала бригада експертів у складі 5 осіб, а саме: 1 - суддя вищої національної категорії, тренер зі стажем 15 років, президент спортивного танцювального клубу, викладач спеціалізації спортивні танці ВЗН фізкультурного профілю; 2 - суддя вищої національної категорії, тренер зі стажем 30 років, президент спортивного танцювального клубу; 3 - танцюрист “S” класу, майстер спорту, тренер зі стажем 6 років; 4 - танцюрист “S” класу, майстер спорту, тренер зі стажем 5 років; 5 - танцюрист “B” класу, тренер зі стажем 6 років.

Таблиця 1

Дванадцятибальна шкала оцінок техніки фігур програми STUDENT

| Оцінка, бали | К р и т е р і ї |
|--------------|---|
| 1 | Неправильна структура виконання кроків фігури. |
| 2 | Наявні фрагменти структури кроків. |
| 3 | Деколи збивається з правильної структури виконання кроків. |
| 4 | Правильна структура виконання кроків. |
| 5 | Правильна ритмічна структура виконання кроків. |
| 6 | Правильна структура виконання кроків фігури, часткова невідповідність музичному супроводу. |
| 7 | Чітке виконання кроків фігури відповідно до музичного супроводу. |
| 8 | Критерій "7" балів + проглядається робота ступнів та колін. |
| 9 | Критерій "7" + виконання роботи ступнів та колін, наближено правильне положення корпусу та рук (відсутність значних порушень у положенні тулуба). |
| 10 | Критерій "7" + виконання роботи ступнів та колін, правильне положення корпусу, рук та голови. |
| 11 | Критерій "10" + проглядається правильна робота стегон, рук та голови. |
| 12 | Критерій "11" + координованість рухів, загальне враження – позитивне. Правильний напрямок ведення. |

З використанням методу двофакторного дисперсійного аналізу при кореляції даних проведено апробацію кваліметричної системи, яка показала високий рівень узгодженості експертних оцінок (міжкласовий коефіцієнт кореляції $0,71 \pm 0,99$) та високу роздільну здатність ($p < 0,001$).

У п'ятому розділі „Програма технічної підготовки спортсменів-танцюристів (на прикладі латиноамериканської програми)” [5, 7, 12, 13] представлено розроблені ПВ та ОТ техніки одинадцяти фігур програми STUDENT, описано авторську програму технічної підготовки та перевірено її ефективність.

Для експериментальної перевірки програми технічної підготовки було відібрано одинадцять фігур програми STUDENT двох танців. Сім з них – з танцю румба („Основний рух”, „Віяло”, „Алемана”, „Хокейна ключка”, „Прогресивні кроки”, „Кукарача”, „Повороти на місці”), який найбільш сприятливий для вивчення техніки рухів у латиноамериканських танцях, оскільки для нього характерні повільний темп та помірне навантаження. Чотири фігури належать танцю джайв („Фоллей рок”, „Зміни місць”, „Зміна рук за спиною”, „Американський спін”), який суттєво відрізняється темпоритмовою структурою, характером виконання, специфічними рухами та переміщеннями по паркету.

Особливістю авторської програми є паралельне застосування ПВ та ОТ для вивчення техніки фігур програми STUDENT. Отже, на основі запропонованої класифікації танцювальних рухів розроблено 84 ОТ та 37 ПВ для вивчення названих вище одинадцяти фігур програми STUDENT. При цьому їх поділено на дві групи: універсальні – ОТ та ПВ, що стосуються особливостей техніки всього танцю або більшості фігур відповідного танцю; специфічні – ОТ та ПВ, що стосуються особливостей техніки виконання окремої фігури. Також визначались помилки, які можуть виникнути під час навчання деяким фігурам, шляхи їх запобігання та виправлення за допомогою відповідних ОТ та слів-підказок.

Оскільки ОТ розроблено для кожного з трьох етапів вивчення фігур, складено відповідну послідовність вивчення фігур за кожним етапом. Отже, для вивчення комплексу відібраних фігур створено систему використання універсальних та специфічних ОТ та ПВ. Цим реалізується принцип “від простого до складного” та принцип позитивного перенесення навички; у той же час обмежується негативне перенесення навички.

Для визначення ефективності розробленої програми технічної підготовки проведено педагогічний експеримент, який розпочинався з першого тижневого контрольного мікроциклу й у всіх групах проходив однаково. Його завданням було визначити вихідний рівень технічної підготовленості спортсменів-танцюристів усіх груп, що брали участь в експерименті. Для цього здійснювали контроль за рівнем володіння технікою фігур, які вже були добре знайомі спортсменам-танцюристам. Спортсмени виконували фігури самостійно (не в парі) під музичний супровід, який відповідає тривалості мелодії на змаганнях. Це давало можливість достовірно оцінювати кожного спортсмена-танцюриста окремо. Рівень технічної підготовленості спортсменів-танцюристів визначали шляхом експертного оцінювання з використанням розробленої кваліметричної системи.

Протягом 21 тренувального мікроциклу в усіх групах паралельно проведено вивчення та вдосконалення одинадцяти фігур програми STUDENT латиноамериканських танців (табл. 2). У контрольних групах навчання відбувалося з використанням традиційних підходів, в експериментальних – за авторською програмою технічної підготовки на основі паралельного застосування підвідних вправ та опорних точок фігур програми STUDENT. В усіх групах заняття проходили три рази на тиждень по 1,5 години. Такий розклад занять відповідає даним анкетного опитування фахівців спортивних танців та є звичним для спортсменів-танцюристів. У межах кожного з двох тренувань на тиждень спортсмени-танцюристи приділяли вивченню та вдосконаленню техніки запропонованих фігур по 30-50 хвилин.

Після завершення 21 тренувального мікроциклу проводився другий контрольний мікроцикл для визначення кінцевого рівня технічної підготовленості спортсменів-танцюристів експериментальних і контрольних груп. Техніку виконання вивчених протягом експерименту одинадцяти фігур оцінювали аналогічно першому контрольному мікроциклу, тобто кожного

спортсмена-танцюриста – окремо, з використанням розробленої кваліметричної системи. Як показали результати експертного оцінювання, до експерименту оцінки суттєво не відрізнялися ($p>0,05$). Після експерименту зафіксовано значне підвищення рівня технічної підготовленості в усіх групах. При цьому середні значення оцінок за якість виконання одинадцяти фігур програми STUDENT експериментальних груп суттєво вищі за середні оцінки контрольних груп (рис. 2).

Таблиця 2

Розподіл етапів вивчення фігур STUDENT упродовж 21 тренувального мікроциклу (на прикладі танцю румба)

| Фігура \ № мікроциклу | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
|-----------------------|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|
| 1. Основний рух | ■ | I | ■ | II | II | II | II | II | | II |
| 2. Віяло | | | | | ■ | I | I | | II | II |
| 3. Алемана | | | | ■ | | I | | | I | |
| 4. Хокейна ключка | | | | | | | | ■ | I | |
| 5. Прогресивні кроки | I | I | I | I | I | | I | I | | II |
| 6. Кукарача | | | | | | | ■ | I | I | |
| 7. Повороти на місці | | | | ■ | I | I | | | I | |

Продовження таблиці 2

| Фігура \ № мікроциклу | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
|-----------------------|----|----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 1 | II | ■ | III | | III | III | III | ■ | III | III | III |
| 2 | II | | | II | | II | II | ■ | III | | III |
| 3 | I | | | ■ | II | | | II | ■ | | III |
| 4 | I | | | | ■ | II | II | | II | ■ | III |
| 5 | II | ■ | ■ | III | | III | ■ | III | | III | |
| 6 | ■ | II | II | | II | ■ | III | | III | III | |
| 7 | I | | | ■ | II | | | II | II | | ■ |

*Затінені клітинки вказують початок етапу вивчення фігур: I – етап початкового вивчення фігури; II – етап поглибленого вивчення фігури; III – етап закріплення та подальшого вдосконалення. В інших клітинках позначені мікроцикли, впродовж яких відбувалося повторення вивчених фігур на відповідному етапі.

Наступним етапом аналізу результатів педагогічного експерименту є з'ясування статистичної достовірності переваг. Застосовано методи параметричної статистики: для порівняння дисперсій вибірок використовували критерій Фішера-Шнедикора, а для порівняння середніх арифметичних – критерій Стьюдента. Оскільки E і K групи були нечисленні (менше 30 осіб), для коректного застосування названих критеріїв перевіряли подібність розподілу вибірок до нормального. Обчислення критерію Шапіро-Уїлкі з використанням пакету комп'ютерних програм Statistica 6.0 показали, що гіпотеза про

нормальність розподілу оцінок експертів приймається, що підтверджує правомірність застосування критеріїв параметричної статистики.

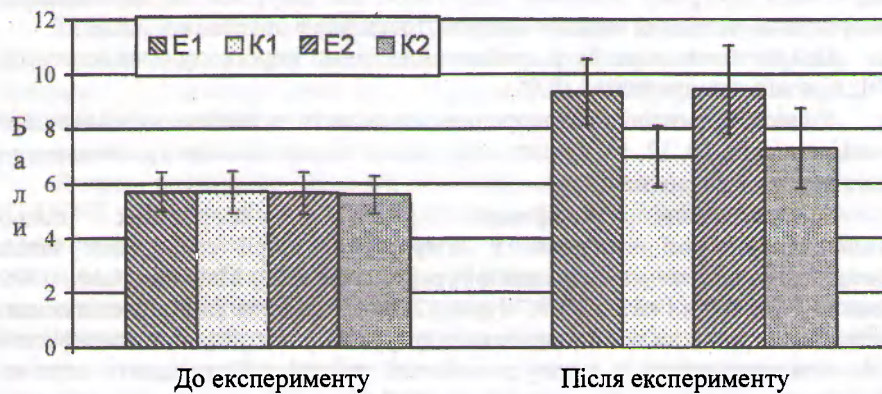


Рис. 2. Результати оцінювання якості виконання фігур спортсменами-танцюристами експериментальних (Е) і контрольних (К) груп (середні арифметичні \pm стандартні відхилення).

Як видно з поданих у таблиці 3 результатів статистичного аналізу, всі розрахункові значення F -критерію суттєво менші за критичні значення при рівні істотності 0,05, тому при порівнянні середніх арифметичних значень оцінок слід використати t -критерій Стьюдента для незв'язаних сукупностей (двовибірковий t -тест) зі статистично однаковими дисперсіями.

Таблиця 3

Результати статистичного опрацювання оцінок експериментальних (Е) та контрольних (К) груп після експерименту (середнє арифметичне \pm стандартне відхилення)

| Група | E1 | E2 | K1 | K2 |
|--------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|-----------------------------|
| E1 $n=17$ | $9,34 \pm 1,20$ | $F = 1,024$ $p = 0,479$ | $F = 2,066$ $p = 0,079$ | $F = 1,698$ $p = 0,148$ |
| E2 $n=18$ | $t = 0,228$ $p = 0,821$ | $9,43 \pm 1,11$ | $F = 2,114$ $p = 0,068$ | $F = 5,747$ $p = 0,0003$ |
| K1 $n=17$ | $t = 4,943$ $p = 0,000$ | $t = 5,190$ $p = 0,000$ | $6,99 \pm 1,11$ | $F = 1,215$ $p = 0,347$ |
| K2 $n=18$ | $t = 4,945$ $p = 0,000$ | $t = 5,220$ $p = 0,000$ | $t = 0,350$ $p = 0,729$ | $7,28 \pm 1,46$ |

Критичні значення: критерію Фішера $F_{0,05;16;17} = 2,289$; $F_{0,05;17;16} = 2,317$;

$F_{0,05;16;16} = 2,333$; $F_{0,05;17;17} = 2,272$;

критерію Стьюдента $t_{0,05;32} = 2,037$; $t_{0,05;33} = 2,035$; $t_{0,05;34} = 2,032$.

Після експерименту між експериментальними та контрольними групами спостерігається статистично вірогідна різниця: експериментальні групи належать до однієї генеральної сукупності, а контрольні групи – до іншої.

За результатами проведеного аналізу робимо висновок про ефективність розробленої програми технічної підготовки, що базується на паралельному використанні підвідних вправ та опорних точок фігур програми STUDENT.

Цей висновок може бути прийнятий на більш жорсткому рівні істотності 0,01, ніж загальноприйнятий (0,05).

У шостому розділі «Обговорення результатів та напрямки подальших досліджень» [8, 10, 12, 13] представлено аналіз та узагальнення трьох основних результатів дослідження.

Запропоновано класифікацію рухів у спортивних танцях латиноамериканської програми. У літературі з теорії спортивних танців описано різноманітні класифікації фігур (Машков А.В., Машкова А.М., 1996; Осадців Т.П., 2001; Гай Г., 2003; Мур А., 2004). У дисертаційних дослідженнях зосереджено увагу на техніці виконання фігур, тому нас цікавила класифікація їхніх складових частин. В основу розробленої класифікації покладено напрямки (за складністю рухів, за характером взаємодії партнерів, за частинами тіла), які раніше не виділяли. В описаних у літературі спробах класифікації елементарних технічних дій (Коваленко А.А., 1997, 1998; 2001) елементи були нерівнозначними. Уперше класифіковано танцювальні рухи за складністю та за частинами тіла, які раніше розглядалися в одній групі за функціональними ознаками. Крім цього, додатково виділено групи простих (мах, рухи з розслабленням, розгинання, реліз, зміщення) та складних (артистичні рухи, підтримка) рухів.

У класифікації рухів за частинами тіла застосовано нетрадиційний підхід до опису рухів людини, відмінний від загальноприйнятого "формально анатомічного". При цьому додатково виділено частини тіла, на які звертається увага при відпрацюванні технічних дій і фігур у танцях латиноамериканської програми. Визначальними у процесі навчання танцюристів вважаємо суглоби, а не ланки тіла.

Принципово новим підходом (порівняно з виявленими в літературі) є запропонована класифікація рухів за характером взаємодії партнерів.

Запропоновану класифікацію рухів використано при розробці моделей техніки фігур на основі опорних точок та комплексу підвідних вправ для навчання та вдосконалення техніки фігур програми STUDENT, яка відповідає етапу попередньої базової підготовки. Крім того, застосування класифікації є корисним для розробки адекватних критеріїв оцінки спортивної техніки.

У подальших дослідженнях доцільно розробити аналогічну класифікацію рухів з виділенням специфіки танців стандартної програми. При цьому слід звернути увагу на особливості характеру взаємодії партнерів, їхнє переміщення по паркету, відносну стабільність позицій у парі та ін.

У дисертаційній роботі вперше обґрунтовано загальнотеоретичний підхід до використання ОТ у технічній підготовці спортсменів-танцюристів. Тобто, розвинуто фундаментальні розробки Богена М.М. (1985), Матвеева Л.П. (1991)

щодо застосування ОТ у навчанні руховим діям на прикладі окремого виду спорту.

Уперше методом фрагментації техніки фігур спортивних танців латиноамериканської програми розроблено моделі їх виконання на основі опорних точок.

Уперше розроблено комплекс ПВ для вивчення та вдосконалення семи фігур спортивних танців латиноамериканської програми на відміну від виявлених у літературі (Зуєва І.А., Ігнатенко Е.Г., 1997; Ключин Н.В., 2001; Лебедева Е.В., 2001) описів окремих спеціально-підготовчих та складнокоординаційних вправ.

Вперше розроблено ПВ та ОТ для відібраних одинадцяти фігур програми STUDENT танців румба та джайв. Підібрано методичні прийоми паралельного використання ПВ та ОТ відповідно до трьох етапів навчання техніці – початкового, поглибленого вивчення й етапу закріплення та подальшого вдосконалення. Крім того, визначено типові помилки, шляхи їх запобігання та виправлення за допомогою слів-підказок. У результаті названих розробок створено чітку структуру засобів, методів і дозування для вивчення одинадцяти фігур програми STUDENT, які є найважливішими для ефективного засвоєння технічних особливостей кожного танцю латиноамериканської програми.

Результати досліджень розвивають теорію підготовки спортсменів у складнокоординаційних видах спорту та відповідні розділи загальної теорії підготовки спортсменів. У подальших дослідженнях доцільно працювати у напрямі розвитку підходів паралельного застосування ПВ та ОТ для інших танців латиноамериканської і стандартної програм та складніших фігур програм ASSOCIATE, LICENIATE /MEMBER/, FELLOW.

Дістала подальшого розвитку теорія і методика у спортивних танцях шляхом розробки кваліметричної системи техніки виконання фігур програми STUDENT, яка складається з чотирьох елементів: дванадцятибальної шкали оцінок, методики оцінювання, технології виведення оцінок та моделі бригади експертів. Шкала оцінок складається зі спеціалізованих критеріїв оцінювання техніки виконання фігур, розроблених шляхом деталізації та конкретизації загальноприйнятих міжнародних критеріїв суддівства та з урахуванням сучасного педагогічного стандарту загальноосвітньої школи.

Подальші дослідження кваліметричної системи доцільно розвивати у напрямі її адаптації до визначення якості виконання фігур спортивних танців програм навчання ASSOCIATE, MEMBER, FELLOW на наступних етапах багаторічної підготовки спортсменів. Для цього насамперед необхідно розробити відповідні шкали оцінок для визначення якості виконання фігур названих програм. Зокрема, можна зменшити градацію рівнів володіння структурою кроків фігури, але слід розвинути критерій «ритмічної інтерпретації», оскільки у вищих кваліфікаційних категоріях обмеження на ускладнення ритму знімається. Для досягнення високої майстерності необхідно інтерпретувати ритм виконання фігур відносно музичного супроводу для виразного артистичного емоційного танцювання.

ВИСНОВКИ

У дисертаційній роботі вирішено важливе науково-практичне завдання технічної підготовки спортсменів-танцюристів на етапі попередньої базової підготовки. У результаті виконання роботи отримано такі наукові результати:

1. На основі аналізу літературних джерел за темою дисертації встановлено, що рівень науково-методичного забезпечення технічної підготовки у спортивних танцях не повною мірою відповідає сучасним вимогам практики цього виду спорту. У першу чергу це стосується початківців і системи оцінювання якості виконання фігур спортивних танців. Для вирішення цієї проблеми необхідна класифікація танцювальних рухів за різними ознаками, застосування методів і засобів відповідно до трьох етапів навчання руховим діям, визначення необхідної і достатньої кількості опорних точок техніки виконання фігур, відповідних підвідних вправ, що дало змогу розробити програму технічної підготовки спортсменів-танцюристів на етапі попередньої базової підготовки.

2. На основі проведеного анкетування тренерів і спортсменів високої кваліфікації виявлено: на етапі попередньої базової підготовки спортсменів-танцюристів найбільш значущою є технічна підготовка; вивчають танці самба, румба, джайв; потрібно застосовувати підвідні вправи; їх найефективніше застосовувати для вивчення одинадцяти фігур програми STUDENT двох танців; тренуються три рази на тиждень, тривалість заняття становить 1,5 години (у тому числі відпрацювання основних рухів окремого танцю – 10-20 хв, основних фігур – 10-20 хв).

3. Показано, що відомі спроби класифікації рухів у спортивних танцях мають фрагментарний характер і значною мірою не відповідають специфіці танців латиноамериканської програми. Запропоновано класифікувати рухи у спортивних танцях латиноамериканської програми за складністю, за частинами тіла, за характером взаємодії партнерів, що дозволяє розробляти моделі техніки фігур у формі опорних точок, підвідні вправи та критерії оцінки спортивної техніки.

4. Уперше розроблено моделі техніки виконання фігур та елементів спортивних танців латиноамериканської програми, які вивчаються на етапі попередньої базової підготовки. Моделі розроблено методом фрагментації фігур у вигляді системи опорних точок. Використання цих моделей показало їхню суттєву перевагу над традиційними підходами до вивчення фігур ($p < 0,01$).

5. На основі запропонованої класифікації рухів у спортивних танцях уперше розроблено систему підвідних вправ для вивчення фігур латиноамериканської програми. Використання підвідних вправ у навчанні фігурам спортсменів-танцюристів на етапі попередньої базової підготовки показало їх ефективність у шести фігурах з семи порівняно із загальноприйнятою методикою ($p < 0,01$).

6. Розроблено кваліметричну систему для оцінювання техніки виконання фігур спортивних танців на етапі попередньої базової підготовки, яка складається зі шкали оцінок, методики оцінювання, технології виведення оцінок та моделі бригади експертів. На основі загальноприйнятих міжнародних

критеріїв суддівства шляхом деталізації та конкретизації розроблено спеціалізовані критерії оцінювання техніки виконання фігур програми STUDENT, які представлено у вигляді дванадцятибальної шкали оцінок. З використанням методу двофакторного дисперсійного аналізу при кореляції даних проведено апробацію кваліметричної системи у двох клубах спортивного танцю м. Львова, яка показала високий рівень узгодженості експертних оцінок (міжкласовий коефіцієнт кореляції $0,71 \pm 0,99$) та високу роздільну здатність ($p < 0,001$).

7. Розроблена авторська програма технічної підготовки у спортивних танцях ґрунтується на паралельному застосуванні підвідних вправ та опорних точок одинадцяти фігур програми STUDENT танців румба та джайв. Апробація програми показала суттєво кращі результати порівняно з традиційними підходами ($p < 0,01$).

ПЕРЕЛІК ОПУБЛКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

1. Джала Т. Р. Опорні точки у вивченні базових фігур та елементів у спортивних танцях // Молода спортивна наука України: Зб. наук. статей з галузі фіз. культури та спорту. – Л., 2000. – Вип. 4. – С. 251-254.
2. Джала Т. Р. Спроба класифікації рухів у спортивних танцях (на прикладі латиноамериканської програми) // Молода спортивна наука України: Зб. наук. статей з галузі фіз. культури та спорту. – Л., 2001. – Вип. 5. – Т.1. – С. 319-321.
3. Джала Т. Р. Оцінювання фігур програми STUDENT у спортивних танцях // Молода спортивна наука України: Зб. наук. статей з галузі фіз. культури та спорту. – Л., 2002. – Вип.6. – Т.2. – С. 83-85.
4. Джала Т. Р. Процес підготовки спортсменів-танцюристів на другому-третьому роках навчання // Молода спортивна наука України: Зб. наук. статей з галузі фіз. культури та спорту. – Л., 2003. – Вип.7. – Т.3. – С. 95-98.
5. Джала Т.Р. Підвідні вправи для вивчення фігур спортивних танців латиноамериканської програми // Молода спортивна наука України: Зб. наук. статей з галузі фіз. культури та спорту. – Л., 2004. – Вип.8. – Т.1. – С. 135-139.
6. Джала Т. Р. Оцінювання фігур спортивних танців на етапі попередньої базової підготовки // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Зб. наук. пр. / За ред. С.С. Єрмакова. – Х., 2004. – № 10. – С. 3-10.
7. Джала Т. Опорні точки та підвідні вправи для вивчення фігур латиноамериканських танців // Спортивний вісник Придніпров'я, 2004. – № 7. – С. 45-47.
8. Джала Т.Р. Моделювання техніки рухів у спортивних танцях // Молода спортивна наука України: Зб. наук. праць з галузі фіз. культури та спорту. – Л., 2006. – Вип. 10. – Т.1.– С. 447-453.
9. Грицишин (Джала) Т.Р., Заневський І.П. Кваліметрична система у спортивних танцях на етапі попередньої базової підготовки // Слобожанський науково-спортивний вісник: Зб. наук. праць. – Харків. 2007.

- Вип. 11. – С. 63-69. (Особистий внесок Т. Грицишин (Джали) полягає у розробці, експериментальній перевірці та впровадженні кваліметричної системи техніки фігур програми STUDENT).
10. Петрина Р. Л., Джала Т. Р. Ефективність застосування підвідних вправ при вивченні основних фігур у спортивних танцях // Сучасні проблеми розвитку теорії та методики гімнастики: Зб. наук. пр. – Л., 2001. – С. 41–43. (Особистий внесок Т. Джали полягає у розробці, експериментальній перевірці та впровадженні у навчально-тренувальний процес спортсменів-танцюристів комплексу підвідних вправ для вивчення та вдосконалення семи фігур програми STUDENT).
11. Джала Т.Р. Метод опорных точек в обучении спортивным танцам // Спортивные танцы. – М., 2002. – Бюл. № 2 (25). – С. 23-26.
12. Dzhala T., Zanevskyy I. Basic Figure Units and Introduction Exercises in Training of Latin-Dancing Program // Pre-Olympic 2004 Congress: Sports Science Through the Ages Challenges in the New Millennium, 6 - 11 August 2004, Thessaloniki (Greece). – The thematic area “Dance”, Abstract, P. 482. (Особистий внесок Т. Джали (Грицишин) полягає у розробці комплексу підвідних вправ та опорних точок техніки фігур програми STUDENT, розробці, експериментальній перевірці та впровадженні програми технічної підготовки спортсменів-танцюристів, яка ґрунтується на паралельному застосуванні підвідних вправ та опорних точок).
13. Джала Т.Р. Вивчення фігур латиноамериканських танців на етапі попередньої базової підготовки // Олімпійський спорт і спорт для всіх: Тези доп. IX Міжнар. наук. конгр. – К., 2005. – С. 561.

АНОТАЦІЯ

Грицишин Т. Р. Технічна підготовка спортсменів-танцюристів на основі підвідних вправ та опорних точок фігур програми STUDENT. – Рукопис.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання та спорту за спеціальністю 24.00.01 – олімпійський і професійний спорт. – Львівський державний університет фізичної культури, Львів, 2007.

Об'єктом дослідження є технічна підготовка у спортивних танцях. Предмет дослідження – застосування підвідних вправ та опорних точок фігур програми STUDENT у навчанні спортивним танцям латиноамериканської програми. Мета дослідження – розробити теоретико-методичні засади технічної підготовки спортсменів-танцюристів на основі підвідних вправ та опорних точок фігур програми STUDENT.

У дисертації запропоновано класифікацію рухів у спортивних танцях латиноамериканської програми за складністю, за частинами тіла, за характером взаємодії партнерів. Розроблено кваліметричну систему для оцінювання техніки виконання фігур спортивних танців на етапі попередньої базової підготовки, яка складається зі шкали оцінок, методики оцінювання, технології виведення оцінок та моделі бригади експертів. Розроблено та експериментально перевірено авторську програму технічної підготовки в латиноамериканських танцях, що ґрунтується на паралельному застосуванні підвідних вправ та опорних точок одинадцяти фігур програми STUDENT танців румба та джайв,

яка підвищує якість навчання порівняно з традиційними підходами ($p < 0,01$). Результати роботи впроваджено у навчально-тренувальний процес спортсменів-танцюристів.

Ключові слова: спортивні танці, технічна підготовка, кваліметрична система, підвідні вправи, опорні точки.

АННОТАЦІЯ

Грицишин Т. Р. Техническая подготовка спортсменов-танцоров на основе подводящих упражнений и опорных точек фигур программы STUDENT. – Рукопись.

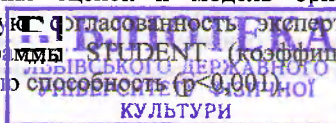
Диссертация на соискание ученой степени кандидата наук по физическому воспитанию и спорту по специальности 24.00.01 – олимпийский и профессиональный спорт. – Львовский государственный университет физической культуры, Львов, 2007.

Диссертационная работа посвящена разработке теоретико-методических принципов технической подготовки спортсменов-танцоров на этапе предварительной базовой подготовки.

Объектом исследования является техническая подготовка в спортивных танцах. Предмет исследования – применение подводящих упражнений и опорных точек фигур программы STUDENT в обучении спортивным танцам латиноамериканской программы. Цель исследования – разработать теоретико-методические принципы технической подготовки спортсменов-танцоров на основе подводящих упражнений и опорных точек фигур программы STUDENT.

Методы исследования: теоретический анализ и обобщение данных научно-методической литературы и эмпирических материалов научного исследования; педагогическое наблюдение; анкетный опрос; сравнительный педагогический эксперимент; метод экспертных оценок; методы математической статистики.

Научная новизна работы заключается в разработке научных принципов технической подготовки спортсменов-танцоров. Впервые методом фрагментации техники фигур спортивных танцев латиноамериканской программы разработаны модели их выполнения на основе опорных точек. На основе теории формирования двигательных навыков впервые в спортивных танцах проведено теоретико-методическое обоснование технической подготовки начинающих, которая базируется на параллельном применении подводящих упражнений и опорных точек, что способствовало повышению качества обучения в сравнении с традиционными подходами ($p < 0,01$). Усовершенствована классификация движений в спортивных танцах (по сложности, характеру взаимодействия партнеров и частям тела), что создало предпосылки для моделирования техники фигур на основе опорных точек. Получила дальнейшее развитие классическая теория измерений качества путем разработки кваліметричної системи для спортивних танців (шкала оценок, методика оцінювання, технологія виведення оцінок і модель бригади експертів), яка забезпечила достаточну класифікацію рухів у програмі STUDENT (коефіцієнт кореляції $0,71 \pm 0,99$) і високу розрешаючу здатність експертних оцінок ($p < 0,001$).



В первом разделе „Теоретические основы технической подготовки спортсменов-танцоров” поданы анализ научно методической литературы по проблемам структуры и содержания, средств и методов технической подготовки спортсменов, теории формирования двигательных навыков, как основы технической подготовки, особенностей технической подготовки в спортивных танцах, классификации технических действий в спортивных танцах и критериев их оценивания.

Во втором разделе представлена система методов, адекватных объекту, предмету, цели и задачам исследования, раскрыта необходимость использования этих методов. Описаны организация исследования и контингент испытуемых.

В третьем разделе „Моделирование техники движений в спортивных танцах” описана разработанная классификация движений в спортивных танцах латиноамериканской программы по трем направлениям, которая была использована для моделирования техники танцевальных фигур на основе опорных точек (ОТ), подбора подводящих упражнений (ПУ) и оценки технической подготовленности спортсменов-танцоров.

Описан поисковый эксперимент, проведенный в двух направлениях: 1) разработаны модели техники фигур спортивных танцев латиноамериканской программы на основе ОТ; 2) составлен комплекс ПУ для изучения фигур. Апробация ОТ и ПУ в учебно-тренировочном процессе показала их преимущество по сравнению с общепринятой методикой.

Представлен анализ результатов анкетирования, касающегося процесса подготовки спортсменов-танцоров на этапе предварительной базовой подготовки, который в частности позволил отобрать одиннадцать фигур программы STUDENT танцев румба и джайв, для изучения которых необходимо применять ПУ.

В четвертом разделе „Оценивание фигур программы STUDENT в спортивных танцах” описана разработанная квалиметрическая система для оценивания техники исполнения фигур программы STUDENT, которая состоит из четырех элементов: двенадцатибалльной шкалы оценок, методики оценивания, технологии выведения оценок, модели бригады экспертов. Эффективность квалиметрической системы подтверждена экспериментально.

В пятом разделе „Программа технической подготовки спортсменов-танцоров (на примере латиноамериканской программы)” представлены разработанные ПУ и ОТ техники одиннадцати фигур программы STUDENT, описана программа технической подготовки, что базируется на параллельном применении ПУ и ОТ; проверена ее эффективность.

В шестом разделе „Обсуждение результатов и направления последующих исследований” представлены анализ и обобщение основных результатов диссертационных исследований.

Результаты работы внедрены в учебный процесс Львовского государственного университета физической культуры, в учебно-тренировочный процесс клубов спортивного танца г. Львова. Полученные результаты могут быть использованы в процессе преподавания теории и методики спортивных танцев в