

УДК 796

DOI <https://doi.org/10.24195/olympicus/2023-2-9>**Сосіна Валентина Юріївна**

кандидат педагогічних наук, професор,
завідувачка кафедри хореографії та мистецтвознавства,
Львівський державний університет фізичної культури ім. Івана Боберського
ORCID ID: 0000-0003-4866-532X

Бойко Андрій Борисович

старший викладач кафедри хореографії та мистецтвознавства
Львівський державний університет фізичної культури ім. Івана Боберського
ORCID ID: 0009-0006-8086-7254

Токар Тетяна Василівна

викладач кафедри хореографії та мистецтвознавства
Львівський державний університет фізичної культури ім. Івана Боберського
ORCID ID: 0000-0002-2723-6094

ПРОГРАМА РОЗВИТКУ ВИРАЗНОСТІ ТА АРТИСТИЗМУ У СПОРТСМЕНІВ 10–12 РОКІВ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ ТЕХНІКО-ЕСТЕТИЧНИМИ ВИДАМИ СПОРТУ

У статті розглянуто питання важливості формування виразності та артистизму у виконанні змагальних вправ з використанням засобів хореографії у представників техніко-естетичних видів спорту (ТЕВС). У цих видах спорту хореографічна підготовка (ХП) давно стала невід'ємним складником процесу підготовки спортсменів – від новачка до майстрів високого класу. Головна мета ХП у спорті – це виховання культури рухів, а також артистичності та виразності, які оцінюються суддями нарівні з технічним складником. Артистизм і виразність – досить складні поняття, які визначають суб'єктивну думку суддів і глядачів і не підлягають точному вимірюванню. До виконання змагальних вправ є різні вимоги, зокрема, їх треба виконувати правильно технічно (відповідно до біомеханічних законів та правил змагань), своєчасно, ефективно, стабільно та ін. У ТЕВС до цього ще додаються вимоги естетичності, артистизму і виразності виконання технічних дій і комбінацій загалом. Оцінюючи виступи найсильніших спортсменів у ТЕВС, можна зазначити свободу, легкість, невимушеність, пластичність, ритмічність, оригінальність виконання, зв'язок рухів з музикою і творчий характер постановки композицій.

*Артистизм можна розглядати як можливість проявити свою індивідуальність: художню, творчу, особистісну. Причому саме слово «артистизм» асоціюється перш за все з акторською діяльністю, а його реальне втілення проявляється у стабільності виконання та спонтанній імпровізаційній виразності. Виразність – це багатогранне явище, яке може проявлятися у різних сферах діяльності людини: у мистецтві, спорті, професійній діяльності. Кожній сфері притаманні відповідні засоби виразності: фарби (їх колір, насиченість), звуки (висота, сила, тембр), рухи тіла (пози, жести, міміка) та ін. Спорт як специфічна галузь естетичної діяльності вимагає не тільки своєї особливої мови для прояву виразності та артистизму, але й власних критеріїв їх розвитку й оцінювання. Тому спортсмени і тренери, користуючись засобами розвитку виразності та артистизму, запозиченого у мистецтві, не повинні ототожнювати їх з проявами артистизму актора у театрі. **Матеріали та методи.** Для проведення дослідження були використані такі методи, як: теоретичний аналіз і узагальнення даних науково-методичної та спеціальної літератури, інформаційних ресурсів Інтернету, педагогічні спостереження; опитування; метод експертного оцінювання, педагогічний експеримент, методи математичної статистики. **Результати.** На основі опитування фахівців, які працюють у ТЕВС, педагогічних спостережень на навчально-тренувальних заняттях зі спортивної акробатики, спортивної аеробіки, черліденгу, спортивних бальних танців, акробатичного рок-н-ролу, естетичної групової гімнастики, а також власного досвіду роботи у цьому*

напрямі було розроблено програму та удосконалено засоби і методи ХІІ з урахуванням специфіки спортивної діяльності спортсменів 10–12 років у ТЕВС, які сприяють розвитку виразності та артистизму. В результаті аналізу виступів кваліфікованих спортсменів у ТЕВС було виділено складники виконавської майстерності, які умовно можна представити як: зміст композицій, а також характер і спосіб виконання рухів, елементів, комбінацій, змагальних композицій у вибраному виді спорту. Таким чином, виконавська майстерність є комплексною характеристикою і складається з багатьох компонентів, які слід враховувати під час її вдосконалення. У результаті експертного оцінювання прояву виразності та артистизму було з'ясовано, що спортсменам у 10–12 років важко створити емоційно-руховий образ у своїй змагальній вправі, водночас відповідність музичного супроводу підготовленості спортсменів була оцінена експертами досить високо. В процесі досліджень була розроблена програма розвитку виразності та артистизму з використанням різноманітних засобів хореографії (вправи класичного, народно-сценічного, спортивного бального і сучасного танцю, елементи вільної пластики, стрибки, повороти, рівноваги, вправи музично-ритмічного виховання, імпровізації, пантоміми та інших) для спортсменів 10–12 років, які займаються ТЕВС. Програма включала мету, завдання, а також засоби і методи, що давали змогу підвищити виконавську майстерність спортсменів і враховували особливості виду спортивної діяльності. Отримані дані свідчать, що у спортсменів експериментальної групи (ЕГ), які займалися за розробленою програмою розвитку виразності та артистизму з використанням засобів хореографії, відбулися достовірні зміни у виконавчій майстерності за всіма її компонентами. Водночас достовірність розрізень у спортсменок контрольної групи (КГ) підтвердилася лише у компонентах «динамізм, експресія та наявність кульмінаційних моментів у композиції», а також «свобода, легкість, невимушеність, пластичність рухів, ритмічність виконання вправи». **Висновки.** Спорт як специфічна галузь естетичної діяльності потребує не тільки своєї особливої мови для прояву виразності, але й власних критеріїв її розвитку та оцінювання. Результати педагогічного спостереження, виконаного на навчально-тренувальних заняттях, а також опитування фахівців свідчать про відсутність одноставної думки тренерів і хореографів щодо методики розвитку виразності та артистизму в процесі ХІІ. Результати експертного оцінювання прояву компонентів виразності та артистизму свідчать, що найгірше всього спортсмени 10–12 років уміють створити емоційно-руховий образ у своїй змагальній вправі, проте найвищим балом експерти оцінили відповідність музичного супроводу їхній підготовленості. В процесі досліджень була розроблена програма розвитку виразності та артистизму з використанням різноманітних засобів хореографії для спортсменів 10–12 років, які займаються ТЕВС. Програма включала мету, завдання, а також засоби і методи, що давали змогу підвищити виконавську майстерність спортсменів. Експериментальна перевірка розробленої програми свідчить про достовірні позитивні зміни у виконавчій майстерності спортсменів ЕГ 10–12 років за всіма компонентами виразності.

Ключові слова: техніко-естетичні види, спорт, виконавська майстерність, артистизм, виразність, засоби, хореографія.

Вступ. Проблема хореографічної підготовки становить одну з актуальних у системі спортивного удосконалення. Сутність її полягає у виборі адекватних засобів і методів підготовки спортсменів, особливостей їх застосування залежно від специфіки спортивної діяльності, відмінностей у методиці підготовки артистів балету та спортсменів [1; 3; 6; 9; 10]. Використовуючи надбання класичної, народно-сценічної, сучасної хореографії, спортивні хореографи перш за все повинні бути добре обізнаними у тонкощах конкретного виду спорту. Хореографічна підготовка, яка із самого початку свого впровадження у спорт слугувала вихованню культури рухів, нині стала невід'ємною складовою частиною навчально-виховного процесу спортсменів [1; 10]. Спорту притаманні особливі засоби естетичного оформлення рухів, які не можуть і не повинні бути запозичені з інших галузей естетичної діяльності. Спорт як специфічна галузь естетичної діяльності вимагає не тільки своєї особливої мови для прояву виразності, але й власних критеріїв її оцінювання [3; 9; 10].

Сьогодні у системі хореографічної підготовки у спорті відкриваються нові можливості завдяки використанню різноманітних танцювальних напрямів, елементів вільної пластики, які супроводжуються різноплановим музичним супроводом. Формування хореографічних навичок

у спортсменів сприяє розвитку фізичних якостей і рухових навичок, що підкреслює атлетизм спортсменів, розвиває в них відповідні пропорції тіла [7; 8]. У змісті змагальних композицій спортсменів виникає новий компонент, який відіграє стратегічну роль під час оцінювання їх виступу – виграє змагання той спортсмен, який може показати не тільки складну, ризиковану й оригінальну вправу, але й виконати її на високому технічному, емоційному та виразному рівні.

У ТЕВС боротьба за перемогу не така помітна, як наприклад в ігрових видах спорту, тому утримати увагу та зацікавленість глядачів досить складно. У зв'язку з цим можна виділити два фактори, які забезпечують інтерес до виступу спортсменів у цих видах спорту:

- 1) тим, що робить спортсмен, або змістовний компонент його дій;
- 2) тим, як він це робить, або якісний компонент виконання (технічна майстерність і виразність, емоційність виконання) [9; 10].

Виховання виразності та артистичності в ТЕВС – одне з найскладніших завдань становлення виконавської майстерності, яке визначається як уміння показати фізичні, спортивно-технічні можливості спортсмена, а також передати їх у художньо оформленій композиції.

Матеріали та методи. В процесі проведення дослідження були використані такі методи, як: теоретичний аналіз і узагальнення даних науково-методичної та спеціальної літератури, інформаційних ресурсів Інтернету, педагогічні спостереження; опитування; метод експертного оцінювання, педагогічний експеримент, методи математичної статистики. В експерименті брали участь 10 тренерів і тренерів-хореографів з ТЕВС, 4 експерти та 18 спортсменів 10–12 років, які займаються ТЕВС.

Результати. Серед проблем, які турбують сучасних тренерів, хореографів і самих спортсменів, усе більшого значення набувають такі, що пов'язані з пошуком найраціональніших та ефективних шляхів розвитку виконавської майстерності за допомогою різноманітних засобів і методів. Відомо, що однією з умов успішного виступу на змаганнях з ТЕВС є оригінальність композицій, а також виразність і артистичність їх виконання. Сучасні ТЕВС висувають надзвичайно високі вимоги до виконавської майстерності спортсменів, яка неможлива без якісної ХП [1–3].

Педагогічне спостереження проводилось на навчально-тренувальних заняттях зі спортсменами 10–12 років, які займаються різними ТЕВС, серед яких – спортивна акробатика, спортивна аеробіка, черліденг, спортивні бальні танці, акробатичний рок-н-рол, естетична групова гімнастика. Також було виконано опитування 10 фахівців зі стажем роботи від 3,8 до 21,5 року, які працюють тренерами та хореографами у таких видах спорту. Проведене дослідження свідчить про відсутність одностайної думки фахівців, а також її практичного втілення щодо розвитку виразності та артистизму в процесі ХП. Отримані дані можна, вочевидь, пояснити відсутністю спеціальної науково-методичної літератури та недосконалістю системи ХП у спорті. Проте всі респонденти вважають, що вміння спортсменів передати свої почуття, підібрати та використати якнайкраще музичний супровід, виконати вправу артистично і виразно суттєво впливає на оцінку суддів і враження глядачів.

Аналіз виступів кваліфікованих спортсменів у різних ТЕВС дає змогу виділити складники виконавської майстерності, які умовно можна представити двома групами: 1) зміст композицій; 2) характер і спосіб виконання.

До змісту композицій можна віднести:

- склад елементів, поєднань, комбінацій, які презентує спортсмен;
- підпорядкованість елементів, логічність їх взаємозв'язку та цілісність композиції;
- оригінальність;
- зв'язок рухів з музикою.

До характеру і способу виконання належать:

- стабільність виконання в умовах тренування і змагань;
- динамічність, швидкість, амплітуда виконання;
- легкість, невимушеність, пластичність, чистота, виразність;
- ритмічність, чіткість, музикальність [9; 10].

Отже, у ТЕВС виконавська майстерність є комплексною характеристикою і складається з багатьох компонентів. У зв'язку з цим її вдосконалення має відбуватися з урахуванням усіх компонентів, які формують це поняття.

Для оцінювання виразності та артистизму виконання змагальних програм було запрошено групу експертів (4 особи), які мають досвід суддівства змагань з ТЕВС і пройшли спеціальний інструктаж. Під час інструктажу експертам було наголошено, що вони повинні оцінювати компоненти виразності та артистизму, які виділені у правилах змагань з ТЕВС (спортивна, художня, естетична гімнастика, спортивна акробатика, спортивні бальні танці та ін.):

- 1) відповідність музичного супроводу підготовленості спортсмена;
- 2) вміння спортсмена передати характер музичного супроводу;
- 3) єдність стилю музики і рухів спортсмена;
- 4) чистота і точність виконання хореографічних рухів, поз і жестів;
- 5) динамізм, експресія, наявність кульмінаційних моментів у композиції;
- 6) вміння створити емоційно-руховий образ;
- 7) свобода, легкість, невимушеність, пластичність рухів, ритмічність виконання вправи [9].

Максимальна оцінка, яку могли отримати спортсмени за бездоганне виконання виділених компонентів виразності та артистизму у своїй змагальній композиції, становила 10 балів. Незначні помилки карались зниженням оцінки на 0,1 бала, більш суттєві – 0,3 бала і значні знижки становили 0,5 бала.

Результати експертного оцінювання прояву компонентів виразності та артистизму свідчать, що найгірше всього спортсмени вміють створити емоційно-руховий образ у своїй змагальній вправі ($3,8 \pm 1,1$ бала), водночас найвищим балом експерти оцінили відповідність музичного супроводу підготовленості спортсменів ($6,4 \pm 1,8$ бала), що скоріше можна віднести до позитивних моментів у роботі тренерів і хореографів, ніж самих учасників експерименту.

Виразальні засоби хореографії допомагають розвинути у спортсменів танцювальність, музикальність, емоційність, розкривають індивідуальні артистичні риси виконавців і загалом сприяють підвищенню рівня виконавчої майстерності спортсменів [2; 5]. Підґрунтям для розвитку виразності та артистизму спортсменів у різних ТЕВС слугує різноманіття всіх форм хореографічного мистецтва: класичний, народно-сценічний, характерний, сучасний та ін. види танців [4].

У процесі досліджень була розроблена програма розвитку виразності та артистизму з використанням різноманітних засобів хореографії для спортсменів 10–12 років, які займаються ТЕВС. Програма включала мету, завдання, а також засоби і методи для підвищення виконавської майстерності спортсменів і враховувала особливості вибраного виду спортивної діяльності. Серед засобів були виділені: вправи класичного, народно-сценічного, спортивного бального і сучасного танцю, елементи вільної пластики, стрибки, повороти, рівноваги, вправи музично-ритмічного виховання, імпровізації, пантоміми та ін. (рис. 1).

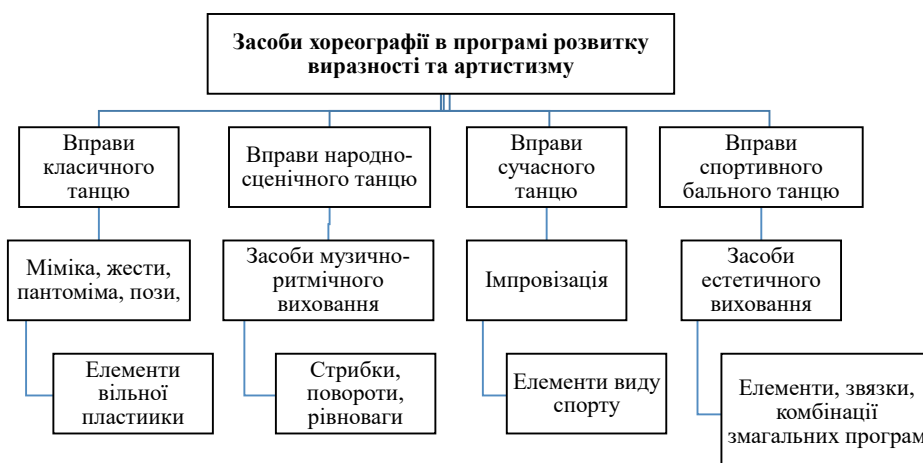


Рис. 1. Засоби хореографії, що включені у програму розвитку виразності та артистизму спортсменів у ТЕВС

Експериментальна перевірка розробленої програми розвитку виразності з використанням засобів хореографії відбувалася в процесі педагогічного експерименту, який тривав шість місяців. Для обґрунтування розробленої програми було проведено експертне оцінювання рівня виконавчої майстерності 18 спортсменів 10–12 років, які займаються спортивною акробатикою, естетичною гімнастикою та черліденгом, до і після завершення експерименту.

Отримані дані свідчать, що у спортсменів ЕГ, які займалися за розробленою програмою розвитку виразності та артистизму з використанням засобів хореографії, відбулися достовірні позитивні зміни за всіма компонентами виконавчої майстерності у середньому від 12,4 % до 21,0% ($p < 0,05$). Водночас достовірність розрізень у спортсменів КГ підтвердилася лише у компонентах «динамізм, експресія та наявність кульмінаційних моментів у композиції», а також «свобода, легкість, невимушеність, пластичність рухів, ритмічність виконання вправи» ($p < 0,05$) і становила у середньому 12%. Можна сподіватись, що триваліший термін занять хореографією з використанням засобів розвитку артистизму та виразності міг супроводжуватися більш суттєвими змінами, однак було вирішено припинити експеримент і дати можливість спортсменам обох груп займатися за розробленою програмою, ефективність якої була підтверджена в ході педагогічного експерименту.

Висновки

1. У ТЕВС, пов'язаних з проявом культури рухів, ХП стала невід'ємною складовою частиною процесу підготовки спортсменів на різних етапах спортивного удосконалення. Головна мета ХП у спорті – це виховання культури рухів, а також артистичності та виразності. Однак спорт як специфічна галузь естетичної діяльності потребує своєї особливої мови для прояву артистичності, виразності та виконавської майстерності, а також власних критеріїв їх оцінювання.

2. Виконавська майстерність у ТЕВС є комплексною характеристикою і складається з багатьох компонентів, які умовно можна представити як зміст композицій (склад елементів, їх підпорядкованість, логічність, цілісність, оригінальність, зв'язок з музикою) і спосіб виконання (стабільність, динамічність, швидкість, амплітуда, легкість, невимушеність, пластичність, чистота, виразність, ритмічність, чіткість, музикальність).

3. Виразальні засоби хореографії допомагають розвинути у спортсменів танцювальність, музикальність, емоційність, розкривають індивідуальні артистичні риси виконавців і загалом сприяють підвищенню рівня виконавчої майстерності спортсменів. Підґрунтям для розвитку виразності та артистизму спортсменів у ТЕВС слугує різноманіття всіх форм хореографічного мистецтва: класичний, народно-сценічний, характерний, сучасний, бальний танець, елементи вільної пластики, пантоміма, міміка, імпровізація, а також специфічні елементи вибраного виду спорту.

4. Результати педагогічного спостереження, виконаного на навчально-тренувальних заняттях зі спортсменами 10–12 років, які займаються ТЕВС, а також опитування фахівців свідчать про відсутність одностайної думки тренерів і хореографів щодо розвитку виразності та артистизму в процесі ХП. Отримані дані можна пояснити відсутністю спеціальної літератури та недостатньо розробленою системою хореографічної підготовки у спорті. Проте всі респонденти вважають, що вміння спортсменів передати свої почуття, використати якнайкраще музичний супровід, виконати вправу артистично і виразно значно впливає на оцінку суддів і враження глядачів.

5. Результати експертного оцінювання прояву компонентів виразності та артистизму свідчать, що найгірше всього спортсмени вміють створити емоційно-руховий образ у своїй змагальній вправі ($3,8 \pm 1,1$ бала). Водночас найвищим балом експерти оцінили відповідність музичного супроводу підготовленості учасника експерименту ($6,4 \pm 1,8$ бала), що можна віднести до позитивних моментів у роботі тренерів і хореографів, ніж прояву артистичності самих спортсменів.

6. У процесі досліджень була розроблена програма розвитку виразності та артистизму з використанням різноманітних засобів хореографії для спортсменів 10–12 років, які займаються

окремими ТЕВС (спортивна акробатика, естетична гімнастика та черліденг). Програма включала мету, завдання, а також засоби і методи, що давали змогу підвищити виконавську майстерність спортсменів. Серед засобів були виділені: вправи класичного, народно-сценічного, спортивного бального і сучасного танцю біля опори та посеред залу, елементи вільної пластики, стрибки, повороти, рівноваги, вправи музично-ритмічного виховання, імпровізації, пантоміми та інші.

7. Експериментальна перевірка розробленої програми розвитку виразності та артистизму з використанням засобів хореографії відбувалася в процесі педагогічного експерименту, який тривав шість місяців. Отримані дані свідчать, що у спортсменів ЕГ 10–12 років, які займалися за розробленою програмою, відбулися позитивні достовірні зміни у виконавчій майстерності за всіма компонентами виразності у середньому від 12,4 % до 21 % ($p < 0,05$). Водночас достовірність розрізень у спортсменів КГ підтвердилася лише у компонентах «динамізм, експресія та наявність кульмінаційних моментів в композиції», а також «свобода, легкість, невимушеність, пластичність рухів, ритмічність виконання вправи» ($p < 0,05$) і становила у середньому 12 %.

Можна сподіватись, що триваліший термін занять хореографією з використанням засобів розвитку артистизму, виразності та виконавчої майстерності міг супроводжуватися більш вираженими змінами, однак було вирішено припинити експеримент і дати можливість спортсменам обох груп займатись за розробленою програмою, ефективність якої була підтверджена в ході педагогічного експерименту.

Перспективи подальших досліджень полягатимуть у розробці програми розвитку виразності та артистизму кваліфікованих спортсменів з використанням різноманітних засобів хореографії, а також методів і форм проведення навчально-тренувальних занять.

Література:

1. Артем'єва Г.П., Мошенська Т.В. Роль і значення хореографії у гімнастичних і танцювальних видах спорту. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2018. № 4 (65). С. 32–36.
2. Білецька І.Г. Музично-ритмічне виховання у видах спорту естетичної спрямованості : навчальний посібник. Харків : ХДАФК, 2017. 126 с.
3. Вiner-Усманова І.А. Артистичність в художественной гимнастике, 2012. 112 с.
4. Голдрич О.С. Методика викладання хореографії. Львів : Сполом, 2006. 84 с.
5. Гоцалюк А.А. Хореографія як засіб вираження поліжанрових художніх форм. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди*. 2019. С. 280–285.
6. Мазепа І.А. Компоненти артистизма и методы его развития. *Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта*. 2010. № 1 (59). С. 42–45.
7. Отич О. Розвиток творчої індивідуальності особистості засобами хореографічного мистецтва. 2010. URL: http://www.nbuv.gov.ua/portal/Soc_Gum/OD/2010_2/1000_MZHM.pdf.
8. Свидлер Т.А., Тимакова Т.С. Пути повышения качества подготовки высококвалифицированных спортсменов в парной акробатике. *Вестник спортивной науки*. 2009. № 4. С. 8–9.
9. Сосіна В. Шляхи вдосконалення виразності рухів як складової виконавчої майстерності спортсменів у видах спорту зі складною координацією. *Вісник Львівського університету*. 2014. Вип. 14. С. 155–159.
10. Сосіна В.Ю. Хореографія в спорті : навчальний посібник. Київ : Олімпійська література, 2021. 280 с.

References:

1. Artemieva H.P., Moshenska T.V. (2018) Rol i znachennia khoreografii u himnastychnykh i tantsiuvalnykh vydakh sportu [The role and significance of choreography in gymnastics and dance sports]. *Slobozhanskyi naukovo-sportyvnyi visnyk*. № 4(65). S. 32–36 [in Ukrainian].
2. Biletska I.H. (2017) Muzychno-rytmichne vykhovannia u vydakh sportu estetychnoi spriamovanosti [Musical and rhythmic education in sports of aesthetic orientation]. *Navchalnyi posibnyk*. Kharkiv : KhDAFK, 126 s. [in Ukrainian].
3. Viner-Usmanova I.A. (2012) Artistry in rhythmic gymnastics. 112 p.

4. Holdrych O.S. (2006) *Metodyka vykladannia khoreohrafii* [Methodology of teaching choreography]. Lviv : Spolom. 84 s. [in Ukrainian].
5. Hotsaliuk A.A. (2019) *Khoreohrafiia yak zasib vyrazhennia polizhanrovykh khudozhnikh form* [Choreography as a means of expressing polygenre artistic forms]. *Visnyk Kharkivskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni H.S. Skovorody*. S. 280–285 [in Ukrainian].
6. Mazepa I.A. (2010). The components of the artistry and techniques of development. *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesghafa*. Vol. 59, № 1. P. 42–45.
7. Otych O. (2010) *Rozvytok tvorchoi indyvidualnosti osobystosti zasobamy khoreorafichnoho mystetstva*. URL: http://www.nbu.gov.ua/portal/Soc_Gum/OD/2010_2/10OOMZHM.pdf [in Ukrainian].
8. Svidler T.A. and Timakova T.S. (2009) Ways of improvement of quality of preparation of highly skilled athletes in pair acrobatics. *Bulletin of sports science*, № 4. P. 8–9.
9. Sosina V. (2014) *Shliakhy vdoskonalennia vyraznosti rukhiv yak skladovoi vykonavchoi maisternosti sportsmeniv u vydakh sportu zi skladnoiu koordynatsiieiu* [Ways of improving expressiveness of movements as a component of the executive skill of athletes in sports with complex coordination]. *Visnyk Lvivskoho universytetu*. Vyp. 14. S. 155–159 [in Ukrainian].
10. Sosina V.Yu. (2021) *Khoreohrafiia v sporti* [Choreography in sports] : navchalnyi posibnyk. Kyiv : Olimpiiska literatura, 280 s.

Sosina Valentyna, Boyko Andriy, Tokar Tetyana

PROGRAM FOR THE DEVELOPMENT OF EXPRESSION AND ARTISTRY IN 10–12-YEAR-OLD ATHLETES WHO ARE ENGAGED IN TECHNICAL AND AESTHETIC SPORTS

The article examines the importance of expression and artistry in performing competitive exercises with the use of choreography in representatives of technical and aesthetic sports (TAS). In the mentioned sports, choreographic training (CT) has long become an integral part of training athletes from beginners to high-class masters. The main goal of CT in sports is the education of the culture of movements, including artistry and expressiveness which are evaluated by judges on a par with the technical component. Artistry and expressiveness are quite complex concepts that determine the subjective opinion of judges and audience and cannot be accurately measured. There are various requirements for performing competitive exercises, in particular, they must be performed technically correctly (in accordance with biomechanical laws and competition rules), timely, efficiently, stably, etc. TAS also advance requirements for aesthetics, artistry, and expressiveness of performing technical actions and combinations. Evaluating the performances of the best TAS athletes, one can note the freedom, lightness, ease, plasticity, rhythmicity, and originality of performance, the connection of movements with music and the creative nature of the compositions.

*Artistry can be considered as an opportunity to show one's individuality: artistic, creative, and personal. Moreover, the very word "artistry" is primarily associated with acting, and its real embodiment is manifested in the stability of performance and spontaneous improvisational expressiveness. Expressiveness is a multifaceted phenomenon that can manifest itself in various spheres of human activity: arts, sports, and professional activity. Each area has appropriate means of expression: colors (their color, saturation), sounds (height, strength, timbre), body movements (poses, gestures, facial expressions), etc. Sport, as a specific branch of aesthetic activity, requires not only its special language for expressiveness and artistry but also its criteria for their development and evaluation. Therefore, athletes and coaches, using the means of developing expressiveness and artistry borrowed from art, should not equate them with manifestations of the artistry of a stage actor. **Materials and methods.** The following methods were used in the present research: theoretical analysis and generalization of data from scientific-methodological and specific literature, information resources of the Internet, pedagogical observations; survey; expert assessment method, pedagogical experiment, and methods of mathematical statistics. **Results.** Based on a survey of TAS specialists, pedagogical observations at educational and training classes in sports acrobatics, sports aerobics, cheerleading, sports ballroom dancing, acrobatic rock and roll, aesthetic group gymnastics, as well as original experience, it was developed a program and CT means and methods given the specifics of the sports activities of TAS athletes aged 10–12, which contribute to the progress of expressiveness and artistry. As a result of the analysis of the performances of qualified TAS athletes,*

the components of performance skill were identified, which can be conventionally represented as: the content of the compositions, as well as the nature and method of performing movements, elements, combinations, and competitive compositions in the chosen sport. As a result of the analysis of the performances of qualified TAS athletes, the components of performance skill were identified, which can be conventionally represented as the content of the compositions, as well as the nature and method of performing movements, elements, combinations, and competitive compositions in the relevant sport. Therefore, performance mastery is a complex characteristic and consists of many components that should be taken into account during its improvement. After the expert assessment of expressiveness and artistry, it was found that it is difficult for athletes aged 10–12 years to create an emotional-motor image in their competitive exercise, while experts rated highly the suitability of the musical accompaniment to the athletes' proficiency. In the course of research, a program for the development of expressiveness and artistry was formulated using various means of choreography (exercises of classical, folk stage, sports ballroom and modern dance, elements of free plasticity, jumps, turns, balance, exercises of musical and rhythmic education, improvisation, pantomime and others) for TAS athletes aged 10–12 years. The program included the goal, tasks, as well as means and methods that assisted in advancing the performance skills of athletes and took into account the specifics of sports activity. The obtained data show that the athletes of the experimental group (EG), who practiced according to the relevant program for expressiveness and artistry using the means of choreography, experienced significant changes in their performance skills in all its components. At the same time, the reliability of distinctions among female athletes of the control group (CG) was confirmed only in the components of "dynamism, expression, and the availability of composition culminating moments", as well as "freedom, lightness, ease, plasticity of movements, and exercise rhythmicity". **Conclusions.** *Sport, as a specific kind of aesthetic activity, needs not only its special language for expressiveness but also criteria for its development and evaluation. The findings of academic observation carried out at educational-training sessions, as well as the survey of specialists, prove the lack of a unanimous opinion of coaches and choreographers regarding the method of developing expressiveness and artistry during CT. The outcome of the expert evaluation of the manifestation of expressiveness and artistry indicate that athletes aged 10–12 years are not good at creating an emotional and motor image in their competitive exercise, but the experts rated highly the suitability of the musical accompaniment for their training. In the course of research, it was drafted a program for the development of expressiveness and artistry using various means of choreography for TAS athletes aged 10–12 years. It included the goal, tasks, as well as means and methods that assisted in advancing the performance skills of athletes. Experimental verification of the program shows reliable positive changes in the performance skills of EG athletes aged 10–12 years in all expressiveness components.*

Key words: *technical and aesthetic types, sports, artistry, expressiveness, means, choreography.*