

*КО
м. 10
В. 10*

ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ОРДЕНА ЛЕНИНА
И ОРДЕНА КРАСНОГО ЗНАМЕНИ
ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ им. П. Ф. ЛЕСГАФТА

На правах рукописи

М

ГОРОДНИЧЕВА Надежда Яковлевна

ИССЛЕДОВАНИЕ СРЕДСТВ И МЕТОДОВ
ЭСТЕТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ЮНОШЕЙ
И ДЕВУШЕК НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ ЗАНЯТИЙ
СПОРТИВНОЙ ГИМНАСТИКОЙ

13.00.04 — Теория и методика физического воспитания
и спортивной тренировки

Автореферат
диссертации на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук

ЛЕНИНГРАД
1974

Диссертация выполнена на кафедре педагогики Государственного ордена Ленина и ордена Красного Знамени института физической культуры им. П. Ф. Лесгафта (ректор — доцент В. У. АГЕЕВЕЦ), кафедре гимнастики Киргизского государственного института физической культуры (ректор — профессор Б. Т. ТУРУСБЕКОВ).

Научные руководители —

заведующий кафедрой педагогики, доктор педагогических наук, профессор В. В. БЕЛОРУСОВА;

заведующий кафедрой теории физического воспитания, кандидат педагогических наук, доцент Н. И. ШАРАБАКИН.

Официальные оппоненты:

доктор психологических наук, профессор А. Ц. ПУНИ,
кандидат педагогических наук, доцент И. Н. РЕШЕТЕНЬ.

Ведущее научное учреждение — Латвийский государственный институт физической культуры.

Автореферат разослан « 14 » октября 1974 г.

Защита диссертации состоится на заседании Ученого Совета ГДОИФК им. П. Ф. Лесгафта « 14 » ноября 1974 г. в 15 часов (Ленинград, ул. Декабристов, 35, учебный корпус, ауд. 419).

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке института.

Ученый секретарь Совета, доцент

(Г. И. ЧЕРНЯЕВ)

В физическом воспитании имеются большие возможности для формирования у человека чувства прекрасного, умения с позиций красоты оценивать свои действия и поступки, находить прекрасное в жизни, в труде, в борьбе за высокие спортивные достижения.

Важная роль физической культуры и спорта в эстетическом воспитании отмечается в работах А. А. Френкина (1960, 1961, 1963); А. П. Родионова (1964, 1965, 1970); В. В. Белорусовой (1959, 1962, 1964, 1967); Э. Баркаускене (1970) и др.

Различные виды спорта, в частности, спортивная гимнастика, располагают специфическими средствами для решения задач эстетического воспитания. По мнению Е. С. Белова (1972), Д. П. Мавромати (1972) и др. в гимнастике, наряду с другими, одновременно решаются и задачи эстетического воспитания. Однако средства и методы решения задач эстетического воспитания на занятиях гимнастикой, так же, как и своеобразие их у юношей и девушек, еще недостаточно изучены.

Изложенное послужило основанием для того, чтобы подвергнуть вопрос об эстетическом воспитании юношей и девушек в процессе занятий спортивной гимнастикой специальному исследованию, результаты которого представлены в диссертации.

* *

*

Диссертация состоит из введения, 4-х глав, выводов, рекомендаций, библиографического указателя, содержащего 297 источников и 6 приложений. Общий объем диссертации 157 страниц (без приложений). В диссертации имеется 19 таблиц.

Состояние и постановка вопроса исследования

Проблемы эстетического воспитания в настоящее время являются предметом широкого обсуждения. Большинство авторов рассматривают эстетическое воспитание, как важную

сторону всестороннего развития личности (Г. Миронов, 1890; В. Острогорский, 1894; А. В. Луначарский, 1923; П. М. Якобсон, 1954; В. Н. Шацкая, 1955; Н. А. Дмитриева, 1956; Г. И. Шукина, 1957; В. К. Скатерщиков, 1959; Ю. В. Изюмский, 1960; Л. И. Новожилова, 1962; Е. Г. Савченко, Ю. И. Рубина, 1963; Э. А. Верб, 1965; В. А. Разумный, 1967; В. А. Балашов, 1968; В. В. Неверов, 1969; Г. З. Апресян, 1970; Г. Джибладзе, 1971; Б. Т. Лихачев, 1972 и др.). Однако еще до сих пор нет единого понимания сущности эстетического воспитания. А. А. Балян (1971) рассматривает эстетическое воспитание, как своеобразный синтез других сторон воспитания; М. С. Каган (1971) отрицает самостоятельность предмета эстетического воспитания. В. И. Кузнецов (1966) утверждает, что эстетическое воспитание имеет свой предмет.

Нет единства также в понимании задач и содержания эстетического воспитания. В. А. Разумный (1959), отчасти Н. А. Дмитриева (1956) считают, что оно заключается в том, чтобы средствами искусства привить человеку высокие нормы и принципы нравственности. Г. И. Шукина (1957), В. Н. Шацкая (1959), Э. Ион (1964) и др. рассматривают эстетическое воспитание, как обучение художественным навыкам. Однако, указанные авторы не учитывают, что при таком понимании эстетического воспитания может отсутствовать целенаправленная работа по формированию эстетического отношения ко всему многообразию предметов и явлений окружающей действительности.

Более рациональной является точка зрения Н. И. Киященко (1971), А. А. Балян (1971), Б. Т. Лихачева (1972) и др., которые рассматривают эстетическое воспитание, как воспитание способности человека не только правильно понимать и ценить прекрасное в жизни и искусстве, но и творить «по законам красоты».

Вопросы, связанные с решением задач эстетического воспитания средствами физической культуры и спорта, нашли отражение в работах В. М. Колоколовой (1959, 1967); А. А. Френкина (1960, 1961, 1963); Н. И. Шарабакина (1968); А. А. Петерсон (1971); Д. П. Мавромати (1972); Е. С. Белова (1972) и др. Особое значение Е. С. Белов, Н. И. Шарабаркин, Д. П. Мавромати и др. придают спортивной гимнастике, как важному средству эстетического воспитания, занятия которой способствуют восприятию, пониманию и освоению прекрасного в различных сторонах двигательной деятельности и поведении человека.

Однако использование средств и методов спортивной гимнастики в интересах эстетического воспитания не нашли достаточного отражения в литературе. Только В. М. Колоколова кратко описывает средства и выделяет три группы методов эстетического воспитания на занятиях физической культурой и спортом. В первую группу она включает методы эстетического воспитания, при помощи которых можно возбуждать эстетические чувства занимающихся, вызывать у них радостные переживания, эстетическое удовлетворение, передавать знания о красоте выполняемых упражнений, заданий и требований и т. д. Это живое, яркое эмоциональное объяснение, образный рассказ и эстетическая оценка. Вторым методом эстетического воспитания В. М. Колоколова считает технически совершенный, эмоционально-выразительный показ. Третья группа методов включает практическое приучение к творческим проявлениям в двигательной деятельности.

Указанные методы, будучи важными для решения задач эстетического воспитания, не получили, однако, более детального и обстоятельного рассмотрения. Например, ничего не говорится о соотношении в них эмоционального и рационального, о направленности их на эстетическое совершенствование личности и т. д.

Таким образом, вопрос о средствах и методах эстетического воспитания на занятиях спортивной гимнастикой нельзя считать достаточно разработанным.

Задачи, организация и методика исследования

Основными задачами исследования явились:

1. Выяснение характера эстетического отношения юношей и девушек к занятиям по спортивной гимнастике.

2. Изучение средств и методов эстетического воспитания, способствующих воспитанию эстетического вкуса, выразительности исполнения гимнастических упражнений и танцевальных движений, а также эстетики поведения занимающихся спортивной гимнастикой.

Для решения указанных задач использовались следующие методы:

1. Анкетирование.
2. Педагогические наблюдения (с использованием стенографирования занятий).
3. Беседы.
4. Педагогический эксперимент.

Методом анкетирования выяснялось мнение преподавателей и студентов институтов физической культуры об особенностях эстетического отношения юношей и девушек к занятиям по спортивной гимнастике и определялось развитие эстетических вкусов занимающихся. Вопросы анкеты отражали существенные стороны эстетического содержания гимнастики. Ответ на каждый вопрос оценивался по пятибалльной системе.

Наблюдение было направлено на выяснение эстетической воспитанности юношей и девушек, на определение объема и особенностей средств и методов эстетического воспитания в процессе занятий гимнастикой. В наблюдении фиксировались отклонения от установленных эстетических требований учебного процесса и другие показатели, характеризующие испытуемых. Стенографирование позволило составить более точное представление о содержании и методике проведения занятий.

Методом беседы определялись уровень и качество знаний занимающихся об эстетической выразительности движений, эстетическое отношение юношей и девушек к занятиям по спортивной гимнастике и устанавливались привлекательные для них в эстетическом отношении стороны в средствах, методах и организации занятий.

Педагогический эксперимент проводился в три этапа с 1965 по 1968 год. На первом этапе осуществлялся сбор предварительной информации; на втором — решались основные задачи исследования; на третьем — уточнялись и проверялись факты, полученные на первых двух этапах.

Эксперимент проводился на базе Киргизского государственного института физической культуры, испытуемыми были девушки и юноши — студенты 1-го курса педагогического факультета. В эксперименте участвовало 15 групп: 8 — экспериментальных и 7 — контрольных, всего 227 человек.

Все группы состояли из студентов разных спортивных специализаций. В состав опытных групп не включались студенты, которые во внеучебное время дополнительно занимались спортивной гимнастикой. Это было вызвано общей направленностью исследования, которое предусматривало изыскание средств и методов воспитания чувства и понимания прекрасного в занятиях с начинающими гимнастами.

По возрасту, спортивной подготовке, развитию эстетического вкуса и другим показателям состав контрольных и экспериментальных групп был в основном однороден.

Занятия проводились примерно в одни часы и дни учебной недели. Уроки проводились одной бригадой преподавателей и имели одинаковое содержание и методику.

Суть эксперимента состояла в том, что в ходе уроков, наряду с решением всех других задач, целеустремленно и систематически формировались эстетические чувства, понятия и вкусы. С этой целью в качестве основного средства использовались специальные эстетические характеристики движений и поступков занимающихся. Эстетические характеристики содержали информацию об эстетических сторонах осваиваемых упражнений и требований, побуждали к пониманию красоты двигательных действий и взаимоотношений с окружающими людьми; раскрывали единство рационального и эмоционального в эстетическом восприятии и переживании; показывали возможности получения нравственного и эстетического удовлетворения не только от личных успехов, но и от успехов товарищей по группе; стимулировали проявление творческих способностей.

Все эстетические характеристики по содержанию условно подразделялись на три группы. Первая («А») предназначалась, главным образом, для передачи специальных знаний об эстетических признаках изучаемых двигательных действий; вторая («Б») — для характеристики эстетических чувств, возникающих в ходе урока; третья («В») — включала особенности и первой, и второй.

При проведении опытной работы особое внимание уделялось созданию эстетической обстановки занятий, которая представляла собой систему специально организованных условий, располагающих к эффективному восприятию и осмыслению эстетических сторон занятий и стимулирующих к переживанию прекрасного.

В качестве средств эстетического воспитания использовались также музыка и различные по характеру танцевальные движения.

При воспитании эстетических представлений, понятий, чувств и вкусов использовались различные методы и прежде всего разнообразные сочетания слова с показом преподавателя.

Особое внимание уделялось культуре речи преподавателя и не только безупречному показу упражнения в техническом отношении, но и эмоционально-выразительной его форме. В экспериментальных группах применялись также просмотр

кинокадров, диапозитивов, специально подобранных фотографий и рисунков.

Широко использовались творческие задания, самооценка и взаимооценка выразительности исполнения упражнения.

Результаты экспериментальной работы оценивались по технической подготовленности занимающихся, выразительности движений и развитию эстетического вкуса.

Техника упражнений гимнастического многоборья и танцевальных движений оценивалась в условиях специально организованных учебных соревнований бригадами, каждая из которых состояла из трех судей республиканской и первой категорий. Оценка производилась в соответствии с общепринятыми правилами судейства соревнований по гимнастике. Упражнение на каждом снаряде выполнялось дважды. В протокол соревнования заносилась лучшая оценка.

Выразительность движений оценивалась по специально разработанной методике, которая подробно описывается в диссертации.

Учитывалось три степени выразительности движений: низкая, средняя, высокая.

Результаты, полученные в педагогическом эксперименте, обрабатывались на электронно-вычислительной машине «Проминь-2».

Сравнение результатов, полученных в контрольных и экспериментальных группах, производилось путем сопоставления предварительных и итоговых оценок по формуле, предложенной Н. А. Шишонком.

Эстетическое воспитание в практике занятий спортивной гимнастикой

Изучение состояния эстетического воспитания в практике занятий спортивной гимнастикой проводилось на уроках гимнастики в старших классах общеобразовательных школ г. Фрунзе, на первом курсе педагогического факультета Казахского и Омского институтов физической культуры и на занятиях секций спортивной гимнастики в некоторых коллективах ДСО.

Фактический материал, характеризующий состояние эстетического воспитания в практике занятий по спортивной гимнастике, свидетельствует о том, что средства и методы эстетического воспитания на занятиях используются крайне редко и недостаточно многообразно.

В Казахском институте физической культуры эстетические характеристики группы «А» (предназначенные для передачи знаний о внешних признаках красоты предлагаемых заданий) и группы «Б» (отражающие эстетические переживания обучающихся) в виде объяснения, указания, беседы и оценки использовались лишь при проведении занятий с юношами. В занятиях с девушками ни одна из указанных характеристик не использовалась. Абсолютное большинство (до 70%) эстетических характеристик приходилось на основную часть занятий. В подготовительной и заключительной частях эстетические характеристики использовались очень редко.

Во всех просмотренных занятиях не нашли широкого применения такие важнейшие средства эстетического воспитания, как музыка и танцы.

В результате, занимающиеся основное внимание уделяли технике гимнастических упражнений, не придавая должного значения эмоциональной их окраске. На занятиях наблюдались случаи отрицательного отношения к требованиям преподавателя, к товарищам и нетребовательного отношения к самому себе.

Анкетный материал, полученный от студентов Казахского и Омского институтов физической культуры, позволяет считать, что общепринятая методика проведения гимнастических занятий слабо влияет на обогащение и развитие эстетических вкусов студентов.

Особенности эстетического отношения юношей и девушек к занятиям по спортивной гимнастике

Особенности эстетического отношения юношей и девушек к занятиям по спортивной гимнастике изучались путем анкетирования 59 преподавателей 35 школ г. Фрунзе и 217 студентов институтов физической культуры.

78% преподавателей и 84,7% студентов отмечают, что у девушек более выражено эстетическое отношение к таким движениям, которые не вызывают больших физических напряжений и отличаются широкой амплитудой, округлостью, мягкостью, пластичностью (вольные упражнения, задания на гибкость и упражнения в равновесии), у юношей — к упражнениям на силу, ловкость, прыгучесть (акробатические элементы и упражнения на снарядах). В этих упражнениях, по мнению преподавателей и студентов, больше проявляются физические возможности и создаются благоприятные условия

для достижения эстетической выразительности выполняемых движений.

На эстетическое отношение юношей и девушек к танцевальным движениям указывают 75,3% преподавателей и 94% студентов. Большинство опрошенных отмечают склонность юношей и девушек к освоению различных по характеру танцевальных движений. Девушкам наибольшее эстетическое удовлетворение доставляют спокойные, мягкие, плавные танцевальные движения, юношам — быстрые, ритмичные, энергичные.

Особенности музыки, которая вызывает эстетические переживания у юношей и девушек, отмечаются преподавателями в 56% случаев и студентами — в 92%. При этом они указывают на склонность девушек к такому музыкальному сопровождению, которое характеризуется мягкими, плавными переходами и лирическими тонами, порою с оттенком задумчивости и богатством красок. Юношей привлекает музыка с резкими переходами, отличающаяся четким ритмом, высоким темпом, бодростью звучания, яркостью и силой выражаемых в ней чувств.

Полученные материалы об особенностях эстетического отношения юношей и девушек к занятиям по спортивной гимнастике были использованы для уточнения задач эстетического воспитания и их методического решения при проведении педагогического эксперимента.

Влияние средств и методов эстетического воспитания на развитие эстетического вкуса и выразительность исполнения гимнастических упражнений

При решении задач эстетического воспитания в экспериментальных группах, как было указано выше, в качестве основного средства использовались эстетические характеристики движений и поступков занимающихся. Содержание эстетических характеристик сообщалось занимающимся в форме указания (60,5%), оценки (20,1%), объяснения (9,25%), описания (8,45%), беседы (1,35%), рассказа (0,35%).

Более частое применение таких разновидностей метода слова, как указание, оценка и объяснение имеет свои основания. Использование указания предусматривало опору на тот объем специальных знаний, которые систематически сообщались на экспериментальных занятиях, на понимание своеобразия эстетических переживаний, на специальный чув-

ственный опыт. Передаваемая в них информация, даже в самом сжатом виде, могла поэтому создать достаточно широкое представление об эстетических сторонах изучаемых движений и поступков занимающихся. **Объяснение** позволяло раскрыть эстетическую сущность движения, показать взаимообусловленность различных сторон красоты упражнения, многообразие форм их проявления, единство с техникой исполнения и т. д. **Оценкой** подводился итог проделанной работы, отмечались ее достоинства и недостатки и определялись возможности для дальнейшего совершенствования.

Несмотря на значительное разнообразие эстетических характеристик, использовавшихся в экспериментальных группах, рассказ и беседа применялись сравнительно редко. Это было обусловлено конкретными методическими соображениями и ни в коей мере не говорит об ограниченности их возможностей в решении задач эстетического воспитания.

В занятиях экспериментальных групп преимущественно использовались эстетические характеристики групп «А», содержащие эстетические признаки движений. Они более всего соответствуют задачам освоения строго регламентированной техники физических упражнений. Реже использовались характеристики группы «Б», так как говорить занимающимся о каких-либо переживаниях, возникающих в связи с выполнением упражнений, целесообразно лишь при условии овладения ими основами техники, когда движения становятся достаточно точными, легкими, согласованными. В ходе эксперимента такая возможность появилась только к концу опытной работы, на стадии совершенствования.

Для решения задач воспитания эстетических чувств и вкусов использовались разнообразные сочетания слова с показом преподавателя: слово—показ, показ—слово, но преимущественно и наиболее часто слово и показ одновременно, так как оно обладает большой силой эмоционального воздействия, позволяет экономить время и поддерживать рабочую, творческую атмосферу занятий.

Эстетические характеристики и их разнообразные сочетания с показом преподавателя в экспериментальных группах использовались во всех частях урока. Однако в работе с юношами и девушками они имели некоторые отличия.

Эстетические характеристики для юношей содержали информацию, которая заостряла внимание на необходимости показать в упражнениях мужественность, требующую яркого проявления силы, энергичности, смелости и т. д. При этом

подчеркивалось, что современная гимнастика требует и от девушек развития силы, стремительности, высокого темпа и т. д. Однако, несмотря на это, исполняемые ими упражнения должны отличаться мягкостью, плавностью, округлостью движений.

В качестве методических приемов эстетического воспитания в занятиях экспериментальных групп использовались самооценка, взаимооценка эстетической выразительности движений, творческие задания эстетического характера. Наиболее часто (в среднем 4—8 раз на одном занятии) они применялись в основной части урока на стадии совершенствования. Указанные приемы способствовали формированию эстетических понятий, суждений, оказывали влияние на приобретение умений выполнять движения в соответствии с эстетическими требованиями.

В обучении занимающихся экспериментальных групп в качестве наглядных пособий использовались материалы кино-съемки, диапозитивы, специально подобранные фотографии и рисунки зачетных упражнений в каждом виде гимнастического многоборья. На всех иллюстрациях упражнения характеризовались высокой техникой и эстетической выразительностью исполнения.

На занятиях использовались такие средства как: эстетическая обстановка занятий, музыка и танцы.

Эстетическая обстановка — это комплекс таких внешних условий, как хорошая освещенность зала, безупречный порядок и чистота; рациональное размещение необходимого спортивного инвентаря и оборудования; наличие у занимающихся удобной и красивой спортивной одежды и обуви и др.

Организация эстетической обстановки предусматривала и выполнение таких методических требований, как рациональное расположение отделения (подгруппы) от места выполнения упражнений с учетом задач, стоящих перед данным занятием. Правильное размещение занимающихся в уроке способствовало не только созданию целостного впечатления об упражнении, хорошей просматриваемости тех его элементов, которые наиболее важны для настоящего этапа обучения, но и уяснению эмоциональной стороны выполняемых движений.

Создание необходимой эстетической обстановки способствовало эффективному усвоению характерных для гимнастики эстетических требований.

Музыка использовалась для сопровождения общеразвивающих и вольных упражнений. Кроме того, в заключитель-

ной части занятий в экспериментальных группах применялось прослушивание и разбор различных по характеру и эмоциональной выразительности музыкальных произведений.

Использование музыкального сопровождения и прослушивания музыки оказывало влияние на повышение общей эстетической культуры занимающихся. Это выразилось в частности, в лучшем понимании ими характера музыкальных произведений, совершенствовании представлений о значимости музыки в занятиях по спортивной гимнастике, в умении выполнять упражнения эстетически выразительно и т. д.

Танцевальные движения использовались, в основном, в подготовительной и заключительной частях урока. Особое внимание уделялось разучиванию и совершенствованию таких танцевальных движений, которые отличались друг от друга характером и темпом, например, слитные, плавные, широкие движения в русском шаге; четкий ритм, стремительность, бодрость и живость движений польки и т. д. Освоение танцевальных движений на занятиях по гимнастике способствовало не только выработке эталонов красоты, изящества, грации, но и воспитанию эстетических чувств и вкусов, повышению общей культуры занимающихся.

Исходя из единства эстетического и нравственного воспитания, в процессе экспериментальных занятий большое внимание обращалось на эстетику поведения занимающихся.

Результаты исследования

Результаты исследования свидетельствуют, что средства и методы эстетического воспитания, применяемые на уроках в экспериментальных группах, оказали существенное влияние на развитие эстетического вкуса у юношей и девушек, на их эстетическую воспитанность в целом. Так, если начальная оценка за развитие эстетического вкуса в среднем у юношей экспериментальной группы была 23,3 балла,¹ в контрольной — 24,3 балла, то конечная составила соответственно 33,2 и 26,8 баллов; у девушек экспериментальной группы начальная оценка была 25,2 балла, контрольной — 24,2 балла, конечная — соответственно 34,8 и 27,7 балла. В экспериментальных группах эти различия существенные ($P < 0,001$), в контрольных несущественные ($P = 0,08 - 0,09$).

¹ Из 50 возможных.

В теоретических предпосылках к исследованию предполагалось, что развитие эстетического вкуса связано и с улучшением техники выполнения как упражнений гимнастического многоборья, так и танцевальных движений.

Результаты исследования подтвердили это предположение: у юношей экспериментальной группы конечная средняя оценка за технику гимнастических упражнений повысилась на 3,9 балла, в контрольной — на 3,4 балла.

У девушек экспериментальной группы оценка также увеличивается к концу эксперимента на 4,4 балла, в контрольной — на 3,7 балла.

И в контрольной, и в экспериментальной группах конечные данные статистически достоверно отличаются от исходных в лучшую сторону ($P < 0,001$).

Аналогичные изменения наблюдаются и в оценке техники исполнения танцевальных шагов.

В экспериментальной группе юношей средняя оценка за исполнение танцевальных движений возросла на 1,85 балла, в контрольной — на 1,35. У девушек этот показатель увеличился соответственно на 1,9 и 1,25 балла. И в том, и в другом случаях различия статистически достоверны ($P < 0,001$).

Таким образом, несмотря на то, что в контрольных и экспериментальных группах большое внимание уделялось технике гимнастических упражнений и танцевальных движений, все же показатели и у юношей, и у девушек экспериментальных групп были выше, чем контрольных. Это говорит о том, что средства и методы эстетического воспитания оказывают известное влияние на повышение качества техники изучаемых упражнений.

Важную роль средства и методы эстетического воспитания сыграли в совершенствовании выразительности движений.

Все занимающиеся в начале экспериментальной работы имели невысокий уровень выразительности исполнения упражнений. К концу исследования у юношей экспериментальной группы оценка за выразительность исполнения гимнастических упражнений увеличилась более, чем в 13 раз, контрольной только в 5 раз.

То же наблюдалось и у девушек экспериментальной группы, правда, несколько в меньшей степени, чем у юношей.

Сравнение результатов юношей и девушек за выразительность исполнения упражнений гимнастического многоборья, полученных в контрольных и экспериментальных группах в конце исследования показывает, что существенно лучшими

оказались результаты и тех, и других экспериментальных групп (девушки — $P < 0,05$, юноши — $P < 0,001$).

Установлено своеобразие развития выразительности движений у юношей и девушек в различных типах гимнастических упражнений. К окончанию эксперимента юноши имели более высокие показатели в опорном прыжке, в упражнениях на коне с ручками и перекладине; девушки — в вольных упражнениях. Другие виды многоборья, судя по нашим материалам, могут выполняться одинакового выразительно всеми занимающимися.

Установлены изменения и в выразительности исполнения танцевальных движений. Оценка у юношей экспериментальной группы в этом плане к концу эксперимента возросла более, чем в 3 раза, у девушек почти в 7 раз по сравнению с контрольной. Различия статистически достоверны (у юношей — $P < 0,001$; у девушек — $P < 0,01$).

Эти факты говорят о том, что средства и методы эстетического воспитания способствуют эффективному формированию способностей к выразительному исполнению танцевальных движений как юношами, так и девушками. Однако большая заинтересованность девушек в красоте особенно таких движений, которые не отличаются физической трудностью и технической сложностью, позволяет им показать несколько лучшую выразительность в танцевальных движениях.

Решение специальных эстетических задач в ходе эксперимента в известной мере содействовало улучшению и общей эстетической воспитанности юношей и девушек экспериментальных групп. Об этом можно судить по отношениям каждого из них к товарищам, оперируя средним количеством нарушений эстетики поведения на одного занимающего в одном уроке. Таких нарушений в начале эксперимента у юношей экспериментальной группы было 3,2, у девушек 2,5; к концу экспериментального периода они сократились до 1,7 у юношей и до 1,5 у девушек. В контрольной группе эти цифры соответственно таковы: для юношей 2,0 и 4,0, для девушек 3,7 и 3,2.

Обобщая результаты исследования, можно сказать, что средства и методы эстетического воспитания оказали большое влияние на развитие эстетического вкуса, выразительность исполнения гимнастических упражнений и танцевальных движений и, одновременно, на повышение качества их техники. Они способствовали также формированию эстетичности поведения юношей и девушек, участвовавших в эксперименте.

ВЫВОДЫ

1. В специальной научной и методической литературе по спортивной гимнастике недостаточно освещены вопросы эстетического воспитания в работе с начинающими гимнастами. Особенно это касается средств и методов эстетического воспитания юношей и девушек.

2. В практике занятий по гимнастике специального внимания эстетическому воспитанию почти не уделяется.

Существующая методика проведения гимнастических занятий мало влияет на развитие эстетических вкусов и воспитание выразительности движений у юношей и девушек.

3. Подавляющее большинство участников эксперимента проявило положительное эстетическое отношение к занятиям спортивной гимнастикой. Однако оно предпочтительно выражается у юношей к упражнениям на силу, ловкость, прыгучесть, у девушек — к упражнениям, не вызывающим высоких физических напряжений, отличающихся широкой амплитудой, мягкостью, пластичностью движений. Различия проявляются и в эстетическом отношении юношей и девушек к танцевальным движениям и музыкальному сопровождению. Юноши предпочитают движения быстрые, энергичные, девушки — спокойные, мягкие, плавные.

4. Исследование показало, что эффективными в решении задач эстетического воспитания являются следующие средства и методы:

а) эстетические характеристики движений, действий и поступков занимающихся в форме рассказа, описания, объяснения, беседы, указания и оценки, применяемые во всех частях урока; наиболее эффективными оказались характеристики, предназначенные для передачи специальных знаний об эстетических признаках изучаемых упражнений, действий и поступков;

б) различное по характеру музыкальное сопровождение, использование которого целесообразно во всех частях урока;

в) танцевальные движения, чаще всего применяемые в подготовительной и заключительной частях занятий;

г) эстетическая обстановка занятий (хорошая освещенность зала, безупречный порядок и чистота, рациональное расположение и размещение снарядов, красивая удобная спортивная форма и др.);

д) разнообразное использование методов слова и показа; наиболее эффективным следует считать одновременное их со-

четание — оно экономично во времени и обладает большой силой эмоционального воздействия;

е) разнообразные наглядные пособия (киноматериалы, фотографии, диапозитивы и т. д.), подчеркивающие красоту и выразительность движений;

ж) самооценка и взаимооценка эстетической выразительности движений, творческие задания эстетического содержания.

5. Систематическое использование средств и методов эстетического воспитания оказало значительное влияние на развитие эстетического вкуса. Это выразилось в значительном повышении качества знаний студентов экспериментальных групп об эстетических особенностях движений, в понимании ими эстетического содержания спортивной гимнастики и улучшении их эстетической воспитанности.

Эстетический вкус одинаково быстро совершенствуется и у девушек, и у юношей.

6. С развитием эстетического вкуса изменяется в лучшую сторону выразительность исполнения гимнастических упражнений. Это имеет место и у юношей, и у девушек. Однако юноши могут выполнять упражнения гимнастического многоборья более выразительно, чем девушки, особенно это относится к упражнениям на перекладине, коне с ручками и опорным прыжкам. Девушки же достигают большей выразительности в упражнениях технически не слишком сложных, характеризующихся плавностью, мягкостью, пластичностью движений, таких, как вольные упражнения, танцевальные шаги и танцы.

7. Одновременно с развитием выразительности движений улучшается техника выполнения упражнений гимнастического многоборья и танцевальных движений, при этом девушки осваивают технику несколько быстрее, чем юноши.

8. Использование определенных средств и методов эстетического воспитания в процессе занятий спортивной гимнастикой способствует повышению и общей воспитанности начинающих гимнастов.

В заключении диссертации предложены практические рекомендации для преподавателей гимнастики вузов.

СПИСОК РАБОТ, ОПУБЛИКОВАННЫХ ПО ТЕМЕ ДИССЕРТАЦИИ

1. Некоторые особенности эстетического воспитания лиц разного пола, занимающихся спортивной гимнастикой. Материалы XIV Всесоюзной студенческой научной конференции по вопросам физической культуры и спорта. Методический кабинет ГЦОЛИФК, Москва, 1967 г.
2. Преподаватели физической культуры об особенностях эстетического отношения юношей и девушек к средствам занятий гимнастикой. Материалы 1-й Республиканской межвузовской научно-методической конференции по физической культуре и спорту, изд. «Мектеп», Фрунзе, 1967 г.
3. Зависимость эстетического воспитания от пола занимающихся. Результаты предварительного исследования вопросов эстетического воспитания на занятиях по гимнастике, Труды института физической культуры, выпуск V (книга 2), изд. «Мектеп», Фрунзе, 1967 г.
4. Некоторые особенности эстетического воспитания лиц разного пола, занимающихся спортивной гимнастикой. Итоги первого этапа исследования эстетического воспитания занимающихся гимнастикой, Труды института, выпуск IV, книга 2, изд. «Мектеп», Фрунзе, 1968 г.
5. Взаимосвязь эстетического и нравственного воспитания в процессе занятий гимнастикой с юношами и девушками. Сборник «Нравственное воспитание спортсменов (школьников и студентов)», Ленинград, ГДОИФК им. П. Ф. Лесгафта, 1973 г.

МАТЕРИАЛЫ ДИССЕРТАЦИИ ДОЛОЖЕНЫ

1. На XIV-й Всесоюзной студенческой научной конференции по вопросам физической культуры и спорта, Москва, апрель 1967 г.
2. На I-й республиканской межвузовской научно-методической конференции по физической культуре и спорту, Фрунзе, 1967 г.
3. На II-й научной конференции профессорско-преподавательского состава Казахского государственного института физической культуры, 1968 г.
4. На научных конференциях профессорско-преподавательского состава Киргизского государственного института физической культуры 1969 и 1970 гг.
5. На научной конференции молодых ученых ГДОИФК им. П. Ф. Лесгафта, Ленинград, 1973 г.
6. На итоговой научной конференции ГДОИФК им. П. Ф. Лесгафта, Ленинград, 18 января 1973 г.

