

взаимодействия. – 2016. – № 2. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovershenstvovanie-upravleniya-konfliktami> (дата обращения: 17.03.2025).

3. Черкасова, А. А. Характеристика трудового конфликта как особой разновидности социального конфликта / А. А. Черкасова, Ю. О. Сулягина // Инновационная наука. – 2019. – № 12. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/harakteristika-trudovogo-konflikta-kak-osoboy-raznovidnosti-sotsialnogo-konflikta> (дата обращения: 17.03.2025).

Талицкая А.В., студент 320Э группы
очной формы получения образования
Научный руководитель – Бодунова И.И.,
кандидат культурологии, доцент

ХОРЕОГРАФИЯ КАК ОДНО ИЗ ВАЖНЕЙШИХ СРЕДСТВ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ВЫРАЗИТЕЛЬНОСТИ В СПОРТИВНОМ ЧИРЛИДИНГЕ

Чирлидинг (англ. cheerleading, от cheer – одобрительное, призывное восклицание и lead – вести, управлять) – самостоятельная спортивная дисциплина; также организованная поддержка спортивных команд во время соревнований. Чирлидинг зародился в США в конце 1880-х годов, а наиболее широкое распространение приобрел в 1970-е годы. В 2015 году в Беларуси приняли решение об образовании школьной, студенческой и спортивной лиг. В школьную лигу входят начинающие. Это самая многочисленная лига. Дети выступают на городских, республиканских, районных турнирах плюс

поддерживают команды по разным видам спорта своего учреждения. Студенческая лига – вторая ступенька.

Цель статьи обозначить важность хореографической подготовки в спортивном чирлидинге.

Чирлидинг – новое направление спортивной деятельности в Беларуси. Как и в любом другом технико-эстетическом виде спорта, в чирлидинге должна присутствовать гармония между композицией и исполнением. На качество исполнения композиции влияет хореографическая подготовка спортсменов, которая в чирлидинге возрастает с каждым годом. Под хореографической подготовкой в чирлидинге понимается система упражнений и методов воздействия, направленных на воспитание двигательной культуры спортсменов и средств выразительности.

В Беларуси существует много команд, выступающих в дисциплине «спортивный чирлидинг». Университетских команд мало: команда БГУФК, БГМУ и МИТСО.

Официальные возрастные категории соревнований: 6-11 лет, 12-14 лет, 15-18 лет, 16 лет и старше [1].

Чирлидинг строится на синтезе художественных направлений и видов спорта – акробатика, спортивная и художественная гимнастика, спортивная аэробика, батут, спортивные танцы, спортивная хореография. Тем не менее, чирлидинг имеет свою специфику и направленность: построение «стантов» и «пирамид», использование «возгласов» и «скандирований», выполнение чирлидинговых прыжков, использование специфической атрибутики [3].

Хореографическая подготовка играет большую роль в совершенствовании исполнительского мастерства за счет повышения «эстетической» составляющей. Именно в процессе занятий хореографией спортсмены ближе всего соприкасаются с искусством. У занимающихся воспитывается правильное ощущение красоты движений, способность передавать в них определенные

эмоциональные состояния. Кроме того, при занятиях хореографией развивается гибкость, музыкально-ритмическая координация движений, укрепляется опорно-двигательный аппарат. В чирлидинге используются движения преимущественно из эстрадной хореографии: позиции рук, движения рук и корпуса, махи ногами, наклоны и подъемы корпуса, прыжки [2].

Решающую роль в работе тренера-хореографа играет планирование, продуманное построение учебно-тренировочного занятия. Нарастание трудности изучаемого материала должно идти по принципу от простого к сложному, от малого к большому: в этом состоит основное условие доступности, без которой невозможен успех в освоении учениками упражнений повышенной трудности.

Профессиональное построение учебно-тренировочного занятия предохраняет организм от возможного повреждения суставо-связочного аппарата, расстройства сердечной деятельности и чрезмерного психофизического напряжения.

Подготовительная (вводная) часть учебно-тренировочного занятия по хореографии содержит разогревающие упражнения общего воздействия и локальные разогревающие движения.

В спортивном чирлидинге движения разминки условно делятся на упражнения для рук и плечевого пояса, шеи и туловища, ног и мышц всего тела. Упражнения для рук и плечевого пояса включают в себя следующие движения: сгибание и разгибание пальцев в кулаки; сгибание и разгибание рук; поднимание и опускание напряженных кистей, рук, плеч; повороты кистей, рук: круги кистями, предплечьями, руками.

В упражнения для мышц шеи входят: наклоны головы вперед, назад, вправо, влево; повороты головы направо и налево; круговые движения головой, полукруги. Упражнения для туловища: наклоны туловища вперед, назад, в

стороны; повороты туловища, круговые движения туловища. Упражнения для мышц всего тела образуются из сочетания движений различными частями тела.

Основная часть учебно-тренировочного занятия: всестороннее гармоничное развитие форм и функций организма занимающихся; развитие общей координации движений; развитие и совершенствование гибкости, силы, быстроты, выносливости, равновесия, прыгучести, развитие функций органов дыхания, изучение и совершенствование специальных упражнений классического, народного танца, современного танца, движений партерного экзерсиса; развитие специальных эстетических качеств: музыкальности, танцевальности, выразительности и артистизма; воспитание морально-волевых и нравственно-этических качеств; развитие основных психических качеств: сосредоточенность, внимание, память: зрительная, двигательная, музыкальная.

Заключительная часть учебно-тренировочного занятия – завершение занятия. Завершить работу стоит постепенным снижением нагрузки на организм, привести учеников в более спокойное состояние, подведение итогов занятия. Снизить активность органов кровообращения и дыхания [4].

Хореографическая подготовка в сложно-координационных видах спорта, связанных с искусством движения, является неотъемлемой частью тренировочного процесса. Искусство и спорт становятся синтетическими, взаимопроникающими.

Задачи хореографии в чирлидинге – это развитие профессиональных танцевальных навыков, музыкальности и выразительности исполнения, воли, характера учеников и их эстетическое воспитание [5].

Органическая связь движений с музыкой, танцевальный характер большинства упражнений и непосредственное использование танца в значительной мере содействует эстетическому воспитанию занимающихся.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Белорусская федерация чирлидинга и команд поддержки [сайт]. – Минск, 2007–2025. – URL: <https://cheerleader.by/> (дата обращения: 22.03.2025).
2. Использование хореографических элементов в тренировочном процессе по виду спорта чирлидинг [сайт]. – Минск, 2024–2025. – URL: <https://infourok.ru/ispolzovanie-horeograficheskikh-elementov-v-trenirovochnom-processe-po-vidu-sporta-chirliding-7219894.html?ysclid=m7n4zx5lws919810660> (дата обращения: 21.03.2025).
3. Совершенствование тренировочного процесса в черлидинге на основе использования средств хореографии [сайт]. – Минск, 2022–2025. – URL: <https://multiurok.ru/files/sovershenstvovanie-trenirovochnogo-protsessa-v-che.html> – (дата обращения: 19.03.2025).
4. Черлидинг. Теория и методика спортивной тренировки : [сборник на основе зачетных рефератов] / Морд. регион. отд-ние Всерос. об-ния представителей спорт. шк., ГУ «Центр Олимп. подгот. Респ. Мордовия». – Саранск : [б. и.], 2007. – 69 с.
5. Шипилина А. И. Хореография в спорте: учебник для студентов / А. И. Шипилина. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2004. – 184 с.

Терещенко К.С., студент 420Н группы
очной формы получения образования
Научный руководитель – Гутковская С.В.,
кандидат филологических наук, доцент

ОСНОВНЫЕ ПОДХОДЫ К НАПИСАНИЮ СЦЕНАРИЯ ДЛЯ ФОЛЬКЛОРНОГО ВЕЧЕРА