

6. Указ президента України «Про першочергові заходи щодо збагачення та розвиток культури і духовності суспільства» від 24.11.05 №1647/05 // Офіц. вісн. України. – 2005. – № 48. – С. 14 – 16.

7. Язловецький В. С. Учням про здоров'я / В. С. Язловецький, О. В. Язловецька. – Кіровоград: РВЦ КДПУ імені Володимира Винниченка, 2000. – 212 с.

Анастасія Маркова,
Чернігівський національний
педагогічний університет
імені Т. Г. Шевченка

ДО ПРОБЛЕМИ РОЗВИТКУ СПЕЦІАЛЬНОЇ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ АРТИСТІВ БАЛЕТУ В НАРОДНІЙ ХОРЕОГРАФІЇ

Постановка проблеми. Сучасний етап розвитку народної хореографії характеризується високим рівнем технічної і виконавської майстерності артистів балету, важливим є гармонія у виконанні різних танцювальних комбінацій, висока їх якість, естетика реалізації змісту програм. Досягнути значного рівня підготовленості артистів балету можливо лише за наявності у них високого рівня спеціальної працездатності.

Слід зазначити, що в спеціальній науково-методичній літературі практично відсутні, як данні досліджень, так і рекомендації фахівців-практиків, пов'язані з поняттям спеціальна працездатність та шляхами її покращення в народній хореографії.

Таким чином, актуальність дослідження обумовлена необхідністю наукового узагальнення і розробки шляхів підвищення ефективності тренувального процесу артистів балету, зокрема з метою удосконалення системи спеціальної підготовки.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Праця артиста балету, як зазначає В. В. Ванслов, це щоденні фізичні тренування, це високий рівень морального і естетичного виховання, інтелекту, самосвідомості. Професія артиста балету вимагає розвитку особистісних якостей людини, постійної активності пізнавальних функцій, творчих здібностей.

С. В. Шалата відзначає, щодо системи занять, концертів та відновлюючи заходів, то значні тренувальні та концертно-гастрольні навантаження в хореографії вимагають пошуку найоптимальніших варіантів побудови учбово-тренувального процесу. Досить важливий напрямок праці – визначення оптимального співвідношення навантаження та відновлення на різних етапах та в періодах хореографічної діяльності.

Виклад основного матеріалу. Проблема працездатності є центральною у фізіології і психології праці, оскільки ефективна трудова діяльність може бути забезпечена лише на основі врахування фізіологічних і психологічних закономірностей функціонування людського фактора. Саме завдяки працездатності можлива реалізація знань, умінь і досвіду людини. Працездатність людини є фізіологічною основою продуктивності праці.

Метою дослідження є обґрунтування основних складових спеціальної працездатності артистів балету в народній хореографії.

Специфіка трудової діяльності артистів балету визначається різними напрямками процесу – репетиційна підготовка, підготовка до концерту та сам концерт. Сучасна хореографія потребує високого технічного, фізичного і емоційного рівня підготовленості артиста балету. Так діяльність неминуче створює умови хронічного фізичного та, як наслідок, психічного стресу. Хронічний стрес і фізичні перевантаження часто не дозволяють балету підійти до набуття свого творчого максимуму. В той же час професійний рівень сучасного балету неможливий без постійного технічного удосконалення [7].

Таким чином, актуальним є визначення складових спеціальної працездатності артиста балету та визначення дієвих шляхів оптимізації навчально-тренувального процесу в народній хореографії.

Існує дуже багато визначень категорії «працездатність». Одні автори ототожнюють працездатність з продуктивністю праці. Так, С. О. Косилов визначає працездатність як здатність людини більш-менш тривалий час виконувати певну роботу з дотриманням відповідних кількісних і якісних її показників [3].

Є. Л. Ільїн під працездатністю розуміє стан систем організму, їх готовність виявити максимум своїх можливостей. І.М.Єфімов вважає, що працездатність – це потенціал властивостей і якостей, які характеризують стан організму відносно його готовності до трудової діяльності.

У найбільш загальному формулюванні працездатність можна визначити як здатність організму людини витримувати навантаження (м'язові, нервові, енергетичні, інформаційні) у процесі праці.

Спробу визначити працездатність людини через трудове напруження, викликане напруженістю роботи, зробили українські вчені О. О. Навакатикян, В. В. Крижанівська і В. В. Кальниш. Вони виходять з того, що різні види праці залежно від їх напруженості спричиняють різне трудове напруження організму.

Проте одна й та сама робота зумовлює різне трудове напруження у працівників, які різняться за віком, статтю, станом здоров'я, рівнем кваліфікації, мотивацією тощо. Тому при визначенні працездатності ці вчені виходять з таких критеріїв, як стан здоров'я людини і ефективність праці. В одних випадках підвищення ефективності праці не супроводжується змінами в стані здоров'я за умови значних коливань

трудового напруження, в інших – ефект діяльності виявляється при такому рівні трудового напруження, яке зашкоджує здоров'ю. В конкретних умовах для кожного працівника існує оптимальний рівень трудового напруження, при якому досягається найвища ефективність праці [4].

Отже, професійну працездатність можна визначити як максимальну ефективність діяльності людини при такому рівні функціональної мобілізації, яка не викликає перенапруження організму, результати діяльності відповідають рівню адаптації людини до трудових навантажень.

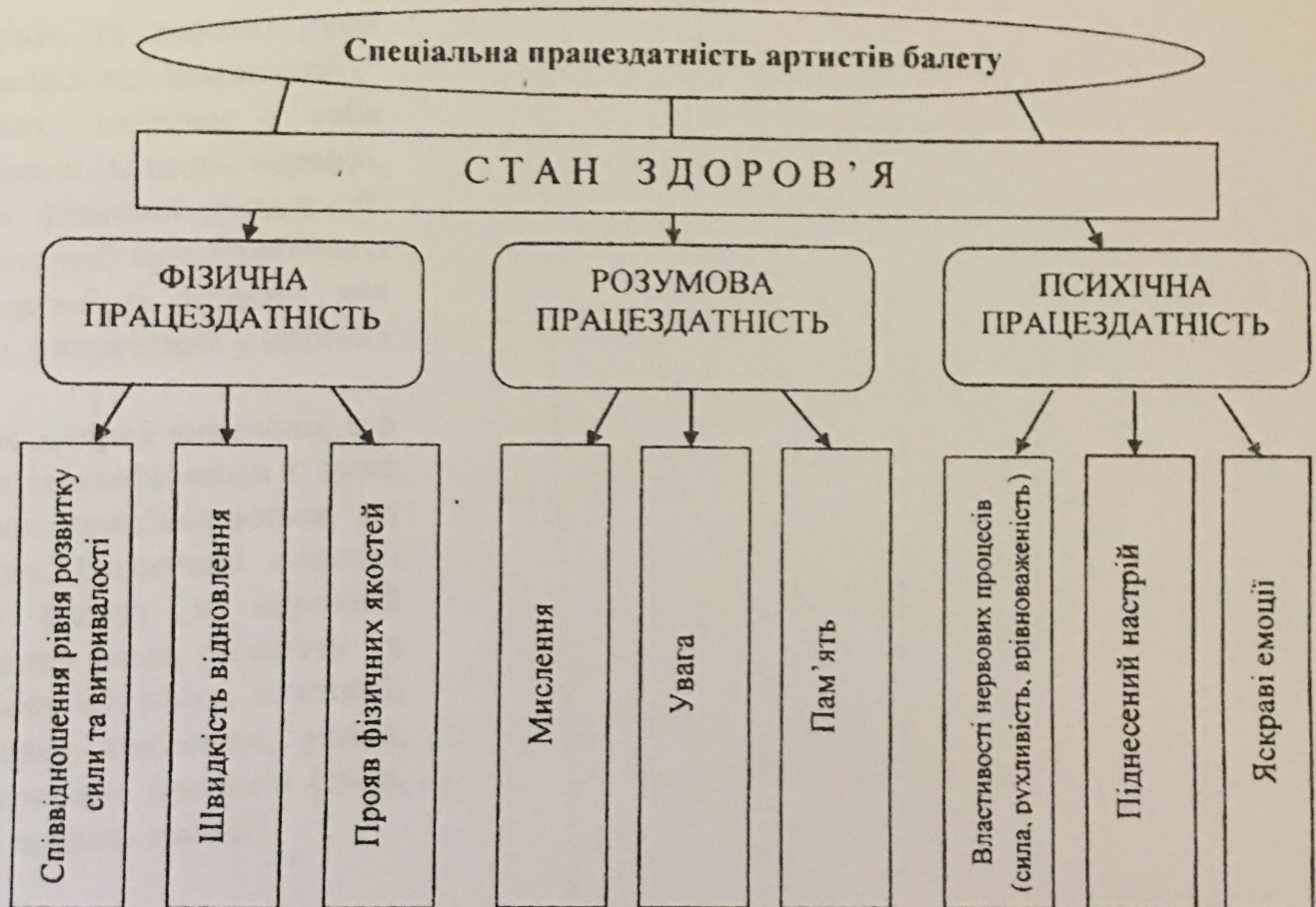


Рис. 1. Блок-схема складових спеціальної працездатності артистів балету.

Спираючись на теоретичні дані [1; 2; 5; 6; 7] та власний досвід роботи ми припустили, що складовими спеціальної працездатності в народній хореографії є (рис. 1):

– співвідношення рівня розвитку сили та витривалості (для якісного виконання технічно складних елементів та виразності рухів);

– високий рівень прояву координаційних здібностей (особливо щодо диференціації часових, силових та динамічних параметрів рухів) (для дотримання чіткості композиції, особливо актуально під час виконання масових танців);

– достатній рівень (середній) розвитку мислення (особливо творчого) (для швидкої реакції при нестандартних ситуаціях та продумування тактики виконання комбінацій);

– високий рівень концентрації та розподілу уваги (артист балету повинен вміти одночасно концентрувати увагу на комбінаціях рухів, взаємодії партнерів та відповідності рухів музичному супроводу і розподіляти її на глядачів, підказки хореографів та ін.);

– високий рівень розвитку пам'яті (в тому числі і рухової) (що є необхідною умовою запам'ятовування та виконання координаційно і технічно складних елементів, їх комбінацій);

– здатність тривалий час утримувати піднесений настрій (для передачі позитивного фону глядачам);

– здатність тривалий час наповнювати образи та виразні рухи яскравими емоціями (для виразу думки та ідеї танцювальної композиції).

Таким чином, працездатність артистів балету включає в себе здатність організму людини витримувати навантаження (м'язові, нервові, енергетичні, інформаційні) у процесі специфічної фізичної діяльності. Встановлено, що фізіологічними особливостями фізичної працездатності є спеціальна, системно організована діяльність організму людини, яка займається нагромадженням енергетичних речовин, витрачених у процесі праці.

Висновки. В результаті аналізу літературних джерел виявлено, що спеціальні здібності артиста балету визначаються специфічними і дуже жорсткими вимогами професійної діяльності, які пред'являються до організму, психіки та особистості артиста балету. Визначені основні складові спеціальної працездатності артистів балету в народній хореографії: фізична працездатність (співвідношення рівня розвитку та витривалості; швидкість відновлення; рівень прояву фізичних якостей); розумова працездатність (достатній рівень прояву мислення, уваги, пам'яті); психічна працездатність (властивості нервових процесів (сила, рухливість, врівноваженість), піднесений настрій, яскраві емоції).

Бібліографія

1. Ванслов В. В. В мире балета. – М. : Гнозис, 2010. – 296 с.
2. Гусев Г. П. Методика преподавания народного танца. – М. : Владос, 2003. – 170 с.
3. Косилов С. А. Очерки физиологии труда. – М. : Медицина, 1965. – 371 с.
4. Крушельницька Я. В. Фізіологія і психологія праці : Підручник. – К. : КНЕУ, 2003. – 367 с.
5. Соснина И. Г. Специальные способности артиста балета : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / И. Г. Соснина. – Пермь, 1997. – 155 с.