

Анализ зевков у 30 сильных игроков показывает: природа этих ошибок в подавляющем большинстве случаев психологическая, а не чисто шахматная. По-настоящему эффективная профилактика находится в саморегуляции, а не в совершенствовании тактического зрения. Внедрение элементарных привычек проверки опасности даёт заметный прирост стабильности даже среди очень сильных игроков.

ЛИТЕРАТУРА

1. Ильин-Женевский, А. Ф. Психология шахматной ошибки. – URL: <https://www.chess.com/blog/Spektrowski/quotpsychology-of-chess-mistakesquot-by-alexander-ilyin-zhenevsky> (дата обращения 19.01.2026).
2. Gobet, F. The Psychology of Chess / F. Gobet. – New York : Routledge, 2019. – 125 с.

УДК 793, 793.38, 796.06

Е.Б. Саркисян, преп.
(Сочинский государственный университет, г. Сочи, Россия)

ТАНЦЕВАЛЬНЫЙ СПОРТ – КАК ВЫРАЗИТЕЛЬНОЕ ИСКУССТВО

*«Танец — самый чистый вид искусства,
потому что тело человека самое
прекрасное творение Бога»
Игорь Моисеев*

Бальный танец всегда оказывал огромное влияние на создание музыки и живописи, создавал культурные традиции и демонстрировал эмоции и тенденции развития искусства. Источник искусства – создание (творчество). Средство искусства – умение (ремесло). Цель искусства – прекрасное (духовное наслаждение). Искусство – умение создавать прекрасное. И все эти качества искусства и спорта сочетаются в эстетическом восприятии таких видах спорта, как художественная гимнастика, танцевальный спорт, синхронное плавание и фигурное катание [1].

В картине «Три танцора» художник Пабло Пикассо в 1925 году использовал кубистические формы для передачи движения и динамики танца. Самые известные композиторы Арно Арутюнович Бабаджанян и Арам Ильич Хачатурян при создании уникальных произведений («Маскарад», «Танец с саблями», «Спартак») черпали вдохновения из традиционных танцев и ритмов. Французский художник Анри Матисс в самой известной своей картине «Танец», созданной в 1910 году,

проиллюстрировал гармонию человеческого тела и окружающей природы, вдохновляясь традиционными танцами. Танцевальный спорт вдохновляет и зажигает интерес у многих людей уже несколько поколений. Танцы всегда передают весь спектр красок и мелодий жизни.

В настоящее время выразительное искусство раздвигает свои границы, давая новые возможности рисовать картины и во время танца, как это сделала художница Марта Тиш, за восемь минут нарисовала знаменитый портрет Петра Ильича Чайковского. Танцевальный спорт увлекательное зрелище, которое завораживает зрителей своими динамичными движениями. Танцоры выступают в роскошных костюмах, украшенных блестящими камнями, яркими тканями и декоративными элементами. Костюмы шьются у специализированных портных эксклюзивно на каждые соревнования, и под каждый танец для показательного выступления. Женщины выглядят изысканными и женственными, мужчины демонстрируют элегантность и уверенность.

Выступления сопровождаются интенсивной энергетикой, выражающими чувства и эмоции, что позволяет зрителю ощутить атмосферу праздника и веселья. Судьи одновременно с техникой выполнения, артистизма и музыкальности всегда оценивают и внешний вид танцора. Это все делает танцевальный спорт, захватывающим видом искусства и элитным видом спорта, покоряя сердца любителей прекрасного и активного образа жизни.

Танцевальный спорт – это вид соревновательной деятельности представляющей собой пластичные движения человеческого тела, совершаемые в определенном ритме мелодии и передающие эмоционально-чувствительное восприятие реальности. Все десять танцев европейской и латиноамериканской программы требуют все виды спортивной подготовки для получения наилучших результатов. Для этого необходима и мотивация танцоров, так как она является важнейшим из компонентов успеха танцора в спорте [2].

Существует классификация мотивов мотивации:

1. мотив идентификации с другим; 2. мотив самоутверждения; 3. мотив саморазвития; 4. мотив аффилиации; 5. мотив власти.

Мотивация – это одна из движущих сил, которая вдохновляет спортсменов выходить за рамки своих возможностей и добиваться наилучших результатов в спортивной карьере. Мотивация в танцевальном спорте состоит, не только в удовлетворении двигательной активности, но и в получении определенных эмоций, таких как вдохновение, гордость, азарт и т.д. [3].

Наилучшие результаты спортсменов зависят от грамотного формирования мотивации, которая разрабатывается индивидуально

педагогом, тренером, психологом и родителем для каждого спортсмена. За короткий период тренировочного процесса можно достичь хороших результатов, усложняя индивидуальные занятия по координации и ориентации в пространстве, темпу, ритму движения и синхронности [2]. В тоже время, необходимо соблюдать баланс тренировок и отдыха. В танцевальном спорте восстановительные тренировки с использованием специального инвентаря для самомассажа: расслабляют, восстанавливают и одновременно укрепляют мышцы, делают их более эластичными и упругими. Улучшают подвижность суставов, увеличивают амплитуду движений, убирают чувство скованности. Делают тело более гибким и мобильным.

Танцевальный спорт является стрессовой средой, где всегда имеются проблемы социально-психологического и профессионального характера. Поэтому требуется постоянное психологическое наблюдение и проведение тренировок с учетом знаний психологических особенностей танцоров [2,4].

Статья обретает свое заключение словами знаменитого французского хореографа Мориса Бежара, отметившего, что «танец – это способ достичь красоты, владеть каждым мускулом и направлять его к счастью». Данная фраза ярко иллюстрирует основные положения настоящего исследования, подчеркивая эстетическое значение танца и его роль в формировании гармонии человеческого тела и души.

ЛИТЕРАТУРА

1. Саркисян, Е.Б. Искусство в художественной гимнастике и спортивных бальных танцах / Е.Б. Саркисян, Л.В. Тулаева // Культурно-образовательное пространство: новые задачи – новые решения. Материалы II Всероссийской (с Международным участием) заочной научной конференции. ФГБОУ ВПО «Красноярская государственная академия музыки и театра» – Красноярск, 2015. – 304-307.
2. Саркисян, Е.Б. Факторы мотивации к занятиям танцевальным спортом спортсменов–юниоров 12-15 лет / Е.Б. Саркисян // Научно-исследовательский журнал «Обзор педагогических исследований». – 2024. Т. 6, № 5. – С.177-183.
3. Фоменко, В.А. Влияние молодёжных форумов Краснодарского края на развитие трудового потенциала специалистов и управленцев в индустрии туризма Кубанского региона (на примере молодёжного форума «Регион 93») / Фоменко В.А // Сочинский экономический журнал. – 2019. – № 6(2). – С. 293–299.
4. Выготский, Л.С. Педагогическая психология / Лев Выготский. - Москва : АСТ [и др.], 2005. – 670 с.