

Научная статья
УДК 796.412.24
DOI: 10.25683/VOLBI.2025.72.1389

Vera Valeryevna Borisova
 Candidate of Pedagogy,
 Associate Professor of the Department of Theory
 and Methods of Physical Culture,
 Tula State Lev Tolstoy Pedagogical University
 Tula, Russian Federation
 borisovav5@rambler.ru

Albert Arturovich Mozhaev
 Postgraduate of the Department of Theory
 and Methods of Physical Culture,
 field of training
 5.8.5 — Theory and methodology of sports,
 Tula State Lev Tolstoy Pedagogical University
 Tula, Russian Federation
 albertmozhaev@gmail.com

Alexandra Alexandrovna Suprun
 Candidate of Pedagogy,
 Associate Professor of the Department of Theory
 and Methods of Gymnastics,
 Lesgaft National State University of Physical Education,
 Sports and Health
 Saint Petersburg, Russian Federation
 aleksandrass@mail.ru

Вера Валерьевна Борисова
 канд. пед. наук,
 доцент кафедры теории и методики физической культуры,
 Тульский государственный
 педагогический университет им. Л. Н. Толстого
 Тула, Российская Федерация
 borisovav5@rambler.ru

Альберт Артурович Можяев
 аспирант кафедры теории и методики физической культуры,
 направление подготовки
 5.8.5 — Теория и методика спорта,
 Тульский государственный
 педагогический университет им. Л. Н. Толстого
 Тула, Российская Федерация
 albertmozhaev@gmail.com

Александра Александровна Супрун
 канд. пед. наук,
 доцент кафедры теории и методики гимнастики,
 Национальный государственный
 университет физической культуры спорта
 и здоровья имени П. Ф. Лесгафта
 Санкт-Петербург, Российская Федерация
 aleksandrass@mail.ru

ФОРМИРОВАНИЕ НАВЫКОВ «ЧУВСТВА ПАРТНЕРА» КАК ФАКТОР УСПЕШНОСТИ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ

5.8.5 — Теория и методика спорта

Аннотация. В статье рассматривается значимость «чувства партнера» как ключевого фактора, определяющего успех в танцевальном спорте. Актуальность исследования обусловлена необходимостью выявления и понимания механизмов, влияющих на гармоничное взаимодействие в танцевальных парах, и разработки эффективных методов формирования этого важного навыка. Целью работы является обоснование значимости «чувства партнера» и разработка практических рекомендаций для его развития. В исследовании использованы данные анализа результатов Первенства России по танцевальному спорту, что позволило оценить влияние этого фактора на реальные результаты выступлений. Кроме того, проведен опрос 45 тренеров из различных городов России, направленный на выявление основных проблем взаимодействия в танцевальных парах и оценку роли «чувства партнера» в их возникновении. Анализ полученных данных показал, что развитое «чувство партнера» напрямую связано с повышенной результативностью пар, улучшением синхронизации движений и способностью предвидеть действия партнера. Выявлены наиболее распространенные ошибки, допускаемые танцевальными

парами, связанные с недостаточным развитием «чувства партнера», такие как рассинхронизация движений, недостаточное предвидение, проблемы с ориентацией в пространстве и поддержкой. На основе результатов исследования предложены практические рекомендации для тренеров и танцоров, направленные на совершенствование процесса подготовки и повышение эффективности выступлений. Подчеркивается необходимость разработки специализированных упражнений и методик, направленных на развитие этого навыка, включая упражнения на синхронизацию, координацию и взаимодействие в условиях ограниченного пространства. Результаты исследования могут служить основой для разработки специализированных тренировочных программ и повышения качества подготовки танцоров, а также для создания критериев оценки «чувства партнера» как компонента общей подготовки танцевальной пары.

Ключевые слова: танцевальный спорт, «чувство партнера», синхронизация движений, координация, взаимодействие, партнерство, методика обучения, ошибки, тренировочный процесс, результаты соревнований, спортивная пара, эффективность

Для цитирования: Борисова В. В., Можяев А. А., Супрун А. А. Формирование навыков «чувства партнера» как фактор успешности в танцевальном спорте // Бизнес. Образование. Право. 2025. № 3(72). С. 415—421. DOI: 10.25683/VOLBI.2025.72.1389.

Original article

DEVELOPMENT OF “PARTNER FEELING”
AS A SUCCESS FACTOR IN DANCE SPORT

5.8.5 — Theory and methodology of sports

Abstract. The article examines the significance of “partner feeling” as a key factor determining success in dance sport. The relevance of the study is due to the need to identify and understand the mechanisms influencing harmonious interaction in dance couples and to develop effective methods for forming this important skill. The aim of the work is to substantiate the importance of “partner feeling” and to develop practical recommendations for its development. The study used data from the analysis of the results of the Russian Dance Sport Championship, which made it possible to assess the impact of this factor on the actual performance results. In addition, a survey was conducted among 45 trainers from various cities in Russia, aimed at identifying the main problems of interaction in dance couples and assessing the role of “partner feeling” in their occurrence. Analysis of the data obtained shows that a developed “partner feeling” is directly related to increased performance of couples, improved synchronization of movements and the ability to anticipate a partner’s actions. The most

common errors made by dance couples associated with insufficient development of “partner feeling” are identified, such as desynchronization of movements, insufficient anticipation, problems with spatial awareness and support. Based on the results of the study, practical recommendations are proposed for trainers and dancers aimed at improving the training process and increasing the effectiveness of performances. The necessity to develop specialized exercises and methods to improve this skill is emphasized, including exercises for synchronization, coordination and interaction in conditions of limited space. The results of the study can serve as a basis for developing specialized training programs and improving the quality of dancer training, as well as for creating criteria for evaluating “partner feeling” as a component of the overall training of a dance couple.

Keywords: dance sport, “partner feeling”, synchronization of movements, coordination, interaction, partnership, teaching methods, errors, training process, competition results, sports couple, effectiveness

For citation: Borisova V. V., Mozhaev A. A., Suprun A. A. Development of “partner feeling” as a success factor in dance sport. *Biznes. Obrazovanie. Pravo = Business. Education. Law*. 2025;3(72):415—421. DOI: 10.25683/VOLBI.2025.72.1389.

Введение

В танцевальном спорте успех пары определяется не только индивидуальным мастерством каждого из партнеров, но и их способностью к гармоничному взаимодействию. Одним из ключевых факторов, определяющих успешность танцевальной пары, является «чувство партнера» — способность предугадывать движения друг друга, поддерживать баланс и эффективно взаимодействовать в пространстве. В настоящее время проблема формирования «чувства партнера» является недостаточно отраженной в современной научной и методической литературе. Анализ актуальной литературы показал, что вопрос о влиянии сформированности «чувства партнера» на результат спортивной пары рассматривается недостаточно, следовательно, подтверждается **актуальность** выбранной темы.

Изученность проблемы. Танцевальный спорт, как сложный и многогранный вид деятельности, предъявляет высокие требования к технической подготовке спортсменов. Исследования в этой области, такие как работы И. Н. Ронь и Р. Р. Пашян [1], В. Д. Иванова и Ю. Д. Пирожковой [2], П. Д. Пальчиковской и Т. П. Берсеновой [3] и И. С. Колотова и В. Д. Подлесных [4], акцентируют внимание на этапах совершенствования технического мастерства, видах подготовки, синтезе спорта и искусства, а также важности взаимосвязи дуэта с музыкой и техникой исполнения. Однако, несмотря на значимость технической составляющей, проблема формирования навыков, связанных с «чувством партнера», зачастую остается на втором плане, рассматриваясь лишь как косвенное условие для успешной реализации технической подготовки.

Вместе с тем очевидно, что согласованность двигательных действий играет ключевую роль в достижении высоких результатов в танцевальном спорте. Исследования Н. Д. Мурзина и Н. Ф. Сингиной [5; 6] непосредственно затрагивают эту тему, предлагая методики для повышения

согласованности движений. Тем не менее фокус этих работ смещен в сторону двигательной синхронизации, оставляя без должного внимания психологические аспекты, определяющие «чувство партнера» как более глубокое взаимопонимание и взаимодействие.

Интересный взгляд на проблему согласованности можно найти в исследованиях синхронности в художественной и эстетической гимнастике, представленных работами Т. Н. Ключинской, Е. В. Митиной, Ю. В. Ивановой [7], Н. А. Шевчук и Е. Д. Крутовой [8], Е. Д. Бакулиной и Д. С. Стариченковой [9], Е. С. Крыжинской и С. И. Зизиковой [10], Е. К. Быкасова, М. А. Воложина, А. А. Зайцев [11]. Эти работы, акцентируя внимание на критериях успешного выступления и методах повышения синхронности, представляют ценность для понимания механизмов согласования движений в парных и групповых видах спорта. Отсутствие разработок для развития согласованности действия отмечает в своей работе Я. С. Антипова [12], а А. И. Иванова [13] производит оценку слаженности. Эти исследования могут служить отправной точкой для разработки методик, направленных на развитие «чувства партнера» в танцевальном спорте, хотя и требуют адаптации к его специфике.

Наконец, важным аспектом, требующим внимания, является психологическая совместимость и срабатываемость партнеров, что подчеркивается в работах Я. В. Голуб и Е. В. Агеева [14] и Е. А. Елисейкиной [15]. Хотя эти исследования также связаны с художественной гимнастикой, они поднимают важные вопросы о влиянии взаимопонимания и психологического комфорта на эффективность совместной деятельности. Таким образом, анализ существующих исследований указывает на лакуны в изучении проблемы формирования навыков «чувства партнера» в танцевальном спорте, открывая перспективы для дальнейших разработок и исследований в данной области.

В целом, проблема формирования «чувства партнера» в танцевальном спорте, особенно в контексте технической подготовки, освещена в литературе недостаточно глубоко. Основной акцент делается либо на психологической совместимости партнеров, либо на отдельных аспектах координации и согласованности движений. Существует пробел в исследованиях, объединяющих психологические, физиологические и технические аспекты формирования «чувства партнера» в танце. Необходимы разработки конкретных методик, направленных на развитие этого навыка с учетом возраста, уровня подготовки и индивидуальных особенностей танцоров. Многие статьи носят теоретический характер и не предлагают практических рекомендаций для тренеров. Важно учитывать, что «чувство партнера» — это комплексный навык, который требует развития не только технических, но и коммуникативных, эмпатических способностей танцоров. Данный анализ показывает, что существует необходимость в дальнейших исследованиях, направленных на разработку комплексных методик формирования навыков чувства партнера в танцевальном спорте, учитывающих как технические, так и психологические аспекты.

Целесообразность данной разработки определяется созданием рекомендаций, направленных на улучшение взаимодействия между партнерами, повышения результативности выступлений в танцевальном спорте, что в свою очередь будет способствовать популяризации танцевального спорта.

Цель исследования — выявление значимости «чувства партнера» в танцевальном спорте и разработка рекомендаций по его формированию.

Задачи исследования:

1. Анализ специальной литературы по проблеме формирования навыков «чувства партнера» в танцевальном спорте.
2. Проведение опроса тренеров с целью выявления основных проблем взаимодействия в танцевальных парах.
3. Анализ результатов Первенства России по танцевальному спорту для оценки влияния «чувства партнера» на результативность.
4. Разработка практических рекомендаций для тренеров и танцоров, направленных на развитие «чувства партнера».

Научная новизна. Результаты, полученные в результате исследования, позволяют расширить представление о роли «чувства партнера» в танцевальном спорте.

Теоретическая значимость исследования. Результаты исследования могут быть использованы тренерами и танцорами для совершенствования процесса подготовки и повышения эффективности выступлений.

Практическая значимость исследования. Практические рекомендации, разработанные на основе результатов исследования, могут быть использованы для создания специализированных тренировочных программ, направленных на развитие «чувства партнера».

Основная часть

Анализ результатов Первенства России указывает на тенденцию, что лидирующие позиции занимают пары из городов с развитой танцевальной школой, что косвенно свидетельствует о важности «чувства партнера» и синхронности движений, а ошибки в согласованности действий партнеров, выявленные в опросе тренеров, демонстрируют

значительное влияние «чувства партнерства» на результативность, подчеркивая важность разработки специализированных упражнений и методик для улучшения гармонии и повышения спортивных успехов танцевальных пар.

Методология исследования. Данное исследование направлено на установление значимости «чувства партнера» в эффективности подготовки спортсменов в танцевальном спорте, а также на выявление ключевых аспектов, влияющих на формирование этого навыка. Для достижения поставленных целей был разработан комплексный подход, включающий анализ теоретических источников, эмпирическое исследование и статистическую обработку данных.

На начальном этапе исследования был проведен систематический анализ специальной литературы по проблеме формирования навыков «чувства партнера» в танцевальном спорте. Это включало изучение научных статей, посвященных формированию партнерских отношений и развитию сенсорной чувствительности в танце; выявление и систематизация ключевых понятий, теорий и подходов, касающихся «чувства партнера» в танцевальном спорте; определение пробелов в существующих знаниях и формулирование исследовательских вопросов. Этот этап позволил сформировать теоретическую основу исследования, определить актуальность и новизну выбранной темы, а также разработать методологический инструментарий.

Для получения эмпирических данных, отражающих практический опыт тренеров и результаты выступлений танцевальных пар, были использованы следующие методы: опрос тренеров и анализ результатов соревнований.

Был проведен анонимный опрос 45 тренеров, представляющих различные города России. Критериями отбора тренеров являлись: опыт работы с начинающими танцорами, специализация на латиноамериканской программе и наличие воспитанников, принимавших участие в соревнованиях уровня Первенства России. Опрос проводился сразу после соревнований с целью получения наиболее актуальных и объективных данных. Вопросы анкеты были направлены на выявление основных проблем, возникающих у танцевальных пар в процессе взаимодействия, и оценку значимости «чувства партнера» для достижения высоких результатов. Данный метод был выбран для получения экспертной оценки значимости «чувства партнера» и выявления наиболее распространенных ошибок, препятствующих успешному взаимодействию в танцевальной паре. Тренеры, имеющие многолетний опыт работы с танцорами, являются ценным источником информации о реальных проблемах и эффективных методах их решения.

Были проанализированы результаты Первенства России по танцевальному спорту в возрастной категории «Дети-2», «Открытый класс», латиноамериканская программа (4 танца). В анализе учитывались итоговые места пар, набранные очки, а также географическое представительство участников. Объем выборки — 152 танцевальные пары. Данные о количестве судей (63) использовались для оценки объективности судейства. Данный метод позволил получить объективную оценку уровня подготовки танцевальных пар и выявить возможную связь между уровнем развития «чувства партнера» и результатами выступлений. Сопоставление данных, полученных в результате опроса тренеров, с результатами соревнований позволило повысить достоверность полученных выводов.

Полученные данные были подвергнуты статистической обработке с использованием методов описательной статистики и контент-анализа.

Данные, полученные в результате опроса, были проанализированы с использованием частотного анализа для выявления наиболее распространенных ответов и определения процентного соотношения различных факторов, влияющих на результаты выступлений танцевальных пар.

Данные соревнований были статистически обработаны, чтобы выявить корреляции между географическим представителем пар, их результатами и оценками тренеров относительно важности «чувства партнера».

На заключительном этапе исследования был проведен анализ и интерпретация полученных данных, сформулированы выводы и разработаны рекомендации по совершенствованию процесса формирования навыков «чувства партнера» в танцевальном спорте. Это включало:

- сопоставление результатов, полученных с помощью различных методов исследования;
- выявление закономерностей и тенденций, характеризующих процесс формирования «чувства партнера» в танцевальном спорте;
- обоснование влияния «чувства партнера» на результативность танцевальных пар;

– разработку практических рекомендаций для тренеров и танцоров, направленных на совершенствование процесса подготовки и повышение эффективности выступлений.

Использование комплексного подхода, включающего анализ теоретических источников, эмпирическое исследование и статистическую обработку данных, обеспечивает надежность и достоверность результатов данного исследования, а также позволяет внести вклад в развитие теории и методики танцевального спорта.

Результаты исследования. Анализ результатов Первенства России демонстрируют следующую картину. Лидирующие позиции занимают пары из крупных городов с развитой школой танцевального спорта (Москва, Санкт-Петербург, Йошкар-Ола). Однако пары из других регионов также представлены, что говорит о развитии танцевального спорта по всей стране. Большинство пар имеют близкие результаты. Это указывает на высокую конкуренцию и незначительные различия в уровне подготовки. В итоговой таблице результатов, наряду с парами класса *C*, присутствуют пары более низких классов (*D*, *E*). Этот факт может свидетельствовать о различных подходах к формированию пар и участию в соревнованиях такого уровня (рис. 1).

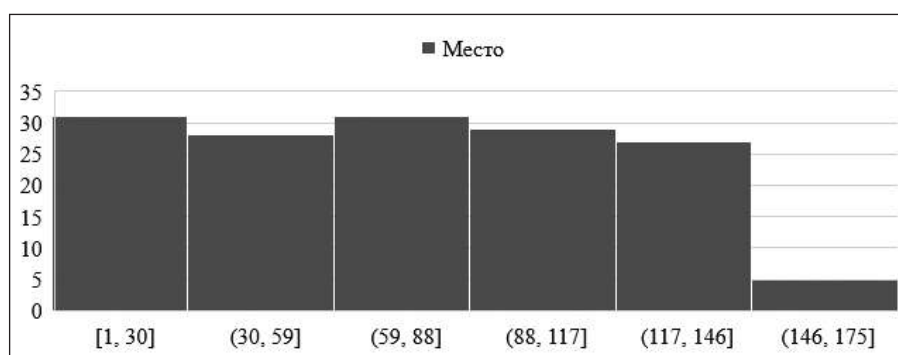


Рис. 1. Места, занятые спортсменами на Первенстве России в категории «Дети-2»

Тот факт, что лидирующие позиции занимают пары из городов с развитой танцевальной культурой, может косвенно указывать на то, что именно в этих школах уделяется больше внимания развитию «чувства партнера» и синхронности движений. Вполне вероятно, что более опытные тренеры, работающие в этих центрах, имеют лучшие методики для развития этих навыков. Плотность результатов в середине и нижней части турнирной таблицы может говорить о том, что отсутствие хорошо развитого «чувства партнера» является сдерживающим фактором для дальнейшего прогресса. Даже обладая хорошей технической подготовкой, пары могут испытывать трудности с согласованностью движений и взаимодействием, что отражается на их оценках.

Присутствие пар более низких классов (*D*, *E*) может быть связано с тем, что они делают ставку на сильное «чувство партнера» и выразительность, компенсируя недостаток технической подготовки. В этом случае можно говорить о том, что хорошо развитое «чувство партнера» может быть конкурентным преимуществом, позволяющим паре показывать достойные результаты. Стоит также учитывать, что участие в соревнованиях более высокого

уровня может быть частью стратегии развития для молодых пар, давая им возможность получить ценный опыт и увидеть свои слабые места.

Результаты Первенства России косвенно подтверждают значимость «чувства партнера» в танцевальном спорте. Хотя прямую причинно-следственную связь установить сложно, можно предположить, что наличие развитого «чувства партнера» способствует более высокой результативности пары.

Предположение о косвенном влиянии развитого «чувства партнера» на результативность танцевальных пар на Первенстве России находит дополнительное подтверждение в результатах опроса тренеров.

Сразу после завершения соревнований был проведен опрос среди тренеров пар, не прошедших в малый финал и финал. Подавляющее большинство опрошенных (89 %) указали на ошибки в согласованности действий партнеров как основную причину неудачи, что напрямую связано с уровнем развития чувства партнерства.

Анализ конкретных ответов тренеров ($n = 45$) позволяет выделить наиболее распространенные ошибки, допускаемые танцевальными парами на Первенстве России, и оценить их значимость (рис. 2).



Рис. 2. Ошибки, допущенные танцевальными парами на Первенстве России

Наиболее часто отмечаемыми проблемами являются рассинхронизация движений и недостаточное предвидение движений партнера, что подчеркивает важность развития чувства ритма, темпа и общей координации в паре. Участвующие в опросе указали, что их спортсмены не попали в малый финал из-за ошибок в синхронизации движений, т. е. наблюдалось несовпадение во времени выполнения элементов, разная амплитуда движений, отсутствие ощущения единого ритма. Недостаточное предвидение движений партнера подтверждает отсутствие «чувства» следующего шага партнера, приводящее к задержкам и ошибкам.

Также значительно количество ответов, связанных с ориентацией в пространстве и поддержкой/балансом, что подчеркивает необходимость уделять внимание навыкам безопасного взаимодействия и контроля пространства. То есть, неправильное использование танцевальной площадки, столкновения с другими парами из-за недостаточной координации и недостаточная уверенность в поддержках, потеря баланса из-за несогласованных действий может привести к низкому результату на соревнованиях. Также отсутствие гибкости в движениях, неспособность подстраиваться под темп и стиль партнера, отсутствие взаимопонимания в сложных элементах приводят к ошибкам на танцевальной площадке — на это обратили внимание 9 % опрошенных.

Небольшое число комментариев, касающихся распределения ролей и эмоциональной связи, указывает на то, что, хотя это и важные аспекты партнерства, они, вероятно, не являются основным фактором, влияющим на общий результат. Из чего следует, что такие ошибки, как нарушение гармонии в паре из-за неправильного распределения ролей, попытки ведомого взять на себя роль ведущего или, наоборот, недостаток визуального контакта, отсутствие передачи эмоций и энергии между партнерами, были устранены в тренировочном процессе.

Эти ошибки являются результатом недостаточной натренированности «чувства партнера» и требуют разработки специальных упражнений и методик, направленных на его развитие.

Результаты опроса могут служить основой для создания целевых упражнений, направленных на улучшение гармонии в танцевальных парах и повышение общего успеха на соревнованиях.

Результаты анализа соревнований и ошибок, допускаемых спортивными парами в согласованности действий, могут быть использованы:

- для подтверждения важности «подражательной» способности на начальных этапах подготовки (пары, которые лучше копируют движения друг друга, демонстрируют большую синхронность);
- разработки методов оценки и прогнозирования развития «чувства партнера» (на основе анализа типичных ошибок и индивидуальных особенностей спортсменов);
- формирования рекомендаций по созданию спортивных пар с учетом степени развития и сочетаемости «чувства партнера»;
- определения оптимального темпа выступлений, при котором достигается максимальная синхронность.

Заключение

Настоящее исследование подтверждает, что «чувство партнера» играет важную роль в достижении успеха в танцевальном спорте. Результаты анализа Первенства России и опроса тренеров указывают на то, что развитие «чувства партнера» повышает результативность танцевальных пар, особенно в части синхронизации движений и предвидения действий партнера. Основными проблемами, связанными с недостаточным развитием «чувства партнера», являются рассинхронизация движений, недостаточное предвидение действий партнера, нарушение ориентации в пространстве и отсутствие поддержки/баланса. На основании полученных результатов можно сделать следующие выводы:

1. «Чувство партнера» является важным фактором, определяющим успешность танцевальных пар.
2. Развитие «чувства партнера» требует комплексного подхода, включающего специальные упражнения, направленные на развитие сенсомоторной координации, чувства ритма и пространственной ориентации.
3. Результаты исследования могут быть использованы для разработки специализированных тренировочных программ, направленных на повышение эффективности подготовки танцоров.

Необходимо разработать методики, включающие упражнения с использованием «подражательного» метода и направленные на развитие сенсомоторной координации, чувства ритма и пространственной ориентации. Результаты исследования могут быть использованы для разработки специализированных тренировочных программ, направленных на повышение эффективности подготовки танцоров.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Ронь И. Н., Пашян Р. Р. Совершенствование технического мастерства спортсменов вида спорта танцевальный спорт // *The Scientific Heritage*. 2021. № 79-3. С. 41—42. DOI: 10.24412/9215-0365-2021-79-3-41-42.
2. Иванов В. Д., Пирожкова Ю. Д. Танцевальный спорт как вид спорта // *Актуальные проблемы педагогики и психологии*. 2021. Т. 2. № 4. С. 27—36.
3. Пальчиковская П. Д., Берсенева Т. П. Танцевальный спорт: синтез искусства и спорта // *Проблемы совершенствования физической культуры, спорта и олимпизма : материалы Всерос. науч.-практ. конф. молодых ученых, аспирантов, магистрантов, соискателей и студентов : в 2 ч.* Омск : Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта, 2022. Ч. 1. С. 216—224.
4. Колотов И. С., Подлесных В. Д. Особенности технической подготовки спортсменов вида спорта танцевальный спорт // *Тезисы докладов XLIX научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного Федерального округа*. Краснодар : КГУФКСТ, 2022. Ч. 4. С. 278—279.
5. Мурзин Н. Д. Повышение согласованности двигательных действий танцоров 12—14 лет // *Физическая культура: воспитание, образование, тренировка*. 2023. № 3. С. 60—61.
6. Мурзин Н. Д., Сингина Н. Ф. Согласованность двигательных действий в танцевальных парах как критерий оценки исполнительского мастерства // *Теория и практика физической культуры*. 2023. № 3. С. 95.
7. Ключинская Т. Н., Митина Е. В., Иванова Ю. В. Эффективность комплекса упражнений для повышения синхронности в групповых упражнениях по художественной гимнастике у спортсменок 8—10 лет // *Успехи гуманитарных наук*. 2023. № 11. С. 271—275.
8. Шевчук Н. А., Крутова Е. Д. Изучение факторов, обуславливающих успешность синхронизации групповых двигательных действий гимнасток // *Физическая культура и спорт в XXI веке: актуальные проблемы и пути решения : сб. материалов II Междунар. науч.-практ. конф.* Волгоград : Волгогр. гос. акад. физ. культуры, 2022. Ч. 1. С. 231—234.
9. Бакулина Е. Д., Стариченкова Д. С. Методика синхронизации движений в групповых упражнениях в различных видах гимнастики // *Физическое воспитание в условиях современного образовательного процесса : сб. материалов VI Междунар. науч.-практ. конф., посвящ. 50-летия фак. физ. культуры*. Шуя : Изд-во Шуйс. фил. ИвГУ, 2024. С. 241—244.
10. Крыжинская Е. С., Зизикова С. И. Теоретический аспект проблемы синхронизации движений спортсменок в групповых упражнениях эстетической гимнастики // *Доминанты психолого-педагогического мастерства в сфере физической культуры и спорта : сб. материалов Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участием в рамках Десятилетия науки и технологий*. Казань : Поволж. ГУФКСИТ, 2022. С. 258—262.
11. Быкасова Е. К., Воложина М. А., Зайцев А. А. Способы определения уровня синхронности в групповых упражнениях технико-эстетических видов спорта // *Материалы VIII Международного Балтийского морского форума : в 6 т.* Калининград : Калинингр. гос. техн. ун-т, 2020. Т. 1. С. 325—328.
12. Антипова Я. С. Согласованность двигательных действий в композиции эстетической гимнастики // *Research Leader 2021 : сб. ст. Междуна. науч.-исследоват. конкурса*. Петрозаводск : Новая Наука, 2021. С. 136—140.
13. Иванова А. И. Психологические особенности сработанности как предиктора спортивной успешности в синхронном фигурном катании // *Психология XXI века — 2023: наука как свобода и творчество : сб. тез. участников XXVII Междунар. науч. конф. молодых ученых*. СПб. : Скифия-принт, 2023. С. 105—106.
14. Голуб Я. В., Агеев Е. В. Психофизиологическая совместимость в художественной гимнастике // *История, современность и инновации в спортивной науке : сб. материалов Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участием, посвящ. 90-летию ФГБУ СПбНИИФК, СПб. : С.-Петерб. науч.-исследоват. ин-т физ. культуры, 2023. С. 339—342.*
15. Елисейкина Е. А. Совместимость в контактных видах спорта // *Актуальные проблемы личности, образования и общества в контексте социально-гуманитарных наук : тез. III Междунар. студенч. науч.-практ. конф. : в 2 т.* М. : Ритм, 2020. Т. 1. С. 135—140.

REFERENCES

1. Ron I., Pashyan R. Improvement of technical skills of athletes kind of sport dance. *The Scientific Heritage*. 2021; 79-3:41—42. (In Russ.) DOI: 10.24412/9215-0365-2021-79-3-41-42.
2. Ivanov V. D., Pirozhkova Yu. D. Dance sports as a sport. *Aktual'nye problemy pedagogiki i psikhologii = Actual problems of pedagogy and psychology*. 2021;2(4):27—36. (In Russ.)
3. Pal'chikovskaya P. D., Berseneva T. P. Dance sport: synthesis of art and sport. *Problemy sovershenstvovaniya fizicheskoi kul'tury, sporta i olimpizma = Problems of improving physical culture, sports and Olympism. Materials of the All-Russian scientific and practical conference of young scientists, postgraduates, Master's students, applicants and students*. Omsk, Siberian State University of Physical Culture and Sports publ., 2022;1:216—224. (In Russ.)
4. Kolotov I. S., Podlesnykh V. D. Features of technical training of athletes in dance sport. *Abstracts of the XLIX scientific conference of students and young scientists of universities of the Southern Federal District*. Krasnodar, Kuban State University of Physical Culture, Sports and Tourism publ., 2022;4:278—279. (In Russ.)
5. Murzin N. D. Increasing consistency of motor actions of dancers 12-14 years old. *Fizicheskaya kul'tura: vospitanie, obrazovanie, trenirovka = Physical culture: upbringing, education, training*. 2023;3:60—61. (In Russ.)
6. Murzin N. D., Singina N. F. Consistency of motor actions in dance pairs as a criterion for assessing performance skills. *Teoriya i praktika fizicheskoi kul'tury = Theory and practice of physical culture*. 2023;3:95. (In Russ.)
7. Klyuchinskaya T. N., Mitina E. V., Ivanova Yu. V. The effectiveness of a set of exercises to increase synchronicity in group exercises in rhythmic gymnastics for 8-10 year old athletes. *Uspekhi gumanitarnykh nauk = Modern Humanities Success*. 2023;11:271—275. (In Russ.)

8. Shevchuk N. A., Krutova E. D. Study of the factors that determine the success of synchronizing group motor actions of gymnasts. *Fizicheskaya kul'tura i sport v XXI veke: aktual'nye problemy i puti resheniya* = *Physical culture and sport in the XXI century: actual problems and solutions. Collection of materials of the II International scientific and practical conference*. Volgograd, Volgograd State Academy of Physical Culture publ., 2022;1:231—234. (In Russ.)
9. Bakulina E. D., Starichenkova D. S. Method of synchronization of movements in group exercises in various types of gymnastics. *Fizicheskoe vospitanie v usloviyakh sovremennogo obrazovatel'nogo protsessa* = *Physical education in the context of modern educational process. Collection of materials of the VI International scientific and practical conference dedicated to the 50th anniversary of the Faculty of Physical Culture*. Shuya, Shuya branch of the Ivanovo State University publ., 2024:241—244. (In Russ.)
10. Kryzhinskaya E.S., Zizikova S.I. Theoretical aspect of the problem of synchronizing the movements of athletes in group exercises of aesthetic gymnastics. *Dominanty psikhologo-pedagogicheskogo masterstva v sfere fizicheskoi kul'tury i sporta* = *Dominants of psychological and pedagogical skills in the field of physical culture and sports. Collection of materials of the All-Russian scientific and practical conference with international participation within the Decade of Science and Technology*. Kazan, Volga Region State University of Physical Culture, Sport and Tourism publ., 2022:258—262. (In Russ.)
11. Bykasova E. K., Volozhina M. A., Zaitsev A. A. Methods for determining the level of synchronicity in group exercises of technical and aesthetic sports. *Proceedings of the VIII International Baltic Sea Forum*. Kaliningrad, Kaliningrad State Technical University publ., 2020;1:325—328. (In Russ.)
12. Antipova Ya. S. Consistency of motor actions in composition of aesthetic gymnastics. *Research Leader 2021. Collection of articles of the International Scientific Research Competition*. Petrozavodsk, Novaya Nauka, 2021:136—140. (In Russ.)
13. Ivanova A. I. Psychological features of teamwork as a predictor of sports success in synchronized figure skating. *Psikhologiya XXI veka — 2023: nauka kak svoboda i tvorchestvo* = *Psychology of the XXI century - 2023: science as freedom and creativity. Collection of abstracts of participants of the XXVII International scientific conference of young scientists*. Saint Petersburg, Skifiya-print, 2023:105—106. (In Russ.)
14. Golub Ya. V., Ageev E. V. Psychophysiological compatibility in rhythmic gymnastics. *Istoriya, sovremennost' i innovatsii v sportivnoi nauke* = *History, modernity and innovations in sports science. Collection of materials of the All-Russian scientific and practical conference with international participation dedicated to the 90th anniversary of Federal State Budget Institution "Saint-Petersburg Scientific-Research Institute for Physical Culture"*. Saint Petersburg, Saint-Petersburg Scientific-Research Institute for Physical Culture publ., 2023:339—342. (In Russ.)
15. Eliseikina E. A. Compatibility in contact sports. *Aktual'nye problemy lichnosti, obrazovaniya i obshchestva v kontekste sotsial'no-gumanitarnykh nauk* = *Actual problems of personality, education and society in the context of social and humanitarian sciences. Abstracts of the III International student scientific and practical conference*. Moscow, Ritm, 2020; 1:135—140. (In Russ.)

Статья поступила в редакцию 30.07.2025; одобрена после рецензирования 24.08.2025; принята к публикации 25.08.2025.
The article was submitted 30.07.2025; approved after reviewing 24.08.2025; accepted for publication 25.08.2025.