



**III STARPTAUTISKĀ STUDENTU UN JAUNO ZINĀTNIEKU
ZINĀTNISKĀ KONFERENCE
„UNIVERSITĀŠU SPORTS: NĀCIJAS VESELĪBA UN LABKLĀJĪBA”**

**III INTERNATIONAL SCIENTIFIC CONFERENCE
OF STUDENTS AND YOUNG SCIENTISTS
„UNIVERSITY SPORT: HEALTH AND PROSPERITY OF THE NATION”**

**III МЕЖДУНАРОДНАЯ НАУЧНАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ
СТУДЕНТОВ И МОЛОДЫХ УЧЕНЫХ
«УНИВЕРСИТЕТСКИЙ СПОРТ: ЗДОРОВЬЕ И ПРОЦВЕТАНИЕ НАЦИИ»**

СБОРНИК ПУБЛИКАЦИЙ

**21-22 мая 2013 года
Рига, Латвия**



**III STARPTAUTISKĀ STUDENTU UN JAUNO ZINĀTNIEKU
ZINĀTNISKĀ KONFERENCE
„UNIVERSITĀŠU SPORTS: NĀCIJAS VESELĪBA UN LABKLĀJĪBA”**

**III INTERNATIONAL SCIENTIFIC CONFERENCE
OF STUDENTS AND YOUNG SCIENTISTS
„UNIVERSITY SPORT: HEALTH AND PROSPERITY OF THE NATION”**

**III МЕЖДУНАРОДНАЯ НАУЧНАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ
СТУДЕНТОВ И МОЛОДЫХ УЧЕНЫХ
«УНИВЕРСИТЕТСКИЙ СПОРТ: ЗДОРОВЬЕ И ПРОЦВЕТАНИЕ НАЦИИ»**

СБОРНИК ПУБЛИКАЦИЙ

**21-22 мая 2013 года
Рига, Латвия**

ФОРМИРОВАНИЕ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ К ГРУППОВЫМ УПРАЖНЕНИЯМ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКИ

Сиваш И., Шинкарук О.

Национальный университет физического воспитания и спорта Украины
Киев, Украина

Введение. Формирование перспективного резерва путем привлечения наиболее одаренных детей с точки зрения олимпийской подготовки, с последующей максимальной реализацией индивидуальных возможностей является основой современного олимпийского спорта [1].

Для определения индивидуальной спортивной предрасположенности начинающего спортсмена используют комплекс различных критериев и методов — антропометрических, физиологических, психологических, педагогических и других, в том числе возникших в спортивной науке и практике [2]. Учитывая развитие групповых упражнений художественной гимнастики, высокую конкуренцию стран на Играх Олимпиад, поиск одаренных спортсменов и формирование перспективного резерва команд приобретает особую значимость. Поэтому назрела необходимость уточнения процесса формирования специализации к групповым упражнениям, отбора и ориентации спортивной подготовки гимнасток в соответствии с этапами и задачами многолетнего совершенствования. Основой для рациональной предрасположенности к достижениям в конкретном виде спорта является, длительна планомерная подготовка с использованием максимального круга упражнений, способствующих техническому совершенствованию юных спортсменов [3].

Анализ развития детско-юношеского спорта в Украине на примере подготовки гимнасток к групповым упражнениям позволил выявить общую тенденцию, связанную с несовершенством подготовки спортсменок в данном виде художественной гимнастики. В основном подготовка гимнасток направлена на индивидуальные программы, а система отбора, ориентации подготовки детей на начальных этапах и затем формирование команд групповых упражнений происходит бессистемно, только к определенным разрядным соревнованиям. Отсутствует также и научно обоснованная программа подготовки к групповым упражнениям художественной гимнастики в учебных программах ДЮСШ [4]. Перечисленные проблемы и определили цели работы исследования.

В работе были использованы анализ и обобщение специальной литературы, данных Internet, анкетирование, тестирование, методы статистической обработки данных. Работа выполнена в соответствии с научно-исследовательской темой 2.12. «Формирование системы многолетнего отбора и ориентации спортсменов» в соответствии со «Сводным планом НИР в сфере физической культуры и спорта на 2011 – 2015 гг.» Украины.

Результаты исследований и их обсуждение. Проведенные исследования показали, что для групповых упражнений в настоящее время характерны: увеличение объема работы с предметом и телом; специальная физическая, техническая, тактическая и хореографическая подготовки. Требуется значительное количество времени на совершенствование исполнения элементов трудностей тела и предмета, отработку элементов обмена, взаимодействия и сотрудничества. Перечисленные двигательные действия представляют собой

III Международная научная конференция студентов и молодых ученых «Университетский спорт: здоровье и процветание нации»

сложные координационные сочетания движений отдельными звеньями тела в сочетании с различными предметами. Выполнение их в единстве с музыкальным сопровождением требует от спортсменок не только значительных физических возможностей, но и достаточного уровня развития специальных двигательных качеств, умение выразительно и артистично преподнести элементы, необходимые для исполнения композиции. Только правильные технические движения, заложенные на начальных этапах подготовки, постоянно поддерживаемые и улучшаемые на последующих, обеспечивают рост мастерства [5].

Поэтому формирование специализации в групповых упражнениях, должно быть организовано на начальных этапах многолетнего совершенствования, начиная с групп начальной подготовки.

Под **формированием специализации** мы понимали процесс становления и развития дисциплины вида спорта – групповые упражнения в художественной гимнастике, отличающийся конкретным видовым составом средств решения задач специализации. Главным признаком специализации «групповые упражнения» является выполнение соревновательной программы по художественной гимнастике в команде, как отдельной самостоятельной единице. Где подготовка гимнасток, сосредоточена на выполнении совместных действий, проявляющихся в единообразной и согласованной работе, четкости и слитности, стабильности исполнения в сотрудничестве, синхронности и асинхронности в работе гимнасток и предметов, которая достигается общностью интересов, сработанностью команды, чувствах партнерш по команде, и т.д.

В научной литературе ведётся дискуссия о возрасте начала подготовки гимнасток в групповых упражнениях. Нами в результате обоснованных исследований были получены данные, которые позволили определить возраст начала подготовки к групповым упражнениям. Согласно ответам тренеров ($n = 46$), возраст 8 лет (67% респондентов) является оптимальным для начала подготовки гимнасток в групповых упражнениях.

Формирование специализации «групповые упражнения» характеризуется последовательностью действий, принципиально отличающейся от индивидуальной подготовки в художественной гимнастике, но строится на базе школы художественной гимнастики и не выходит за пределы ее предметно-содержательной основы. Подход к формированию специализации содержит взаимосвязанные между собой составляющие, где задачи решаются поэтапно в течение многолетнего совершенствования (рис. 1).

В возрасте от 7 до 11 лет, можно добиться самых больших сдвигов в области различных координационных способностей, а накопленный в этот период двигательный потенциал будет способствовать более быстрому овладению технически сложными элементами упражнений. Поэтому умелое использование этого периода может стать основой будущих спортивных успехов. Чем разностороннее будет подготовка на этапе начальной подготовки, тем создаются лучшие физиологические предпосылки для углубленной специализации на последующих этапах совершенствования. Решение данных задач возможно с использованием лично-ориентированного подхода, построенного на основе уважения к личности и доверия к ней, выявление предрасположенности спортсменок к демонстрации высоких результатов.

Использование системного подхода позволило предложить технологию отбора и ориентацию одаренных и перспективных гимнасток в групповые

**III Международная научная конференция студентов и молодых ученых
«Университетский спорт: здоровье и процветание нации»**

упражнения в многолетнем процессе совершенствования, которые имеют высокий уровень подготовленности, способных тренироваться, выдерживать значительные физические нагрузки и добиваться высоких спортивных результатов.



Рис. 1. Подход к формированию специализации групповые упражнения в художественной гимнастике

III Международная научная конференция студентов и молодых ученых «Университетский спорт: здоровье и процветание нации»

Опираясь на основные методологические требования педагогических технологий (*критерии технологичности*), признаки и характеристики [6], нами была предложена технология отбора и ориентации гимнасток в групповых упражнениях художественной гимнастики. Педагогическая технология отбора и ориентации подготовки к групповым упражнениям характеризуется этапностью мероприятий отбора и ориентации перспективных детей в групповые упражнения.

Спортивная подготовка гимнасток в групповых упражнениях строится как многолетний и круглогодичный процесс, где все элементы и составляющие её подготовки взаимосвязаны и подчинены задаче достижения максимального спортивного результата. Отбор спортсменов и ориентация их подготовки рассматривается как элемент многоуровневой системы, согласно алгоритму, элементы которой развиваются и конкретизируются на этапах совершенствования [8]. Данный подход решает ряд неотложных задач, например, на этапе начальной подготовки, таких как – оздоровление детей, обеспечения организованного досуга и общения, усвоения элементов школы художественной гимнастики, хореографии и получения определенных полезных разносторонних двигательных навыков. Важной составляющей подхода является формирование мотивации гимнасток к занятиям и определения спортивных интересов.

Разработанная педагогическая технология включает:

- набор детей в группы начальной подготовки в ДЮСШ и организацию тренировочного процесса, усвоение основных элементов школы художественной гимнастики;
- разработку программы отбора, содержащую анкетирование детей и родителей, систематизацию критериев отбора, проведения тестирования, оценочные шкалы и формирование рекомендаций для отбора и ориентации подготовки детей;
- разработку программы подготовки к групповым упражнениям (обучение взаимодействию и сотрудничеству, синхронному и асинхронному разучиванию элементов, отработка бросков и перебросок) по программе специальной направленности;
- создание психологических условий взаимодействия тренер – ребенок при отборе и ориентации детей.

Одним из элементов технологии отбора является разработанная программа обучения основным элементам групповых упражнений, которая формирует специализацию. Обучение и формирование навыков совместных двигательных взаимодействий гимнасток, синхронного выполнения заданий телом и предметами рассматривалось нами с этапа начальной подготовки у гимнасток 2-3 годов обучения. Проведенный сравнительный эксперимент состоял в сравнении двух групп, подготовка которых состояла: у контрольной группы ($n = 10$) — по стандартной программе ДЮСШ, а для экспериментальной группы ($n = 10$) в соответствии с авторской программой подготовки к групповым упражнениям. За учебный год в контрольной группе показатели тестирования физической и технической подготовленности увеличились от $3,35 \pm 0,17$ балла до $6,35 \pm 0,11$ балла, ($V = 14,47\%$), а показатели экспериментальной группы увеличились от $3,20 \pm 0,14$ балла до $8,20 \pm 0,12$ балла, ($V = 9,81\%$), [7]. Произошли улучшения по всем показателям подготовленности детей, о чём свидетельствуют статистически значимые улучшения ($p < 0,05$). Проведенный сравнительный педагогический эксперимент подтвердил эффективность внедрения технологии отбора и

**III Международная научная конференция студентов и молодых ученых
«Университетский спорт: здоровье и процветание нации»**

ориентации. Подобный способ организации отбора позволяет тренеру организовывать поиск и отбор более способных детей в групповые упражнения на каждом из этапов подготовки. Разработанные критерии являются информативным и учитывались комплексно. На основе оценочных шкал выводилась обобщенная оценка, давалось заключение гимнастке о перспективности ориентации подготовки в групповых упражнениях.

Заключение. Для отбора в групповые упражнения на начальном этапе подготовки использовались следующие показатели и критерии: антропометрические показатели; физическая подготовленность; состояние здоровья; скорость и качество усвоения движений и технических элементов; уровень развития специализированных восприятий «чувство ритма», «чувство темпа», «чувство времени»; психологические показатели; социальные показатели.

Обоснованный подход формирования специализации и действенной технологии отбора и ориентации отдаленного резерва в современных условиях развития олимпийского спорта базируется на основе концепции лично-ориентированного обучения и воспитания, принципа учета индивидуальных особенностей, природных задатков, дарования учеников и взаимосвязи детско-юношеского спорта и спорта высших достижений. Предложенная педагогическая технология свидетельствует о высоком качестве отбора гимнасток в групповые упражнения, которая подтверждена экспериментом и свидетельствует о её эффективности.

Список литературы.

1. Шинкарук О. А. Отбор спортсменов и ориентация их подготовки в процессе многолетнего совершенствования (на материале олимпийских видов спорта) / О. А. Шинкарук. – К. : Олимп. л-ра, 2011. — 360 с.
2. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. Введение в предмет : учебник для высших специальных физкультурных учебных заведений. – 3-е изд. / Л. П. Матвеев. – СПб. : Лань, 2003. – 160 с.
3. Спортивное плавание: путь к успеху : в 2 кн. / общ. ред. В. Н. Платонова. – Киев : Олимпийская лит., 2012. – 544 с.
4. Художня гімнастика для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності /Ж.А. Білокопитова, Т.В. Нестерова, А.М. Дерюгіна, В.А. Бессонова. К.: Республіканський науково-методичний кабінет, 1999. – 115 с.
5. Гавердовский Ю. К. Обучение спортивным упражнениям. Биомеханика. Методология. Дидактика / Ю. К. Гавердовский. – М. : Физкультура и Спорт, 2007. – 912 с.
6. Муравьева Г. Е. Теория и технология обучения проектированию образовательного процесса : монография / Г. Е.Муравьева. – Шуя : Изд-во «Весть» ГОУ ВПО «ШГПУ», 2005. – С. 52-57.
7. Сиваш І.С. Підготовка до групових вправ художньої гімнастики на початковому етапі багаторічного вдосконалення / І.С.Сиваш // Актуальні проблеми фізичної культури і спорту. Збірник наукових праць. — К. : ДНДІФКС, 2012. – № 23 (1). – С. 30–35.
8. Сиваш И.С. Спортивный отбор и ориентация в системе многолетнего совершенствования / И.С. Сиваш // Вестник Запорожского национального университета. Збірник наукових праць. Фізичне виховання та спорт. – З. : ДВНЗ ЗНУ, 2012. – № 1 (7). – С. 268–277.

HIPPOTHERAPY AND EQUESTRIAN SPORTS HANDICAPPING IN BASHKORTOSTAN

Umilina A.
Bashkir State Pedagogical University M. Acnulla
Ufa, Russia

Nowadays the number children and people suffering from various diseases in increases. This leads to partial or total disability. The most common disease is cerebral palsy, epilepsy, multiple sclerosis, muscular dystrophy, polio, different curvature of the spine, mental illness, heart disease, etc. Traditional medicinal practices in such situations are not possible, especially when it comes to rehabilitation. Alternative methods can come to the aid of treatment and rehabilitation. One of these methods is - hippotherapy, therapeutic or therapeutic riding. A method in which to recover and grow strong man helps a horse. Horse its due to powerful energy, body temperature, which is about one and a half degrees above the temperature of human, and helps to relieve muscle tension, muscle spasms, communication with the horse is actively developing motor skills, communication skills, relaxation, gives confidence and brings pleasure as a child and adult.

This method of treatment in Europe began seriously to treat once in 1952 at the Olympics in Helsinki, was the champion in dressage athlete from Denmark Lis Harter. Lis at the age of twenty-three contracted polio, at the Olympics she performed with a paralyzed leg. But despite that Lisa has won a silver medal in the Grand raffle prize at the Olympic dressage. Four years later, she won a second silver medal. Her example has pushed doctors to study this phenomenon.

Hippotherapy to develop first began in the Nordic countries, followed by Germany, France, Holland, Switzerland, the UK, Poland, etc. The Centers for therapeutic horseback riding were opened in many countries. Since the United States has more than 1000, and in the UK, around 700 groups of hippotherapy, in which more than 26,000 people improve their health with the most diverse pathology. In Poland has about 60 such centers. Currently, these centers operate in 45 countries around the world, they work as independent organizations, and at the riding club, releasing small arenas and horses for lessons with disabilities.

In Russia the first hippotherapy center opened in Moscow in 1991 on the basis of the Youth Environmental Center "Live Thread" on the CMH (Central Moscow Hippodrome), successfully working on now. For many years, it is headed Terentyeva Irina, one of the founders of the organization.

This method was first started to learn the Georgian SSR experts back in the 1980s. Georgian doctors got to work very thoroughly, they have started to introduce hippotherapy at the university and its Academy of Sciences, developed a variety of