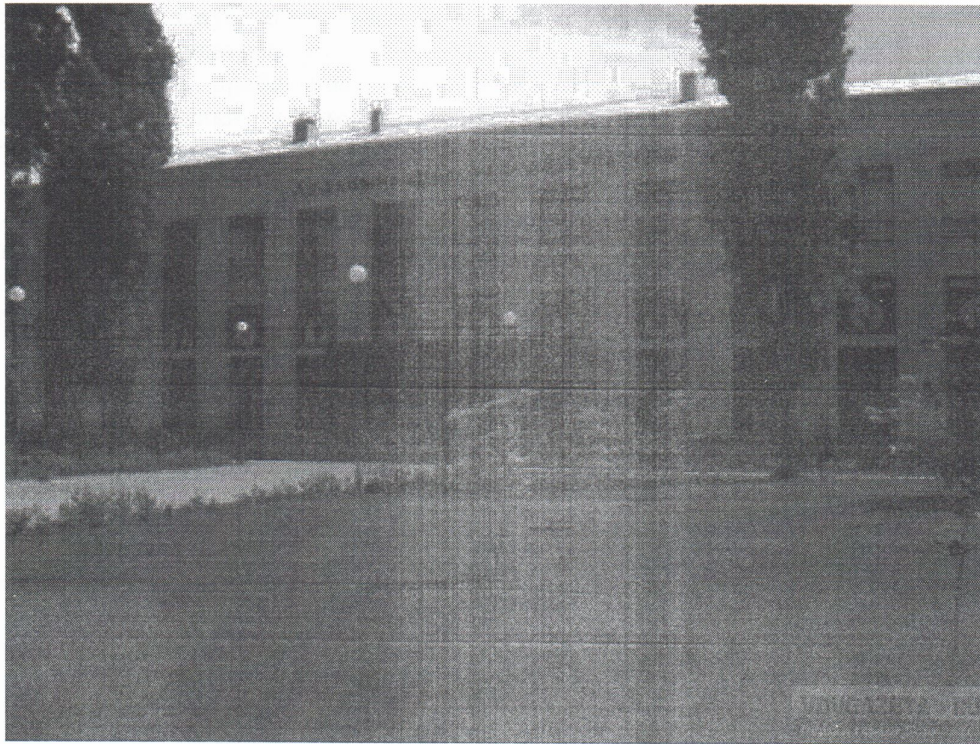


МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**
«Волгоградская государственная академия физической культуры»

**Материалы Всероссийской с международным участием
научно-практической конференции
(онлайн-формат)**

**«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В XXI ВЕКЕ: АКТУАЛЬНЫЕ
ПРОБЛЕМЫ И ИХ РЕШЕНИЯ»,
посвященной 60-летию образования ВГАФК
(21-22 октября 2020 г.)**



Волгоград, 2020

УДК 796.071
ББК 75.1л0
Ф 48

Редакционная коллегия:
В.В. Горбачева, к.п.н.; Е.Г. Борисенко, к.п.н., доцент

Ф 48 **Физическая культура и спорт в XXI веке: актуальные проблемы и их решения: Сборник материалов Всероссийской с международным участием научно-практической конференции (онлайн-формат, 21-22 октября 2020 года). Том 1 / под общей ред. Горбачевой В.В., Борисенко Е.Г. – Волгоград: ФГБОУ ВО «ВГАФК», 2020 – 370 с.**

В сборник вошли статьи профессорско-преподавательского и научного состава отечественных и зарубежных вузов и ссузов, студентов, магистрантов, аспирантов вузов физической культуры, ученых научно-исследовательских институтов физической культуры и спорта, проблемных лабораторий, специалистов в области спортивной медицины, педагогики, социологии, философии, адаптивного спорта, тренеров-практиков, инструкторов, педагогов образовательных учреждений.

Данный сборник адресован студентам, магистрантам, аспирантам, молодым ученым и специалистам сферы спортивной подготовки. Будет востребован слушателями курсов повышения квалификации, а также читателям интересующимися вопросами и проблемами физического воспитания, спортивной тренировки и адаптивной физической культуры.

УДК 796.071
ББК 75.1л0

© В.В. Горбачева, Е.Г. Борисенко, 2020
© ФГБОУ ВО «ВГАФК», 2020

Библиографический список:

1. Букреев, А.А. Возрастные особенности циклических движений детей и подростков / А.А. Букреев, В.М. Волков, В.П. Филин. - М.: Спортивный отбор. - 2003. - с. 176.
2. Кобзева, Л.Ф. Возрастные особенности адаптации детского организма на примере занятий лыжным спортом / Л.Ф. Кобзева, Р.Н. Дорохов // Сборник статей, под общ. ред. А.И. Павлова. - Смоленск: СГАФКСТ. - 2005. - с. 382.
3. Кобзева, Л.Ф. Основы методики обучения в лыжном спорте. Учебное пособие / Л.Ф. Кобзева, Л.А. Гурская. - Смоленск: СГИФК. - 2003. - с. 40.
4. Кобзева, Л.Ф. Повороты на лыжах в движении / Л.Ф. Кобзева. - Смоленск: СГИФК. - 2004. - с. 14.
5. Раменская, Т.И. Юный лыжник (Учебно-популярная книга о многолетней тренировке лыжников-гонщиков) / Т.И. Раменская. - М.: Спорт Академ Пресс. - 2004. - с. 143-144.

РЕТРОСПЕКТИВНЫЙ АНАЛИЗ КЛАССИФИКАЦИОННЫХ ПРОГРАММ ПЕРИОДА СТАНОВЛЕНИЯ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКИ КАК ВИДА СПОРТА

*Гирфанова А.И. студент, alsy.girfanova@mail.ru,
Коновалова Л.А., к. п. н., liliya_konovalova@mail.ru,
Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и
туризма,
Россия, Казань*

В статье представлены результаты ретроспективного анализа официальных классификационных программ по художественной гимнастике в период ее становления с 1950 по 1984 год. Установлено, что классификационные программы начиная с 1950 года в каждые четыре года уточнялись, возрастали требования, как и к технической подготовленности гимнасток, так и к владению предметом. Вводятся спортивные звания «Мастер спорта СССР» (1954), «Мастер спорта СССР международного класса» (1969) и спортивные разряды «Кандидат мастера спорта СССР» (1970), I II юношеские разряды (1960). Показано, что рост технической и физической подготовленности гимнасток обуславливает эволюционные изменения структуры и содержания разрядной классификации, которые определяют перспективные направления совершенствования норм и требований, регламентирующих подготовку спортсменов и эффективное управление развитием художественной гимнастики.

Ключевые слова: единая всесоюзная спортивная классификация, спортивные разряды, художественная гимнастика.

RETROSPECTIVE ANALYSIS OF CLASSIFICATIONAL PROGRAMS OF THE PERIOD OF RHYTHMIC GYMNASTICS FORMATION AS A SPORT

*Girfanova A. I., Student, alsy.girfanova@mail.ru,
Konovalova L. A., PhD, liliya_konovalova@mail.ru,
Volga Region State Academy of Physical Culture, Sports and Tourism,
Russia, Kazan*

The article presents the results of a retrospective analysis of official classification programs in rhythmic gymnastics in the period of its formation from 1950 to 1984. It is established that the classification programs have been updated every four years since 1950,

and the requirements for both technical training of gymnasts and proficiency in the subject have increased. The sports titles "Master of sports of the USSR" (1954), "Master of sports of the USSR of international class" (1969) and sports categories "Candidate master of sports of the USSR" (1970), I II youth categories (1960) are introduced. It is shown that the growth of technical and physical fitness of gymnasts causes evolutionary changes in the structure and content of the category classification, which determine promising areas for improving the standards and requirements governing the training of athletes and effective management of the development of rhythmic gymnastics.

Keywords: unified all-Union sports classification, sports categories, rhythmic gymnastics.

В 1950 году художественная гимнастика была включена в программу Единой всесоюзной спортивной классификации (ЕВСК), в результате чего гимнастика в СССР приобрела свежий виток развития. Подразделение гимнасток по разрядам и введение нормативов имело большое значение в техническом развитии спорта, что в целом способствовало развитию художественной гимнастики в стране и росту мастерства спортсменов. В конце 50-х - начале 60-х гг., после показательных выступлений советских гимнасток в ряде стран, художественная гимнастика была признана Международной федерацией гимнастики (ФИЖ) видом спорта. А начиная с 1984 года она вошла в состав Олимпийских игр и на данный момент является украшением Олимпийской семьи.

Требования, предъявляемые к виду спорта, прописываются в правилах соревнований, которые каждые четыре года обновляются, и тем самым *приводят к изменению и совершенствованию структуры и содержания классификационных программ*. Сведения, имеющиеся в литературе об эволюционных изменениях классификационных программ в период становления художественной гимнастике очень незначительно, и носят фрагментарный характер, что послужило поводом проведения данного исследования.

Целью исследования является изучение изменений классификационных требований по художественной гимнастике с 1950 по 1984 год.

Исследование проводилось с использованием метода ретроспективного анализа классификационных программ с 1950 по 1984 год в индивидуальной программе.

Результаты исследования. В таблице 1 представлены результаты анализа классификационных программ начиная с 1950 по 1984 год, где указано обязательное количество соревновательных программ и разрядные нормы, а также порядок присвоения разрядов и званий.

Классификационные программы 1950-1964 годов для мастеров спорта и I разряда в личном первенстве состояли из шестиборья, которое включало: четыре обязательных упражнения (без предмета, с предметом, выбираемом по жребию, упражнения с обязательными акробатическими элементами, гимнастического прыжка с пружинного мостика или через планку высотой 150 см) и двух произвольных упражнений (без предмета и с любым предметом), однако программа II, III и юношеского разрядов состояла только из четырех обязательных упражнений [1-3].

В 1960 году в классификационную программу вводятся I и II юношеские разряды. Для присвоения разряда необходимо было в течение года участвовать в следующем количестве соревнований: II, I юношеские и III, II разряды - 3 раза, I разряд - 4 раза, мастер спорта - 5 раз и выполнить нормативы, а для выполнения звания мастера спорта - один раз на первенстве СССР или два раза на всесоюзных соревнованиях ЦС ДСО и ведомств, соревнованиях республиканского масштаба, первенствах столиц

союзных республик, г. Ленинграда и матчевых встречах между сборными командами союзных республик, краев, областей, АССР [2, 4].

Таблица 1

Классификационные программы по художественной гимнастике 1950-1985 годов

ЕВСК, годы	Единицы измерения, баллы	МС	Спортивные разряды			Юношеские разряды	
			I	II	III	I	II
1	2	3	4	5	6	7	8
1950-1953	За 4 обязательных и 2 произвольных упражнений		48,0				
	За 4 обязательных упражнений			30,0	30,0		
1956-1959	За 4 обязательных и 2 произвольных упражнений	54,0	40,0				
	За 4 обязательных упражнений			30,0	30,0		
1960-1964	За 4 обязательных и 2 произвольных упражнений	54,0	43,0				
	За 4 обязательных упражнений			32,0	30,0	32,0	30,0
1965-1968	За 4 обязательных и 2 произвольных упражнений	54,0	43,0				
	За 4 обязательных упражнений			32,0			
	За 3 обязательных упражнений				30,0		
	За 2 обязательных упражнений					32,0	30,0
1969-1972	По обязательным и произвольным упражнениям	54,0	43,0	43,0			
	По обязательным упражнениям				32,0	30,0	32,0
1973-1976	По обязательным и произвольным упражнениям	45,0	43,0	43,0			
	По обязательным упражнениям				32,0	24,0	32,0
1977-1980	По обязательным и произвольным упражнениям	45,0	43,0	43,0			
	По обязательным упражнениям				32,0	24,0	32,0
1981-1984	По обязательным и произвольным упражнениям	46,0	45,0	44,0			
	По обязательным упражнениям				36,0	24,0	34,0

В классификационной программе 1965-1968 годов изменилась программа III спортивного и II, I юношеских разрядов. Программа III разряда состояла из трех обязательных упражнений, юношеских разрядов – из двух.

В классификационной программе 1969-1972 годов изменилась программа мастеров спорта, вместо шестиборья устанавливается пятиборье которое включало в себя обязательные упражнения без предмета и с предметом, произвольные упражнения со скакалкой, с обручем и с мячом. В 1969 году вводится новое спортивное звание «Мастер спорта СССР международного класса» (МСМК), в 1970 году - спортивный разряд «Кандидат в мастера спорта СССР» (КМС) [3]. Для выполнения разряда КМС гимнастки должны были выступать с тремя обязательными упражнениями (без предмета, со скакалкой и лентой) и двумя произвольными (без предмета или с предметом по выбору).

В классификационной программе 1981-1984 годов баллы по обязательным и произвольным упражнениям для МС, КМС, I и II разрядов возрастают. В 1982 году в

программу МС, КМС и I разряда вводятся упражнения на выбор с одним из предметов программы многоборья [3].

Таким образом, результаты ретроспективного анализа убеждают, что, начиная с 1950 года классификационные программы каждые четыре года обновлялись, утверждались новые разрядные нормы и требования. Эволюция классификационных программ показывает, что разрядные нормы менялись в направлении увеличения числа разрядов и уточнения содержания соревновательных программ. В 1960 году вводятся I и II юношеские разряды, в 1969 году – спортивное звание «Мастер спорта СССР международного класса», в 1970 году – спортивный разряд «Кандидат в мастера спорта СССР».

Библиографический список:

1. Бакулина, Е.Д. Правила судейства соревнований и критерии мастерства в процессе формирования и развития художественной гимнастики / Е.Д. Бакулина // Вестник спортивной науки – 2006 – С. 62 – 64.
2. Единая всесоюзная спортивная классификация / Физкультура и спорт.-М.: 1951. -С. 27.
3. Единая всесоюзная спортивная классификация / Физкультура и спорт.-М.: 1957. -С. 48.
4. Единая всесоюзная спортивная классификация / Физкультура и спорт.-М.: 1961. - С. 71-72.
5. Единая всесоюзная спортивная классификация 1973-1976 / Физкультура и спорт.-М.: 1973. - С. 71-73.
6. Единая всесоюзная спортивная классификация 1977-1980 / Физкультура и спорт.-М.: 1977. – С.76-78.
7. Единая всесоюзная спортивная классификация 1981-1984 / Физкультура и спорт.-М.: 1981. - С. 44-45.
8. Терехина, Р.Н. Сложность соревновательных программ гимнасток / Р.Н. Терехина, Л.В. Бурда-Андрианова // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2008. – № 7. – С. 92-95.
9. Художественная гимнастика. История, состояние и перспективы развития / И.А. Винер-Усманова, Е.С. Крючек, Е.Н. Медведева, Р.Н. Терехина // Человек. - 2014. – С. 216.

ОСОБЕННОСТИ ТРЕНИРОВОК ПО СПОРТИВНОЙ ГИМНАСТИКЕ НА ПЕРВОМ ГОДУ ОБУЧЕНИЯ

*Гирфанова А.И. студент, alsy.girfanova@mail.ru,
Тураев В. М., старший преподаватель, slava.tyraev@mail.ru,
Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма,
Россия, Казань*

В статье представлены особенности тренировок юных гимнастов первого года обучения. Подготовка на начальном этапе происходит по нормам федерального стандарта по спортивной гимнастике. Приведены результаты контрольно-переводных нормативов. Показано, что рост технической и физической подготовленности гимнасток формируется на начальном этапе подготовки. Установлено, гимнастам первого года обучения легче дается выполнение следующих упражнений: бег на 20 м, челночный бег 2х10, прыжок в длину с места, подъем выпрямленных ног до горизонтального положения «угол» на гимнастической стенке, «складочка», «мост», чем подтягивание из виса на низкой перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. На этапе начального обучения для закрепления полученных навыков и