

Министерство спорта Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное учреждение
«САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»



Сборник материалов
Всероссийской научно-практической
конференции
с международным участием



СПОРТИВНОЕ ДВИЖЕНИЕ: ОПЫТ, ПРОБЛЕМЫ, РАЗВИТИЕ



Санкт-Петербург
15-16 октября 2020 г.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»

Всероссийская научно-практическая конференция
с международным участием

**СПОРТИВНОЕ ДВИЖЕНИЕ:
ОПЫТ, ПРОБЛЕМЫ, РАЗВИТИЕ**

Сборник материалов

15-16 октября 2020 г.
Санкт-Петербург

УДК 796.01
ББК 75.1

«Спортивное движение: опыт, проблемы, развитие». Сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции с международным участием (15-16 октября 2020 года). / Федеральное государственное бюджетное учреждение «Санкт-Петербургский научно-исследовательский институт физической культуры», Санкт-Петербург. – СПб, ФГБУ СПбНИИФК, 2020. – 328 с.

Сборник содержит материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Спортивное движение: опыт, проблемы, развитие», представляющие собой анализ состояния и направлений развития спортивного движения на современном этапе, обмен научным и практическим опытом в области инновационных технологий и передовых практик в системе спортивной подготовки, оздоровительной физической культуре, совершенствования научно-методического сопровождения спорта высших достижений, паралимпийского и адаптивного спорта, подготовки спортивного резерва.

Издан в соответствии с техническим заданием государственного контракта, заключенного между Министерством спорта Российской Федерации и ФГБУ СПбНИИФК на оказание услуг по организации и проведению Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Спортивное движение: опыт, проблемы, развитие».

Редакционная коллегия:

С.А. Воробьев, канд.пед.наук, доцент
А.А. Баряев, канд.пед.наук, доцент
А.К. Короткова, канд.психол.наук
Л.В. Винокуров, канд.психол.наук, доцент
Н.Д. Гольберг, канд.биол.наук, доцент
К.Г. Коротков, докт.техн.наук, профессор

ISBN 978-5-6044829-3-3



ISBN 978_5_6044829_3_3

УДК 796.01
ББК 75.1

© Министерство спорта РФ, 2020
© ФГБУ СПбНИИФК, 2020
© Коллектив авторов, 2020

- апноз без ласт» в подводном спорте
Никитина А.А.
- 201** Особенности предсоревновательной подготовки высококвалифицированных лыжников-гонщиков
Новикова Н.Б., Захаров Г.Г.
- 208** Особенности техники попеременного двухшажного хода на лыжероллерах лыжников-гонщиков высокого класса
Новикова Н.Б., Котелевская Н.Б.
- 214** Развитие специальной выносливости лыжников в условиях сборов в среднегорье
Подгорная А.А., Парамзин В.Б., Лащин Д.Н.
- 217** Динамика показателей соревновательной готовности спортсменов высокой квалификации по биатлону
Попова И.А., Мельник Е.В.
- 222** К вопросу о единой системе методического обеспечения спортивно-технической подготовки спортсменов универсального боя
Пролубников О.Н., Винокуров Л.В.
- 225** Использование психологического тренинга в физической культуре и спорте
Расопова А.С., Босенко Ю.М.
- 229** Педагогические аспекты повышения уровня технической подготовки теннисистов средствами игровых видов спорта
Рублев А.И., Шамонин А.В., Милаев А.А.
- 232** Проблема учета психомоторных качеств при физической подготовке в хоккее-следж (на примере дозированной динамометрии)
Сахибгареев Р.М., Майрыгин М.С.
- 234** Контроль уровня подготовленности девушек-футболисток 9-11 лет
Смаль Т.Л.
- 239** Хореографическая подготовка как средство развития исполнительского мастерства девочек 7-8 лет в спортивной гимнастике
Соколова Е.С., Тураев В.М.
- 243** Анализ моделей спортивной подготовки в соревновательном периоде борцов греко-римского стиля
Фоменко А.А.
- 247** Средства развития координационных способностей у бадминтонистов 6-7 лет
Чапурин С.М., Кучерова И.К., Кириллова Ю.И.
- 252** Особенности реализации экспериментальной методики начального обучения юных гандболисток технике выполнения бросков мяча
Шестаков М.М., Бурчуладзе К.В.
- 3. СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ АДАПТИВНОГО СПОРТА И АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**
- 256** Итоги спортивного сезона 2019-2020 в дисциплине «керлинг на колясках смешанный»
Батугин А.А.
- 260** Социальная и физическая реабилитация детей с особыми

ХОРЕОГРАФИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ИСПОЛНИТЕЛЬСКОГО МАСТЕРСТВА ДЕВОЧЕК 7- 8 ЛЕТ В СПОРТИВНОЙ ГИМНАСТИКЕ

Соколова Е.С., Тураев В.М.

*Поволжская государственная академия физической культуры,
спорта и туризма, г. Казань, Россия*

На современном этапе развития спортивной гимнастики успех спортсмена определяется его высоким уровнем исполнительского мастерства. Как и в любом технико-эстетическом виде спорта в гимнастике должна присутствовать гармония между трудностью, композицией, исполнением. [1,3] Однако, у некоторых спортсменов не наблюдается. Так хореографическая подготовка является обязательной частью базовой технической подготовки юных гимнасток, следовательно, отсутствие должного внимания со стороны тренера, приводит к ухудшению качества исполнения соревновательных упражнений.

Хореография в спорте – неотъемлемая составная часть подготовки спортсменов от новичка до мастера высокого класса. Применение средств хореографии в видах спорта, связанных с проявлением культуры движений, должно способствовать овладению техникой большинства элементов, содействовать развитию специфических двигательных качеств и, кроме того, позволить выполнять технически сложные упражнения легко, непринужденно и выразительно. [5]

Одна из важнейших функций урока хореографии – воспитание артистичности. Артистизм спортсменки в спортивной гимнастике заключается в способности создать индивидуальный образ.

Цель: разработать и экспериментально проверить методику хореографической подготовки, направленную на формирование исполнительного мастерства юных гимнасток.

Объект исследования: процесс хореографической подготовки гимнасток.

Предмет исследования: методика хореографической подготовки гимнасток 7 – 8 лет.

Гипотеза исследования заключается в предположении, что внедрение в тренировочный процесс разработанной методики хореографической подготовки на этапе начальной подготовки, позволит повысить качество выполнения соревновательных упражнений юных гимнасток.

Задачи исследований:

1. С помощью научно-методической литературы выявить особенности хореографической подготовки у гимнасток в учебно-тренировочном процессе.

2. Определить уровень хореографической подготовки гимнасток 7 – 8 лет.

3. Разработать методику хореографической подготовки гимнасток 7 – 8 лет.

4. Экспериментально проверить эффективность разработанной методики.

Методы исследования: анализ научно-методической литературы, педагогический эксперимент, педагогическое тестирование, экспертная оценка, математической статистики.

Организация исследования: Исследование проходило на базе федерального спортивно – тренировочного центра гимнастики в городе Казань. Для проведения данного исследования была выбрана группа девочек в возрасте 7-8 лет, занимающихся спортивной гимнастикой. Гимнастки выполняли свою хореографическую композицию из вольных упражнений, где изучалась хореографическая подготовленность гимнасток.

Исследование проводилось в 3 этапа:

На первом этапе была выбрана тема исследования, определены объект и предмет, сформулированы цели и задачи, изучена научно-методическая литература по данной проблеме.

На втором этапе, проведены предварительные исследования.

На третьем этапе была разработана и внедрена в тренировочный процесс методика хореографической подготовки девочек 7-8 лет в спортивной гимнастике и выявлена ее эффективность.

Результаты исследования и их обсуждение. В ходе исследования, мы изучили хореографическую

подготовленность гимнасток, и выявили слабые и сильные стороны их подготовки.

Анализ полученных результатов позволил определить, что среднее значение исследуемых параметров соответствует низкому уровню техники исполнения. Так значения ($M \pm m$) у экспериментальной группы равно $9,05 \pm 0,06$ балла, а у контрольной группы $8,97 \pm 0,06$ балла, U критическая = 1, U расчетная = 37,5. Так как $U_{расч.} > U_{крит.}$, следовательно, различие между выборками статистически незначимо с уровнем значимости $P > 0,05$ (таблица 1).

Нами была разработана и внедрена в тренировочный процесс методика хореографической подготовки девочек 7-8 лет в спортивной гимнастике и определена ее эффективность.

Таблица 1 - Результаты контрольной и экспериментальной группы на начало эксперимента ($P > 0,05$)

Группы исследования	Хореографическая композиция
Контрольная группа ($M \pm m$) (в баллах)	$8.97 \pm 0,06$
Экспериментальная группа ($M \pm m$) (в баллах)	$9,05 \pm 0,06$
U критическая	23
U расчетная	37,5

Среднее значение оценки исполнения хореографической композиции у экспериментальной группы ($M \pm m$) равно $9.8 \pm 0,03$ балла, а у контрольной группы $9,3 \pm 0,05$ балла. Так как $U_{крит.} > U_{расч.}$, следовательно, различие между выборками статистически значимо с уровнем значимости ($P \leq 0.05$) (таблица 2).

Таблица 2 - Результаты контрольной и экспериментальной группы на конец эксперимента ($P > 0,05$)

Группы исследования	Хореографическая композиция
Контрольная группа ($M \pm m$) (в баллах)	$9,3 \pm 0,05$
Экспериментальная группа ($M \pm m$) (в баллах)	$9.8 \pm 0,03$
U критическая	23
U расчетная	1,5

На конец педагогического эксперимента было выявлено, что экспериментальная группа улучшила свой результат и повысила свой уровень хореографического исполнения музыкальной композиции. Таким образом, разработанная нами методика способствует повышению качества выполнения соревновательных упражнений юных гимнасток.

Выводы:

1. На основе научно-методической литературы выявили, что в традиционной методике недостаточно упражнений, направленных на развитие артистизма гимнасток в учебно-тренировочном процессе.

2. На основе полученных результатов мы выявили, что хореографическая подготовка гимнасток 7-8 лет, соответствует низкому уровню техники исполнения.

3. Нами была разработана и внедрена в тренировочный процесс методика хореографической подготовки девочек 7-8 лет в спортивной гимнастике.

4. На основе результатов, полученных после эксперимента, можно сделать вывод, что произошел прирост показателей и разработанная методика эффективна.

Список литературы:

1. Борисенко, С.И. Повышение исполнительского мастерства гимнасток на основе совершенствования хореографической подготовки: дис. ...канд. пед. наук / Борисенко Светлана Ивановна; С.-Петербург. Гос. Акад. Физ. Культуры им. П.Ф. Лесгафта. – СПб, 2000. – 2014. – 214с.

2. Ботова Л.Н., Муллахметова А.Р., Кашеваров Г.С. Анализ мышечно-суставного чувства у юных гимнастов // Мат. Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Проблемы и перспективы физического воспитания, спортивной тренировки и адаптивной физической культуры». ФГБОУ ВО «Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма». 2016. С. 9-11.

3. Лисицкая, Т.С. Хореография в гимнастике: учебное пособие для СПО – 2-е изд. испр. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2017. – 135с.

4. Муллахметова А.Р., Ботова Л.Н., Кашеваров Г.С. Исследование кинестезии у юных гимнастов // Актуальные проблемы теории и практики физической культуры, спорта и туризма. Материалы V Всероссийской научно-практической конференции молодых ученых, аспирантов, магистрантов и

студентов. Под общей редакцией Ф.Р. Зотовой; Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма. 2017. С. 643-646.

5. Савельева, Л.А. Анализ и тенденции развития вольных упражнений в женской спортивной гимнастике: учеб.-методич. пособие / Л.А.Савельева. – СПб: «ОлимпСПб», 2012. – 78 с.

6. Сосина, В.Ю. Хореография в гимнастике: учеб. пособие для студентов вузов / В.Ю. Сосина. – К.: Олимп. л-ра, 2009. – 135с.: ил. – Библиогр: с. 134-135.

АНАЛИЗ МОДЕЛЕЙ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ В СОРЕВНОВАТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ БОРЦОВ ГРЕКО-РИМСКОГО СТИЛЯ

Фоменко А.А.

Омский государственный университет имени Ф.М. Достоевского

Современная греко-римская борьба характеризуется регулярным повышением интенсивности ведения соревновательного поединка. Более того, недавняя отмена соревновательной и тренировочной деятельности ввиду пандемии COVID-19 привела к усилению медико-биологического контроля и форсированию спортивной подготовки борцов. В указанных условиях наблюдается тенденция к изменению процесса моделирования структурных элементов соревновательной деятельности на основе учета периода спортивной подготовки [1, 5].

Наиболее производительной в использовании моделью становится система элементарных моделей с высоким уровнем взаимозаменяемости функций и интеграции индивидуальных параметров, естественно, при наличии единого ядра управления за функционированием этой системы.

Структурными единицами такой системы могут стать следующие группы моделей:

1. Модели, которые характеризуют элементы соревновательной деятельности, необходимые для достижения конкретного спортивного и перспективного результата.