

15,2 %; в IV – 4,5 %; 4,6 %; 4,6 %; V зоне – 2,4 %; 2,5 %; 2,5 %. Это говорит о том, что независимо от объема плавания процентные пропорции в плавании по зонам интенсивности сохраняются во всех возрастах.

Приросты объемов плавания с возрастом уменьшаются. Так, прирост общего и парциальных объемов плавания у 16-летних пловцов составил 7,5–12,9 %, а у 17-летних – 6,1–10 %.

Во всех возрастах, независимо от количества соревнований в году, четко просматривается двухцикловое планирование с выделением подготовительных и соревновательных периодов. Каждый из полугодичных циклов заканчивался основным стартом.

У пловцов 15–17 лет основным соревнованием I цикла является зимний чемпионат Республики Беларусь. Второй цикл заканчивается летним чемпионатом страны или (для тех, кто отобран в состав сборной команды республики) летним чемпионатом Европы.

1. Иванченко, Е.И. Основы планирования спортивной подготовки: пособие / Е.И. Иванченко; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – 2-е изд., стер. – Минск: БГУФК, 2012. – 59 с.

2. Петрович, Г.И. Распределение тренировочной нагрузки в годичном цикле подготовки пловцов: метод. рекомендации / Г.И. Петрович, П.М. Прилуцкий. – Минск: Тиголь, 1991. – 25 с.

3. Петрович, Г.И. Особенности подготовки пловцов на различных этапах многолетней тренировки: метод. рекомендации / Г.И. Петрович, П.М. Прилуцкий, Н.А. Парамонова. – Минск: РУП «Минсктиппроект», 2002. – 24 с.

4. Платонов, В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и практические приложения / В.Н. Платонов. – Киев: Олимп. лит-ра, 2004. – 808 с.

ПОДБОР МУЗЫКАЛЬНЫХ ПРОИЗВЕДЕНИЙ ДЛЯ ЮНЫХ ФИГУРИСТОВ 8–10 ЛЕТ

Ю.А. Рак, Н.Н. Иванова,

Белорусский государственный университет физической культуры,
Республика Беларусь

В современном фигурном катании даже при высоком уровне технического мастерства недостатки хореографической подготовленности отрицательно сказываются на общем спортивном результате. Особый интерес представляет значение отдельных наиболее специфичных хореографических характеристик в мастерстве фигуристов [1].

Значение драматургии, хореографии, музыки в программах весьма велико. Соревновательные программы спортсменов можно сравнить с небольшими театрализованными спектаклями. Отлично поставленная программа с художественной точки зрения может иной раз компенсировать недостатки технического мастерства фигуристов. И наоборот, впечатление от технически сложной и безошибочно выполненной программы значительно снижается, если она слаба с художественной точки зрения [3].

В основе хореографической подготовки лежит музыка. Каждое выбранное музыкальное произведение требует интерпретации в хореографическую композицию. Необходимо свободно владеть средствами передачи этих идей, то есть высоким художественным исполнительским мастерством, которое может появиться в результате систематических занятий хореографией, овладением упражнениями, распределенными по годам обучения [2].

В своей работе мы поставили перед собой **цель**: определить, как влияет выбранная музыкальная композиция на результат выступления юных спортсменов в соревнованиях.

В связи с этим мы решали следующую **задачу**: изучить и проанализировать, какие музыкальные композиции наиболее подходят для данного возраста.

Для этого в данном эксперименте мы использовали такие **методы**, как анализ литературных источников, педагогический эксперимент, педагогическое наблюдение.

Педагогический эксперимент был построен на основе показателей программных компонентов по материалам ISU: навыки катания, переходы и соединительные шаги, представление/исполнение программы, хореография, интерпретация.

Педагогический эксперимент проводился в течении одного года на базе ДЮСШ по фигурному катанию на коньках г. Минска. В эксперименте участвовали две группы учащихся 8–10 лет, одну из которых мы обозначили как контрольную другую – экспериментальную.

Мы предложили спортсменам контрольной группы составить программу под такие музыкальные произведения, как полька, вальс, характерные народные танцы. А участникам экспериментальной группы предложили составить программы под более серьезные классические произведения Рахманинова, Чайковского, Прокофьева и т. д. Для выявления итогов эксперимента были проведены специальные тестирования на соревнованиях «Звездочка» в сезоне 2010 года.

Тестирование фигуристов проводилось в два этапа (апрель, ноябрь). На каждом этапе спортсмена оценивала отдельная бригада судей в количестве 3-х человек. Судьи оценивали только представление, хореографию и интерпретацию программы спортсмена по предложенной нами шестибальной системе судейства. В итоге подсчитывался средний бал по результатам соревнований первого и второго этапов. Результаты эксперимента приведены в таблицах 1, 2.

Таблица 1 – Результаты контрольной группы

Фамилия имя	1 этап			Результат	2 этап			Результат	Итог
	1судья	2судья	3 судья		1судья	2 судья	3 судья		
Е.П.	4	5	4	4,3	5	5	5	5	4,6
В.Д.	4	5	5	4,6	5	5	6	5,3	4,9
Е.Д.	5	5	4	4,6	5	6	6	5,6	5,1
А.Г.	5	5	5	5	5	6	6	5,6	5,3

Таблица 2 – Результаты экспериментальной группы

Фамилия имя	1 этап			Результат	2 этап			Резуль- таг	Итог
	1судья	2судья	3 судья		1судья	2 судья	3 судья		
Ю.Р.	3	3	3	3	3	4	4	3,6	3,3
Д.Г.	3	4	3	3,3	3	4	3	3,3	3,3
С.К.	3	3	4	3,3	3	3	3	3	3,1
А.А.	3	3	3	3	3	3	3	3	3

Таким образом, в результате нашего эксперимента было установлено, что дети, которые представляли контрольную группу, показали на соревнованиях более лучший результат, так как музыка, подобранная для их соревновательных программ, была наиболее доступна для восприятия такого возраста (8–10 лет) и благоприятнее влияла на оценку программных компонентов.

Очень важно, чтобы музыка, выбранная для юных спортсменов, была им доступна и понятна. Серьезная симфоническая или камерная музыка требует длительной подготовки для понимания всех ее аспектов. Композиция с использованием такой музыки получается «механически заученной», что также влияет и на исполнение технических элементов программы.

Раньше вопросы эстетики в фигурном катании на коньках трактовались довольно просто. Все сводилось к тому, что фигурист должен быть подтянут, аккуратен, грациозен, уметь красиво двигаться. Необычайно возросло за последние годы мастерство фигуристов, расширилось и представление об эстетике фигурного катания на коньках. Ее нельзя уже характеризовать одними хореографическими признаками. На первое место выдвинулись такие понятия, как музыкальность, яркая эмоциональность, образная выразительность исполнения [1].

Таким образом, в итоге нашего эксперимента было установлено, что при выборе музыки для соревновательных программ юным фигуристам 8–10 лет надо учитывать их техническую подготовленность и индивидуальное восприятие музыки. Композиция с использованием серьезной симфонической музыки не совсем понятна юным спортсменам этого возраста. Об этом можно судить по результатам соревнований спортсменов экспериментальной группы. Программы, исполненные спортсменами этой группы, выглядели «не живыми», «механически заученными».

По результатам выступлений обеих групп хорошо заметно, что восприятие спортсменами музыки влияет и на исполнение технической стороны программы. Серьезная симфоническая музыка требует длительной подготовки для восприятия и должна соответствовать более высокому уровню технической подготовленности фигуристов высокой квалификации.

1. Хохлова, Т.С. Оценка художественной подготовленности фигуристов-одиночников в целях объективизации управления тренировочным процессом: метод. разработка для слушателей факультета усовершенствования и студентов специализации ГЦОЛИФК / Т.С. Хохлова. – М., 1984. – 11 с.

2. Парамонова, Н.А. Фигурное катание на коньках: программа для специализированных учебно-спортивных сооружений и училищ олимпийского резерва. / Н.А. Парамонова, И.Е. Токаревская, А.И. Морозов. – Минск, 2008. – 127 с.

3. Медведева, И.М. Фигурное катание на коньках / И.М. Медведева. – Киев.: Олимпийская литература, 1998. – 223 с.