

УДК 796.41+793.3:796(063)

МЕЖДУНАРОДНЫЙ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКИЙ СЕМИНАР

**ПО ГИМНАСТИЧЕСКИМ ВИДАМ СПОРТА И ТАНЦЕВАЛЬНОМУ СПОРТУ – СОВРЕМЕННЫЕ
ТЕХНОЛОГИИ, ПРАКТИЧЕСКИЙ ОПЫТ, ВЕРНОСТЬ ТРАДИЦИЯМ**

Морозевич-Шилюк Т.А., канд. пед. наук, доцент

Белорусский государственный университет физической культуры



Четвертый год подряд в Белорусском государственном университете физической культуры прошел Международный научно-практический семинар «Современные системы подготовки спортсменов высокого класса и резерва в гимнастических видах спорта и танцевальном спорте». В течение недели с 21 по 27 ноября более 400 участников, представителей 63 организаций из 12 стран – Азербайджана, Бельгии, Великобритании, Германии, Китая, Молдовы, Польши, России, США, ЮАР, Японии и Беларуси провели в оживленной дискуссии, посвященной различным аспектам подготовки спортсменов в видах гимнастики и спортивных танцев. Программа семинара была построена таким образом, чтобы обеспечить максимальное взаимодействие представителей спортивной науки и практиков.

Началось мероприятие с обсуждения проблемных вопросов, связанных с развитием самого медалеемого вида – спортивной гимнастики. Руководители национальных команд, спортивных школ, тренеры и ученые провели откровенный разговор о развитии спортивной гимнастики в нашей стране и перспективах подготовки белорусских гимнастов к Олимпийским играм 2020 года. Материалы, представленные на обсуждение старшим преподавателем кафедры гимнастики О. Карась, показали, что наметилась положительная динамика результатов спортсменов женской и мужской национальных команд. Однако, как отметили специалисты, это первые шаги на пути выхода из многолетнего кризиса. Предстоит долгая и планомерная работа в этом направлении. Комментируя обсуждаемую проблему, главный тренер женской национальной команды В. Колодинский подчеркнул, что фундамент профессиональ-

ного мастерства тренера закладывается уже во время обучения в университете. Поэтому очень важным является увеличение доли практических занятий для студентов, будущих тренеров по гимнастике, непосредственно в спортивных школах, где проходят подготовку спортсмены различной квалификации.

Глубокий анализ результативности соревновательной деятельности как показателя эффективности работы СДЮШОР по гимнастике спортивной в Республике Беларусь представил в своем выступлении руководитель КНГ Г. Лесив. В ходе обсуждения были затронуты многие сложные вопросы, касающиеся подготовки спортивного резерва, профессионализма тренерско-преподавательского состава. Участники мероприятия выразили общее мнение о необходимости организации различных форм повышения квалификации перспективных тренеров. Большие надежды в связи с этим специалисты возлагают на возможности вошедшего в структуру Белорусского государственного университета физической культуры и перешедшего на новую программу обучения Центра «Высшая школа тренеров».

Ведущий специалист по исследованиям УП «ВРТЭК» В. Лукашевич представил авторскую методику диагностики и коррекции функций опорно-двигательного и нервно-мышечного аппарата гимнастов, что является весьма актуальным, учитывая высокую интенсивность нагрузок и техническую сложность выполняемых гимнастами упражнений.

Подводя итоги круглого стола, директор Центра олимпийской подготовки по гимнастическим видам спорта Е. Колмогорова выразила благодарность за организацию подобного рода мероприятий, поскольку именно дискуссии в таком формате позволяют выявить существующие проблемы и находить пути их решения совместными усилиями.

В ходе семинара развернула свою работу дискуссионная площадка, проблемным полем которой стало обсуждение перспектив и возможностей создания системы подготовки в одной из наиболее стремительно развивающихся гимнастических дисциплин – паркуре. Модераторами этой части программы выступили педагоги кафедры гимнастики Д. Саперов и Ф. Агеенко. В 2017 году паркур был введен в структуру Международной федерации гимнастики. В настоящее время еже-



годно проводятся мировые чемпионаты и Кубки. По мнению экспертов, паркур имеет высокие шансы на попадание в число олимпийских видов спорта. Учитывая эти тенденции, на кафедре гимнастики БГУФК ведется работа по разработке методик подготовки спортсменов в паркуре.

Уже традиционно распахнул для участников семинара свои гостеприимные двери Дворец художественной гимнастики. Команда главного тренера национальной команды И. Лепарской провела коллаб-мастерскую «Современные технологии спортивной подготовки в художественной гимнастике», модератором которой выступила призер Олимпийских игр, старший тренер национальной команды Л. Черкашина. Ведущие специалисты нашей страны, имеющие мировое признание, поделились секретами своего мастерства в рамках целой серии мастер-классов по разным направлениям – методике обучения и совершенствования техники равновесий, поворотов и прыжков различных структурных групп, методике обучения базовым элементам с предметами. Экспертами выступили призер Олимпийских игр, старший

тренер национальной команды И. Ильенкова, старший тренер национальной команды Л. Лукьяненко, тренеры-преподаватели РЦОП Г. Григорьева, Е. Манзалевская, Ю. Бичун-Комарова, Д. Клишко.

Участникам семинара представилась также возможность увидеть изнутри уникальный спортивный объект нашей страны – Дворец художественной гимнастики. Проводя экскурсию по Дворцу, Л. Черкашина с гордостью рассказала о том, как создавалась история отечественной школы художественной гимнастики, показала кубки и медали – символы многочисленных достижений белорусских гимнасток на международной арене, а также об условиях, которые созданы сегодня для подготовки гимнастической элиты и резерва.

Продолжили тему художественной гимнастики в ходе своей презентации специалисты Университета Сендай (Япония). Университет Сендай является партнером Белорусского государственного университета физической культуры уже более 10 лет. Благодаря тесному сотрудничеству между университетами национальная команда Республики Беларусь по художественной гимнастике имеет возможность проходить подготовку к Олимпийским играм в Токио на специально оборудованных базах Японии. В рамках семинара глава Университета Сендай Таиджи Хозава и преподаватель А. Севец рассказали о новом направлении – японской гимнастике, представляющей собой индивидуально-групповой вид спорта для юношей, основу которого составляют вольные и акробатические упражнения, взаимодействия между членами команды и упражнения с предметами. Японская гимнастика активно развивается в стране Восходящего Солнца. Белорусские специалисты обсудили перспективы становления этого вида спорта в нашей стране.

Большое значение в подготовке спортсменов во всех видах спорта, связанных с оценкой технико-эстетических компонентов соревновательной программы, играет хореографическая подготовка. Именно поэтому обмен опытом в обсуждении современных методов реализации данного вида подготовки стал неотъемлемой частью программы в рамках семинара.

Большой интерес со стороны тренеров и спортсменов вызвал мастер-класс тренера-преподавателя РЦОП по художественной гимнастике Ю. Марковской, в котором она поделилась своими наработками в методике развития пластики. Комплексы специальных упражне-



ний, разработанные ею, способствуют развитию тонких межмышечных координаций, что особенно важно при выполнении упражнений со сложной координационной структурой.

Урок современной хореографии провела с участниками семинара Ю. Сувалова, тренер-преподаватель по хореографии РЦОП по художественной гимнастике. Давая методические рекомендации в ходе урока, она рассказала о том, как можно использовать движения современной хореографии для развития двигательной культуры, расширения спектра возможностей спортсменов для подготовки соревновательных программ разного жанра, повышения артистизма, а также как хореография может использоваться для психологической разгрузки и повышения эмоционального фона тренировочного процесса.

Несмотря на высокую значимость всех видов подготовки, возможность для высоких достижений в гимнастических видах спорта, безусловно, обеспечивает высококлассная техника и сложность выполняемых на соревнованиях упражнений. Учитывая этот важный тезис, вопросам освоения техники сложных элементов и методике обучения в процессе многолетней подготовки

был посвящен целый ряд мероприятий в программе семинара. О структурных элементах техники уникальных элементов, которые удается исполнить лишь единицам спортсменов, рассказал эксперт Международной федерации гимнастики, представитель Топ спорт центра Федерации гимнастики Бельгии Сергей Третьяков. В ходе практического мастер-класса были показаны подводящие и подготовительные упражнения, для освоения таких сложных элементов, как копштейн и диамидов, движения партнеров с удержанием стоек в одной руке и многих других. Сергей Третьяков – в прошлом спортсмен высокого класса, сегодня является одним из самых успешных тренеров в современной акробатике именно потому, что смог совместить в своей профессиональной деятельности фундаментальные методики, созданные советской школой, и новые технологии, обусловленные тенденциями развития вида спорта.

Большой интерес участников семинара вызвало также обсуждение международных требований подготовки спортсменов различных возрастных групп в олимпийском цикле 2021–2024. О том, каким видит предстоящий цикл Международная федерация гимнастики, С. Третьяков рассказал в ходе дискуссионной

площадки, на которой специалисты выработали ряд предложений для внесения их в технический комитет Международной федерации, что предусмотрено регламентом его работы.

Продолжил тему формирования технического мастерства заведующий кафедрой гимнастики БГУФК, тренер, подготовивший многократных призеров чемпионатов мира и Европы, Г. Антонов. Он рассказал о методических приемах использования подвесной лонжи для обучения элементам с многократным вращением вокруг разных осей. Умение правильно применять лонжу в процессе освоения сложных двигательных действий необходимо специалистам не только в гимнастике. Поэтому к мастер-классу Г. Антонова присоединились тренеры по другим сложнокоординационным видам спорта – фристайлу, сноуборду, прыжкам в воду, фигурному катанию и др.

Завершил блок техники и методики обучения профессор Академии физического воспитания Юзефа Пилсудского в Варшаве Т. Нижниковски. В рамках лекций и практических занятий профессор Нижниковски рассказал об эффективности различных типов вербальной обратной связи при обучении сложным координационным упражнениям.





Подготовка спортсменов в гимнастических видах спорта сопряжена с большими объемами нагрузок высокой интенсивности. В связи с этим очень важным является грамотное использование средств функциональной тренировки и восстановления в процессе тренировочной деятельности.

Старший преподаватель кафедры гимнастики Т. Микулич провела с участниками семинара функциональную тренировку с использованием средств степ-аэробики. Основной акцент был сделан на методические рекомендации для достижения максимального эффекта при использовании данного средства в различные периоды годового макроцикла подготовки.

О том, какие современные технологии существуют для восстановления и профилактики травматизма у спортсменов, рассказала А. Мазиева – основатель образовательной площадки «Анатомия фитнеса», персональный тренер международной сертификации. Основной акцент при этом был сделан на объяснение значимости методически грамотного применения вспомогательных средств.

Отдельным важным блоком семинара ежегодно проводится обсуждение проблем подготовки спортсменов в танцевальном спорте. Кафедра гимнастики Белорусского государ-

ственного университета физической культуры осуществляет подготовку тренеров по танцевальному спорту уже более 10 лет. В 2008 году на базе кафедры был создан танцевально-спортивный центр «Универс БГУФК», в котором проходят подготовку спортсмены национальной команды Республики Беларусь по танцевальному спорту. Старший тренер национальной команды формейшн «Универс БГУФК», доцент кафедры гимнастики Д. Белявский, входит в состав комиссии по классификации квалификации судей Всемирной федерации танцевального спорта.

В рамках проходившего семинара, Д. Белявский познакомил участников с системой совершенствования уровня квалификации судейского корпуса РОО «Белорусский альянс танцевального спорта». Обсуждались также вопросы востребованности белорусских судей на мировой арене.

Особенности работы оценочного и главного судьи на соревнованиях по танцевальному спорту раскрыл приглашенный специалист С. Дуванов, судья/главный судья Всемирной федерации танцевального спорта, ведущий тренер России в латиноамериканской программе. Он также поделился опытом работы с судейским корпусом во Всероссийской федерации танцевального спорта и акробатического рок-н-ролла.

С. Дуванов также провел с участниками семинара мастер-класс, в котором раскрыл ряд методических приемов совершенствования основных технических компетенций в программе «Латина». В ходе развернувшейся дискуссии обсуждались вопросы сохранения и демонстрации характера конкурсных танцев латиноамериканской программы, использования пространства и динамики, а также совершенствования взаимодействия между партнерами при исполнении различных фрагментов конкурсных программ.

Методические аспекты совершенствования техники в программе Стандарт осветила в своем мастер-классе О. Трибушевская, старший преподаватель кафедры гимнастики, опытный тренер в подготовке танцевальных пар. Она пояснила, как эффективно использовать различные методические приемы при освоении техники исполнения базовых и усложненных фигур, повышении качества движения, создания формы и дизайна пары при исполнении различных танцев стандартной программы.

Завершилась программа семинара в разделе танцевального спорта аттестацией судей РОО «БАТС». Претенденты на получение или повышение судейской категории прошли теоретические и практические испытания в соответствии с разработанной РОО «БАТС» программой. В аттестационную комиссию под председательством Д. Белявского вошли ведущие специалисты танцевального спорта Беларуси: Г. Селевич, Е. Шац, В. Иванович.

Международный турнир по акробатике памяти Заслуженного тренера СССР Михаила Цейтина, традиционно проходящий в рамках семинара, собрал представителей спортивных школ страны, команды стран дальнего и ближнего зарубежья. Михаил Цейтин был одним из родоначальников белорусской акробатики, первым председателем федерации и старшим тренером. Белорусский государственный университет физической культуры ценит традиции, с большим уважением относится к своей истории. Самые значимые странички истории университета, связанные с деятельностью Михаила Цейтина, в этом году разместились в специально созданной экспозиции в 238-й аудитории учебно-спортивного корпуса. Теперь наглядно видеть кадры нашей истории могут все студенты, преподаватели и гости университета.

Уникальность международного турнира Кубок БГУФК состоит в том, что с одной стороны его участниками являются известные высококлассные спортсмены и тренеры, а с другой – еще юные акробаты, делающие свои первые шаги на международной арене. Выступление на одном ковре с чемпионами мира и Европы – отличный мотивирующий фактор для молодых спортсменов на их пути к высоким достижениям. Опытные же спортсмены говорят о том, что с удовольствием принимают участие в Кубке БГУФК, потому что именно здесь, в теплой дружеской атмосфере, очень комфортно проводить «обкатку» новых усложненных программ для следующего сезона. В ходе соревнований семинар не останавливал свою работу, поскольку специалисты в перерывах между выступлениями продолжали обсуждение актуальных проблем и перспектив, студенты кафедры гимнастики учились мастерству проведения масштабных мероприятий, выполняя функции волонтеров, судей, помощников тренеров.





Создать атмосферу праздника помогли участники торжественной церемонии открытия семинара и международного турнира, которое прошло в формате спортивного шоу «Созвездие граций».

Подводя итоги международного научно-практического семинара «Современные системы подготовки спортсменов высокого класса и резерва в гимнастических видах спорта и танцевальном спорте», все участники выразили мнение о том, что этот масштабный форум является эффективной площадкой для обмена опытом и инновационными технологиями подготовки спортсме-

нов, способствует укреплению международного сотрудничества, пропаганде красоты и зрелищности спорта.

Положительный опыт проведения семинара решено распространить на другие направления деятельности. Уже сегодня сотрудники БГУФК совместно с федерациями начали работу по подготовке к проведению в 2020 году подобного рода мероприятий по водным видам спорта, легкой атлетике, различным видам единоборств, игровым видам спорта. А все, кто посетил нынешний семинар, уже включили в свои планы участие в V Международном научно-практическом семинаре по гимнастическим видам спорта и танцевальному спорту.

ЭТОТ МАСШТАБНЫЙ ФОРУМ ЯВЛЯЕТСЯ ЭФФЕКТИВНОЙ ПЛОЩАДКОЙ ДЛЯ ОБМЕНА ОПЫТОМ И ИННОВАЦИОННЫМИ ТЕХНОЛОГИЯМИ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ, СПОСОБСТВУЕТ УКРЕПЛЕНИЮ МЕЖДУНАРОДНОГО СОТРУДНИЧЕСТВА, ПРОПАГАНДЕ КРАСОТЫ И ЗРЕЛИЩНОСТИ СПОРТА

