

снижения уровня здоровья детей являются серьезными препятствиями в поисках перспективных бегунов на выносливость.

Из вышеизложенного следует, что существует противоречие между объективной необходимостью совершенствования методики отбора и прогнозирования в спорте с целью достижения высоких спортивных результатов на международной арене и недостаточностью практических научно-методических разработок, способных повысить эффективность как самого отбора, так и всего процесса подготовки спортсменов.

Рост спортивных достижений невозможно остановить. Однако существенно меняется масштабность этого роста, так как уже сейчас, например, в большинстве видов легкой атлетики результаты регистрируются с точностью до сотых долей секунды. В прыжках и метаниях в скором будущем фиксация результатов будет регистрироваться с точностью до миллиметра. И чем выше будут расти спортивные рекорды, чем точнее будет оценка спортивных достижений, тем актуальнее станет обязательная, точная оценка спортивных возможностей и способностей на всех этапах многолетней подготовки от новичков до олимпийских чемпионов.

Таким образом, целый комплекс проблем, сформированный как современными социально-экономическими условиями развития общества, так и более специфическими факторами (морально устарелые методики отбора и подготовки спортсменов, отсутствие современной технической и оснащенности СДЮШОР и УОР и др.), требует постановки задач и поиска способов их решения как в системе подготовки высококвалифицированных спортсменов в отдельно взятом виде спорта, так и во всей сфере физической культуры и спорта.

Назрела необходимость новых научных исследований по поиску современных доступных, высокоинформативных комплексных методик отбора в различных видах спорта, в том числе и в легкоатлетических видах с преимущественным проявлением выносливости. Разработка рациональной системы комплексного отбора и спортивной ориентации будет способствовать своевременному выявлению спортивно одаренных детей и подростков, создаст благоприятные предпосылки для наиболее полного раскрытия их потенциальных возможностей, достижения физического и духовного совершенства и высокого спортивного мастерства.

1. Шинкарук, О. А. Отбор спортсменов и ориентация их подготовки в процессе многолетнего совершенствования (на материале олимпийских видов спорта): автореф. дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04: / О. А. Шинкарук; Национ. ун-т физ. восп. и спорта Украины. – Киев, – 2011. – 42 с.

2. Мелихова, Т. М. Организационно-методические основы технологий спортивного отбора / Т. М. Мелихова // Теория и практика физической культуры. – 2007. – № 4. – С. 19–20.

3. Селуянов, В. Н. Определение одаренностей и поиск талантов в спорте: монография / В. Н. Селуянов, М. П. Шестаков. – М.: СпортАкадемПресс., – 2000. – 112 с.

4. Шинкарук, О. А. Отбор спортсменов и ориентация их подготовки в процессе многолетнего совершенствования (на материале олимпийских видов спорта) / О. А. Шинкарук. – К.: Олимпийская литература, – 2011. – 360 с.

ТЕНДЕНЦИИ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ СПОРТИВНОЙ АЭРОБИКИ В СВЕТЕ НОВЫХ ПРАВИЛ СОРЕВНОВАНИЙ 2017–2020 ГГ.

Юсунова Л.А., канд. пед. наук, доцент,

Белорусский государственный университет физической культуры,
Республика Беларусь

Продолжение роста мастерства в спортивной аэробике на основе передового опыта, тесно сопряжения передовых технологий в организационно-воспитательных, научно-методических, психолого-педагогических аспектах тренировочной и соревновательной деятельности привели к достойному результату: включению вида спорта в программу первых Европейских игр 2015 года в Баку. Это послужило стимулом и ориентиром для приверженцев бурно прогрессирующего вида

спорта. Введение очередных новых правил соревнований на 2017–2020 годы внесло изменения в характер развития вида спорта [1]. Анализ изменений, происходящих в результатах выступлений спортсменов на основных турнирах европейского и мирового уровня, позволяет формировать представление о тенденциях и направлениях развития вида спорта. С этим связана серия статей, характеризующая выступления спортсменов на чемпионатах мира и Европы [2; 3; 4; 5; 6; 7].

Цель данной работы – анализ состояния и развития спортивной аэробики на современном этапе и определения на основании этого перспектив и прогнозирования данного вида спорта.

Задачи:

1) проанализировать статистику количества стран и участников чемпионатов мира в различных номинациях;

2) определить тенденции развития спортивной аэробики в связи с вступлением в действие новых правил соревнований 2017–2020 гг.

Для решения поставленных задач были использованы методы анализа данных научно-методической литературы, анализ статистических материалов соревнований, изучение информационных материалов официальных организаций.

С момента первого чемпионата мира (1995 г.) до чемпионата мира 2016 года, менялась статистика количества участников в категории и участвующих федераций (таблица).

Статистические данные показывают отсутствие какой-либо тенденции к изменениям в количестве участников в любой категории. Так, наибольшее количество мужчин-солистов было представлено в 2004 году (52), а женщин – в 2008 (68). В последнее десятилетие количество участников стабилизировалось около 40 участников у мужчин и 50 – у женщин. Количество смешанных пар – около 30, трио – 25–30, групп – менее 20. Данс-аэробика и степ-аэробика пока не завоевала массовости – число соревнующихся команд около 10.

Таблица – Статистика стран и участников чемпионатов мира в каждой номинации

Год	Место проведения	Кол-во стран	СМ	СЖ	СП	ТР	ГР	АД	АС	Кол-во спортсменов	Возраст мужчин	Возраст женщин
1995	Paris (FRA)	33	28	28	19	21				157		
1996	Den Haag (NED)	36	21	32	21	19				152		
1997	Perth (AUS)	41	23	24	17	21				144		
1998	Catania (ITA)	35	39	28	31	28				213		
1999	Hannover (GER)	38	44	44	27	34				244		
2000	Riesa (GER)	37	38	43	29	29				226		
2002	Klapeida (LTU)	39	31	43	24	28	16			302		
2004	Sofia (BUL)	32	52	48	34	33	19			361	23,7	22,8
2006	Nanjing (CHN)	33	45	48	29	28	17			232	24,0	23,7
2008	Ulm (GER)	34	36	68	27	35	21			271	24,0	22,1
2010	Rodez (FRA)	33	36	51	27	27	17			224	22,6	21,5
2012	Sofia (BUL)	42	40	59	32	33	16	10	11	321	23,2	22,6
2014	Cancun (MEX)	37	30	48	31	25	13	11	8	262	23,6	23,9
2016	Incheon (KOR)	41	42	54	31	25	16	13	10	301	22,98	22,4

Примечание – СМ – соло-мужчины; СЖ – соло-женщины; СП – смешанные пары; ТР – трио; ГР – группы; АД – данс-аэробика; АС – степ-аэробика

Наметилась некоторая незначительная тенденция к росту количества стран-участниц: от 33 на первом чемпионате мира в 1995 году до 41 – в 2016. При этом есть данные, что общее количество стран, примкнувших к ФИЖ, составляет 75. В последние году список постоянно пополняется федерациями стран Африки и Азии.

Общее количество участников соревнований с момента первого чемпионата мира (157 участников) значительно увеличилось и составило 301 человек в 2016 году.

Средний возраст участников соревнований стабильно составляет 23–24 года и у мужчин и у женщин. Это возраст молодых людей, вероятно, уже закончивших УВО, но еще не сильно обремененных семьей и работой.

Несмотря на стабильные цифры статистики, в соревнованиях по спортивной аэробике с введением новых правил происходят серьезные количественные и качественные изменения. На фоне стабилизации количества стран и участников чемпионатов мира продолжает увеличиваться рост исполнительского мастерства и сложности соревновательной композиции. Особо выражен рост сложности в упражнениях солистов, где сумма баллов, набранная за 10 элементов в 2016 году, соответствует аналогичной сумме, набранной за 12 элементов в 2008 году.

Продолжается наметившаяся в свете прошедших ранее чемпионатов мира 2002–2016 гг. тенденция к росту исполнительского мастерства соревновательных программ. Рост мастерства в спортивной аэробике на основе передового опыта, тесного сопряжения передовых технологий в организационно-воспитательных, научно-методических, психолого-педагогических аспектах тренировочной и соревновательной деятельности продолжает оставаться основной тенденцией развития данного вида спорта [8].

Тех же тенденций придерживаются и новые правила 2017–2020 г. [9].

Ожидается оптимизация оценки сложности программы. Элементы будут засчитаны даже со значительными ошибками (например, касание пола ногой или рукой при выполнении элементов групп А, С и D). В случае сомнения судьям предписано выносить вердикт в пользу участника. Это позволит спортсменам более смело вставлять сложные элементы в свою программу.

Вырастут требования к судейству исполнения. Устранена сбавка на 0,2 балла. Ошибка будет отмечена сбавкой на 0,1 балла или сразу на 0,3. Небольшие ошибки (например, подскок или скольжение), ранее наказывались на 0,2, по новым правилам сбавки ужесточены до 0,3. Добавлена сбавка в 1 балл за падение. Все это потребует более кропотливой работы над техникой выполнения элементов, рационального подбора подводящих и подготовительных упражнений.

Оценка исполнительского мастерства победителей показывает уровень подготовленности ведущих спортсменов мира. Эти цифры можно было считать модельными характеристиками. Средняя сумма баллов победителей во всех категориях (соло-мужчины, соло-женщины, смешанные пары, трио и группы) до 2017 года составляла 21–22 балла. С изменениями в правилах соревнований, показатель модельной суммы баллов может меняться. Например, снижение общего числа элементов с 10 до 9 в упражнениях смешанных пар, трио и групп, снизит сумму баллов за сложность. Однако появление надбавок за пирамиды, может оставить общую сумму в тех же пределах. Есть смысл определять модельные характеристики в каждом новом цикле, с введением новых правил соревнований.

Наиболее характерными направлениями в артистичности соревновательных программ являются рост динамичности и слитности, проявляющиеся в увеличении скорости выполнения передвижений и связующих соединений. С изменениями в правилах соревнований (разрешены кувырки и прохождения через вертикаль), наметилась тенденция к акробатизации упражнений спортивной аэробики.

Судейство артистичности становится все более конкретным, что повышает объективность оценки. Появилась стенограмма записи упражнения при оценивании артистичности, при подсчете связок аэробных движений и взаимодействий (переходов).

В артистизме все более высокую значимость получает исполнительское мастерство, отсутствие значительных ошибок и падений. Все больше поощряется творчество, поиск новых движений, взаимодействий, музыкальность исполнения.

ФИЖ определяет перспективность таких категорий, как танцевальная аэробика (данс-аэробика) и аэробика на степ-платформах (степ-аэробика). Состав – 8 человек любого пола, что предполагает массовость, которая, в свою очередь, должна обеспечить зрелищность выступлений. Элементы сложности не учитываются. Это позволит привлекать к соревнованиям спортсменов, не уделяющих много времени спорту, в том числе – студенческую молодежь, население, занимающееся аэробикой по месту жительства. Приобщение большого числа людей к спорту с целью их оздоровления, повышения работоспособности, продолжительности активной жизни – все это перспективы занятий аэробикой.

Спортивная аэробика даст возможность заниматься этим видом спорта не только особо одаренным спортсменам, но и студенческой молодежи, рассматривающей спорт как средство активного

отдыха. Этому способствует включение спортивной аэробики в программу универсиады с добавлением в программу упражнений танцевальной аэробики и упражнений на степ-платформах без элементов сложности.

Происходящие изменения в правилах соревнований побуждают к соответствующим изменениям в методике тренировки. Все более значимыми становятся базовая подготовка, формирование стиля исполнения и школы движений. Новые элементы требуют углубленного изучения биомеханических характеристик упражнений, знания фазовой структуры, умения выделять профилирующие элементы, рабочие фазы, грамотно подбирать подводящие и подготовительные упражнения. Необходимо больше внимания уделять акробатической подготовке, совершенствованию скоростно-силовых качеств и специальной выносливости спортсменов. Не должны остаться без внимания вопросы, связанные с подготовкой массовых видов аэробики, таких, какими могут стать данс и степ-аэробика.

1. Гимнастика. Методика преподавания: учеб. / В. М. Миронов [и др.]; под общ. ред. В. М. Миронова. – Минск: Новое знание; М.: ИНФРА-М, 2013. – 335 с.

2. Крючек, Е. С. Спортивная аэробика. Новый этап / Е. С. Крючек // Гимнастический мир Санкт-Петербурга. – Санкт-Петербургский гос. ун-т физ. культуры им. П. Ф. Лесгафта. – 2005. – № 7. – С. 8–9.

3. Крючек, Е. С. Итоги международных соревнований по спортивной аэробике 2003-2004 гг. / Е. С. Крючек // Гимнастический мир. Санкт-Петербурга. Санкт-Петербургская академия физ. культуры им. П. Ф. Лесгафта, 2004. – № 6. – С. 8–9.

4. Юсупова, Л. А. Аэробика: учеб.-метод. пособие / Л. А. Юсупова, В. М. Миронов; – Минск: БГУФК, 2005. – 100 с.

5. Юсупова, Л. А. Достижения белорусских мастеров спортивной аэробики в свете итогов 9-го чемпионата мира в Китае / Л. А. Юсупова, В. М. Миронов // Мир спорта. – 2006. – № 4 (25). – С. 3–8.

6. Юсупова, Л. А. Состояние и перспективы развития спортивной аэробики в Республике Беларусь / Л. А. Юсупова, В. М. Миронов // Мир спорта. – 2005. – № 3 (20). – С. 40–45.

7. Юсупова, Л. А. Тенденции развития спортивной аэробики в связи с введением новых правил соревнований цикла 2009–2012 гг. / Л. А. Юсупова // Междунар. науч.-практ. конф. государств – участников СНГ по проблемам физической культуры и спорта: материалы Междунар. науч.-практ. конф., Минск, 27–28 мая 2010 г. / редкол.: М. Е. Кобринский (гл. ред.) [и др.]. – Минск: БГУФК, 2010. – Ч. 1. – С. 308–310.

8. Юсупова, Л. А. Спортивная аэробика. Методика преподавания: учеб.-метод. пособие / Л. А. Юсупова. – Минск: БГУФК, 2016. – 103 с.

9. Международная федерация гимнастики. Аэробная гимнастика. Правила. [Электронный ресурс], Federation International de Gymnastique. – Moutier, 2016. – Режим доступа: <http://www.fig-gymnastics.com>. – Дата доступа: 12.09.2016.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МОДЕЛИРОВАНИЯ В ПРОЦЕССЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ МЕТОДИКИ ТРЕНИРОВКИ БЕГУНОВ НА КОРОТКИЕ ДИСТАНЦИИ

Юшкевич Т.П., д-р пед. наук, профессор,

Аврутин С.Ю.,

Костенко И.А.,

Белорусский государственный университет физической культуры,

Седнева А.В.,

Белорусский национальный технический университет,

Республика Беларусь

Современная методика тренировки в беге на короткие дистанции отличается высоким уровнем научно-методического обеспечения. Вместе с тем, в плане дальнейшего ее совершенствования, имеются неиспользованные резервы. Одним из таких резервов является более широкое использование метода моделирования.

В широком смысле моделирование – это исследование различных объектов, используя их модели. Важной функцией моделирования является возможность получения новой информации об объекте исследования, которую можно получить, изучая не сам объект, а его модель [6].