

# **Интегральная подготовка в художественной гимнастике**

**Диссертация: Винер-Усманова И.А**

**Выполнил: Дерябин Владислав**



**Объект исследования -  
прогнозирование процесса  
подготовки  
высококвалифицированных  
спортсменок в художественной  
гимнастике.**

**Предмет исследования -  
интегральная подготовка  
гимнасток.**





## Задачи исследования:

1. На основании теоретического анализа и обобщения научно-методической литературы определить современное состояние проблемы интегральной подготовки в спорте высших достижений;
2. Изучить тенденции развития художественной гимнастики и выявить факторы, определяющие соотношение сил на мировой арене;
- 3 . Исследовать компоненты исполнительского мастерства гимнасток мирового уровня;
4. Научно обосновать методику оценки компонентов исполнительского мастерства спортсменок в художественной гимнастике;
5. Научно обосновать методику развития артистичности в художественной гимнастике;

6. Разработать и научно обосновать компоненты интегральной подготовки в художественной гимнастике.

## Методы исследования:

- теоретический анализ и обобщение данных специальной литературы;
- опрос (анкетирование, интервьюирование, беседы);
- педагогические наблюдения;
- экспертная оценка;
- тестирование;
- педагогический эксперимент;

— математические методы обработки экспериментальных данных.

**Методологическая основа исследования. Разработка методологической базы потребовала обращения к известным теоретическим концепциям общего и специального характера:**

- общая теория систем**
- теория функциональной системы**
- теория системного подхода**
- концепция общей теории физической культуры**
- положения теории спортивной тренировки**
- положения теории и методики гимнастики**
- психологическая теория деятельности**
- теория антиципации в спорте**

**— теория управления учебно-воспитательным процессом подготовки спортсменов**



Научная новизна результатов исследования заключается в обосновании нового подхода к проблеме интегральной подготовки спортсменок в художественной гимнастике. Впервые проблема многолетней подготовки гимнасток высокой квалификации рассмотрена с системных комплексных позиций.

Полученные результаты конкретизируют теоретические положения по совершенствованию каждого компонента исполнительского мастерства гимнасток; расширяют известные положения о системе многолетней подготовки высококвалифицированных спортсменов и открывают новые стороны решения проблемы преодоления требований современного спорта и управления этим процессом; являются принципиально новым подходом в решении проблем подготовки спортсменок сборной команды России по художественной гимнастике.

На основе комплексного исследования с использованием системного подхода:

- изучены тенденции развития художественной гимнастики в России и мире;
- выявлены факторы, определяющие соотношение сил в мировой художественной гимнастике;
- исследованы компоненты исполнительского мастерства гимнасток мирового уровня;
- научно обоснована методика оценки сложности, композиции, технического и артистического исполнения соревновательных программ гимнасток;
- выделены технологические компоненты, лежащие в основе интегральной подготовки и обеспечивающие успешность соревновательной деятельности гимнасток сборной команды России. Разработано их содержание;
- научно обосновано медико-биологическое и психолого-педагогическое сопровождение членов сборной команды России по художественной гимнастике;
- разработано научно-методическое обеспечение сборной команды России по художественной гимнастике;
- дано научное обоснование организационно-управленческому компоненту в системе интегральной подготовки гимнасток сборной команды России;

– доказано положительное влияние разработанной гибкой системы подготовки спортсменов в художественной гимнастике, основой функционирования которой является педагогическое регулирование, базирующееся на принципах предвидения и опережающего развития, направленной на достижение рекордных результатов и стабильное их удержание на международном уровне.

**Теоретическая значимость исследования заключается:**

- в развитии теории и методики спорта на основании уточнения имеющегося фонда знаний по вопросам подготовки высококвалифицированных спортсменов;
- в расширении имеющихся представлений об интегральной подготовке в сложнокоординационных видах спорта;
- в обогащении имеющихся знаний о теории и методике художественной гимнастики;
- в экспериментальном подтверждении идеи интегральной подготовки гимнасток высокой квалификации;

- в выявлении возможностей использования результатов диссертационного исследования для создания целевой комплексной программы (ЦКП) и на ее основе подготовки спортсменок сборной команды России по художественной гимнастике.

**Практическая значимость исследования заключается в том, что:**

**- в число пользователей, заинтересованных в результатах диссертационного исследования, входят региональные федерации художественной гимнастики, центры олимпийской подготовки, детские спортивные школы, клубы, культивирующие художественную гимнастику;**

**- масштаб внедрения результатов включает все регионы России и мира, культивирующие художественную гимнастику;**

**— внесён вклад в поддержание престижа страны за счет побед российских гимнасток на самых главных стартах.**

Результаты исследования внедрены во Всероссийскую федерацию художественной гимнастики; Центр художественной гимнастики «Жемчужина» (Санкт-Петербург); в лекционный курс кафедры теории и методики гимнастики ФГБОУ ВПО «НГУ им. П.Ф.Лесгафта, Санкт-Петербург», что подтверждается актами внедрения.

Обоснованность и достоверность результатов основных положений и выводов диссертации подтверждается теоретико-методологическим обоснованием научных концепций и аппарата исследования, многообразием и адекватностью современных методов исследования, длительностью и объемом экспериментальной части работы, результатами многолетней апробации выдвинутой гипотезы, выбором наиболее информативных методик и тестов, корректной статистической обработкой полученного фактического материала.

**Организация исследования. Научные исследования по проблеме интегральной подготовки гимнасток высокой квалификации проводились с 2000 года в несколько этапов:**

- первый этап включал в себя определение общего направления работы, изучение научной и научно-методической литературы по различным аспектам художественной гимнастики, обобщение подходов к интегральной подготовке спортсменов сложнокоординационных видов спорта;**
- второй этап был направлен на изучение тенденций развития мировой художественной гимнастики, выявление факторов, определяющих соотношение сил на мировой арене в художественной гимнастике;**
- третий этап включал формирование концепции прогнозирования успешности соревновательных программ с учетом перспективы развития всех компонентов исполнительского мастерства гимнасток, выявление параметров, определяющих оценку соревновательных упражнений во всех видах многоборья;**
- четвертый этап был направлен на разработку компонентов системы интегральной подготовки спортсменок сборной команды России по художественной гимнастике, определение способов практической реализации этой системы, завершение обработки и интерпретации полученных данных.**

## Положения, выносимые на защиту:

1. Применение разработанной системы интегральной подготовки высококвалифицированных гимнасток с органической увязкой всех ее компонентов, с учетом прогнозирования перспективы развития вида спорта и требований правил соревнований к компонентам исполнительского мастерства во всех видах многоборья, позволяет членам сборной команды России по художественной гимнастике достигнуть лидирующих позиций в мире.
2. Всестороннее изучение тенденций развития спорта высших достижений в целом и художественной гимнастики, в частности, позволяет определить наиболее эффективные направления для разработки гибкой целевой комплексной программы, которая должна подвергаться коррекции после анализа результатов выступления спортсменок сборной команды России, на каждом ответственном старте олимпийского цикла.
3. Уровень развития художественной гимнастики в стране и мире зависит от факторов, органически увязанных друг с другом в единую систему, внедрение которой в государственную политику по спорту высших достижений даст возможность выйти на лидирующие позиции в личном и командном первенстве на мировом уровне и прочно их удерживать на протяжении многих лет.
4. Система оценки компонентов исполнительского мастерства гимнасток, основанная на перспективно-прогностическом подходе и учете специфической функции спортивного соревнования, позволяет адекватно регистрировать спортивно-технические результаты в художественной гимнастике и способствовать прогрессивному развитию вида спорта.
5. Результативность функционирования системы интегральной подготовки обеспечивается за счет оптимального сочетания научно обоснованных компонентов и педагогического регулирования, с помощью которого осуществляется процесс подготовки спортсменок сборной команды России по художественной гимнастике.

**Апробация работы. Результаты исследования использованы: в практике подготовки сборных команд России по художественной гимнастике, сборной команды Азербайджана и Японии по групповым упражнениям, гимнасток индивидуальной программы сборных команд Кореи, Азербайджана, Узбекистана, Кипра; в учебном процессе кафедры теории и методики гимнастики ФГБОУ ВПО «НГУ им. П.Ф.Лесгафта, Санкт-Петербург» по дисциплинам «Теория и методика избранного вида спорта» (бакалавриат), «Теория и методика избранного вида спорта и высших достижений» (магистратура).**



**Научные и методические результаты исследования неоднократно докладывались на:**

**- международных симпозиумах, конгрессах, семинарах для тренеров и судей по художественной гимнастике, заседаниях технического комитета Международной федерации гимнастики (FIG) (2004, 2005, 2006, 2007, 2008, 2009 - США, Германия, Греция, Израиль, Япония, Польша, Австрия, Швейцария, Китай, Австралия, Азербайджан и др.);**

**- Всероссийских семинарах для тренеров и судей по художественной гимнастике (2000-2013 - Москва, Санкт-Петербург, Пенза, Нижний Новгород, Казань, Ростов-на-Дону, Кировск и др.);**

**- экспертных советах в министерстве спорта Российской Федерации (2009, 2010, 2011,2012);**

**- научных конференциях кафедры теории и методики Национального государственного Университета физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф.Лесгафта, Санкт-Петербург (2003, 2004, 2009, 2010, 2011);**

**- Всероссийской научно-практической конференции «Основные направления подготовки спортсменов к Играм XXXI Олимпиады в Рио-де-Жанейро с учетом итогов выступления сборной команды России на Олимпийских играх в Лондоне**

