

На правах рукописи



МЕНОВЩИКОВА Ольга Игоревна

**МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ДЕВОЧЕК 8-10 ЛЕТ ГРУППОВЫМ
ДВИГАТЕЛЬНЫМ ДЕЙСТВИЯМ В ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКЕ
НА ОСНОВЕ УЧЕТА ПРОСТРАНСТВЕННОГО И ВРЕМЕННОГО
КОМПОНЕНТОВ АРХИТЕКТониКИ
СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ КОМПОЗИЦИИ**

5.8.5. Теория и методика спорта

АВТОРЕФЕРАТ

диссертации на соискание ученой степени

кандидата педагогических наук

Волгоград – 2023

Работа выполнена в Федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Волгоградская государственная академия физической культуры»

- Научный руководитель:** Вишнякова Светлана Васильевна, кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры теории и методики гимнастики, танцевального спорта и аэробики Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Волгоградская государственная академия физической культуры»
- Официальные оппоненты:** Медведева Елена Николаевна, доктор педагогических наук, профессор, профессор кафедры теории и методики гимнастики Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»
- Береславская Наталья Вадимовна, кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры теории и методики гимнастики Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма»
- Ведущая организация:** Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»

Защита состоится 23 июня 2023 г. в 10.00 часов на заседании объединенного диссертационного совета 99.2.085.02 на базе ФГБОУ ВО «Волгоградская государственная академия физической культуры», ФГБОУ ВО «Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма» по адресу: 400005, г. Волгоград, проспект им. В.И. Ленина, д. 78, ауд. 52.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке и на сайте Волгоградской государственной академии физической культуры: <http://www.vgafk.ru>.

Автореферат разослан « ____ » _____ 2023 года

Ученый секретарь
диссертационного совета,
кандидат педагогических наук,
доцент



Стеценко Наталья Викторовна

I. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность исследования. Универсальным механизмом решения задачи сохранения и преумножения нации, поставленной Указом Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года», являются систематические занятия физической культурой и спортом. В последние годы хорошую перспективу в этом направлении имеет эстетическая гимнастика.

Относясь к технико-эстетическим видам спорта, эстетическая гимнастика подчиняется научной концепции многолетней подготовки спортсменов от новичков до мастеров спорта как единого процесса со свойственными ему закономерностями, специфическими особенностями и путями развития (Ю.Д. Железняк, 1982; М.Я. Набатникова, 1982; В.П. Филин, 1987; И.А. Винер-Усманова, 2013 и др.). На фоне сохраняющейся тенденции к ранней специализации большое значение имеет учебно-тренировочный этап подготовки, в процессе которого формируются качества и навыки, позволяющие в дальнейшем осваивать на высоком техническом уровне большее число структурно-родственных двигательных действий (Ж.А. Белокопытова, 1979; Р.Ш. Гулбани, 1986; Л.З. Гороховский, 1988; В.В. Анцыперов, 2008 и др.).

Известно, что развитие эстетической гимнастики в качестве технико-эстетического вида спорта предполагает высокий уровень значимости оценки за качество исполнения соревновательной композиции, которая является интегральным показателем эффективности методики на всех этапах подготовки. В связи с этим проблема обучения и совершенствования композиции является одной из важнейших. Между тем, многие специалисты отмечают, что прогресс в спорте за счет увеличения количественных показателей учебно-тренировочного процесса неприемлем. Для роста спортивного мастерства актуальной становится задача разработки эффективных форм, средств, методов обучения и тренировки (С.Х. Рюнг, 1997; В.В. Анцыперов, 2008; Н.В. Береславская, Н.Н. Пилюк, Л.В. Жигайлова, В.А. Кузьменко, А.Н. Евсеенко, 2021). В то же время необходимо учитывать тенденции вида спорта и частые изменения правил соревнований, в зависимости от которых соревновательные композиции постоянно обновляются (Л.А. Карпенко, 2012). Наряду с этим, отличительной особенностью соревновательных программ эстетической гимнастики является групповой характер двигательных действий, предполагающий свою специфику построения композиций с учетом пространственных и временных представлений и установок (Н.А. Шевчук, 2005; Т.В. Нестерова, И.С. Сиваш, 2009; Т.И. Эпп, 2016; А.А. Корбакова, 2019; А.Ю. Давыдова, 2021).

Указанные обстоятельства обуславливают необходимость совершенствования системы подготовки спортсменов в эстетической гимнастике на учебно-тренировочном этапе, связанной с подготовкой соревновательной композиции. Один из аспектов проблемы состоит в формировании и освоении двигательного фонда групповых двигательных действий, обеспечивающего достаточную техническую базу для дальнейшего роста спортивного мастерства. Необходимо не «натаскивать» на отдельную композицию за счет роста числа прогонов, а увеличивать «набор» движений, расширять двигательный диапазон

гимнасток, пластичность формируемых навыков, что позволит ускорить процесс освоения новых вариантов движений, обеспечить значительный запас технической прочности и «успевать» за часто меняющимися правилами соревнований.

Принципиальное значение в обновлении содержания учебно-тренировочного процесса юных спортсменов на учебно-тренировочном этапе имеет реализация методики, направленной на обучение групповым двигательным действиям на основе знаний о пространственных и временных характеристиках соревновательных композиций эстетической гимнастики.

Учитывая комплексное содержание композиции (В.А. Фаворский, 1966; Р. Захаров, 1983; П.А. Флоренский, 1993; Л.А. Куприянова, 2000; И.А. Винер-Усманова, 2013; Н.В. Береславская, Н.Н. Пилюк, А.Н. Евсеенко, Л.В. Жигайлова, В.А. Ильичева, 2020), в контексте наших исследований мы используем более узкое понятие – архитектура, в значении общего построения, структурированного системой связи пространственного и временного компонентов художественного целого (И.Л. Кузнецов, 2013; О.И. Тарасова, 2018).

В то же время актуальность исследования обусловлена: высокой значимостью качества исполнения соревновательной композиции эстетической гимнастики; неразработанностью вопроса о содержании пространственного и временного компонентов архитектуры соревновательной композиции эстетической гимнастики с учетом группового характера двигательных действий; необходимостью разработки продуктивных средств и методов по освоению групповых двигательных действий архитектуры соревновательной композиции эстетической гимнастики на учебно-тренировочном этапе подготовки девочек 8–10 лет, в течение которого происходит формирование основ гимнастического мастерства.

Степень научной разработанности проблемы. В целом в технико-эстетических видах спорта проблема подготовки соревновательных композиций настолько широка и многогранна, что объясняет наличие достаточно большого количества научно-методической литературы в этом направлении. Ретроспективный анализ источников свидетельствует о том, что различные аспекты, связанные с подготовкой индивидуальных соревновательных композиций в технико-эстетических видах спорта, исследуются учеными довольно давно. Достаточно всесторонне проработан этот вопрос в художественной гимнастике (Л.А. Карпенко, 1978, 1994, 2003, 2009; Э.П. Аверкович, 1980, 1989; О.А. Иванова, 1982; И.Я. Цыганкова, 1990; Ж.С. Горбачева, 2000; Н.А. Каравацкая, 2002; М. Шишковская, 2012; О.Г. Румба, Ю.Г. Нигматулина, 2016 и др.); в спортивной гимнастике (Р.Н. Терехина, Ю.Е. Титов, Л.И. Турищева, 1991; Л.А. Савельева, 1997, 2005; С.И. Борисенко, 2000, 2004 и др.); в спортивной аэробике (Е.С. Крючек, 1999, 2003; А.А. Сомкин, 2001 и др.).

Однако наличие большого объема научной и методической информации по изучаемому вопросу не в полной мере раскрывает проблему подготовки соревновательных композиций в эстетической гимнастике с учетом группового характера двигательной деятельности. В связи с этим главное место в нашем исследовании занимали труды, посвященные совершенствованию различных компонентов соревновательной композиции групповых технико-эстетических видов спорта. В этом направлении наработан определенный научно-

исследовательский опыт по применению специальных средств, методов, подходов, форм организации занятий, отвечающих специфике групповой деятельности в групповых упражнениях художественной гимнастики (Т.С. Лисицкая, Т.В. Староверская, 1984; Н.Н. Ночевная, 1990; Т.В. Нестерова, 1992, 1995, 2000; Т.М. Мирошниченко, 2001, 2005, 2006; Н.А. Шевчук, 2005; Е.А. Пантелеева, 2018; А.Ю. Давыдова, 2021 и др.); в черлидинге (Т.И. Эпп, 2016 и др.); в синхронном плавании (Е.А. Золотова, 2013 и др.); в танцевальном спорте в дисциплине «Формейшн» (Т.С. Зиновьева, М.Н. Юрьева, 2016; А.А. Корбакова, 2019 и др.)

По заявленной проблеме исследования в эстетической гимнастике обнаружены единичные исследования: диссертационные работы А.И. Исаевой «Методика занятий эстетической гимнастикой с девочками 6–9 лет» (2006) и С.А. Жигаревой «Специальная технико-физическая подготовка высококвалифицированных спортсменов для выполнения акробатических поддержек в эстетической гимнастике» (2017). В первой работе подчеркнута эффективность занятий эстетической гимнастикой с девочками младшего школьного возраста за счет использования инновационной учебной программы, однако не раскрыта проблема подготовки композиции в связи с особенностью групповой деятельности занимающихся. Во второй – изучены вопросы взаимодействий в одном из видов групповых двигательных действий – акробатических поддержках, которые осваиваются на более позднем этапе совершенствования спортивного мастерства.

Вышесказанное позволяет утверждать, что композиция в технико-эстетических видах спорта является основополагающим компонентом при подготовке спортсменов, и ее значение в новом виде спорта с учетом разнообразия и специфики групповых двигательных действий в настоящее время недостаточно изучено. Следует отметить, что особенности соревновательной деятельности в эстетической гимнастике не позволяют полностью заимствовать систему подготовки из родственных видов спорта.

Указанные обстоятельства подчеркивают необходимость дополнительного научного исследования, обусловленного **очевидными противоречиями**.

1. Признавая значимость качества исполнения соревновательной композиции эстетической гимнастики, которая является ключевым аспектом в учебно-тренировочном процессе, на теоретическом уровне, несмотря на имеющиеся определенные наработки и успехи в рассматриваемом направлении в технико-эстетических видах спорта, в эстетической гимнастике отсутствуют научно-обоснованные подходы к разработке ее структурного содержания. В частности, не изучена архитектура композиции с учетом пространственных и временных представлений и установок. Значение именно пространственных и временных компонентов определяется их ролью в общем композиционном построении и формировании технической составляющей соревновательных программ.

2. Специфические особенности вида спорта, заключающиеся в групповом характере двигательной деятельности, обуславливают наличие объективных трудностей, с которыми сталкиваются специалисты при обучении и совершенствовании групповых двигательных действий архитектуры соревновательной композиции эстетической гимнастики. В практической деятельности тренеров недостаточно разработаны и адаптированы к возможностям

юных гимнасток адекватные средства и методы обучения для решения указанной проблемы.

3. На современном этапе сохраняется установка, в соответствии с которой прогресс в подготовке спортсменок эстетической гимнастики осуществляется главным образом за счет увеличения количественных показателей учебно-тренировочного процесса. Это приводит к недооценке роли освоения новых вариантов групповых двигательных действий на основе дополнительного материала, чтобы обеспечить запас достаточной технической базы.

Отмеченные противоречия указывают на актуальность сформулированной темы диссертационной работы и направленность научного поиска.

Объект исследования – учебно-тренировочный процесс девочек 8–10 лет в эстетической гимнастике.

Предмет исследования – средства, методы и методические приемы обучения девочек 8–10 лет на учебно-тренировочном этапе групповым двигательным действиям в эстетической гимнастике на основе учета пространственного и временного компонентов архитектоники соревновательной композиции.

Цель исследования – научно обосновать методику обучения девочек 8–10 лет на учебно-тренировочном этапе групповым двигательным действиям в эстетической гимнастике на основе учета пространственного и временного компонентов архитектоники соревновательной композиции.

Гипотеза исследования – учебно-тренировочный процесс девочек 8–10 лет в эстетической гимнастике будет более эффективным, если:

- применять учебные групповые упражнения, представляющие собой блок интегративных взаимосвязей элементов пространственного и временного компонентов архитектоники соревновательной композиции со средствами физической и технической подготовки;

- раздельно осваивать элементы пространственного и временного компонентов групповых двигательных действий архитектоники композиции на первом уровне обучения и в дальнейшем сопрягать на втором уровне;

- использовать арсенал дополнительных методических приемов пространственной и временной адаптации в рамках основных методов обучения для освоения групповых двигательных действий;

- построить методику в масштабах годичного цикла учебно-тренировочного процесса с учетом задач по периодам подготовки на основе интеграции, сопряжения и опережающего воздействия средств и методов подготовки.

Задачи исследования:

1. Обосновать необходимость обучения групповым двигательным действиям девочек 8–10 лет на основе учета пространственного и временного компонентов архитектоники соревновательной композиции эстетической гимнастики.

2. Изучить и классифицировать элементы пространственного и временного компонентов архитектоники соревновательной композиции эстетической гимнастики.

3. Разработать средства, направленные на обучение и сокращение времени освоения групповых двигательных действий с учетом пространственного и временного компонентов архитектоники соревновательной композиции эстетической гимнастики.

4. Разработать методику обучения девочек 8–10 лет групповым двигательным действиям в эстетической гимнастике на основе учета пространственного и временного компонентов архитектоники соревновательной композиции и экспериментально обосновать ее эффективность.

Для решения представленных задач использовали следующие **методы исследования**: теоретический анализ и обобщение данных специальной и научно-методической литературы; анализ документации; педагогическое наблюдение; хронометрирование; опрос (анкетирование); анализ видеоматериалов; педагогическое тестирование; функциональные методы исследования; метод экспертных оценок; педагогический эксперимент; методы математической статистики.

Научная новизна:

- уточнен термин «архитектоника» в значении общего построения композиции, структурированного системой связи пространственного и временного компонентов;

- выделены классификационные признаки компонентов архитектоники: а) пространственного: ракурс – разворот корпуса гимнасток относительно основного направления площадки; рисунок – конфигурация расположения гимнасток на площадке; построение – расположение рисунков относительно вертикальной оси площадки; перестроение – траектория передвижения гимнасток; б) временного: темпо-ритмическая согласованность индивидуальных двигательных действий одной гимнастки как минимальной единицы группы с такими элементами музыки, как акцент, ритмический рисунок, метроритм, темп, фразировка, рубато, пауза; темпо-ритмическая согласованность групповых двигательных действий, проявляющаяся в одновременном и разновременном исполнении солистки и группы, нескольких групп, одной группы, при этом хореографический текст в группах может быть однородным и разнородным;

- разработаны учебные групповые упражнения, представляющие собой различные комбинации элементов пространственного и временного компонентов архитектоники соревновательной композиции во взаимосвязи со средствами физической и технической подготовки;

- дополнены основополагающие методы обучения авторскими методическими приемами пространственной и временной адаптации, направленными на освоение групповых двигательных действий архитектоники соревновательной композиции эстетической гимнастики;

- разработана и внедрена методика обучения групповым двигательным действиям девочек 8–10 лет с акцентом на освоение пространственного и временного компонентов архитектоники, обеспечивающая более быстрое и качественное овладение программными основами эстетической гимнастики, и доказана ее целесообразность.

Теоретическая значимость исследования заключается в дополнении теории и методики эстетической гимнастики положениями и выводами диссертационной работы, в которых:

- углублены теоретико-методические знания о содержании соревновательной композиции эстетической гимнастики;

- представлены классификации элементов пространственного и временного

компонентов архитектоники соревновательной композиции эстетической гимнастики;

- обоснована рациональная последовательность обучения групповым двигательным действиям через отдельное освоение элементов пространственного и временного компонентов архитектоники соревновательной композиции эстетической гимнастики на первом уровне обучения и их последующее сопряжение на втором уровне;

- выявлены средства освоения групповых двигательных действий, представляющие собой учебные групповые упражнения, интегрирующие элементы пространственного и временного компонентов архитектоники соревновательной композиции эстетической гимнастики со средствами физической и технической подготовки;

- конкретизированы методические приемы пространственной и временной адаптации к освоению групповых двигательных действий архитектоники соревновательной композиции эстетической гимнастики;

- теоретически обоснована методика обучения девочек 8–10 лет групповым двигательным действиям на основе учета пространственного и временного компонентов архитектоники соревновательной композиции эстетической гимнастики.

Практическая значимость исследования состоит в том, что его основные результаты внедрены в учебно-тренировочные процессы: МБУ Спортивная школа №3 г. Волгограда; МБУ Спортивная школа «Родина» г. Волгограда, что подтверждается актами внедрения.

Внедрение разработанной методики обучения девочек 8–10 лет групповым двигательным действиям на основе учета пространственного и временного компонентов архитектоники соревновательной композиции эстетической гимнастики обеспечивает более быстрое и качественное овладение программными основами эстетической гимнастики, что способствует повышению соревновательной успешности команды в целом. Результаты исследования могут быть использованы в практике работы спортивных школ, на курсах повышения квалификации специалистов по эстетической гимнастике, при разработке программно-нормативной документации по виду спорта «эстетическая гимнастика», а также в других групповых технико-эстетических видах спорта с целью совершенствования и оптимизации учебно-тренировочного процесса.

Теоретико-методологическую основу исследования составили:

- концептуальные положения теории и методики спортивной тренировки (Ю.В. Верхошанский, В.И. Лях, Л.П. Матвеев, Ю.Ф. Курамшин, В.Н. Платонов);

- ключевые положения современной теории управления подготовкой юных спортсменов (М.Я. Набатникова, В.П. Филин, В.Г. Никитушкин, В.А. Бауэр);

- основы теории и методики спортивной подготовки в гимнастических видах спорта (В.Б. Коренберг, Т.С. Лисицкая, Ю.К. Гавердовский, Н.А. Овчинникова, Е.В. Бирюк, Л.А. Карпенко, И.А. Винер-Усманова);

- исследования в области технико-эстетических видов спорта, посвященные изучению групповых двигательных действий соревновательных композиций (Т.В. Нестерова, Н.А. Шевчук, Т.М. Мирошниченко, Т.И. Эпп, А.А. Корбакова, А.Ю. Давыдова);

- искусствоведческая литература по изучению закономерностей устройства

композиции в художественном творчестве (Н.Н. Волков, Е.В. Шорохов, М.А. Ерофеева, Д.В. Гарбузов, Т.В. Портнова, А.С. Чувашов, О.И. Тарасова).

Положения, выносимые на защиту:

1. Состав пространственного компонента архитектоники композиции в эстетической гимнастике различных возрастных категорий включает следующие элементы: ракурсы, рисунки, построения, перестроения. В состав временного компонента архитектоники входит темпо-ритмическая согласованность индивидуальных и групповых двигательных действий гимнасток. Классификация элементов пространственного и временного компонентов архитектоники композиции в эстетической гимнастике основывается на признаках, характерных для каждого элемента, и учитывает сложность их выполнения.

2. Методика обучения девочек 8–10 лет групповым двигательным действиям в эстетической гимнастике на основе учета пространственного и временного компонентов архитектоники соревновательной композиции включает: структуру освоения данных компонентов групповых двигательных действий; учебные групповые упражнения, представляющие собой блоки интегративных взаимосвязей элементов пространственного и временного компонентов архитектоники соревновательной композиции со средствами физической и технической подготовки; методические приемы пространственной и временной адаптации как дополнение в рамках основных методов обучения; типологию учебно-тренировочных занятий в зависимости от этапа подготовки; план реализации методики в годичном цикле на основе принципа интеграции, сопряжения и опережающего воздействия.

Особенностью авторской методики обучения групповым двигательным действиям девочек 8–10 лет является отдельное освоение элементов пространственного и временного компонентов архитектоники соревновательной композиции и их дальнейшее усложнение за счет сопряжения на новом уровне.

3. Обучение девочек 8–10 лет групповым двигательным действиям на основе учета пространственного и временного компонентов архитектоники соревновательной композиции обеспечивает повышение эффективности учебно-тренировочного процесса в эстетической гимнастике, так как способствует улучшению индивидуальных показателей физической, технической, музыкально-двигательной подготовленности, функционального состояния ЦНС и нервно-мышечного аппарата гимнасток; улучшению качества исполнения целевых групповых двигательных действий соревновательных композиций. При этом существенно уменьшается количество ошибок, допущенных гимнастками при выполнении элементов пространственного компонента и видов темпо-ритмической согласованности временного компонента, а также возрастает их соревновательная результативность.

Степень достоверности и апробация результатов научного исследования обеспечена: методологической обоснованностью исходных положений методики исследования; соблюдением логики исследования; использованием объективных методов исследования, адекватных поставленным задачам; репрезентативностью эмпирической базы исследования; корректной статистической обработкой данных исследования; всесторонним и многоаспектным анализом полученных данных и обоснованностью полученных выводов.

Основные положения и результаты исследования представлены на

Всероссийской (Волгоград, 2020), международных (Москва, 2019; Чебоксары, 2020; Саратов, 2020; Москва, 2021; Волгоград, 2021; Донецк, 2022) научно-практических конференциях, конкурсе мастер-классов в рамках Всероссийской с международным участием научно-практической конференции (Волгоград, 2021), на заседаниях кафедры теории и методики гимнастики, танцевального спорта и аэробики ФГБОУ ВО «Волгоградская государственная академия физической культуры».

Результаты исследования представлены в 13 научных публикациях, из которых 6 статей опубликованы в рецензируемых научных изданиях.

Структура и объем диссертации. Диссертационная работа состоит из введения, четырех глав, выводов, заключения, практических рекомендаций, списка литературы, приложений. Работа изложена на 215 страницах, содержит 21 таблицу, 18 рисунков и 11 приложений. Список литературы включает 258 источников, из них 22 – зарубежные.

II. ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Во **введении** теоретически обоснована актуальность исследуемой проблемы, представлен объект и предмет исследования, сформулированы цель и гипотеза, а также методологический аппарат диссертации, определены научная новизна, теоретическая и практическая значимость исследования, представлены основные положения, выносимые на защиту.

В **первой главе** «Научно-теоретический анализ проблемы обучения девочек 8–10 лет групповым двигательным действиям в эстетической гимнастике на основе учета пространственного и временного компонентов архитектоники соревновательной композиции» аккумулированы знания в области композиции в искусстве и технико-эстетических видах спорта. Обосновано применение термина «архитектоника» в контексте пространственного и временного компонентов хореографической и спортивной композиций. Проанализировано содержание пространственного и временного компонентов архитектоники композиции в искусстве и технико-эстетических видах спорта. Рассмотрены вопросы обучения двигательным действиям в свете понятия адаптивности. Проведен анализ используемых средств и методов обучения групповым двигательным действиям композиций технико-эстетических видов спорта. Раскрыты специфические особенности учебно-тренировочного этапа подготовки, который является базовым для многих компонентов подготовленности спортсменок в технико-эстетических видах спорта.

Во **второй главе** «Методы и организация исследования» дано описание методов, применяемых для решения задач исследования, раскрыты этапы и особенности организации исследования.

В **третьей главе** «Теоретико-методические аспекты методики обучения девочек 8–10 лет групповым двигательным действиям в эстетической гимнастике на основе учета пространственного и временного компонентов архитектоники соревновательной композиции» приведены результаты предварительных исследований, которые указывают на: отсутствие организационно-методической концепции подготовки соревновательной композиции с учетом группового характера двигательной деятельности в основных регламентирующих документах;

затруднения при подготовке соревновательной композиции (по мнению 75% тренеров), особую сложность при обучении гимнасток групповым двигательным действиям (по мнению 60% тренеров); недостаточный теоретический уровень подготовленности в области композиции (по мнению 25% тренеров); низкую значимость научно-методической литературы в области соревновательной композиции ввиду недостаточной разработки проблемы (по мнению тренеров – 6-й ранг).

В связи с вышеуказанными обстоятельствами был проведен анализ конструктивных основ пространственного и временного компонентов архитектоники соревновательной композиции, которые стали ресурсом для создания средств, методов и приемов авторской методики обучения групповым двигательным действиям девочек 8–10 лет на учебно-тренировочном этапе подготовки в эстетической гимнастике.

Пространственный компонент архитектоники композиции эстетической гимнастики – это морфологическая внешняя организация, отражающая соподчинение и взаимодействие всех ее элементов между собой.

По результатам анализа научно-методической литературы, правил соревнований, видеоанализа соревновательных композиций эстетической гимнастики, анкетного опроса специалистов мы определили следующие элементы по родству функций, составляющие пространственный компонент архитектоники композиции: ракурсы, рисунки, построения, перестроения (Рисунок 1).



Рисунок 1 – Состав пространственного компонента архитектоники соревновательной композиции эстетической гимнастики

Для каждого элемента пространственного компонента архитектоники разработали классификации. *Ракурсы* классифицировали по признаку – разворот корпуса гимнасток относительно основного направления площадки: анфас, профиль (круазе, эфасе), эпольман (круазе, эфасе), полуспина, спина. Классификация рисунков основана на двух признаках: конфигурации расположения гимнасток – геометрические (линейные, круговые, комбинированные), кучки, с выделением соло; характера двигательных действий – статические, динамические. Построения классифицировали также по двум признакам: по расположению рисунков относительно вертикальной оси площадки – уравновешенные (симметричные, асимметричные), неуравновешенные (асимметричные); по количеству рисунков в построении – одноплановые,

многоплановые. Классификационные признаки перестроений: траектория передвижения гимнасток (по прямой, по дуге, по ломаной); масштаб (сольное, малой группой, большой группой, всей группой); направление (вперед, назад, в сторону, в диагональ).

Временной компонент композиции рассматривали с точки зрения двух видов согласованности: темпо-ритмическая согласованность индивидуальных и групповых двигательных действий (Рисунок 2).



Рисунок 2 – Состав временного компонента архитектуры соревновательной композиции эстетической гимнастики

Классификация темпо-ритмической согласованности индивидуальных двигательных действий построена на основе технически точного распределения движений одной гимнастки как минимальной единицы группы со следующими структурными элементами музыки – акцент, ритмический рисунок, метроритм, темп, фразировка, рубато, пауза. В основу классификации темпо-ритмической согласованности групповых двигательных действий были положены: объединения гимнасток – солистка и группа, одна группа, несколько групп; временное взаимодействие между гимнастками – одновременные действия (с однородным хореографическим текстом, с разнородным хореографическим текстом – контрастно-полифонические); разновременные действия (контрастно-полифонические с разнородным хореографическим текстом, имитационно-полифонические с однородным хореографическим текстом).

В **четвертой** главе «Содержание и результаты апробации методики обучения девочек 8–10 лет групповым двигательным действиям в эстетической гимнастике на основе учета пространственного и временного компонентов архитектуры соревновательной композиции» представлена авторская методика. Системно-структурный анализ позволил определить ее основные компоненты: цель, задачи, принципы, методы, средства, формы организации занятий (Рисунок 3).



Рисунок 3 – Структура авторской методики обучения групповым двигательным действиям на основе учета пространственного и временного компонентов архитектуры соревновательной композиции эстетической гимнастики на учебно-тренировочном этапе

В качестве основных средств методики выступают учебные групповые упражнения, опорными звеньями которых являются элементы пространственного и временного компонентов архитектуры композиции, интегративно сочетающиеся со средствами технической и физической подготовки. Методической основой учебных групповых упражнений является «разведение» элементов пространственного и временного компонентов архитектуры по раздельному их освоению. Важной особенностью раздельного обучения является снижение запроса к координации движений за счет ограничения числа элементов управления, контролируемых гимнастками на *первом этапе обучения*. При этом целостность групповых двигательных действий сохраняется, но акцентируется внимание на отдельном признаке. В данном случае под «целостным» действием мы понимаем не само целевое движение, входящее в состав соревновательной композиции, а упрощенное подводящее групповое упражнение, содержательной основой которого являются средства технической или физической подготовки в сочетании с элементами пространственного или временного компонентов архитектуры.

На *втором этапе обучения* постепенно усложняли подводящие групповые упражнения за счет постепенного повышения порога доступности. Различные элементы пространственного и временного компонентов архитектуры композиции комплексировали между собой в более сложные групповые двигательные действия, качественно преобразовывая до уровня, соответствующего целевому упражнению (Рисунок 4).



Рисунок 4 – Типовая схема конструирования учебных групповых упражнений авторской методики

В соответствии с указанной типовой схемой представлены разработанные учебные групповые упражнения – различные комбинации элементов пространственного и временного компонентов архитектуры соревновательной композиции во взаимосвязи со средствами физической и технической подготовки.

Типовая схема освоения целевых групповых двигательных действий архитектуры соревновательной композиции представлена на Рисунке 5.



Рисунок 5 – Типовая схема освоения целевых групповых двигательных действий на основе учета элементов пространственного и временного компонентов архитектуры соревновательной композиции

Следует отметить, что на первом этапе подготовки композиции необходимо снижать трудность групповых двигательных действий путем исключения некоторых элементов пространственного и временного компонентов на уровне различных форм упражнения: групповые элементы, групповые соединения, части композиции, целая композиция. Под элементом мы понимаем наименьшее и вполне законченное движение, имеющее начало, основное действие и окончание. Несколько элементов можно объединять с помощью различных приемов связи в соединение. Композиции эстетической гимнастики, как правило, представляют собой двух или трехчастную форму. В дальнейшем, на этапе совершенствования необходимо сопрягать освоенные ранее элементы пространственного и временного компонентов, доводя групповые двигательные действия до уровня целевых.

На наш взгляд, такой подход с одной стороны облегчает процесс обучения, разводя освоение групповых двигательных действий отдельно по программам пространственной и временной адаптации, с другой – обладает более широкими возможностями накопления двигательного опыта, расширение необходимого технического фонда для создания современных композиций эстетической гимнастики учебно-тренировочного этапа подготовки.

Согласно результатам анализа мнений тренеров по эстетической гимнастике, собственному опыту и данным научно-методической литературы, следовало определить методические приемы, способствующие формированию значительного круга групповых двигательных навыков. В Таблице 1 представлены методические приемы обучения групповым двигательным действиям на основе учебного материала, связанного с содержанием пространственного компонента архитектоники композиции и способами передачи информации, реализуемыми в словесных, наглядных и методах упражнения.

Таблица 1 – Методические приемы, применяемые в рамках основных методов обучения групповым двигательным действиям с акцентом на элементах пространственного компонента архитектоники

Словесные методы	Наглядные методы	Методы упражнения
1	2	3
Методические приемы		
<ul style="list-style-type: none"> • непосредственная речь • словесное описание • символические и аналоговые названия • кинематические формулы 	<ul style="list-style-type: none"> • показ (натуральное воспроизведение) • схемы (зарисовываются построения, рисунки, направления передвижений) • видеодемонстрация • пространственные ориентиры (естественные, дополнительные подручные средства – скакалки, обручи, прорисовка мелом) 	<ul style="list-style-type: none"> • «симметрия» – «зеркальное» выравнивание ракурсов, построений, рисунков, перемещений, акцентируя внимание на геометрической форме, дистанциях и интервалах • «сканирование» – выравнивание рисунков, построений, перемещений в колоннах, акцентируя внимание на четких линиях, дистанциях и интервалах • задержка на опорных точках в ракурсах, рисунках, построениях, перемещениях, во время остановки гимнастики подравнивают свои позиции • работа малыми группами – освоение учебных упражнений, целевых упражнений сначала небольшим количеством гимнасток, затем всем ансамблем

Продолжение таблицы 1

1	2	3
		<ul style="list-style-type: none"> • работа перед зеркалом направлена на отработку ракурсов, рисунков, построений, перемещений, акцентируя внимание на геометрической форме, дистанциях и интервалах • вполсилы – прохождение соревновательной композиции, акцентируя отдельные узловые пространственные моменты с целью адаптации к пространству площадки • отработка непосредственно соревновательной композиции, меняя основное направление

Методические приемы, направленные на освоение групповых двигательных действий на основе учета элементов временного компонента архитектоники композиции, представлены в Таблице 2.

Таблица 2 – Методические приемы, применяемые в рамках основных методов обучения групповым двигательным действиям с акцентом на видах темпо-ритмической согласованности временного компонента архитектоники

Словесные методы	Наглядные методы	Методы упражнения
<i>Методические приемы</i>		
<ul style="list-style-type: none"> • непосредственная речь • ритмические формулы • музыкальные ориентиры (привязка движения к тексту фонограммы, динамическим акцентам, фразам) • метрономическое обозначение темпа (счетом, хлопками) • естественные шумы (звуки, передающие характер движения в исполнении тренера, добавление звуков в движение, помогающих «вложиться», придавая дополнительную энергию) • интонирование (пропевание движений под счет, текст) • анализ музыкального произведения композиции 	<ul style="list-style-type: none"> • онлайн курс в Zoom, направленный на обучение занимающихся основам музыкальной грамоты • видеодемонстрация • символические образы 	<ul style="list-style-type: none"> • темпо-ритмовые модели движений • (работа под счет сначала в медленном темпе, затем ускорять) • работа с остановками (синхронизация на акцентах) • деление упражнений на временные отрезки (проработка каждого отрезка) • работа с лидером (повторение движений за «музыкальной» гимнастикой) • смена лидера – развитие предыдущего приема, с проработкой «лидирующего» места всеми гимнастками для выявления «гимнасток» первой линии, с другой стороны, преодоление комплекса ведомого • «сканирование» – построение в одну колонну, где гимнастки повторяют движения своей партнерши спереди с установленной музыкальной раскладкой • «каскад» – выполнение двигательных заданий группами через равные промежутки времени • дыхание (согласовывать фазы движения с дыханием, «продышать» композицию) • вполсилы – гимнастики как бы «проходят» групповые связи или соревновательную композицию, акцентируя отдельные узловые моменты временного компонента с адаптацией к ритму, темпу, акцентам и т.д.

Далее представлены результаты педагогического эксперимента, проведенного в период с сентября 2020 г. по июль 2021 г., с участием двух команд по эстетической гимнастике возрастной категории 8–10 лет, именуемых далее контрольная группа (n=12) и экспериментальная группа (n=12). Организация эксперимента предусматривала абсолютно равные условия для испытуемых обеих групп. Занятия в экспериментальной группе проводили согласно Федеральному стандарту и примерной дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «эстетическая гимнастика» 5 раз в неделю по 2 часа. С аналогичной продолжительностью и кратностью проходили занятия в контрольной группе. Различия в обучении состояли в том, что в учебно-тренировочный процесс гимнасток экспериментальной группы в подготовительный и соревновательный периоды тренировки включали авторскую методику.

Критериями эффективности процесса подготовки служили результаты исследований, проводимые по трем направлениям:

- изучение степени прироста индивидуальных результатов в тестах и контрольных упражнениях по специальной физической, технической, музыкально-двигательной подготовленности, функционального состояния ЦНС и нервно-мышечного аппарата;

- изучение эффективности процесса освоения групповых двигательных действий по элементам пространственного и временного компонентов архитектоники в контрольном задании в виде учебной композиции;

- изучение эффективности применения авторской методики в совершенствовании целевых групповых двигательных действий по элементам пространственного и временного компонентов архитектоники соревновательной композиции по результатам соревновательной деятельности.

Проведенное исследование индивидуальных показателей физической и технической подготовленности выявило, что качество выполнения всех тестов и контрольных упражнений у испытуемых КГ и ЭГ после эксперимента значительно улучшилось по сравнению с соответствующими показателями до эксперимента ($p < 0,05$). При этом различия между среднегрупповыми показателями гимнасток КГ и ЭГ после эксперимента незначительны и недостоверны (во всех пяти тестах по физической подготовленности и пяти контрольных упражнениях по технической подготовленности, $p > 0,05$). Вполне очевидно, что гимнастки экспериментальной группы не отстают по уровню технической и физической подготовленности от своих сверстниц контрольной группы.

Эффективность авторской методики отражена в индивидуальных показателях музыкально-двигательной подготовленности, функционального состояния ЦНС и нервно-мышечного аппарата.

Различия между средними показателями музыкально-двигательной подготовленности у гимнасток ЭГ и КГ достоверны по всем пяти контрольным упражнениям ($p < 0,05$).

С улучшением функционального состояния ЦНС связано повышение эффективности деятельности двигательной сенсорной системы, о чем свидетельствует уменьшение времени сенсомоторной реакции на 13,2% ($p < 0,05$) и увеличение частоты движений кисти в теппинг-тесте на 8,1 % ($p < 0,05$).

Достоверно возросли показатели точности воспроизведения пространственных положений (на 48,5%, $p < 0,05$), точности соблюдения временных интервалов (на 57,5%, $p < 0,05$). В контрольной группе достоверно увеличились показатели ТТ на 2,8% ($p < 0,05$). По остальным показателям изменения были незначительные и недостоверные: ВДР уменьшилось на 3,1% ($p > 0,05$), результаты ТПИ и ТВИ возросли на 12,0% ($p > 0,05$) и 17,4% ($p > 0,05$) соответственно.

Тот факт, что обнаружено достоверное повышение индивидуальных показателей специальной физической, технической, музыкально-двигательной подготовленности, а также функционального состояния ЦНС и нервно-мышечного аппарата у гимнасток экспериментальной группы указывает на то, что систематическое воздействие методики освоения групповых двигательных действий носит комплексный характер.

В условиях основного педагогического эксперимента проводили экспертную оценку выполнения групповых двигательных действий по элементам пространственного и временного компонентов архитектоники специально составленной учебной композиции гимнастками контрольной и экспериментальной групп. Эффективность обучения проверяли дважды в конце экспериментального этапа исследования – после трех учебно-тренировочных занятий на этапе разучивания (первый срез) и шести учебно-тренировочных занятий на этапе совершенствования (второй срез). Фиксировали ошибки в групповых двигательных действиях, связанные с нарушением в исполнении, отдельно по каждому элементу пространственного и временного компонентов архитектоники композиции.

На Рисунке 5 представлены результаты сравнительного анализа изменения количества ошибок в групповых двигательных действиях по элементам пространственного компонента архитектоники учебной композиции у гимнасток КГ и ЭГ после первого и второго срезов.

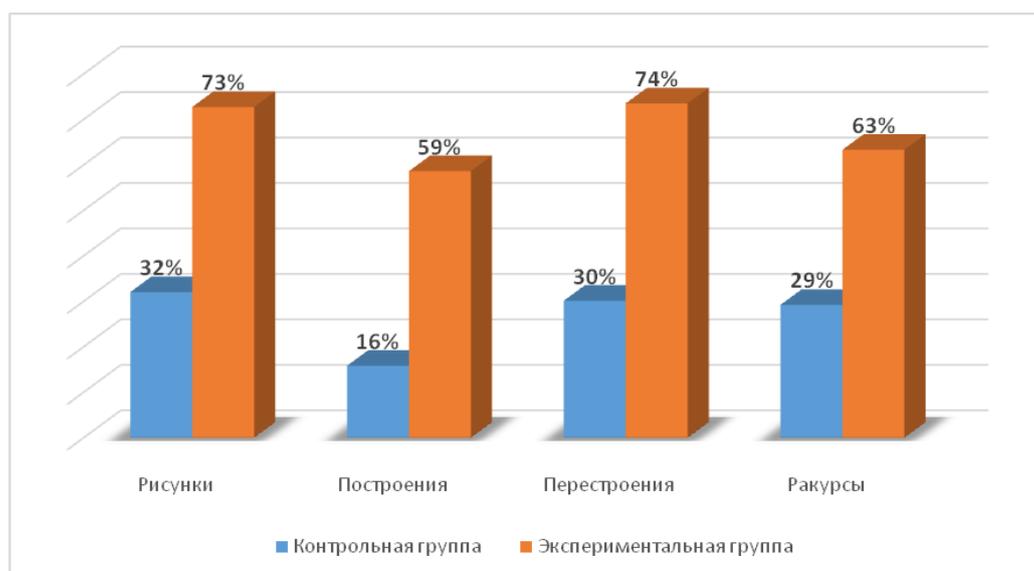


Рисунок 5 – Относительные показатели изменения количества ошибок в групповых двигательных действиях по элементам пространственного компонента архитектоники учебной композиции у гимнасток КГ и ЭГ после первого и второго срезов, %

Количество ошибок в рисунках в ЭГ уменьшилось на 72,7%, в то время как в КГ – на 32,0%, при выполнении построений – 58,6% и 15,8% соответственно; при выполнении перестроений – 73,5% против 30,1%; в ракурсах – 63,3% и 29,2% соответственно.

На Рисунке 6 представлены показатели изменения количества допускаемых ошибок в групповых двигательных действиях по элементам темпо-ритмической согласованности временного компонента архитектоники учебной композиции в контрольной и экспериментальной группах.



Рисунок 6 – Относительные показатели изменения количества ошибок в групповых двигательных действиях по элементам темпо-ритмической согласованности временного компонента архитектоники учебной композиции у гимнасток КГ и ЭГ после первого и второго срезов, %

По результатам сравнительного анализа количества ошибок в групповых двигательных действиях по элементам темпо-ритмической согласованности временного компонента архитектоники учебной композиции у гимнасток КГ и ЭГ после первого и второго срезов выявлено более значительное снижение количества ошибок у гимнасток ЭГ. Количество ошибок уменьшилось по следующим показателям: акцент – на 62,1% в ЭГ и 29,4% в КГ; ритмический рисунок – на 72,0% в ЭГ и 26,7% в КГ; темп – на 55,7% в ЭГ и 34,7% в КГ; фразировка – на 63,9% в ЭГ и 36,8% в КГ; метроритм – на 81,2% в ЭГ и 41,1% в КГ.

Впоследствии команды принимали участие в региональных соревнованиях Волгоградской области по эстетической гимнастике «Волжаночка», г. Волгоград (13 июня 2021 г.).

Для более тщательной проверки эффективности авторской методики были дополнительно проанализированы и сопоставлены видеозаписи выступлений обеих групп. Такой подход позволил акцентировать внимание на ошибках,

связанных с пространственной и временной рассогласованностью в групповых двигательных действиях архитектуры соревновательной композиции.

В Таблице 3 представлены данные о количестве ошибок, совершенных гимнастками в групповых двигательных действиях по пространственному компоненту архитектуры соревновательной композиции.

Таблица 3 – Показатели среднего количества ошибок в целевых групповых двигательных действиях по элементам пространственного компонента архитектуры соревновательной композиции у гимнасток КГ и ЭГ

Группа	Элементы пространственного компонента архитектуры композиции			
	Рисунки	Построения	Перестроения	Ракурсы
КГ (n=12)	24,8	5,4	11,0	26,5
ЭГ (n=12)	12,8	1,4	4,3	10,0

Примечание: КГ – контрольная группа; ЭГ – экспериментальная группа.

Анализ представленных в таблице данных позволяет заключить, что ошибки в целевых групповых двигательных действиях по элементам пространственного компонента архитектуры композиции совершали гимнастки обеих групп. Однако итоги эксперимента указывают на преимущества использования авторской методики. Анализ межгрупповых различий по допускаемым ошибкам в целевых групповых двигательных действиях по пространственному компоненту показал, что в трех случаях гимнастки ЭГ совершали значительно меньшее количество ошибок: рисунки – 12,8 в ЭГ и 24,8 в КГ; перестроения – 4,3 в ЭГ и 11,0 в КГ; ракурсы – 10,0 в ЭГ и 26,5 в КГ. В построениях гимнастки ЭГ по количеству ошибок имели некоторое преимущество перед гимнастками КГ, но оно было незначительное – 1,4 и 5,4 соответственно.

В Таблице 4 представлены показатели среднего количества допущенных ошибок в целевых групповых двигательных действиях по элементам темпоритмической согласованности временного компонента архитектуры соревновательной композиции.

Таблица 4 – Показатели среднего количества ошибок в целевых групповых двигательных действиях по элементам временного компонента архитектуры соревновательной композиции у гимнасток КГ и ЭГ

Группа	Элементы временного компонента архитектуры композиции				
	Акцент	Ритмический рисунок	Темп	Фразировка	Метроритм
КГ (n=12)	19,8	22,0	7,5	12,0	10,5
ЭГ (n=12)	8,0	7,0	2,3	4,5	3,5

Примечание: КГ – контрольная группа; ЭГ – экспериментальная группа.

Данные таблицы свидетельствуют о том, что качество исполнения элементов темпо-ритмической согласованности временного компонента архитектуры соревновательной композиции у испытуемых ЭГ оказалось по всем показателям заметно выше по сравнению с испытуемыми КГ: акцент – количество допущенных ошибок 8,0 в ЭГ и 19,8 в КГ; ритмический рисунок – 7,0 в ЭГ и 22,0 в

КГ; темп – 2,3 в ЭГ и 7,5 в КГ; фразировка – 4,5 в ЭГ и 12,0 в КГ; метроритм – 3,5 в ЭГ и 10,0 в КГ.

Таким образом, представленные экспериментальные данные, накопленный фактологический материал подчеркивают решение заявленной проблемы, разработку инновационного продукта и эффективность его использования в практике эстетической гимнастики.

ВЫВОДЫ

1. Необходимость обучения групповым двигательным действиям на основе учета пространственного и временного компонентов архитектоники соревновательной композиции эстетической гимнастики на учебно-тренировочном этапе для возрастного периода 8–10 лет определена результатами предварительных исследований, которые указывают на: отсутствие организационно-методической концепции подготовки соревновательной композиции с учетом группового характера двигательной деятельности в основных регламентирующих документах; наличие трудностей в спортивно-педагогической практике при подготовке соревновательной композиции (по мнению 75% тренеров), особенно связанных с освоением групповых двигательных действий по сравнению с другими компонентами (по мнению 60% тренеров); наличие недостаточного теоретического уровня знаний в области композиции у специалистов по эстетической гимнастике (по мнению 25% тренеров); низкую значимость научно-методической литературы среди других источников для повышения знаний в области соревновательной композиции эстетической гимнастики ввиду недостаточной разработки проблемы (по мнению тренеров – 6-й ранг).

2. На основе анализа специальной и искусствоведческой литературы, видеоанализа соревновательных программ эстетической гимнастики различных возрастных категорий обосновали состав пространственного и временного компонентов архитектоники композиций. В состав пространственного компонента включили следующие элементы: ракурсы, рисунки, построения, перестроения. В состав временного компонента вошли следующие виды темпо-ритмической согласованности двигательных действий: индивидуальные и групповые.

3. Классификация ракурсов основана на различиях в разворотах корпуса гимнасток относительно основного направления: анфас, профиль (круазе, эфасе), эпольман (круазе, эфасе), полуспина, спина. Классификация рисунков базируется на двух признаках: конфигурации расположения гимнасток – геометрические (линейные, круговые, комбинированные), кучки, с выделением соло; характера двигательных действий – статические, динамические. В основу классификации построений положены также два признака: по расположению рисунков относительно вертикальной оси площадки – уравновешенные (симметричные, асимметричные), неуравновешенные (асимметричные); по количеству рисунков в построении – одноплановые, многоплановые. Классификация перестроений основана на трех признаках: по траектории передвижения гимнасток (по прямой, по дуге, по ломаной); по масштабу (сольное, малой группой, большой группой, всей группой); по направлению (вперед, назад, в сторону, в диагональ).

4. Классификация темпо-ритмической согласованности индивидуальных действий построена на основе технически точного распределения движений одной гимнастки как минимальной единицы группы со следующими структурными элементами музыки – акцент, темп, ритмический рисунок, фразировка, метроритм, пауза, рубато. В основу классификации темпо-ритмической согласованности групповых действий были положены: объединение гимнасток – солистка и группа, одна группа, несколько групп; временное взаимодействие между гимнастками – одновременные действия (с однородным хореографическим текстом, с разнородным хореографическим текстом – контрастно-полифонические); разновременные действия (контрастно-полифонические с разнородным хореографическим текстом, имитационно-полифонические с однородным хореографическим текстом).

5. С учетом классификаций элементов пространственного и временного компонентов архитектоники композиций эстетической гимнастики разработаны учебные групповые упражнения (различные комбинации элементов пространственного и временного компонентов архитектоники соревновательной композиции во взаимосвязи со средствами технической и физической подготовки), а также методические приемы обучения (пространственной и временной адаптации), направленные на сокращение времени освоения групповых двигательных действий с учетом пространственного и временного компонентов архитектоники соревновательной композиции эстетической гимнастики.

6. Методика обучения девочек 8–10 лет групповым двигательным действиям в эстетической гимнастике на основе учета пространственного и временного компонентов архитектоники соревновательной композиции включает:

- структуру освоения пространственного и временного компонентов групповых двигательных действий архитектоники соревновательной композиции;
- средства в виде учебных групповых упражнений, представляющих собой блоки интегративных взаимосвязей элементов пространственного и временного компонентов архитектоники соревновательной композиции со средствами физической и технической подготовки;
- методические приемы пространственной и временной адаптации как дополнение в рамках основных методов обучения;
- типологию учебно-тренировочных занятий в зависимости от этапа подготовки с использованием авторской методики;
- план реализации методики в годичном цикле на основе принципа интеграции, сопряжения и опережающего воздействия.

Особенностью авторской методики обучения групповым двигательным действиям девочек 8–10 лет является раздельное освоение элементов пространственного и временного компонентов архитектоники соревновательной композиции и их дальнейшее усложнение за счет сопряжения на новом уровне.

7. Применение авторской методики освоения групповых двигательных действий гимнасток 8–10 лет способствовало:

- улучшению индивидуальных показателей у гимнасток ЭГ физической подготовленности (по 5 показателям из 5 – достоверные улучшения, $p < 0,05$), технической подготовленности (по 5 показателям из 5 – достоверные улучшения, $p < 0,05$), музыкально-двигательной подготовленности (по 5 показателям из 5 –

достоверные улучшения, $p < 0,05$), функционального состояния ЦНС и нервно-мышечного аппарата (по 4 показателям из 4 – достоверные улучшения, $p < 0,05$);

– сокращению сроков совершенствования групповых двигательных действий в учебной композиции по результатам второго среза тестирования по пространственному компоненту (в 4 показателях из 4 – меньше допущенных ошибок у гимнасток ЭГ, чем у гимнасток КГ) и временному компоненту (в 5 показателях из 5 – меньше допущенных ошибок у гимнасток ЭГ, чем у гимнасток КГ);

– улучшению качества исполнения целевых групповых двигательных действий архитектоники соревновательной композиции по пространственному компоненту (в 4 показателях из 4 – меньше допущенных ошибок у гимнасток ЭГ, чем у гимнасток КГ), по временному компоненту (в 5 показателях из 5 – меньше допущенных ошибок у гимнасток ЭГ, чем у гимнасток КГ).

Соревновательный результат гимнасток ЭГ по итогам соревнований был выше, чем у гимнасток КГ – 30,500 баллов против 30,034 баллов, как и занятое 5-е место против 7-го соответственно.

СПИСОК НАУЧНЫХ РАБОТ, ОПУБЛИКОВАННЫХ ПО ТЕМЕ ДИССЕРТАЦИИ

Статьи в ведущих научных журналах, входящих в перечень рецензируемых научных изданий:

1. Новокщенова, О.И. Изучение структуры композиции в эстетической гимнастике / С.В. Вишнякова, Е.Ю. Лалаева, Т.А. Андреевко, О.И. Новокщенова // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2017. – №1. – С. 77-79 (авт. – 0,09 п.л.).

2. Новокщенова, О.И. Особенности совершенствования координационной подготовленности спортсменок в эстетической гимнастике / Е.Ю. Лалаева, С.В. Вишнякова, О.И. Новокщенова // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2018. – №4 (158). – С. 182-185 (авт. – 0,18 п.л.).

3. Новокщенова, О.И. Проявление дыхательной согласованности в группе «движения тела» в эстетической гимнастике / О.И. Новокщенова, С.В. Вишнякова // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 8 (186) – С. 69–72 (авт.– 0,2 п.л.).

4. Меновщикова, О.И. Анализ пространственного компонента соревновательных композиций эстетической гимнастики / О.И. Меновщикова // Наука и спорт: современные тенденции. – 2021. – № 4 (Том 9) – С. 77–82.

5. Меновщикова, О.И. Факторы, влияющие на выступления сильнейших команд мира по эстетической гимнастике / Е.Ю. Лалаева, С.В. Вишнякова, О.И. Меновщикова // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2021. – № 2 (192) – С. 192–195 (авт. – 0,18 п.л.).

6. Меновщикова, О.И. Виды темпо-ритмической согласованности в композициях эстетической гимнастики / О.И. Меновщикова // Физическое воспитание и спортивная тренировка. – 2022. – № 2 (40) – С.165–169.

Статьи в сборниках международных и всероссийских конференций, другие научные труды

7. Новокщенова, О.И. Анализ композиционной подготовки в эстетической гимнастике на начальном этапе тренировки / О.И. Новокщенова // Физическое воспитание и спортивная тренировка. – 2019. – № 3 (29). – С. 145–148.

8. Novokshchenova, O.I. Aesthetic group gymnastics (AGG): the analysis of composition workout at the initial stage of the training program / O.I. Novokshchenova, I.V. Bgantseva // Modern University Sport Science: The XIV Annual International Conference for Students and Young Researchers (Москва, 01–03 апреля 2020 года). – Москва: ФГБОУ ВО «Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодёжи и туризма (ГЦОЛИФК)», 2020. – Р. 283-286.

9. Новокщенова, О.И. Методика развития двигательной выразительности для девочек 6-8 лет в эстетической гимнастике / С.В. Вишнякова, Е.Ю. Лалаева, О.И. Новокщенова // Актуальные проблемы физической культуры и спорта в современных социально-экономических условиях: материалы международной научно-практической конференции (Чебоксары, 20–21 января 2020 года). – Чебоксары: Чувашская государственная сельскохозяйственная академия, 2020. – С. 273-278.

10. Новокщенова, О.И. Методика технической подготовки юных гимнасток на основе структурного содержания композиций эстетической гимнастики / С.В. Вишнякова, О.И. Новокщенова // Физическая культура и спорт в XXI веке: актуальные проблемы и их решения: сборник материалов Всероссийской с международным участием научно-практической конференции (Волгоград, 21–22 октября 2020 года). – Том 1. – Волгоград: Волгоградская государственная академия физической культуры, 2020. – С. 84-88.

11. Меновщикова, О.И. Содержание методики специальной технической подготовки в эстетической гимнастике с учетом группового характера двигательной деятельности / О.И. Меновщикова // Физическая культура и спорт: сборник тезисов XXV Региональной конференции молодых ученых и исследователей Волгоградской области (Волгоград, 24-25 ноября 2020 года); под общей ред. В.В. Горбачевой, Е.Г. Борисенко. – Волгоград: ФГБОУ ВО «ВГАФК», 2021 – С. 28-29.

12. Меновщикова, О.И. О соотношении аналитической и интегральной подготовки в эстетической гимнастике на тренировочном этапе / С.В. Вишнякова, Е.Ю. Лалаева, О.И. Меновщикова // Состояние, проблемы и пути совершенствования спортивной и оздоровительной тренировки: материалы I Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Казань, 29 октября 2021 года. – Казань: ФГБОУ ВО «Поволжский ГУФКСиТ», 2021. – С. 73-75.

13. Menovshchikova, O.I. Analysis of stylistic types of aesthetic gymnastics compositions / O.I. Menovshchikova, S.V. Vishnyakova, E.G. Borisenko // Proceedings of XV Annual International Conference for Students and Young Researchers "Modern University Sport Science": publication of scientific abstracts, Moscow, 31 марта – 02 2021 года. – Moscow: ФГБОУ ВО «Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодёжи и туризма (ГЦОЛИФК)», 2021. – Р. 181-183.

Подписано в печать _____ 2023 г.

Формат 60x84 1/16. Усл. печ. л. 1,5

Тираж 100 экз. Заказ № _____

Издательство ФГБОУ ВО «ВГАФК»