

атакующие передачи (АП), технические потери мяча (ПТ) и коэффициент полезности игры (КПИ). В таблице 1 представлены данные игровых показателей девушек по итогам участия в соревнованиях АСБ. Отметим, что всем игрокам было предоставлено одинаковое игровое время.

Таблица 1

**Средний показатель игровой деятельности разыгрывающих защитников
(первого номера) по результатам игр АСБ**

Рейтинг	Игрок	Игровые показатели		
		АП	ПТ	КПИ
1	Зеленый	5,0	3,2	23,6
2	Синий	4,4	4,0	18,2
3	Красный	4,2	3,4	17,6

Анализируя полученные данные, мы можем отметить, что игрок, получивший первый рейтинг по результатам экспериментальной программы тестирования, показал лучшие результаты игровой деятельности, сделав в среднем за игру 5 результативных передач, совершив 3,2 технических потери и его КПИ составил 23,6. Игроки получившие второй и третий рейтинг показали близкие по результативности показатели игровой деятельности сделав соответственно 4,4 и 4,2 атакующие передачи. Игрок, получивший третий рейтинг в тестировании выполнил меньше технических потерь – 3,4, а показатель КПИ у него оказался всего на 0,6 выше, чем у второго по рейтингу игрока и составил 18,2. Таким образом, проведя исследование по проблеме определения игрового амплуа на позицию разыгрывающего игрока в баскетболе, мы можем констатировать эффективность отобранных нами тестов.

Список литературы

1. Аверина, А. И. Генетическая предрасположенность в выборе вида спорта на примере баскетбола / А. И. Аверина, Т. Н. Еремина // Физическая культура, спорт и здоровье. – 2019. – № 34. – С. 7-10.
2. Лосин, Б. Е. Комплексная оценка одаренности детей 7-8 лет в процессе начального отбора для занятий баскетболом с учетом биологического возраста / Б. Е. Лосин, Л. В. Копысова // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2005. – № 18. – С. 59-64.
3. Мишнева, С. Д. Темперамент и выбор амплуа в баскетболе / С. Д. Мишнева // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2021. – № 1(191). – С. 248-253.
4. Психолого-педагогический аспект исследования предрасположенности к выявлению и развитию спортивной одаренности детей / Б. П. Яковлев, Н. В. Мосина, И. Ю. Аксарина, И. В. Аксарин // Бизнес. Образование. Право. – 2022. – № 1(58). – С. 283-287.
5. Соколов, Н. Г. Формирование командных взаимодействий и элементов интеграции баскетболистов / Н. Г. Соколов, А. Л. Вавилов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2007. – № 10(32). – С. 78-80.

УДК 37.032:796.412

**ФОРМИРОВАНИЕ ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ У ДЕВОЧЕК
7–8 ЛЕТ В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ
ГИМНАСТИКОЙ**

**Мазурова Валерия Сергеевна,
Стародубцева Ирина Викторовна**

Аннотация: Статья посвящена проблеме формирования познавательной активности у спортсменок, занимающихся художественной гимнастикой. Показано, что целенаправленное использование средств и методов, включающих: создание благоприятного эмоционального фона, обеспечение новизны учебного материала, формирование способности к самостоятельной работе и самоанализу, развитие познавательных процессов, оказывает положительное влияние на познавательную активность спортсменок.

Ключевые слова: познавательная активность, художественная гимнастика, развитие.

FORMATION OF COGNITIVE ACTIVITY IN GIRLS 7–8 YEARS OLD IN THE PROCESS OF RHYTHMIC GYMNASTICS

**Mazurova Valeria S.,
Starodubtseva Irina V.**

University of Tyumen, Tyumen, Russia

Annotation. The article is devoted to the problem of the formation of cognitive activity in athletes involved in rhythmic gymnastics. It is shown that the purposeful use of means and methods, including: creating a favorable emotional background, ensuring the novelty of educational material, the formation of the ability for independent work and introspection, the development of cognitive processes, has a positive effect on the cognitive activity of female athletes.

Keywords: cognitive activity, rhythmic gymnastics, development.

В настоящее время под познавательной активностью чаще всего понимается деятельное состояние личности, характеризующееся, стремлением к учению, умственному напряжению и проявлению волевых усилий в процессе овладения знаниями. Проблему формирования познавательной активности чаще рассматривают в русле оптимизации учебной деятельности детей младшего школьного возраста. Исследований, посвящённых вопросам формирования познавательной активности спортсменок и детей, занимающихся физической культурой существенно меньше. В области физической культуры и спорта эту проблему изучали Ю.Ю. Жуков [2], Ю.М. Макаров [7], А.Г. Чашева [9] и др. По их мнению, познавательная активность определяет уровень заинтересованности занимающихся, понимание ими целей и задач учебно-тренировочного процесса, обуславливает уровень знаний о своём виде спорта, влияя таким образом на успешность тренировочного и соревновательного процессов. Однако данные исследования не учитывают специфику деятельности в художественной гимнастике и не могут быть использованы для развития познавательной активности у юных гимнасток.

Целью исследования стало проведение опытно-экспериментального обоснования средств и методов формирования познавательной активности девочек младшего школьного возраста, занимающихся художественной гимнастикой.

Методы и организация исследования. Исследование проходило на базе Спортивного клуба «Перспектива» города Тюмени в период с 2021 по 2022 год,

с участием 40 девочек 7-8 лет, занимающихся художественной гимнастикой (по 20 человек в контрольной и экспериментальной группах).

Для определения познавательной активности были подобраны и адаптированы к условиям художественной гимнастики диагностические методики: «Познавательная активность младшего школьника» А.А. Горчинской; «Выявление познавательной активности» Л.А. Червякова, Ю.В. Бойко.

Результаты исследования. По результатам предварительного исследования было установлено, что у большинства испытуемых контрольной и экспериментальной групп преобладает средний и низкий уровень развития познавательной активности. Кроме того, было установлено, что спортсменки имеют низкую заинтересованность специфическими для художественной гимнастики направлениями подготовки: «растяжка», прыжки, общая физическая подготовка. Это может стать препятствием на пути к достижению высоких спортивных результатов.

Для коррекции полученных результатов в учебно-тренировочный процесс гимнасток были включены средства и методы формирования познавательной активности, подобранные в результате анализа работ В.Г. Гордиенко [1], Е.В. Коротаевой [4], В.Т. Кудрявцева [5], С.А. Резникова [8] и др., посвящённых развитию детей младшего школьного возраста.

1. Обсуждение целей и задач тренировочного занятия. Постановка цели и задач тренировочного процесса обеспечивает понимание спортсменками смысла и значения учебного материала. Например, для лучшего понимания спортсменками важности выполнения растяжки, тренер объяснял, что без растяжки невозможно изучение сложных элементов (прыжков, равновесий, вращений), так как шпагат является их составляющей.

2. Новизна учебного материала. Новизна учебного материала, наличие разнообразия методов и средств обучения, помогают активизировать у детей творческие способности, выявить скрытые возможности. Разнообразие средств и методов проведения тренировочных занятий облегчает процесс получения и усвоения знаний, повышает эмоциональность тренировок. Новизна достигалась путём изучения новых элементов, акробатических или танцевальных движений, а также их комбинаций.

3. Положительный эмоциональный фон. Создание положительного эмоционального фона во время занятия позволяет спортсменам чувствовать себя комфортно, не бояться ошибаться и проявлять свои способности, а также располагает занимающихся к преподавателю. На каждом занятии тренер поощрял занимающихся похвалой, положительными комментариями в адрес занимающихся, проявляющих морально-волевые качества и акты познавательной активности. Также для повышения эмоционального фона занятий в заключительную часть включались игры с гимнастической направленностью: «смена мест», «третий лишний», «полька» и т.п.

4. Анализ выполненной работы. Анализ выполненной работы с использованием метода диалога позволяет получить обратную связь, оценить

психофизическое состояние спортсмена, сделать выводы о проделанной работе, результатах тренировки, ответить на вопросы занимающихся. После занятия тренер задавал гимнасткам следующие вопросы: что нового вы узнали, выучили, освоили на сегодняшнем занятии? Что больше всего понравилось? С какими трудностями вы столкнулись?

5. *Развитие познавательных процессов (памяти и внимания).* Осуществлялось с помощью подвижных игр-одной из любимых форм деятельности младших школьников. Для развития памяти и внимания спортсменки играли в такие подвижные игры как: «Добавь движение»; «Кто что сделал?»; «Разведчики» и др. [3]. Перечисленные игры заключаются в восприятии, запоминании и воспроизведении определенных двигательных действий в разных вариациях. Игры использовались в заключительной части урока и являлись, в том числе, средством эмоциональной разгрузки после интенсивной тренировки.

6. *Самостоятельное задание.* Самостоятельная работа заключалась в самостоятельной отработке программы или отдельных ее частей, проведении какой-либо части тренировки для сверстников, самостоятельном совершенствовании элементов двигательных действий и т.д.

7. *Непривычные условия тренировочных занятий.* К непривычным условиям можно отнести занятия, которые проходят в непривычной для занимающихся обстановке, например не в зале, а на улице, занятия с новым инвентарем, который до этого не был включен в тренировочную программу, включение в тренировку новых спортивных направлений для совершенствования определенных физических качеств и т.д.

8. *Домашнее задание.* Домашнее задание развивает самостоятельность, ответственность и познавательную активность ребенка. Один раз в неделю тренер предлагал занимающимся выполнение простых, доступных элементов и упражнений дома. Например: совершенствовать равновесие «флажок»; совершенствовать боковое равновесие; придумать танцевальную дорожку; выполнить упражнения на гибкость и т. д.

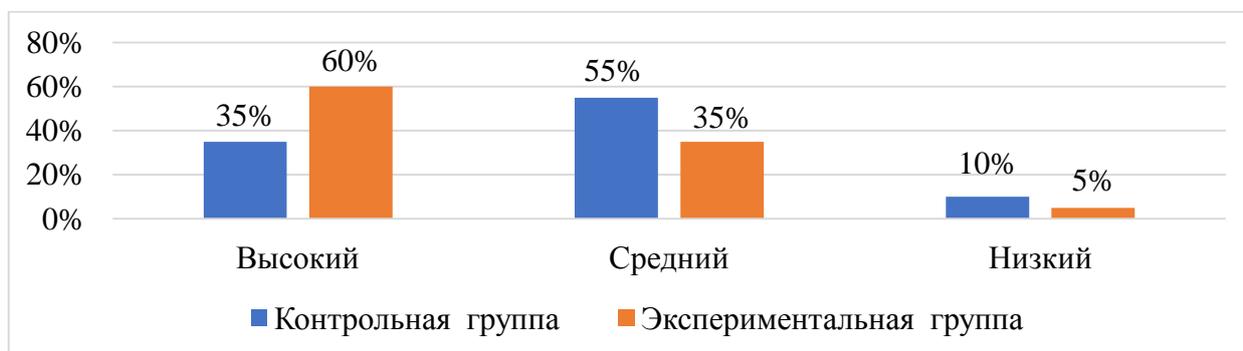


Рис.1. Показатели уровня развития познавательной активности в конце опытно-экспериментальной работы (по адаптированной методике А.А. Горчинской)

В результате опытно-экспериментальной работы показатели уровня развития познавательной активности по адаптированной методике

А.А. Горчинской в экспериментальной группе, значительно улучшились, как по сравнению с показателями на начало исследования, так и по сравнению с результатами контрольной группы (рис.1).

По методике Л.А.Червяковой, Ю.В. Бойко, также была зафиксирована положительная динамика. Результаты исследования представлены на рисунке (рис.2).

Как видно из рисунков, после проведения опытно-экспериментальной работы, спортсменок с высоким уровнем сформированности познавательной активности стало на 50% больше по методике А.А.Горчинской и на 55% больше по методике Л.А.Червяковой; Ю.В.Бойко.

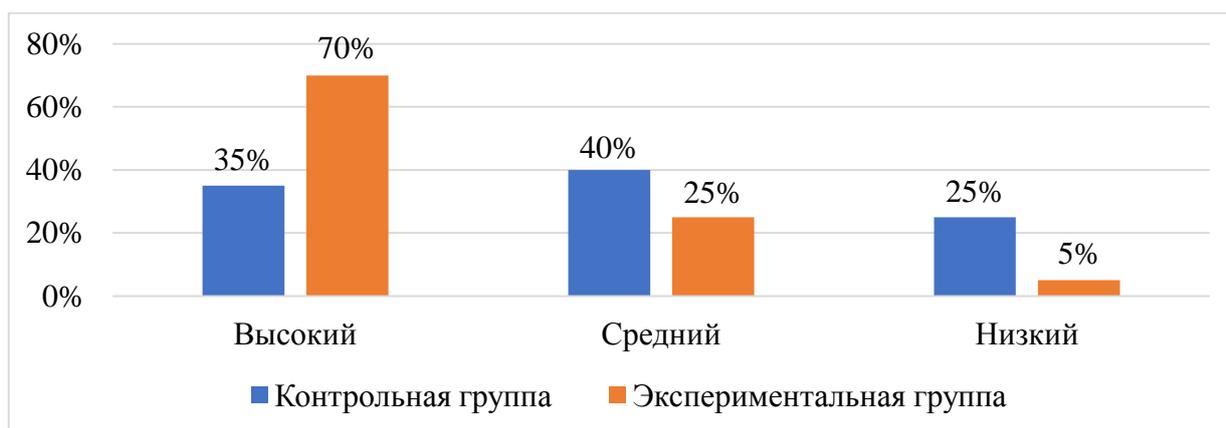


Рис.2. Показатели уровня развития познавательной активности гимнасток в конце опытно-экспериментальной работы (по адаптированной методике Л.А. Червяковой, Ю.В. Бойко)

При этом в экспериментальной группе гимнасток с высоким уровнем сформированности познавательной активности было выявлено на 25% больше, чем в контрольной группе по методике А.А.Горчинской и на 35% больше по методике Л.А.Червяковой; Ю.В.Бойко. Это доказывает эффективность предложенных средств и методов формирования познавательной активности.

Важно отметить, что в результате опытно-экспериментальной работы на фоне роста познавательной активности у гимнасток экспериментальной группы повысился интерес к различным направлениям спортивной подготовки. Результаты опроса представлены в таблице. Можно предположить, что спортсменки данной группы стали более мотивированными на выполнение упражнений, традиционно не вызывающих интереса у начинающих гимнасток, что в будущем положительным образом отразится на их спортивных результатах.

Таблица 1

Результаты опроса гимнасток экспериментальной группы об отношении к различным видам подготовки

Вид подготовки	До ОЭР	После ОЭР
	%	%
Растяжка	12,82	15,28
Предметная подготовка	33,33	25

Прыжковая подготовка	17,95	19,44
Танцевальная подготовка	25,64	27,78
Общая физическая подготовка	10,26	12,5

Выводы. Использование в процессе занятий художественной гимнастикой средств и методов формирования познавательной активности, включающих: создание благоприятного эмоционального фона, обеспечение новизны учебного материала, развитие способностей к самостоятельной работе, самоанализу, оказывает положительное влияние на познавательную активность девочек младшего школьного возраста и позволяет повысить интерес различным направлениям подготовки спортсменов.

Список литературы

1. Гордиенко, В.Г. В творческом поиске / В.Г. Гордиенко // Физическая культура в школе. – 1996. - № 6. - С. 15-17.
2. Жуков, Ю.Ю. Занятие спортом как фактор учебной познавательной активности студентов вузов физической культуры / Ученые записки университета им.Лесгафта. – 2013. – №7. – С.53-60.
3. Завьялова, Т. П. Сборник игровых занятий по развитию памяти, внимания, мышления и воображения у младших школьников / Т. П. Завьялова, И. В. Стародубцева. – Москва: АРКТИ, 2008. – 56 с.
4. Коротаева, Е. В. Уровни познавательной активности / Е. В. Коротаева // Народное образование. – 1995. – № 10. – С. 156-159.
5. Кудрявцев, В. Т. Воображение ребёнка: природа и развитие / В. Т. Кудрявцев // Психологический журнал. – 2001. – № 5. – С. 57.
6. Лекомцева, Е.Н. Формирование познавательной активности младшего школьника / А.С. Пикин, Е.Н. Лекомцева // Ярославский педагогический вестник – 2017. – № 3. - С. 57-60.
7. Макаров, Ю.М. Развитие познавательной активности с использованием трехфакторного сопровождения учебно-тренировочного процесса баскетболисток 13-15 лет / Ю.М.Макаров, А.В.Сысоев // Ученые записки университета им.Лесгафта. –2012. – №3. –С 111-116.
8. Резников, С.А. Такая методика перспективна / С.А. Резников // Физическая культура в школе. – 1996. – № 1. – С. 18.
9. Чашева, А. Г. Методика формирования познавательной активности учащихся младших классов на уроках физической культуры: автореферат дисс.... кандид. пед. наук / А.Г.Чашева. – Тюмень, 2003. – 24 с.
10. Шамова, Т. И. Активизация учения школьников / Т. И. Шамова. – Москва: Педагогика, 2011. – 315 с.

УДК 796.082

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЗЮДОИСТОВ 15-17 ЛЕТ, НА ОСНОВЕ ЭТАПНОЙ ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ ДИАГНОСТИКИ

**Малеев Дмитрий Олегович,
Хромин Леонид Евгеньевич**
Тюменский государственный университет,
г. Тюмень, Россия