

Изучение ситуативной тревожности показало, что на период окончания эксперимента у биатлонистов ЭГ данный показатель находился на низком уровне. Следует отметить, что нами было проведено 10 входящих тестирований во время подготовительного периода. У юных спортсменов наблюдалось незначительное повышение ситуативной тревожности во время первых контрольных срезов, групповых мини соревнований и «эстафеток».

Таким образом, оценка результатов эксперимента свидетельствует о положительном влиянии предложенной нами методики формирования навыка техники обработки спускового механизма в группах начальной подготовки, способствующей повышению результативности спортивной деятельности юных биатлонистов.

Библиографический список

1. Астафьев, Н. В. Совершенствование техники стрельбы биатлонистов на основе использования срочной информации о процессе прицеливания, получаемой при помощи тренажеров SCATT [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Н. В. Астафьев.— М.: Советский спорт, 2020.— 145с.
2. Жуковский, В. Анатомия стрельбы / В. Жуковский, С. Ковалев, И. Петров.- М.: АСТ, 2000- 160с.
3. Загурский Н.С. Обучение стрельбе юных биатлонистов на этапе начальной подготовки и тренировочном этапе: методические рекомендации / Н.С. Загурский, Я.С. Романова, Е.А. Реуцкая: [Электронный ресурс]. – Омск, 2018. 1 электронный оптический диск. 13,3 Мб. ISBN 978-5-91930-112-7.
4. Халманских А.В. Совершенствование стрелкового компонента техники обработки спускового механизма у биатлонистов 14-16 лет / А.В. Халманских, Л.А. Гурьев, А.И. Токарева, Н.И. Овчинникова // Современная система спортивной подготовки в биатлоне: материалы IX Всероссийской научно-практической конференции «Современная система спортивной подготовки в биатлоне». – Омск: Изд-во СибГУФК, 2021. С. 132-141
5. Халманских (Сорокина) А.В., Гурьев Л.А., Манжелей И.В. Стрелковая подготовка биатлонистов. Монография. Издательство ТОГИРРО, 2014. - 220 с.

УДК 796/799

Топоркова Е.А.¹, Манжелей И.В., д.п.н., профессор² ОПРЕДЕЛЕНИЕ МОДЕЛЬНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ЧИРЛИДЕРОВ ДИСЦИПЛИНЫ «ЧИР ПЕРФОМАНС»

¹Technical University of Munich, Munich, Germany, e.toporkova.077@gmail.com

²Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия, i.v.manzhelej@utmn.ru

Аннотация: В статье представлены основные профили подготовленности чирлидеров дисциплины «чир перфоманс», определены модельные характеристики девушек-чирлидеров в категории «двойка» дисциплины «чир перфоманс», соответствующие званию кандидата в мастера спорта.

Ключевые слова: чир спорт, чир перфоманс, чирлидеры, физическая подготовленность, техническая подготовленность, психологическая подготовленность, модельные характеристики.

Toporkova E.A.¹, Manzheley I.V., professor²
DEFINITION OF MODEL CHARACTERISTICS OF CHIRLIDERS
DISCIPLINES "CHIR PERFORMANCE"

¹*Technical University of Munich, Munich, Germany, e.toporkova.077@gmail.com*

²*Tyumen State University, Tyumen, Russia, i.v.manzhelej@utmn.ru*

Annotation: The article presents the main profiles of cheerleaders' readiness in the "Cheer Performance" discipline, defines the model characteristics of female cheerleaders in the "Two" category of the Cheer Performance discipline, corresponding to the title of candidate for master of sports.

Key words: cheer sport, cheer performance, cheerleaders, physical readiness, technical readiness, psychological readiness, model characteristics.

Актуальность. Рост популярности чир спорта как в России, так и за рубежом, наряду с усовершенствованием правил и соревновательных программ на передний план актуальности научных исследований выдвигает разработку модельных характеристик всех дисциплин данного вида спорта, включая танцевальные.

В виду особой синтезированнойности чир спорта с различными спортивными и танцевальными направлениями, существует необходимость дифференцирования комплекса личностных свойств атлетов, подходящих к каждой конкретной дисциплине данного вида спорта.

Цель исследования: выявить значимые физические, технические и психологические качества, а также разработать критерии и параметры модельных характеристик спортсменов-чирлидеров дисциплины «чир перфоманс».

В ходе исследования были применены **методы** анализа и обобщения данных литературных источников, моделирование, анализ документов и опыта, методы психодиагностики, педагогическое тестирование, математико-статистическая обработка данных [1].

Результаты исследования.

Под модельными характеристиками спортсменов мы понимаем совокупность качеств, а именно: ведущие физические качества, техническая и психологическая подготовленность, которые способствовали бы успешности тренировочной и соревновательной деятельности.

Анализ научно-методической литературы [2,3,4,5], а также изучение соревновательных программ в парных выступлениях «чир перфоманс» позволили выделить основные профили подготовленности спортсменов (физический, технический, психологический) в структуре модельных характеристик.

Опытная работа была организована на базе ТРОО «Федерация Черлидинга Тюменской области» среди участников сборной команды области по чир перфоманс «Альфа» в составе 10 человек, выступающей на Чемпионате России в старшей возрастной категории (от 14 лет и старше). В рамках выделенных профилей был осуществлен подбор тестовых упражнений, с

помощью которых изучались данные подготовленности спортсменов для определения параметров указанных качеств.

В ходе исследования мы выделили в команде условно успешных пару девушек, выступающих в категории «двойка» (2-е место на Чемпионате России) и менее успешных спортсменов (участники Чемпионата).

Результаты исследования свидетельствуют, что при подготовке девушек-чирлидеров дисциплины «чир перформанс», выступающих в категории «двойка» следует обращать внимание на следующие качества и параметры спортсменов:

По профилю физической подготовленности:

- координационные способности («челночный бег 4×9 м», «равновесие на стопе одной ноги с закрытыми глазами»);
- гибкость («наклон туловища вперед с гимнастической скамьи»; «шпагат на правую/левую ногу»);
- скоростно-силовые способности («выпрыгивание вверх из глубокого приседа»).

По профилю технической подготовленности:

- базовая двигательная подготовленность («блок чир - и лип-прыжков»);
- хореографическая подготовленность («каскад из гранд-пируэтов»);
- акробатическая подготовленность («маховое сальто боковое»).

По профилю психологической подготовленности (рисунки 1,2):

- высокий уровень сформированности таких волевых качеств, как «целеустремленность», а также «самообладание и выдержка»;
- умеренно высокий и высокий уровень мотивации к достижению успеха;
- высокий уровень развития психомоторных реакций на световой и звуковой раздражитель;
- высокую нормативность и адаптивность центральной нервной системы;
- коммуникабельность (экстравертированность), артистичность (пластичность) и интернальность (высокий уровень субъективного контроля).

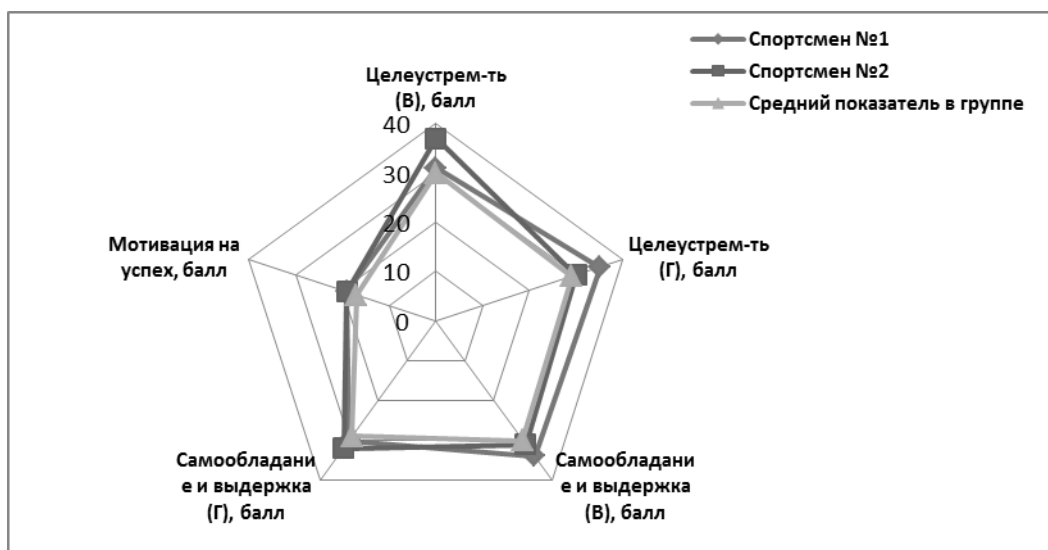


Рисунок 1. Результаты изучения психологических особенностей девушек-чирлидеров



Рисунок 2. Результаты тестирования психофизиологического статуса девушек-чирлидеров

Выводы. Проведенное исследование позволило сделать вывод о том, что спортсмены дисциплины «чир перформанс» в категории «двойка», взаимодополняют друг друга во время тренировочной и соревновательной деятельности. Чирлидеры, выступающие в паре, компенсируют недостатки по разным профилям подготовленности одним достоинствами другого.

При подготовке чирлидеров дисциплины «чир перформанс» модельные характеристики, соответствующие определенному квалификационному уровню, должны быть представлены по выделенным критериям и параметрам в каждом профиле подготовленности (физический, технический, психологический).

Библиографический список

1. Загвязинский, В.И. *Общая панорама педагогического исследования по проблемам физической культуры и спорта* / В.И. Загвязинский, И.В. Манжелей // *Теория и практика физической культуры*. – 2016. – № 3. – С. 3-5.
2. Зинченко, И.А. *Факторная структура физической и технической подготовленности спортсменов в черлидинге на этапе специализированной базовой подготовки* / И.А. Зинченко // *Физическое воспитание студентов*. – 2010. – № 6. С. 22-25

3. Клецов, К.Г. Модельные характеристики содержания соревновательных упражнений у спортсменов высокой квалификации в дисциплине чир – фристайл – двойка чир спорта (модель чемпиона) // Совершенствование системы подготовки в танцевальном спорте: материалы XVII Всероссийской научно-практической конференции 6 марта 2018 г. / под ред. В.А. Александровой. – М.: РГУФКСМиТ, 2018. – С. 32-36.

4. Кузьмин, М.А. Особенности, характеристика, компоненты черлидинга как спортивной дисциплины / М.А. Кузьмин, Р.Г. Тихонов // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2015. – №1. – С. 50-52

5. Эпп, Т.И. Индивидуальная и командная техническая подготовленность спортсменов в черлидинге / Т.И. Эпп, О.В. Тимофеева // Наука о человеке: гуманитарные исследования. – 2016. – № 3. – С. 143-147.

УДК 796/799

Чаюн Д.В., к.п.н.; Красавина К.Е.

ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКИ В ТЮМЕНИ

Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия, d.v.chayun@utmn.ru,
krasavina.98@mail.ru

Аннотация. В статье рассматриваются истоки становления художественной гимнастики в Тюмени. Приводятся первые успехи тюменских гимнасток на всесоюзных и всероссийских соревнованиях. Анализируется современное состояние художественной гимнастики в Тюменской области.

Ключевые слова: история, художественная гимнастика, Тюмень.

Chayun D.V., Ph.D.; Krasavina K. E.

HISTORY OF RHYTHMIC GYMNASTICS DEVELOPMENT IN TYUMEN

Tyumen State University, Tyumen, Russia, d.v.chayun@utmn.ru
krasavina.98@mail.ru

Abstract. The article discusses the origins of the formation of rhythmic gymnastics in Tyumen. The first successes of Tyumen gymnasts at the All-Union and All-Russian competitions are presented. The current state of rhythmic gymnastics in the Tyumen region is analyzed.

Key words: history, rhythmic gymnastics, Tyumen.

Создание и распространение по всему миру в конце XIX начале XX вв. выразительной и ритмической гимнастики Франсуа Дельсарта и Эмиля Жак-Далькроза, основанной на сочетании двигательных действий с музыкальным сопровождением, танцевальной гимнастики, с акцентом на амплитудность движений Жоржа Демени и свободного танца, требующего индивидуальности, Айседоры Дункан привело к открытию секций пластического творчества в нашей стране. Вскоре в 1936 году на базе Государственного института физической культуры им. П.Ф. Лесгафта возникают попытки объединить физическое и эстетическое воспитание молодежи через реализацию отдельного предмета «художественная гимнастика», а затем учеными института впервые разработаются правила соревнований.