

Федеральное государственное автономное
образовательное учреждение
высшего образования
«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Институт физической культуры, спорта и туризма
Кафедра теории и методики спортивных дисциплин

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий кафедрой

_____ А. Ю. Близневский

« _____ » _____ 2018 г.

ДИПЛОМНАЯ РАБОТА

49.03.01 Физическая культура

**СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ВЫСТУПЛЕНИЙ ДЕВУШЕК 16 - 18 ЛЕТ,
ЗАНИМАЮЩИХСЯ ВОЗДУШНОЙ ГИМНАСТИКОЙ НА ПОЛОТНАХ В
РОССИИ И КРАСНОЯРСКЕ**

Научный руководитель _____ доцент Е. Н. Сидорова

Выпускник _____ Е. С. Карнаухова

Нормоконтролёр _____ М. А. Рутьковская

Красноярск 2018

РЕФЕРАТ

Дипломная работа по теме: «Сравнительный анализ выступлений девушек 16 - 18 лет, занимающихся воздушной гимнастикой на полотнах в России и Красноярске» выполнена на 56 страниц, содержит 18 рисунков, 1 таблицу, 47 использованных источников, 1 приложение.

ЦИРК, ГИМНАСТИКА, ФИТНЕС, ВОЗДУШНЫЕ ПОЛОТНА, ИСТОРИЯ ПОЯВЛЕНИЯ ВОЗДУШНОЙ ГИМНАСТИКИ НА ПОЛОТНАХ, СТАНОВЛЕНИЕ, СОРЕВНОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ.

Актуальность. Воздушная гимнастика на полотнах - это новый вид спорта, который появился в России в 2009 году. Данное направление имеет большую популярность и развиваются стремительными темпами. Возрастные ограничения для занятий этим видом спорта представлены следующим образом: нижняя граница возрастов участников, составляет 6 лет, юниоры - 16 - 18 лет, и взрослые 18+. Возрастная категория девушек 16 - 18 лет является малоизученной и факторы, влияющие на её развития требуют рассмотрения.

Объект исследования - процесс развития соревновательной деятельности девушек 16 - 18 лет, занимающихся воздушной гимнастикой на полотнах в России и Красноярске.

Предмет исследования - определить и выявить современное состояние соревновательной деятельности девушек 16 - 18 лет, занимающихся воздушной гимнастикой на полотнах в России и Красноярске.

Цель - современное состояние соревновательной деятельности девушек 16 - 18 лет, занимающихся воздушной гимнастикой на полотнах, и перспективы дальнейшего развития.

Выявлен факт только начального этапа становления этого вида спорта, а тек же общее увеличение количества участников по данному виду спорта, участие девушек 16 - 18 лет на протяжении всего цикла исследования всегда является усреднённым. Обнаружен ряд проблем, которые препятствуют дальнейшему развитию воздушной гимнастики на полотнах.

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	4
1 История возникновения и развития воздушной гимнастики на полотнах	7
1.1 Воздушная гимнастика на полотнах	7
1.2 Воздушная гимнастика на полотнах в России	17
1.3 Возникновение воздушной гимнастики на полотнах в Красноярске и Красноярском крае.....	25
1.4 Развитие воздушной гимнастики на полотнах в Красноярске и Красноярском крае.....	27
1.5 Становление воздушной гимнастики на полотнах в Красноярске и Красноярском крае.....	31
1.6 Анатомо-физиологические особенности развития девушек 16 - 18 лет.....	31
2 Организация и методы исследования	35
2.1 Организация исследования	35
2.2 Методы исследования.....	35
3 Результаты исследования и их анализ	36
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	47
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	49
ПРИЛОЖЕНИЕ А	55

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность. Воздушная гимнастика на полотнах - это новый вид спорта, который появился в России в 2009 году. Главным источником её появления является цирковое искусство. Предшественниками этого вида спорта были такие жанры цирковой гимнастики и акробатики, как корд де волан, трапеция, ремни и другие виды эквилибристики, характерной чертой которых являлось зрелищное выступление на высоте, под куполом цирка.

Изначально этот вид гимнастики возник как новое направление фитнес индустрии, и благодаря своему не стандартному виду и эстетически красивому исполнению обрёл свою аудиторию поклонников, которые развили это направление в зрелищный и сложный вид спорта. Гимнастика на воздушных полотнах хоть и красиво выглядит, но довольно сложная и даже опасная дисциплина. Но это и привлекает людей в этот новый вид спорта, который лежит на стыке гимнастики, акробатики, циркового искусства и танцев. Последнее время гимнастика на воздушных полотнах становится интересной альтернативой танцевальным и спортивным занятиям для непрофессионалов, которые успешно осваивают базовые элементы этого вида акробатики, а иногда достигают высокого уровня владения этим снарядами, вплоть до выполнения сложных элементов. Данное направление имеет большую популярность и развиваются стремительными темпами. Открываются различные школы, студии, главным видом деятельности которых является обучение воздушной гимнастики на полотнах, появляются первые соревнования и фестивали. Стали проводиться соревнования не только городских масштабов, но и региональные, Российские, международные. Так же вырос уровень и масштабы проводимых соревнований благодаря регламентированности правил и появлению квалифицированных судей.

Стоит отметить, что возрастные границы участников расширились, благодаря популяризации воздушной гимнастики, благодаря СМИ, различным социальным сетям и осведомлённости многих граждан. Возрастные ограничения для занятий этим видом спорта представлены следующим образом: нижняя

граница возрастов участников, составляет 6 лет, юниоры - 16 - 18 лет, и взрослые 18+. Возрастная категория девушек 16 - 18 лет является малоизученной и факторы, влияющие на её развития требуют рассмотрения.

Таким образом, выявлена проблемная ситуация: заинтересованность девушек 16 - 18 лет в занятиях воздушной гимнастикой на полотнах, и участие их в соревновательной деятельности и малая степень изученности воздушной гимнастики на полотнах, его история возникновения и перспективы развития в России и Красноярском крае. Данное положение и определило актуальность нашего исследования.

Объект исследования - процесс развития соревновательной деятельности девушек 16 - 18 лет, занимающихся воздушной гимнастикой на полотнах в России и Красноярске.

Предмет исследования - определить и выявить современное состояние соревновательной деятельности девушек 16 - 18 лет, занимающихся воздушной гимнастикой на полотнах в России и Красноярске.

Цель - современное состояние соревновательной деятельности девушек 16-18 лет, занимающихся воздушной гимнастикой на полотнах, и перспективы дальнейшего развития.

Гипотеза исследования заключается в том, чтобы на основе методов исследования дать оценку современного состояния воздушной гимнастики на полотнах в России и Красноярске и определить возможные пути развития соревновательной деятельности девушек 16 - 18 лет, занимающихся воздушной гимнастикой на полотнах.

Задачи исследования:

1. Проанализировать научно-методическую литературу по воздушной гимнастике на полотнах в России и Красноярске.
2. Определить и выявить современное состояние соревновательной деятельности девушек 16 - 18 лет, занимающихся воздушной гимнастикой на полотнах в Красноярске и в России.

3. Определить тенденции развития воздушной гимнастики на полотнах в России и Красноярске.

Методы исследования: анализ литературных источников, анализ документальных данных, анкетирование.

Практическая значимость состоит в возможности использования результатов, полученных в ходе исследования, в деятельности национальных и региональных федераций, организующих спортивные турниры и фестивали в РФ по воздушной гимнастике на полотнах и получить на основе документальных данных итоговых протоколов представление о дальнейшем развитии и перспективах участия в соревнованиях по данному виду спорта среди девушек 16 - 18 лет.

1 История возникновения и развития воздушной гимнастики на полотнах

1.1 Воздушная гимнастика на полотнах

«Танец на полотнах», «воздушная гимнастика», «воздушная акробатика», «воздушно-спортивный эквилибр» - каких только сегодня не существует определений воздушному виду циркового искусства. Но правильным и нерушимым термином считается «воздушная гимнастика на полотнах», все остальные термины – производные, созданные самостоятельно школами, в которых стало появляться это направление.

В подтверждении этого следует разобрать этот термин. Так, в книге «Энциклопедический словарь Брокгауза и Ефрона» гимнастика (греч. *gymnastike*, от *gymnazo* - тренирую, упражняю) - система специально подобранных физических упражнений, методических приемов, применяемых для укрепления здоровья, совершенствования двигательных способностей человека, силы, ловкости, выносливости. Эти упражнения позволяют воздействовать либо на весь организм, либо способствовать развитию отдельных групп мышц и органов. Различают гимнастику: основную (включая гигиеническую зарядку), прикладную (в т. ч. производственную), спортивную, художественную, акробатику, аэробику, шейпинг, стретчинг [17]. Слово «воздушная» дано исходя из истории появления, а именно из циркового искусства. Так, в учебном пособии циркового и эстрадного искусства «О жанрах советского цирка» это определение является следующим: к воздушной гимнастике относятся упражнения, выполняемые на снарядах или аппаратах, подвешенных к куполу цирка: гимнастика на трапеции, гимнастика на корд де волане, гимнастика на вертикальном канате, гимнастика на турниках, гимнастика на рамке, гимнастика на бамбуке, «воздушный полет» [2].

Чтобы иметь полное представление о данном виде спорта, нужно дать определение самому используемому снаряду. Воздушные полотна - это тканое

полотно, состоящее из синтетических нитей, как правило это может быть искусственный шёлк, атлас, атлас-креш. Так же на данный момент зарубежными производителями выпускаются полотна, состав которых позволяет сделать этот вид спорта менее травматичным, например, избежать ожогов при скольжении, и более разнообразным, так как ткань стала легче и более пружинящей, что позволяет придумать и выполнить трюки и элементы, которые раньше не могли быть осуществлены из-за особенностей ткани.

Появление воздушной гимнастики на полотнах в первое время представляло собой как один из новых интересных видов фитнеса. Первыми учениками были девушки/женщины, которые искали какой-либо новый интересный вид физической активности, которым они могли бы увлечься и соответственно улучшить свою физическую подготовку. Фитнес в обобщенном виде представляет собой совокупность мероприятий, направленных на разностороннее физическое развитие человека, формирование высокого уровня его здоровья, получение физического удовольствия и морального удовлетворения. Занятия фитнесом помогают восстановить физическую и умственную работоспособность, улучшить сопротивляемость организма человека инфекциям и негативным последствиям стрессов [3]. Целью фитнеса как дисциплины является всестороннее развитие и совершенствование всех физических качеств, повышение общей и специальной физической подготовленности, оздоровление организма, развитие чувства ритма, культуры движений[1]. Отличительной чертой воздушной гимнастики на полотнах стал не маловажный фактор, который обязательно должен присутствовать в тренировочном процессе - это обеспечение техники занимающихся. Для достижения поставленных целей и задач перед спортсменами необходимо учитывать требования техники безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований:

- проводить тренировочные занятия в соответствии с тренировочной программой;

- готовить спортивный зал, предусматривать и устранять возможности получения травмы в спортивном зале;

- использовать во время проведения тренировки инвентарь, который не может травмировать спортсменов;
- организовывать занятия так, чтобы исключить возможность травматизма;
- провести инструктаж со спортсменами по технике безопасности;
- вести журнал учета инструктажа, следить чтобы все ознакомились с Инструкцией и расписались в специальном журнале;
- проводить занятия только в специально подготовленных местах (в спортивном, в гимнастическом зале);
- перед занятием выяснить самочувствие занимающихся;
- приступать к занятиям только после разминки, подготовив мышечно-связочный аппарат и суставы верхних и нижних конечностей к работе [28].

Не смотря на весьма облегченный и упрощенный вид физической активности в данном виде спорта, истоки которого уходят в цирковую гимнастику, происхождение и сущность номеров и жанров тесно связаны с целостным осмыслением процессов движения и изменения, с формированием представлений человека о динамическом равновесии в культуре. Ведь динамическое равновесие – исток не только циркового искусства. Динамическое равновесие между разными компонентами культуры является формой ее существования и развития, толчком к культурным инновациям [4].

Воздушная гимнастика родилась недавно. Есть несколько видов воздушно-гимнастических снарядов: бамбук, кольца, корд де парель и трапеция (неподвижная, подвижная, «Вашингтон»); все они вошли в цирковой обиход во второй половине XIX века. До этого в ходу была в основном предшественница трапеции — корд де волан, говоря проще, сильно провисший канат, на котором акробат балансировал, исполняя номера эквилибра или демонстрируя различные «обрывы» (трюк, заключающийся в том, что артист, одним неуловимым движением прикрепив ноги к канату, «падает» в пустоту и повисает на носках). Эта работа осуществляется на большой высоте; она очень зрелищна и сегодня вновь начинает пользоваться успехом у публики [31].

Ещё одним первоисточником появления воздушной гимнастики на полотнах, были и другие виды гимнастики, которые в итоге имеют общее начало.

Гимнастика – система специально подобранных физических упражнений, методических приемов, применяемых для укрепления здоровья, гармоничного физического воспитания и совершенствования двигательных способностей человека, его силы, ловкости, быстроты, выносливости, гибкости [16].

История гимнастики - это специфическая область знаний, важный раздел истории физической культуры и общей культуры, наука о закономерностях развития гимнастики в различные исторические эпохи в связи с экономическими, политическими и культурными условиями жизни людей. Гимнастика порождена жизнью, трудовой деятельностью людей и развивалась под влиянием достижения наук о человеке, законов развития общества, способов ведения войн и по своим собственным закономерностям.

По мере развития наук о человеке открывались новые возможности для использования гимнастики в целях укрепления здоровья, повышения функциональных возможностей организма, подготовки занимающихся к здоровому образу жизни, учебе, труду, выполнению воинских обязанностей [7].

Советские педагоги и психологи поделили гимнастику на виды. Все они имеют свои определенные задачи. Образовательно-развивающая гимнастика направлена на развитие и общее укрепление организма для определенных лиц или для того или иного возраста. Сюда относится развивающая гимнастика для школьников и дошкольников, женская (направленную на развитие и укрепление женского организма), атлетическая (направленная на силовые виды деятельности) и некоторые другие виды. Оздоровительная гимнастика направлена на оздоровление организма. К такому виду относят зарядку, физкультминутку (сегодня ее использование получило широкое применение на уроках в школах), ритмику и лечебную гимнастику. Спортивные виды гимнастики направлены на развитие физических качеств и силы воли. Сюда относятся художественная гимнастика и спортивная акробатика. Овладев техникой тех или иных физических упражнений, дети участвуют в показе своего спортивного мастерства.

Воздушная гимнастика на полотнах является одним из наиболее зрелищных и эстетичных видов спорта среди своих «однотруппников». Но нельзя не отметить тот факт, что многие элементы и трюки имеют сходство со смежными видами спорта. Одним из них является художественная гимнастика.

Одним из важных аспектов оценивания изучаемого вида спорта является прежде всего его артистичность, выразительность, правильный подбор элементов, переходов и срывов.

Специфика проявления артистичности в гимнастике имеет свои особенности. Артистизм понимается как совершенство, законченность, выразительность, изящество, самобытность выполнения движений и упражнения в целом. В соответствии с правилами соревнований в технико-эстетических видах спорта, ошибками в проявлении артистичности являются недостаток легкости, уверенности, элегантности, неловкие, угловатые движения, незаконченное, натянутое исполнение, оставляющее плохое впечатление.

В современной научно-методической литературе термин «выразительность» в различных искусствах трактуется по-разному. Главный критерий выразительности – гармоничность. Выразительность проявляется статично и динамично. Статическая выразительность присуща живописи, архитектуре, литературе; динамическая – балету, танцу, музыке, спорту и т. д. Выразительность исследуется как качественно, так и количественно. Качественные оценки позволяют выявить уровень развития выразительности в различных областях деятельности, а количественные – как выразительность влияет на двигательное действие в различных условиях, и кроме того более объективно оценить уровень выразительности спортсмена.

Понятие выразительности играет особую роль в технико-эстетических видах спорта. В литературе не систематизированы критерии выразительности. В спортивной деятельности двигательная выразительность более значима, чем статическая. Данный вид выразительности способен в полной мере отразить замысел композиции и характер музыкального сопровождения.

Характер и эмоциональное содержание музыкального произведения должны соответствовать физическим, техническим, психологическим, выразительным, возрастным особенностям спортсменов. Чем выше мастерство, музыкальность, культура движений гимнастики, тем больше её возможности в придании движениям определенного характера, выразительности.

Все элементы в композициях гимнасток должны выполняться в соответствии с основными характеристиками музыки (метр, размер, темп, ритм и динамические оттенки музыки – громко, тихо), то есть они также должны нести в себе «рациональное зерно» артистизма и способствовать созданию образа[43].

Не маловажным фактором оценивания исполнения номера - сложность и зрелищность выполнения срыва. Зачастую обмотка полотна для его выполнения затратна по времени, и чтобы этот момент не повлиял отрицательно на гармоничность и артистическое мастерство при выполнении номера, замотку выполняют с дополнительными элементами, либо подстраиваясь под музыкальную композицию и темп выполняю с характерными движениями и пантомимикой.

Другой вид спорта, от которого воздушная гимнастика взяла некоторые принципы и качества - это ритмическая гимнастика.

Ритмическая гимнастика – это разновидность гимнастики, такой системы упражнений, которая дарит бодрость, здоровье, мышечную радость, повышает тонус нервной системы. Так же как и в ритмической гимнастике, в воздушную гимнастику на полотнах входит неограниченный подбор движений, воздействующих на все группы мышц, а также на развитие двигательных координативных качеств, таких как ловкость, гибкость, выносливость, пластичность, ритмичность.

Координационные способности связаны с возможностями управления движениями в пространстве и времени. Человек не просто реагирует на внешнюю ситуацию. Он должен учитывать возможную динамику ее изменения, осуществлять прогнозирование предстоящих событий и в связи с этим строить

соответствующую программу действий, направленную на достижение положительного результата.

Воспроизведение пространственных, силовых и временных параметров движений проявляется в точности выполнения двигательных действий. Их развитие определяется совершенствованием сенсорных (чувствительных) механизмов регуляции движений. Точность пространственных перемещений в различных суставах (простая координация) прогрессивно увеличивается при использовании упражнений на воспроизведение поз, параметры которых задаются заранее.

В современных условиях значительно увеличился объем деятельности, осуществляемой в вероятностных и неожиданно возникающих ситуациях, которая требует проявления находчивости, быстроты реакции, способности к концентрации и переключению внимания, пространственной, временной, динамической точности движений и их биомеханической рациональности [11].

Стоит так же отметить, что становление воздушной гимнастики на полотнах ещё только набирает обороты и как самостоятельный вид спорта ещё проходит свой период развития. Например, в художественной гимнастике выполнение композиции можно условно разделить на три стиля: спортивный, танцевальный и этюдно-образный, которые имеют различное сочетание средств выразительности. В Воздушной гимнастике на полотнах на данный момент преобладает выполнение спортивного стиля, в котором упор делается на демонстрацию физических качеств при подобранном музыкальном сопровождении. В последние только два года, этот метод исполнения подвергается всё большей критике и для оценивания спортивного мастерства спортсменов выбирается этюдно-образный стиль. Этюдная работа позволяет раскрыть в гимнастках способности к проявлению «артистичности», которая является таким же заложенным природой качеством, как и физическое, но наиболее трудно поддающееся развитию [12].

Так же как и в художественной гимнастике, воздушная гимнастика на полотнах относится к видам спорта, где движения оцениваются по качеству их

выполнения, а задача спортсменки – показать способность управлять своими движениями, проявлять умения, сочетать их в координационные акты разной степени сложности, используя статическое и динамическое выполнение с максимальным проявлением амплитуд движений.

Возросшая динамичность, сложность и зрелищность соревновательных композиций требуют пристального внимания к совершенствованию всех сторон подготовки, от которых зависят спортивные достижения, где физическая подготовка является основой для эффективной реализации всех других видов подготовки [30].

В педагогической практике современности компоненты воздушной гимнастики все чаще становятся частью занятий физической культурой, поскольку они способствуют оформлению и развитию двигательных умений и навыков, приобщению к моральным и волевым качествам. Воздушная гимнастика обеспечивает укрепление здоровья, способствует физическому развитию, повышает уровень работоспособности школьников, а также развивает двигательные качества, позволяющие выполнять движения в поставленном ритме. Также в процессе занятий школьники развивают эластичность, подвижность, гибкость, ловкость, силу, выносливость, способности координации и прыгучесть.

Как правило, пользуются популярностью несколько основополагающих методов обучения упражнениям воздушной гимнастики. Педагоги отдают предпочтение методу обучения при помощи расчленения материала и методу комплексного освоения упражнений.

Комплексный метод широко используется в воздушной гимнастике, это можно объяснить доступностью выполнения упражнений. Практически каждое упражнение, соответствующее степени трудности, способно быть усвоено целостным образом. Однако необходимо учитывать, что применение целостного метода обучения предполагает наличие широкой двигательной базы, полученной ранее. К подобной двигательной базе относятся элементы, которые являются необходимыми для развития и в качестве основы, которая позволяет осваивать еще более трудные упражнения.

Метод деления или расчленения чаще всего применяется в процессе изучения наиболее трудных упражнений. Он используется для корректировки двигательных навыков, а также для исправления возможных ошибок, допускаемых учащимся. Метод обучения при помощи расчленения применяется при оттачивании точности движений в их отдельных фазах [14].

Стоит так же избегать стереотипизацию двигательных действий, это может приводить к нежелательному эффекту и отрицательно влиять на овладение тех же, но видоизменённых упражнений [13].

Важным моментом для отбора и дальнейшему развитию учеников в данном виде спорта, стоит учитывать психологическую предрасположенность к нему. Исследуются, в первую очередь, наследственные характеристики, которые обеспечивают пригодность к занятиям спортом вообще, и к конкретному виду спорта, в частности. Для этого сначала надо определить требования со стороны психологических профессиональных качеств к избранному виду спорта, а затем выявлять задатки и способности кандидата для профессионального занятия спортом [34].

Ещё один не маловажный фактор, который стоит учесть в воздушной гимнастике на полотнах - это тренировочная и соревновательная надёжность. В тренировочной деятельности важно использование образных представлений, которые являются эффективным средством подготовки спортсменов. Для успешного и эффективного выполнения элемента, важно иметь образное представление о нём, о его видах в пространстве. Эффективность применения образов, по мнению ряда авторов, зависит от профессионального уровня спортсменов. Чем выше профессиональный уровень спортсменов, тем более активно они используют образные представления в тренировочном и в соревновательном процессах (чаще всего до начала соревнования), и тем чаще применяют образные техники перед сном [5].

В теории и практике воздушной гимнастике на полотнах наименее изучена проблема комплексной подготовки спортсменов, как на протяжении тренировочного занятия, так и на кульминационном этапе предсоревновательного

периода подготовки. Высокие и специфические требования тренировочных и соревновательных нагрузок к психофизиологическим функциям и нервно-мышечному аппарату спортсменок, при повышенном объеме психофизической и нервно-эмоциональной напряженности требуют большого внимания [47].

В целях объективного определения перспективности занимающихся и своевременного выявления недостатков в их подготовке, целесообразно регулярно проводить комплексное тестирование спортсменов.

Программа комплексного тестирования должна включать оценку всех видов подготовленности.

В процессе обследования все занимающиеся должны находиться в равных условиях: иметь возможность размяться, начинать по жребию, при необходимости получить дополнительную попытку [25].

Важным моментом в развитии воздушной гимнастики на полотнах является модель взаимоотношений «тренер - спортсмен». Основным критерием, определяющим дальнейшее развитие воздушной гимнастики на полотнах является не высокий результат спортсменов «любой ценой», модель отношений, где успешность деятельности тренера оценивается по степени усилий, которые вместе со спортсменами он приложил, чтобы победить [32]. К сожалению, непризнанность этого вида спорта показывает ряд отрицательных сторон, при которых официальные взаимоотношения «тренер - спортсмен» не определяются спортивно-правовыми отношениями, так как развитие социально-трудовых отношений профессиональной деятельности спортсменов и тренеров определяется не только особенностями указанной сферы физической культуры и спорта как отрасли экономики, но также институциональными условиями ее развития [8].

Воздушная гимнастика на полотнах является мощным фактором в идейном воспитании молодого поколения, формирования у них коллективизма, дружбы товарищества, воспитания чувства патриотизма и любви к Родине [27].

В настоящий момент в условиях развития системы физической культуры и спорта одной из центральных задач государства в сфере спорта является со-

здание условий, обеспечивающих возможность для граждан страны вести здоровый образ жизни, систематически заниматься физической культурой и спортом, получить доступ к развитой спортивной инфраструктуре, а также повысить конкурентоспособность российского спорта. Но реальная работа непосредственно по реализации Стратегии в стране разворачивается медленно, многие целевые ориентиры, предусмотренные в Стратегии, не нашли отражения в официальных документах органов исполнительной власти субъектов РФ в области физической культуры и спорта [18].

1.2 Воздушная гимнастика на полотнах в России

Современный спорт отличается динамичностью, результативностью, массовостью. Помимо всего прочего его отличительной особенностью стало появление множества новых видов спорта, которые быстро становятся популярными и начинают теснить традиционные виды спорта. Выделяются такие способы появления новых видов спорта, как реализация оригинальной авторской идеи физического совершенствования, дифференциация версий традиционного вида спорта, миграция зарубежного спорта, интеграция традиционных видов спорта, международная популяризация народной спортивной традиции в международных масштабах, формирование экстремальной физической культуры, внедрение новых технологий в спорт. Возникновение новых видов спорта, оригинальных комплексов упражнений для различных целей стало довольно распространенным явлением в современном обществе. Различные виды спорта появляются и быстро развиваются, конкурируют с уже хорошо известными традиционными видами спорта [19].

Воздушная гимнастика на полотнах в России появилась в 2009 году. Фактором, повлиявшим на её появление, явилось стремление танцевальных и фитнес студий завоевать внимание клиентов каким-то новым и достаточно доступным видом тренировочной деятельности. В то время сфера услуг в фитнес индустрии и танцевальных направлений могла предложить уже достаточно при-

евшиеся виды направлений. Разнообразие в эту сферу принёс один из наиболее популярных и интересных видов спорта и танца - танец на пилоне, который истоками своего происхождения так же обязан цирковой гимнастике, где практически идентичным направлением можно считать китайский пилон, который выступал в качестве снаряда на зрелищных выступлениях в цирках Китайской Народной Республики. Студии и школы танца на пилоне, вид деятельности которых заключался в предложении новых танцевальных направлений, применяемых на таком снаряде как пилон, так же подхватили и такое новое направление как воздушная гимнастика на полотнах. На начальных этапах своего появления, этот вид спорта так же имел и другие названия: воздушные полотна, танец на полотнах, воздушный шёлк, а так же зачастую можно было услышать англоязычное название *aerialsilks*.

Воздушная гимнастика на полотнах достаточно зрелищный вид спорта и вызывает у людей особенный интерес своим эстетическим и уникальным видом исполнения. За последние 10 лет этот вид физической деятельности вырос с одного из вида фитнеса, до самостоятельной дисциплины. Этому так же способствовали появление различных организаций и обществ, целью которых являлось популяризация и проведение фестивалей и соревнований по этому виду спорта.

На данный момент в России зарегистрировано три организации, целью которых является комплексное развитие и проведение активной организационно-спортивной деятельности по воздушной гимнастике на полотнах. Их появление только подтверждает активное развитие воздушной гимнастики на полотнах как нового вида спорта, а так же выявляет неоднозначную трактовку данной дисциплины со стороны установления правил судейства и исполнения номеров. Каждая организация, пропагандируя свой вид деятельности и установленные правила, имеет свои региональные представительства в разных городах России. Но, фактически являясь представительствами одного и того же вида спорта в нашей стране, в итоге конкурируют между собой за право быть

единственно признанной организацией по воздушной гимнастике на полотнах и других смежных дисциплинах.

Одной из первых организации, которая впервые правила соревнования по воздушной гимнастике на полотнах является Общероссийская общественная спортивная организация «Федерация спортивной хореографии России» (ФСХР), официальная дата появления которой 13 сентября 2013 года, но ведёт свою деятельность с учредительной конференции 7 февраля 2012 года. Федерация спортивной хореографии России позиционирует себя как уникальную структуру, объединяющую эстетические виды спорта, имеющие признание по всему миру. Единственная в России спортивная Федерация, развивающая современные виды спорта, основанные на соединении музыки, искусства, акробатики и спорта. Федерация спортивной хореографии России развивает следующие дисциплины: кантри данс\линейные танцы, роупскиппинг, батон твирлинг, винтер гурд, воздушно - спортивный эквилибр, поул спорт, мажоретки, дриль и другие дисциплины спортивной хореографии Так же в своём составе эта организация имеет 30 региональных отделений в субъектах Российской Федерации. В календаре мероприятий ФСХР 56 соревнований и три общероссийских конгресса по спортивной хореографии. Крупнейшим соревнованием является Кубок ФСХР. А так же ФСХР тесно сотрудничает с Комитетом национальных и неолимпийских видов спорта – КННВС [20].

Своими целями и задачами ставят: выявление сильнейших спортсменов мира по Воздушно-спортивному эквилибру на девяти снарядах; обмен опытом между тренерами и спортсменами разных стран мира; пропаганда воздушно-спортивного эквилибра (ВСЭ) как вида спорта среди населения; пропаганда здорового образа жизни [46].

Вторая организация, которая в рамках развития установленных в ней дисциплин развивает воздушную гимнастику на полотнах, является Общероссийская физкультурно-спортивная общественная организация «Федерация воздушно-силовой атлетики России» (ОФСО «ФВСАР»). Официальная дата создания данной структуры является 16 ноября 2016 года, но в истории своей дея-

тельности указывает 2009 год. Данная организация так же занимается общественно-полезной деятельностью, такой как специальная программа «БУДЬ ГОТОВ» по подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК «ГТО»), а так же разработка Концепции адаптивной физической культуры для людей с ограниченными возможностями здоровья [22].

Целями ФВСАР является – комплексное развитие воздушно-силовой атлетики, а также содействие в популяризации норм ВФСК «ГТО» посредством реализации социально-значимых проектов на территории субъектов Российской Федерации.

Ставит перед собой следующие задачи:

Создание эффективной системы физического воспитания, направленной на развитие человеческого потенциала и популяризации концепции здорового образа жизни.

Создание качественной и доступной инфраструктуры, обеспечивающей возможность гражданам систематически заниматься общей физической подготовкой и спортом.

Организация и проведение спортивных культурно-массовых мероприятий на территории субъектов Российской Федерации.

Создание рабочих мест: обучение тренеров по воздушно-силовой атлетике (ВСА), а также инструкторов по подготовке к выполнению нормативов ГТО.

Социальная адаптация людей с ограниченными возможностями здоровья посредством интеграции комплексных программ по общей физической подготовке и организации тренировочного процесса для указанных групп граждан. Эффективное информационное продвижение реализуемых проектов [33].

Третья организация, представляющая гимнастику на воздушные полотнах в России является Федерация Воздушной атлетики России (ФВАР), дата деятельности которой позиционируется от 12 августа 2012 года (официальная дата 6 февраля 2017), основные дисциплинами которой являются спорт на пилоне (polesport), воздушная гимнастика на полотнах и кольце, воркаут, а так же не-

сколько новых дисциплин - это триклайн (слеклайн), возникший в конце 1970х годов ифриджампинг (упражнения на батутах) [37]. Главной целью ФВАР является популяризация и содействие в развитии дисциплин Воздушной Атлетики – спорту на пилоне, воздушным полотнам и кольце и другим в России [38].

На данный момент в Росси дисциплина воздушная гимнастика на полотнах, не зарегистрирована во Всероссийском реестре видов спорта, в связи с чем название этого вида спорта в разных Федерациях может отличаться.

Таблица 1 - Федерации по воздушной гимнастике на полотнах в России

Полное название федерации	Аббревиатура	Официальная дата регистрации	Развиваемые дисциплины
Федерации Воздушной Атлетики России	ВФАР	6.02.2017	– Спорт на пилоне. – Воздушные полотна. – Воздушное кольцо. – Триклайн.
Общероссийская физкультурно-спортивная общественная организация «Федерация воздушно-силовой атлетики России»	ОФСОО «ФВСАР»	16.11.2016	– Воздушная атлетика: пилон, воздушные полотна, воздушное кольцо). – Воркаут. – Воркфит.
Федерация Воздушно-спортивногоеквilibра России	ФВСЭР	13.09.2013	– Воздушные: кольцо, канат, полона, петли (гамаки), ремни и стропы, подвесная мачта, трапеция. – стационарные: мачты, полированные мачты, маллакхамб. – вольностоящие: мачта и куб. – оригинальные воздушные снаряды: сетка, цепи, воздушный куб, сфера и т. д. – трости для эквilibра.

Соревновательная система в воздушной гимнастике на полотнах в процессе своего развития приобрела свои специфические требования к организации турниров и определило два подхода к их проведению:

Открытые турниры (фестивали), правила которых утверждаются организаторами и могут относиться к одной федерации, так и могут быть совокупностью нескольких национальных или международных федераций.

Рейтинговые (отборочные) турниры организуются в соответствии с правилами федерации, которая и организует данное событие. При этом судейские бригады состоят из аттестованных и обученных федерацией судей.

Соревновательная оценка в дисциплине воздушная гимнастика на полотнах основывается на демонстрации композиции, соответствующей своему артистическому образу и с набором обязательных элементов, где судейские бригады оценивают технику выполнения и допущенные ошибки. Именно этот факт отличает воздушную гимнастику на полотнах от танцевального или циркового выступления на том же снаряде.

Как и многие другие виды спорта как официально признанные, так и нет, воздушная гимнастика на полотнах в России так же проходит свой путь развития и становления. Это и правила проведения соревнований и критерии оценок, это и различные виды отбора спортсменов, а так же взаимоотношения тренеров и спортсменов как на психологическом, так и на правовом уровне.

Спортивная деятельность всегда осуществляется в рамках определенных правил. Правила спортивных соревнований призваны гарантировать сохранение сущности спорта, заключающейся в объективном сравнении человеческих возможностей и выявлении на этой основе их максимального уровня в условиях неантагонистического соперничества. К достижениям в воздушной гимнастике на полотнах стоит отнести артистичное исполнение композиции под музыку с максимальным проявлением координационных способностей, гибкости, равновесия, вестибулярной устойчивости. Уровень достижений определяется мерой исполнительского мастерства, которая складывается из следующих компонентов: сложности композиции, технического и артистического исполнения.

Одним из путей совершенствования процесса судейства соревнований является создание научно обоснованных правил соревнований, включающих адекватные критерии оценки компонентов исполнительского мастерства спортсменов. Документ, управляющий развитием воздушной гимнастикой на полотнах, должен воздействовать на вид спорта с целью упорядочения, нормального функционирования и дальнейшего его развития. Необходимым условием эффективности управляющего в гимнастике документа правил соревнований является строгое соответствие логичным закономерностям развития упражнений и учет их тенденций развития на долгосрочную перспективу [26].

Ещё одним критерием оценки является уровень исполнительского мастерства, который определяется субъективной измерительной системой – экспертной оценкой, поэтому проблема качественной экспертизы соревновательных программ, в том числе сложности, приобретает особую остроту и актуальность. Существующая, весьма приблизительная, оценка сложности элементов структурных групп гимнастики не позволяет определить их реальную техническую ценность, что негативно сказывается на развитии вида спорта в целом [21].

К ещё одному очень важному фактору развития воздушной гимнастики на полотнах стоит отнести - спортивный отбор. Работа на высоте предполагает умение не только развитие физических качеств спортсмена, но и наличие координационных способностей и психологической предрасположенности к воздушной гимнастике на полотнах, а так же мотивацию к занятиям ещё не признанного спорта.

Специфика двигательной деятельности в художественной гимнастике обуславливает неодинаковые требования к развитию различных двигательных качеств. Для оптимального построения тренировочного процесса в воздушной гимнастике на полотнах необходимо уже на начальном этапе предвидеть те ведущие факторы, которые обеспечат высокий и стабильный результат в спорте. Среди значимых факторов в первую очередь называются такие, как: гибкость, выносливость, точность мышечных ощущений, динамическое равновесие, раз-

витый вестибулярный аппарат. Актуальность проблемы спортивного отбора на современном этапе развития спорта не только не снижается, а возрастает с новой силой. Это связано с тем, что существующая практика отбора в спорте пока не может быть оценена как достаточно эффективная и соответствующая современным требованиям стремительно развивающегося спорта. Решение вопросов спортивного отбора призвано способствовать более эффективному разделению этих направлений, их автономному развитию с учетом специфических задач каждого. Оценка координационных способностей должна существенно улучшить систему отбора спортсменов в этом виде спорта. А взаимосвязь координационных способностей с показателями технической подготовленности должны просматриваться на всех этапах спортивной подготовки [24].

Воздушная гимнастика на полотнах, в силу своих специфических особенностей и являясь, по сути, экстремальным видом деятельности, предъявляет весьма разнообразные и высокие требования, в том числе, и к психологическим качествам спортсмена. Очевидно, что не всякий человек обладает психологическим потенциалом, необходимым для достижения высоких результатов в определенном виде спорта. Соответственно, это может стать серьезным препятствием на пути к значимым результатам, даже если спортсмен обладает хорошими физическими данными. Прогнозируя будущую (всегда относительную) успешность или недостаточную перспективность спортсмена, нужно иметь в виду, что не все психологические качества одинаково значимы. Приоритет должен оставаться за биологически обусловленными, «природными» свойствами личности, которые в противоположность социально сформированным чертам, менее подвержены изменению и развитию [15].

Воздушная гимнастика на полотнах являясь абсолютно новым видом спорта и в настоящее время ещё не признанным, может как мотивировать будущих спортсменов к достижению высоких результатов, так и выполнить обратное действие. Выделение мотивов для каждого спортсмена является индивидуальной задачей. Разрозненность оценочной системы разных федераций и отсутствие системы рейтингов спортсменов не дают надежды на какую-либо

статусность в этом виде спорта или поддержку федераций. Но неоспоримым преимуществом воздушной гимнастики на полотнах является возможность проявить и заявить о себе как о спортсмене, в любом возрасте и при отсутствии какой-либо подготовки перед занятием данным видом спорта [41].

Тема стандартизации воздушной гимнастики на полотнах является достаточно актуальной на данный момент. Работа в этой сфере принесёт стабильность и обеспечить большую заинтересованность спортсменов. Профессиональные стандарты в спорте и процесс независимой оценки квалификаций спортивных специалистов на их основе служат отправной точкой в системе обучения и подготовки кадров, составляя основу требований для образовательных стандартов. Профессиональные стандарты и независимая оценка квалификации специалистов различных категорий в спортивной отрасли создают предпосылки к развитию рынка труда для тренеров всех категорий, спортсменов, спортивных судей, спортивных врачей, спортивных руководителей и менеджеров, являются основой для оценки квалификаций и планирования карьеры спортивных специалистов на разных уровнях [9].

1.3 Возникновение воздушной гимнастики на полотнах в Красноярске и Красноярском крае

Своим появлением в Красноярске и Красноярском крае воздушная гимнастика обязана другому виду танца и спорта, выполняемому на снаряде, так же имеющем свои истоки из цирковых видов жанра – пилону. Появление танца/спорта на пилоне предзнаменовала появление какого-то такого же интересного и красивого вида фитнеса, и этим направлением стали воздушные полотна. В Красноярске воздушная гимнастика появилась в 2010 году, и на тот момент её представляла только одна школа. В 2011 году на Чемпионате Сибири по PoleDance на показательном выступлении был показан номер на воздушных полотнах в дуэте.



Рисунок 1.1 - Показательное выступление на Чемпионате Сибири по PoleDance 2011

Благодаря упорному труду и работы по ознакомлению граждан нашего города с новым видом спорта, посредством проведения отчётных концертов, выездных мероприятий и проведению соревнований, удалось найти и привлечь к данному виду спорта ещё большую аудиторию.

Постепенно, но не в таких масштабах как в западной части России, воздушная гимнастика на полотнах стала развиваться в г.Красноярске. И в 2012 году на Чемпионате города Красноярска по PoleDance так же показательным выступлением в синхронной двойке был представлении номер на воздушных полотнах.

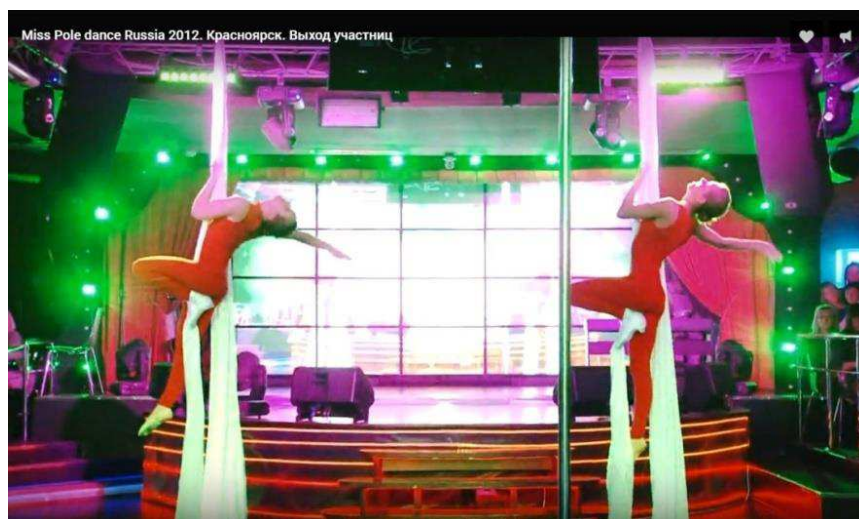


Рисунок 1.2 - Показательное выступление на Чемпионате города Красноярска по PoleDance 2012

В дальнейшем появились ещё несколько школ, где так же ввели данную дисциплину в своей тренировочной деятельности. Многие из них были учениками той первой школы. В течении некоторого времени, стали появляться школы в близлежащих городах нашего края, таких как Абакан, Кемерово, Минусинск, Железногорск.

1.4 Развитие воздушной гимнастики на полотнах в Красноярске и Красноярском крае

Воздушные полотна одинаково доступны как гимнастам-любителям, так и циркачам-профессионалам, которые, по справедливому замечанию теоретика, отличаются в этой области лишь тем, что «представляют публике то, что называется на профессиональном наречии «хорошо слаженный номер», то есть серию трюков, внутренне спаянных между собой и расположенных по возрастающей градации». Действительно, кроме такого чисто композиционного преимущества в этой области работа спортсменов-любителей мало чем отличается от работы профессионалов: она требует только хорошо развитой мускулатуры плечевого пояса, а это качество может одинаково встречаться и у профессионалов и у любителей [35].

Первые соревнования, включающие воздушную гимнастику на пилоне были проведены на Чемпионате по спорту на пилоне и спортивно-воздушному эквилибру 14.09.13 г.Красноярска. Была представлена только одна категория выступающих – женское соло (взрослые). Количество участников было не более 5 человек в этом направлении, но именно эти соревнования стали первыми в г.Красноярске.



Рисунок 1.3 - Чемпионат по спорту на пилоне и спортивно-воздушному эквилибру в г.Красноярск

Благодаря появлению всё большего количества учеников по данному виду спорта и достаточно большому ареалу его распространения встал вопрос проведения соревнований не только городского масштаба, но и регионального. Участникам соревнований уже были не только взрослые, но и дети. Так, в 2014 году был организован «Кубок Сибири по спортивно-воздушному эквилибру», в котором приняли участие спортсмены из других городов, таких как Абакан, Железногорск, Кемерово и Красноярск.



Рисунок 1.4 - Кубок Сибири по спортивно-воздушному эквилибру

Подобные соревнования стали ежегодными, количество участников только растёт, выполняемые номера становятся сложнее, программа начинает приобретать обязательные элементы, оценочная система становится более строгой, оценивание программы проводится не только как набор элементов выполненных правильно, но их компоновка под выбранное музыкальное сопровождение и зрелищность номера.

Для более адекватного оценивания возможностей каждого, стали разделять на категории, такие как «любители» и «профессионалы». Среди взрослых и детских номеров образованы возрастные категории участников (дети (1) 5 – 6 лет, дети (2) 7 – 9 лет, дети (3) 10 – 14 лет, юниоры 15-17 лет, взрослые (1) 18 – 34 лет, взрослые (2) 35 -39 лет, взрослые (3) 40+).

Так же выделено несколько категорий данного снаряда:

– Полотна соло (профессионалы и любители). Основа программы: акробатическая композиция элементов на снаряде с четко выраженными началом (начальная позиция на полу) и окончанием. Участники демонстрируют программу на подвешенных через вращательную, машинку полотнах.

– Полотна дуэты. Программа - парная акробатическая композиция элементов с четко выраженными началом и окончанием. Основная часть пред-

ставляет собой комбинацию дуэтных и сольных элементов. Полотна длиной от 8 м, подвешены через вращательную машинку.

– Полотна синхронные двойки. Программа - синхронная (или зеркальная) акробатическая композиция элементов на двух снарядах, подвешенных на расстоянии.

– Малые группы (3-5 человек). Программа - акробатико-хореографическая композиция элементов на одних полотнах, сочетающая различные способы коллективной работы.

– Групповая комбинация (3-8 человек). Основа программы: акробатико-хореографическая композиция, включающая различные способы коллективной работы и перестроения. Снарядами являются 2 подвеса полотен на расстоянии. Программа Групповой комбинации представляет собой сочетание трюков и связок на снарядах с хореографией и групповой акробатикой на полу[44].

К развитию воздушной гимнастики на полотнах в Красноярске и Красноярском крае так же можно отнести тот факт, что многие руководители и тренеры студий и школ, ведущих свою деятельность данном виде спорта, добились не только увеличения количества учеников, но популяризируют этот спорт благодаря своему профессиональному развитию и росту мастерства. Многие из них стали судьями, и при организации соревнований ведут оценочную деятельность не только в своём регионе, но и в других городах России.

Ещё один не маловажный фактор, который даёт толчок к развитию воздушной гимнастики на полотнах, который стоит упомянуть - это организация, либо участие в организации развлекательно-зрелищных мероприятий. Многие крупные торгово-развлекательные центры, авто-центры, рестораны и другие, приглашают спортсменов по воздушной гимнастики на свои мероприятия, благодаря чему для многих людей, приглашённых на мероприятия возникает интерес к этому виду спорта и зачастую эта заинтересованность приводит их в школы и студии по воздушной гимнастики.

Современные возможности технического оснащения позволяют продемонстрировать выступления воздушных гимнастов как мини-спектакли с развитой драматургией и концепцией. Мало что может сравниться по силе воздействия с яркими номерами в исполнении воздушных гимнастов, поэтому блок воздушной гимнастики может стать самым ярким моментом для зрительской аудитории на любом зрелищном событии.

1.5 Становление воздушной гимнастики на полотнах в Красноярске и Красноярском крае

Процесс становления воздушной гимнастики на полотнах в г. Красноярске и Красноярском крае ещё только идёт, можно лишь предполагать и намечать пути его развития. Организации, регламентирующие процессы тренировочной деятельности, сертификацию тренеров и организацию соревнований в данном направлении существует в России несколько. Но так как этот спорт ещё новый и неизученный, путь его к официальному признанию и включению в официальный список во «Всероссийский реестр видов спорта» ещё далёк от завершения. Возможно появление других организаций по воздушной гимнастике по полотнам и другим смежным видам спорта, со своими правилами и регламентом, которые возможно доведут этот вид спорта к официальному признанию.

1.6 Анатомо-физиологические особенности развития девушек 16 - 18 лет

Основоположником возрастной физиологии, и в частности геронтологии, считается И.И. Мечников (1845-1916), сформулировавший теорию старения и смерти как результат отравления организма продуктами гниения белков в кишечнике. Впоследствии развитие различных систем организма человека после рождения изучали Ф.И. Валькер (1893-1955) и П.О. Исаев (1895-1961). Ещё М.В. Ломоносов подчеркивал необходимость подвижных игр для физического

развития детей. П.Ф. Лесгафт (1837-1909) заложил основы школьной гигиены и физического воспитания детей и подростков в соответствии с анатомо-физиологическими особенностями детского организма [33].

Современный этап развития медицинской науки характеризуется постоянно нарастающим интересом к проблеме здорового человека, уровню его психического и физического состояния. Формируются новые подходы в укреплении и развитии здоровья, объединяются усилия учёных, до недавнего времени бывших далеко друг от друга в понимании проблемы здоровья. В связи с этим особую актуальность приобретает изучение физического развития человека, его адаптации к природной и социальной среде, определение влияния социальных и биологических факторов на состояние здоровья и проявления патологических изменений [23].

В последние десятилетия в России для оценки репродуктивного здоровья девушек-подростков используют термин “репродуктивный потенциал” (РП), под которым понимают возможность девочки при вступлении в детородный возраст воспроизвести здоровое потомство [45]. Его уровень и качество определяются суммарным воздействием комплекса медико-социальных факторов, формирующих индекс здоровья девушек, степень их полового и физического развития к окончанию пубертатного периода, готовность к сексологическому партнерству и ответственному материнству [6].

В последние годы в литературе появилось множество публикаций, отражающих негативные тенденции физического развития девушек-подростков. Все авторы едины во мнении, что с начала XXI в. в РФ наблюдается тенденция к его ретардации и дисгармоничности, особенно на территориях с экстремальными и субэкстремальными социальными и географическими условиями проживания, высоким уровнем техногенного загрязнения [6, 10, 32, 33].

Состояние популяционного здоровья и развитие любого общества во многом определяется уровнем здоровья подростков, которые формируют его демографический резерв, культурный, интеллектуальный и профессионально-производственный потенциал.

Юношеским возрастом у девушек считается период с 16 до 20 лет. В этот период в основном заканчивается процесс роста и формирование организма, все основные размерные признаки тела достигают окончательной величины, формируется половая система, созревает репродуктивная функция, устанавливаются овуляторные циклы у девушек [36].

Юношеский возрастной период (у девушек 16–20 лет) характеризуется окончанием развития ростовых процессов и достижением основных размерных признаков дефинитивных величин [29]. При этом возникают взаимные соотношения, при которых с одной стороны известные морфологические и функциональные предпосылки определяют пригодность индивида к определенному виду профессиональной или спортивной деятельности, с другой – в процессе деятельности разные факторы продолжают стимулировать развитие организма, все ещё находящегося в процессе роста [42].

К этим факторам относятся следующие процессы:

- Рост трубчатой кости (до 18-25 лет), окостенение выступов, к которым прикрепляются мышцы, сухожилия, связки. Начиная с 10 и до 18 лет преобладают процессы уменьшения эпифизарных (ростковых) хрящей и продолжают изменения для приспособления суставного хряща к новым возрастным функциональным нагрузкам.

- Рост тела в высоту у девушек завершается в 16-17 лет. В дальнейшем прирост длины тела составляет около 2%.

- Мышцы продолжают развиваться до 20 - 25 лет, оказывая влияние на рост и формирование скелета.

- Работоспособность мышц за счет улучшения координации и точности движений, уменьшения энергозатрат на единицу работы двигательного аппарата.

- Рост спинного мозга продолжается до 20 лет.

– Усиление концентрации и координации процессов возбуждения и торможения, увеличение точности и меткости движений развивается до 13-14 лет, приближаясь к уровню взрослых только к 20 годам.

– К 17 - 18 годам уменьшается гормональный дисбаланс, ликвидируется отставание в развитии сердечно - сосудистой системы, улучшаются условия деятельности центральной нервной системы, усиливается внутреннее торможение, улучшается память, организм становится созревшим. Возрастает умственная и физическая работоспособность; возрастает роль коры в регуляции психической деятельности, контролируются эмоции, появляется возможность использования произвольных видов памяти, внимания, происходит разделение на художественный и мыслительный типы высшей нервной деятельности, отчетливо проявляются типы высшей нервной деятельности [34].

Таким образом, имея различные особенности анатомо-физиологического развития девушек, следует учитывать при занятиях воздушной гимнастикой на полотнах, основная задача которого - укрепление и сохранения здоровья. Благодаря регулярным занятиям, улучшаются функциональные возможности девушки, происходит улучшение таких систем как дыхательная, сердечно-сосудистая, нервная, а так же улучшается приспособляемость к различным условиям внешней среды.

Так же при правильно подобранной нагрузке и питании наблюдается улучшение осанки и формирование правильных изгибов позвоночного столба.

Основной физиологической особенностью девушки является репродуктивная функция. На это направлены все функциональные особенности её организма [36]. Занятия воздушной гимнастикой на полотнах положительно влияют на организм девушек, укрепляя важные для женского организма мышцы брюшной полости: мышцы спины, тазового дна, брюшного пресса.

2 Организация и методы исследования

2.1 Организация исследования

Проследив историю развития и становления этого вида спорта, были установлены различные преобразования, которые повлияли на развитие воздушной гимнастики на полотнах как в регионах, так и в России в целом. В частности - это возникновение, разделение и исчезновение некоторых федераций, которые осуществляли свою деятельность в регламентации соревновательной и аттестационной деятельности по воздушной гимнастики на полотнах. Произошедшие изменения привели к появлению трёх федераций, осуществляющих свою деятельность во данному виду спорта.

Для определения состояния соревновательной деятельности девушек 16 - 18 лет в воздушной гимнастики на полотнах, нами были проанализированы отчётные документации и другие архивные документы, в частности итоговые протоколы соревнований. Стоит отметить, что большинство итоговых протоколов были либо утрачены, либо имели закрытый доступ. В связи с чем анализ был проведён с 2016 по 2018 года. Чтобы иметь общее представление о развитии воздушной гимнастики на полотнах в России и Красноярске, были проанализированы итоговые протоколы соревнований, прошедших в городах Омск, Москва, Красноярск.

2.2 Методы исследования

В качестве методов исследования были применены анализ литературных источников, анализ документальных источников, анкетирование. Применение данных методов позволит нам наглядно представить результаты исследования и сделать выводы о современном состоянии соревновательной деятельности девушек 16 - 18 лет, занимающихся воздушной гимнастикой на полотнах.

3 Результаты исследования и их анализ

В городе Омск соревнования проводились академией шестовой акробатики и воздушной гимнастики Diva's в лице Натальи Кнышевой.

При анализе итогового протокола соревнований по воздушной гимнастике в г.Омск в 2016 году количество девушек возраста от 16 до 18 лет, выступившей в категории воздушная гимнастика на полотнах, тогда как общее количество участников в категории воздушная гимнастика на полотнах составила 17 человек.

В 2017 году, проведённые соревнования показали так же небольшое количество рассматриваемой возрастной категории, и составил всего 2 человек в сравнении с общим количеством выступивших, что составило 35 в данной категории..

В 2018 году - это 5 человек в возрастной категории девушки 16 - 18 лет из общего количества участников 19 человек.

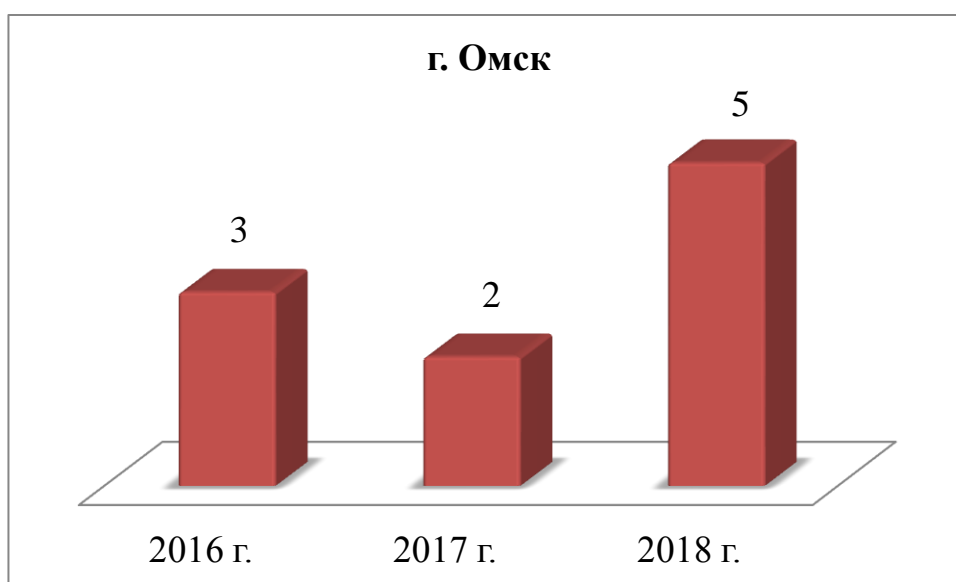


Рисунок 3.1 - Диаграмма сравнения количества участников возрастной категории девушки 16 - 18 лет в г.Омск за 2016-2018 гг.

В столице России городе Москва всегда анализ статистических данных более нагляден. Это происходит благодаря большому количеству участников соревнований. Так, общее количество человек, выступивших в 2016 году в категории воздушная гимнастика на полотнах, составило 144 человека, а девушек в возрасте от 16 до 18 лет - 14 человек. В 2017 году - 192 человека. В 2018 году, сохраняется общая тенденция и в сравнении с общим количеством человек, в данной категории, составило 229, где рассматриваемая категория составила 20 человек.

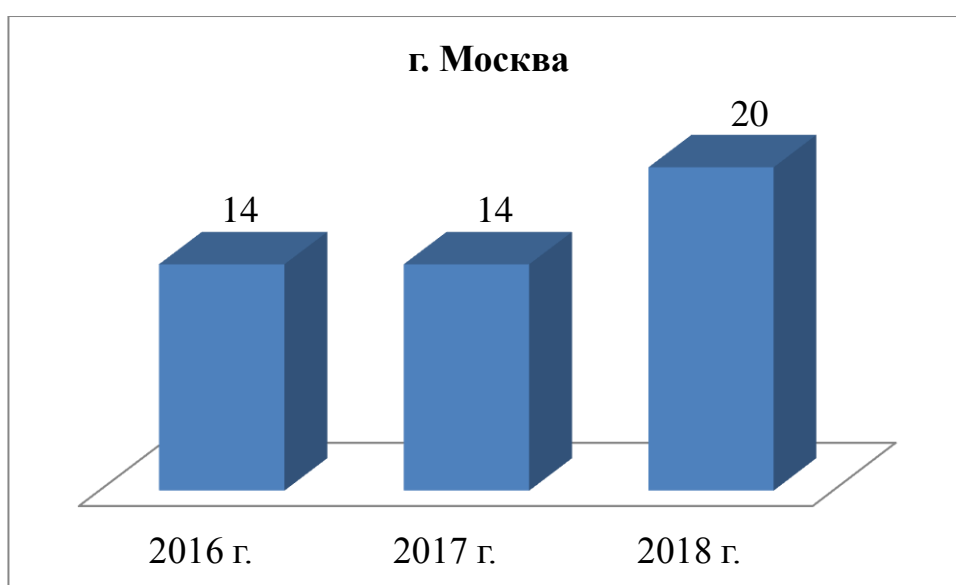


Рисунок 3.2 - Диаграмма сравнения количества участников возрастной категории девушки 6 - 18 лет в г.Москва за 2016-2018 гг.

Соревнования по воздушной гимнастике на полотнах в городе Красноярске проводились Академией Сибирских Цирковых Искусств, в лице Тарабановой Людмилы. При анализе развития воздушной гимнастики на полотнах в г.Красноярске так же были взяты данные за 2016, 2017, 2018 года.

Так, в 2016 году общее количество участников по воздушной гимнастике на полотнах составило всего 22 человека, из них девушки 16-18 лет выступило 2

человека. В 2017 году - 39 человек, 8 - девушки. В 2018 году - 37 человек, из них девушки 5 человек.

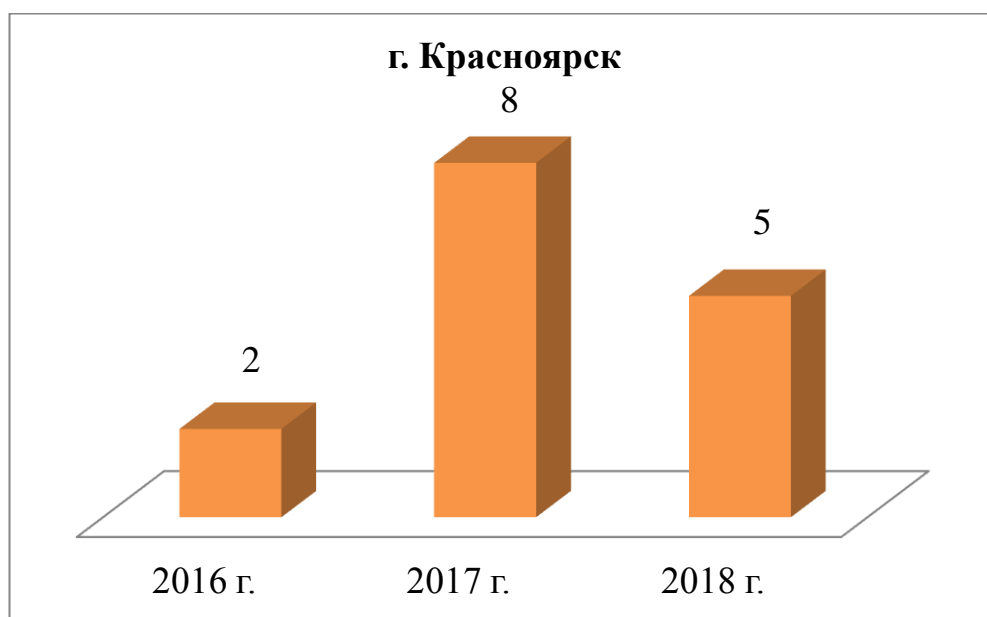


Рисунок 3.3 - Диаграмма сравнения количества участников возрастной категории девушки 6 - 18 лет в г. Красноярск за 2016-2018 гг.

На следующем рисунке отображено сравнительное соотношение количества девушек возрастной категории от 16 до 18 лет в городах Омск, Москва и Красноярск, выступивших в воздушной гимнастике на полотнах с 2016 по 2018 года.

При анализе рисунка можно сделать выводы, что популярность данного вида спорта среди девушек 16 - 18 лет в остаётся примерно на одинаковом уровне.



Рисунок 3.4 - Диаграмма сравнения количества участников возрастной категории девушки 6 - 18 лет в городах Омск, Москва, Красноярск за 2016-2018 гг.

Заключительным этапом проведения анализа развития воздушной гимнастики на полотнах в России и Красноярске было проведено анкетирование среди тренеров по этому виду спорта в различных городах России. В анкетировании приняли участие более 50 респондентов из различных регионов России.

Возраст респондентов в среднем составил 30 лет (от 26 до 36 лет). Тренеры, работающие в данном виде спорта за частую совмещают этот вид деятельности с основной работой, и пока очень небольшое количество тренеров связали свой вид деятельности именно с воздушной гимнастикой на полотнах. Среди тренеров, работающих по совместительству, есть люди, работающие педагогом, логистом, бухгалтером, юристом, психологом, и только 20% респондентов полностью связывают свою деятельность с тренировочной деятельностью по данному виду спорта.

В момент появления и зарождения воздушной гимнастики на полотнах многие из тех, кто прошёл этот путь практически с самого начала, сейчас работают тренерами в этом виде спорта, но не все из них имели какие-либо навыки

в других видах спорта. Среди респондентов есть те, кто имел физическую подготовку по художественной гимнастике, занимался спортом на пилоне, баскетболом, лёгкой атлетикой, аэробикой, имел балетную школу, и только 5 респондентов отметили, что воздушной гимнастикой занимаются с детства (закончили цирковое училище).

В процессе анализа анкетирования были выделены следующие аспекты:

1. Развитие воздушной гимнастики в России в сравнении с мировым показало достаточно высокий уровень, и по мнению большинства респондентов (42%) стоит на одном уровне с мировым. Однако мнения имеют двойственную трактовку, так как несмотря на большинство предыдущих голосов, около 33% утверждают обратное.

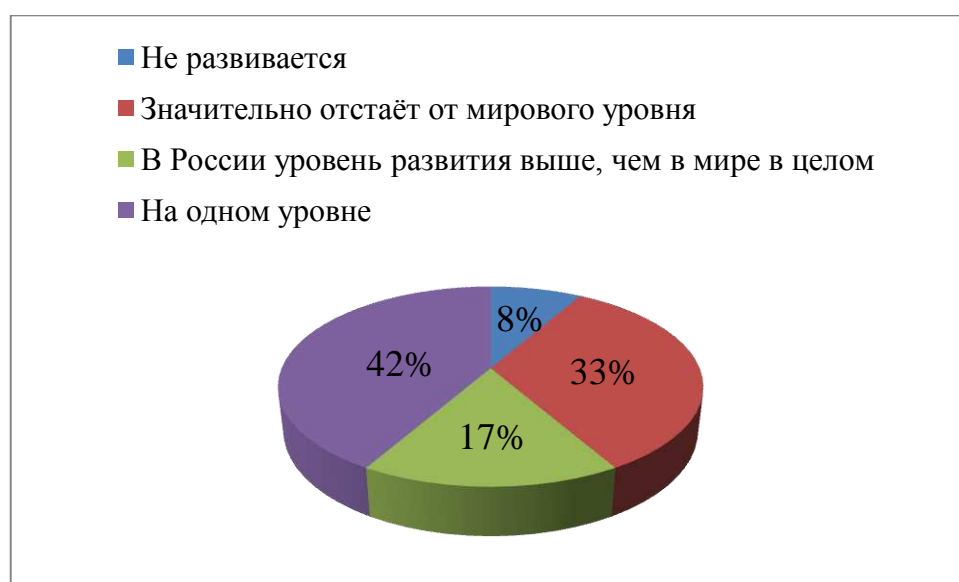


Рисунок 3.5 - Развитие воздушной гимнастики на полотнах в России в сравнении с мировым

2. На следующем этапе опроса стал очевидным тот факт, что развитие воздушной гимнастики в России и Красноярском крае активно происходит после 2014 года (92% голосов).

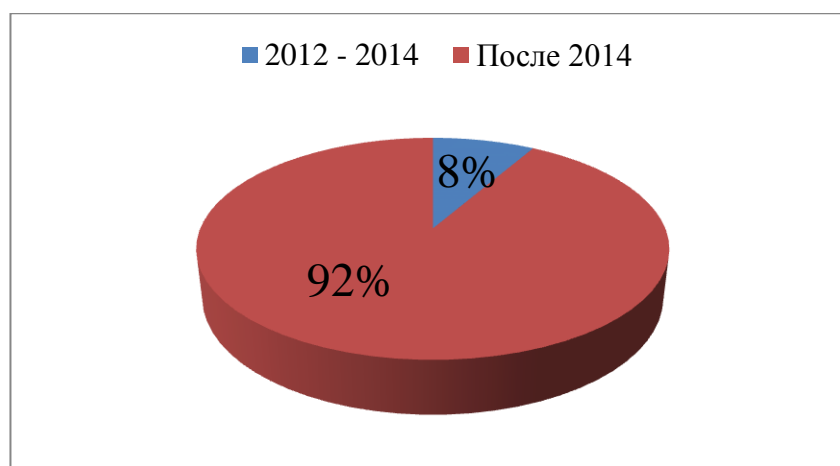


Рисунок 3.6 - Временной период наивысшего развития воздушной гимнастики на полотнах в России и Красноярском крае

3. На следующем этапе опроса, был установлен достаточно интересный факт, при котором развитие воздушной гимнастики в Красноярском крае большинством голосов (75%) оценивается как на одном уровне с Российским.



Рисунок 3.7 - Развитие воздушной гимнастики в России и Красноярском крае

4. Для выявления проблемных сторон, вызывающих достаточно опосредованное развитие данного вида спорта в России, был составлен опрос, предполагаемых сдерживающих факторов. На первом месте стоит низкий уро-

вень популяризации воздушной гимнастики на полотнах как вида спорта (42%). И ещё одним фактором, влияющим на развитие - недостаточное финансирование (25%).



Рисунок 3.8 - Сдерживающие факторы развития воздушной гимнастики на полотнах в России

5. При опросе о том, что может сдерживать развитие воздушной гимнастики на полотнах в Красноярске, большинство респондентов сошлись на мнении, что это отсутствие специальных спортивных сооружений (50%). Остальные мнения разделились практически поровну. Стоит отметить, что под специальным спортивным сооружением для воздушной гимнастики на полотнах относятся помещения для тренировочной деятельности, характеризующиеся большой высотой этого помещения.

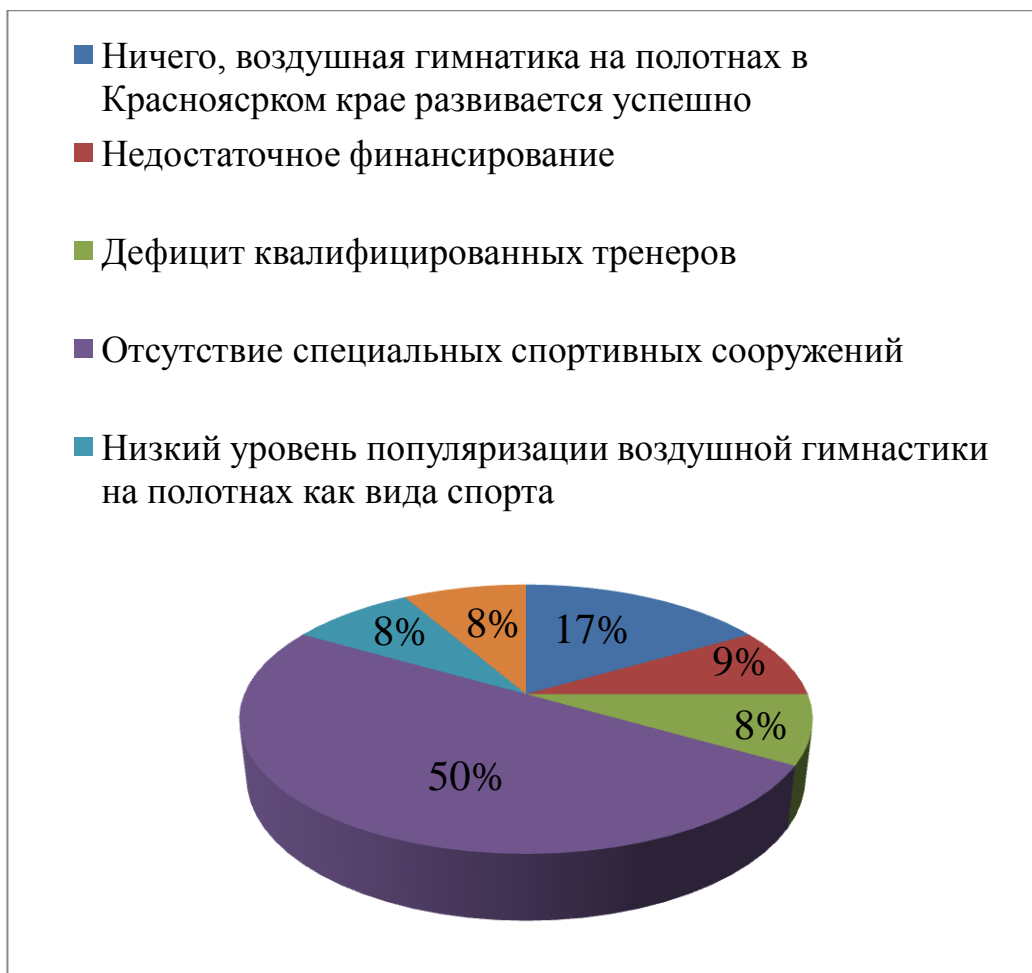


Рисунок 3.9 - Факторы, тормозящие развитие воздушной гимнастики на полотнах в Красноярском крае

6. Стоит так же отметить, что основываясь на мнении всех респондентов, уровень конкурентоспособности среди российских спортсменов по данному виду спорта достаточно высок. Никто не оценил его ниже среднего.



Рисунок 3.10 - Уровень конкуренции среди российских спортсменов в воздушной гимнастике на полотнах

7. Большинство респондентов основной причиной, недостаточного развития воздушной гимнастики на полотнах в Красноярском крае, так же как и по России, считают отсутствие специальных спортивных сооружений. Но стоит так же отметить тот факт, что 25 % опрошенных считают данный вид спорта ориентированным на клиентов, а не на спортивный результат, а так же отмечают малую популяризацию его в СМИ и других источниках массовой информации.



Рисунок 3.11 - Причины, по которым в крае, на сегодняшний день, недостаточно развивается воздушная гимнастика на полотнах

8. Основными факторами, способствующими развитию данного вида спорта большинство респондентов (50%) считают строительство и модернизация спортивных школ в регионах РФ, остальные голоса разделились поровну между необходимостью увеличения объёма финансирования и популяризации воздушной гимнастики на полотнах как вида спорта.



Рисунок 3.12 - Факторы, способствующие дальнейшему развитию воздушной гимнастики на полотнах в России

9. Факторами, способствующими популяризации и развитию воздушной гимнастики на полотнах в крае как и в других видах спорта, является, по мнению респондентов, популяризация данного вида спорта СМИ, а так же проведением крупных российских и международных соревнований в крае.



Рисунок 3.13- Факторы, способствующие дальнейшему развитию воздушной гимнастики на полотнах в Красноярском крае

10. И последним важным фактором развития воздушной гимнастики в г.Красноярске, по мнению большинства респондентов (75%), является проведение региональных соревнований.

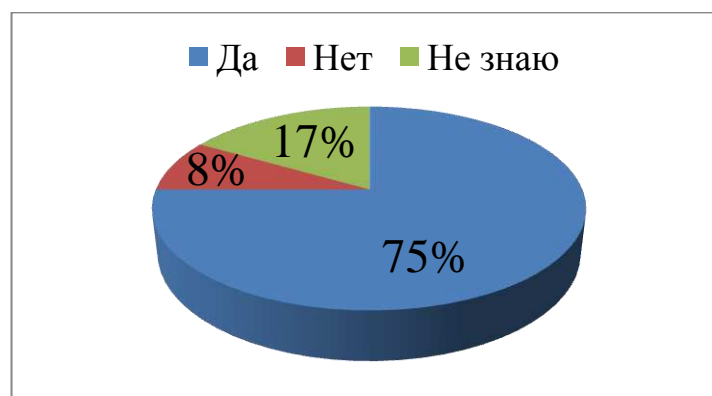


Рисунок 3.15 - Влияние проведения региональных соревнований в г.Красноярск

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

1. Проанализировав литературные источники выявлен факт только начального этапа становления этого вида спорта. Существование нескольких федераций по этому направлению даёт предпосылки для реализации адекватной оценочной системы и компетентной судейской комиссии, но этот же факт и оттягивает принятие верного направления развития воздушной гимнастики на полотнах, так как разрозненность правил и совершенствование системы каждой федерации ведёт к конфликтным ситуациям, так как если спортсмен данного вида спорта ведёт подготовку к соревнованиям, которая проводит одна федерация, а к участию в соответствующих соревнованиях, но от другой федерации вынужден либо менять свою программу, либо терять баллы, заранее зная что это приведёт к провалу, и как следствие, к падению мотивацию при занятиях воздушной гимнастикой на полотнах.

2. При анализе архивных документов и итоговых протоколов за 2016-2018 года установлен факт роста заинтересованности различных групп населения к данному виду спорта. Общее количество участников растёт с каждым годом. Собранные статистические данные по итоговым протоколам за последние три года, выявлено общее увеличение количества участников по данному виду спорта, участие же девушек 16-18 лет (категория юниоры) на протяжении всего цикла исследования всегда является практически одинаковым, но важным фактом является стабильность этой категории в России и Красноярске.

3. С помощью анкетирования выявлено не только современное состояние данного вида спорта, но и ряд проблем, которые препятствуют его дальнейшему развитию.

Воздушная гимнастика в России находится на среднем уровне развития в сравнении с мировым. Улучшение её состояния наблюдается после 2014 года. Если говорить о сравнении общего состояния по России и Красноярске, то практически находится на одном уровне. Основными факторами, сдерживающими развитие данного вида спорта, основными из которых являются отсут-

стве специальных спортивных сооружений, низкий уровень популяризации, недостаточное финансирование, а так же отсутствие квалифицированных тренеров. Но не смотря на эти недостатки, квалификация наших спортсменов является достаточно высокой по России.

Выявив факторы, которые требуют доработки, стоит уделить внимание ещё одному - проведению крупных российских и международных соревнований по воздушной гимнастике на полотнах. Благодаря своей эстетичности и зрелищности этот вид спорта должен сыскать достаточно большой круг болельщиков среди различных групп населения, а так же положительно повлиять на общее развитие воздушной гимнастики в России и Красноярске.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

- 1 Алексамян, С. Н. Средства и методы хореографии в танцевальной аэробике : учеб.-метод. пособие / С. Н. Алексамян, Е. Н. Коюмджян, О. А. Шарина ; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал.федер. ун-т. – Екатеринбург : Изд-во Урал.ун-та, 2016. – 110 с.
- 2 Алтухов, С. В. Независимая оценка квалификаций в спорте как фактор повышения результативности и профессионализма в отрасли [электронный ресурс] / С. В. Алтухов // Вестник спортивной науки. - 2017. - Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/nezavisimaya-otsenka-kvalifikatsiy-v-sporte-kak-faktor-povysheniya-rezultativnosti-i-professionalizma-v-otrasli>
- 3 Бондаренко, М. П. Институциональные основы трудовой деятельности спортсменов и тренеров [электронный ресурс] / М. П. Бондаренко // Современные проблемы науки и образования. - 2014. - №5. - Режим доступа: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=14829>
- 4 Буренина-Петрова, О. Цирк в пространстве культуры : Очерки визуальности / О. Беренина-Петрова. - Москва : Новое литературное обозрение, 2014. - 432 с.: ил.
- 5 Веркса, А. Н., Горовая, А. Е. Особенности использования образов спортсменами, занимающимися лёгкой атлетикой и художественной гимнастикой - А. Н. Веркса, А. Е. Горовая // электронный журнал «Психологическая наука и образование». 2011. №3. - с. 15-16
- 6 Вострикова, Т.В. Особенности репродуктивного здоровья и контрацептивного поведения девушек-подростков в современных экологических и социально-экономических условиях республики Мордовия // Кубанский научно-медицинский вестник. 2014. - №3 (145). С. 10-15.
- 7 Гимнастика: Учеб.для студ. высш. пед. учеб. заведений / М. Л. Журавин, О. В. Загрядская, Н. В. Казакевич [и др.]; под ред. М. Л. Журавина, Н. К. Меньшикова. - 2-е изд., стер. — М.: Издательский центр «Академия», 2002. - 448 с.

8 Грязева, Е. Д., Губанцева, И. Б., Егоров, В. Н. Особенности мотивационной сферы, двигательной активности и организации питания занимающихся фитнесом / Е. Д. Грязева, И. Б. Губанцева, В. Н. Егоров // Известия ТулГУ. Физическая культура. Спорт. - 2013. Вып. 2. - 300с.

9 Гуревич, З. Б. О жанрах советского цирка : учебное пособие для училищ циркового и эстрадного искусства и отделений режиссур цирка театралов / З. Б. Гуревич. - Москва : Искусство, 1977. - 280 с.

10 Данилова, И.М. Репродуктивный потенциал девочек-подростков Алтайского края : автореф. дис. ... канд. мед.наук : 14.00.01 / Данилова Ирина Михайловна. – Омск, 2008. – 24 с.

11 Доминик Жандо. История мирового цирка / Доминик Жандо. - Изд-во : Искусство, 1984. 192с.

12 Дробышева, О.М. Анатомо-физиологические особенности детского и пожилого возрастов: Монография / О. М. Дробышева, В. В. Литвинова. - Краснодар, 2015. - 300 с.

13 Заячук, Т. В. Модель применения гимнастических упражнений в тренировочном процессе в различных видах спорта [электронный ресурс] / Т. В. Заячук, М. Н. Савосина // Современные проблемы науки и образования. - 2015. - №4. - Режим доступа: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=20708>

14 Кротин, П.Н. Научное обоснование организации службы охраны репродуктивного здоровья девушек-подростков : автореф. дис. ... докт. мед.наук : 14.00.33 / Кротинин Павел Наумович. – Санкт-Петербург, 1998. – 37 с.

15 Лапин, А. Ю. Прогнозирование спортивных результатов на основе психологических особенностей спортсмена [электронный ресурс] / А. Ю. Лапин, И. В. Бабичев, О. И. Жихарева // Вестник спортивной науки. - 2016. - Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/prognozirovanie-sportivnyh-rezultatov-na-osnove-psihologicheskikh-osobennostey-sportsmena-1>

16 Лебедихина, Т. М. Гимнастика: теория и методика преподавания : учеб.пособие / Т. М. Лебедихина ; М-во образования и науки Рос.Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург : Изд-во Урал.ун-та, 2017. – 112 с.

17 Липский, А. А. Гимнастика : энциклопедический словарь Брокгауза и Ефрона: в 86 т. (82 т. и 4 доп.) / А. А. Липский; под. ред. И. Е. Андреевского, К. К. Арсеньева, О. О. Петрушевского - СПб., 1890-1907.

18 Лукичев, К. Е. Анализ мероприятий, осуществляемых субъектами Российской Федерации, по совершенствованию системы физической культуры и спорта с учётом Стратегии развития отрасли [электронный ресурс] / К. Е. Лукичев, Э. А. Зюрин, А. С. Евсеев, Г. Р. Зембатов // Вестник спортивной науки. - 2017. - <https://cyberleninka.ru/article/n/analiz-meropriyatiy-osuschestvlyaemyh-subektami-rossiyskoy-federatsii-po-sovershenstvovaniyu-sistemy-fizicheskoy-kultury-i-sporta-s>

19 Макров, К. К. Совершенствование личностных качеств тренера в успешной спортивной деятельности [электронный ресурс] / К. К. Макров // Современные проблемы науки и образования. - 2017. - №5. - Режим доступа: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=26958>

20 Маслов, Д. В. Мотивация личности к занятиям неолимпийскими видами спорта [электронный ресурс] / Д. В. Маслов, Т. В. Тарасова, Н. С. Щанкина, Д. С. Черёмушкина // Современные проблемы науки и образования. - 2015. - №1 (часть 2). - Режим доступа: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=19998>

21 Медведева, Е. Н. Объективизация технической ценности поворотов на основе конкретизации биомеханических факторов их сложности в художественной гимнастике [электронный ресурс] / Е. Н. Медведева // Вестник спортивной науки. - 2016. - Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/obektivizatsiya-tehnicheskoy-tsennosti-povorotov-na-osnove-konkretizatsii-biomehanicheskikh-faktorov-ih-slozhnosti-v-hudozhestvennoy-1>

22 Миронова, Т. А. Особенности возникновения новых видов спорта [электронный ресурс] / Т. А. Миронова, Е. А. Арсеенко, Ф. И. Собянин, О. И. Самолюк // Вестник Тамбовского университета. Серия: гуманитарные науки. - 2017. - Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-vozniknoveniya-novyh-vidov-sporta>

23 Онтогенетическая динамика индивидуально-типологических особенностей организма человека / В. Г. Николаев [и др.]. – Красноярск, 2001. – 175 с.

24 Павлова, Е. В. Совершенствование системы спортивного отбора в художественной гимнастике на основе показателей развития координационных способностей :автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Павлова Елена Дмитриевна. - Сургут, 2008. - 145 с.

25 Пармузина, Ю.В. Основы фитнес-аэробики : учебно-методическое пособие / Ю. В. Пармузина, Е. П. Горбанева. – Волгоград: ФГБОУ ВПО «ВГАФК», 2011. – 149 с.

26 Положение V международного первенства по воздушно-спортивному эквилибру [электронный ресурс] - Режим доступа: http://airacro.ru/storage/editor/Polozhenie_V_Mezhdunarodnogo_Pervenstva_po_VSE_ver_3.pdf

27 Попова, А. О. Применение социометрического исследования в воспитательной работе тренера-преподавателя по фитнес-аэробике [электронный ресурс] / А. О. Попова, Л. А. Иванова, А. М. Данилова, О. А. Казакова // Современные проблемы науки и образования. - 2017. - №1. - Режим доступа: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=26085>

28 Программа спортивной подготовки по виду спорта «Акробатически рок-н-ролл» / Р. Терехина [и др.]. - Москва : Спорт, 2016. - 112.

29 Пуликов, А. С. Особенности морфо-функционального состояния организма девушек различной этнической принадлежности / А. С. Пуликов, О. И. Зайцева // Бюллетень ВСНЦ СО РАМН. - 2010. №2 (72). - С. 81-83.

30 Пшеничникова, Г. Н. Обучение элементам без предмета на этапе начальной подготовки в художественной гимнастике : учебное пособие / Г. Н. Пшеничникова, О. П. Власова. – Омск : Изд-во СибГУФК, 2013. – 187 с.

31 Развитие координационных способностей посредством ритмической гимнастики : методические указания / сост. И. В. Данилова. – Ульяновск : УлГТУ, 2015. – 18 с.

32 Сарбашева, М.М. Особенности становления репродуктивной системы у девочек балкарской национальности : автореф. дис. ... канд. мед.наук : 14.00.01 / Сарбашева Марзият Магомедовна. – Москва, 2006. – 26 с.

33 Семятов, С. Д. Репродуктивное здоровье девушек-подростков Московского мегаполиса в современных социально-экономических и экологических условиях : автореф. дис. ... докт. мед.наук : 14.00.01 / Семятов Саид Мухамматович. – Москва, 2009. – 54 с.

34 Серова, Л. К. Профессиональный отбор : учеб. пособие для высших учеб. заведений физической культуры / Л. К. Серова. -Москва : Человек, 2011. 160с.

35 Теоретико-методологические аспекты проектирования инновационных технологий в подготовке специалиста по физической культуре / О.П. Панфилов [и др.] // Культура физическая и здоровье. 2012. № 4(40). С. 36–39.

36 Теория и методика художественной гимнастики. Артистичность и пути её формирования : И. А. Винер-Усманова, Е. С. Крючек, Е. Н. Медведева, Р. Н. Терехина. – М.: «Спорт», 2015. – 120 с.

37 Федерация воздушной атлетики России - ФВАР [электронный ресурс] : о федерации. - Режим доступа - <http://rfara.ru/o-federacii>

38 Федерация воздушной атлетики России - ФВАР [электронный ресурс] : цели. - Режим доступа - <http://rfara.ru/celi>

39 Федерация воздушно-силовой атлетики России - ФВАР [электронный ресурс] : история федерации. - Режим доступа: <https://rapaf.ru/istoriya-federacii/>

- 40 Федерация воздушно-силовой атлетики России - ФВАР [электронный ресурс] : цели и задачи. - Режим доступа: <https://rapaf.ru/celi-i-zadachi/>
- 41 Федерация спортивной хореографии России - ФСХР [электронный ресурс] : наш блог. - Режим доступа: <http://air-acro.ru/nash-blog>
- 42 Федерация Спортивной хореографии России Правила соревнований по воздушно-спортивному эквилибру 2018-2019 гг. // режим доступа: http://air-acro.ru/storage/editor/PRAVILA_2018_v_graf_redaktsii.pdf
- 43 Художественная гимнастика: история, состояние и перспективы развития : И. А. Винер-Усманова, Е. С. Крючек, Е. Е. Медведева, Р. Н. Терехина. - Москва : «Человек», 2014. - 226с.
- 44 Шарайкина, Е.П. Закономерности изменчивости морфофункциональных показателей физического статуса молодых людей в зависимости от пола и типа телосложения : автореф. дис. ... докт. мед. наук : 14.00.02 // Евгения Павловна Шарайкина. – Красноярск, 2005. – 218 с.
- 45 Шилина, Е. В. Применение элементов художественной гимнастики на уроках физической культуры в школе / Е. В. Шилина // Международный научно-исследовательский журнал. 2017. Выпуск №8(62) Август 2017
- 46 Шишкова, М. Оценка компонентов исполнительского мастерства в художественной гимнастике : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Шишкова Мария. - Санкт-Петербург, 2011. - 202 с.
- 47 Штода, М. Л. Физическая подготовка высококвалифицированных спортсменок в фитнес аэробике на предсовременовательном этапе : автореф. дис. на соискание уч. степени канд. пед. наук : 13.00.04 / Штода Марина Леонидовна. - Малаховка, 2012. - 24с.

ПРИЛОЖЕНИЕ А

Анкета

ФИО _____

Возраст _____

Профессия (род занятий) _____

Каким видом спорта Вы занимались до Воздушной гимнастики на полотнах? _____

Занимались ли вы каким-нибудь другим видом спорта до того как решили придти на занятие по воздушной гимнастики на полотнах?

Регион РФ, в котором Вы работаете _____

1. Как Вы оцениваете развитие воздушной гимнастики на полотнах в России в сравнении с мировым?

- а) Не развивается.
- б) Значительно отстаёт от мирового уровня.
- в) В России уровень развития выше, чем в мире в целом.
- г) На одном уровне.

2. На Ваш взгляд, в какой временной период воздушная гимнастика на полотнах получила наивысшее развитие?

- а) До 2009.
- б) 2009-2012.
- в) 2012-2014.
- г) После 2014.

3. Как вы оцениваете развитие воздушной гимнастики на полотнах как вид спорта в Красноярском крае в сравнении с Российским уровнем?

- а) Очень низкий, практически не развивается.
- б) Развитие в Красноярском крае на одном уровне с другими регионами России.
- в) Красноярский край - лидер по уровню развития в России.

4. По Вашему мнению, что сдерживает развитие воздушной гимнастики на полотнах в России?

а) Ничего, воздушная гимнастика на полотнах развивается стремительно в России.

б) Недостаточное финансирование.

в) Дефицит квалифицированных тренеров.

г) Низкий уровень популяризации воздушной гимнастики на полотнах как вида спорта.

д) Недостаточная работа федерации России по воздушной гимнастики на полотнах.

е) Другое _____.

5. Как Вы думаете, что тормозит развитие воздушной гимнастики на полотнах в Красноярском крае?

а) Дефицит квалифицированных тренеров.

б) Отсутствие специальных спортивных сооружений.

в) Низкий уровень популяризации воздушной гимнастики на полотнах как вида спорта.

г) Другое _____.

6. На Ваш взгляд, каков уровень конкуренции среди российских спортсменов в воздушной гимнастики на полотнах?

а) Высокий.

б) Средний.

в) Низкий.

7. Укажите возможные причины, по которым в крае, на сегодняшний день, не достаточно развивается воздушная гимнастика на полотнах?

а) Отсутствие квалифицированных тренеров.

б) Не зрелищность воздушной гимнастики на полотнах.

в) Очень высокий травматизм.

г) Другое _____.

8. Как Вы считаете, что может способствовать дальнейшему развитию воздушной гимнастики на полотнах в России?

- а) Популяризация воздушной гимнастики как вида спорта.
- б) Привлечение иностранных тренеров.
- в) Строительство и модернизация спортивных школ в регионах РФ.
- г) Другое _____.

9. Как Вы считаете, что может способствовать дальнейшему развитию воздушной гимнастики на полотнах в Красноярском крае?

а) Популяризация воздушной гимнастики на полотнах как вида спорта средствами массовой информации.

б) Привлечение иностранных тренеров в регион.

в) Проведение крупных российских, международных соревнований в крае.

г) Тренеры по воздушной гимнастики на полотнах должны быть обязательно «выходцами» из спортсменов воздушной гимнастики на полотнах.

д) Другое _____.

10. На Ваш взгляд, проведение в Красноярске региональных соревнований повлияет положительно на развитие воздушной гимнастики на полотнах в Красноярском крае?

а) Да.

б) Нет.

в) Не знаю.

Федеральное государственное автономное
образовательное учреждение
высшего образования
«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Институт физической культуры, спорта и туризма
Кафедра теории и методики спортивных дисциплин

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий кафедрой

А. Ю. Близневский

« 15 » / июня 2018 г.

ДИПЛОМНАЯ РАБОТА

49.03.01 Физическая культура

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ВЫСТУПЛЕНИЙ ДЕВУШЕК 16 - 18 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ВОЗДУШНОЙ ГИМНАСТИКОЙ НА ПОЛОТНАХ В РОССИИ И КРАСНОЯРСКЕ

Научный руководитель



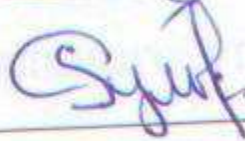
доцент Е. Н. Сидорова

Выпускник



Е. С. Карнаухова

Нормоконтролёр



М. А. Рутьковская

Красноярск 2018