

4516.62

Г276

РОССИЙСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАД  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

На пг рукописи

ГЕВАРА ПЕРЕЗ ХОРХЕ ЭНРИКЕ

(Эквадор)

**СОДЕРЖАНИЕ ХОРЕОГРАФИЧЕСКИХ  
ЭЛЕМЕНТОВ В КОМПОЗИЦИИ  
УПРАЖНЕНИЙ СПОРТСМЕНОВ  
ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ  
В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ**

13.00.04. — Теория и методика физического воспитания,  
спортивной тренировки и оздоровительной  
физической культуры

Автореферат  
диссертации на соискание ученой степени  
кандидата педагогических наук

Москва  
1994

Работа выполнена в Российской государственной академии физической культуры.

Научный руководитель  
кандидат педагогических наук, профессор  
Смолевский В. М.

Официальные оппоненты:  
доктор педагогических наук, профессор Тышлер Д. А.,  
кандидат педагогических наук, доцент Биндусов Е. Е.

Ведущая организация — Научно-исследовательский институт физической культуры.

Защита диссертации состоится « 27 » . 21 . . 1994 г.  
в « 10<sup>00</sup> » час. на заседании специализированного совета  
К 046.0/01 в Российской государственной академии физической культуры по адресу: 105483, г. Москва, Сиреневый бульвар, д. 4.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке Российской государственной академии физической культуры.

Автореферат разослан « 27 » . 01 . . 1994 г.

Ученый секретарь  
специализированного совета  
кандидат педагогических наук,  
доцент

Чеботарева И. В.

6649

### ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

**Актуальность.** Хореографическая подготовка в художественной гимнастике обеспечивается системой упражнений и методов воздействия, направленных на воспитание двигательной культуры гимнасток на расширение арсенала выразительных средств.

Под влиянием занятий хореографией у занимающихся развивается устойчивость, координация движений, сила ног, умение выполнять движения предельно четко, а также воспитывается музыкальность и ритмичность - качества, без которых невозможно выполнение упражнений высокой сложности.

Хореографическая подготовка в художественной гимнастике базируется на классической основе, разработанной в балете. Она является частью учебно-тренировочного процесса и должна быть взаимосвязана с другими видами подготовки гимнасток. В разных видах гимнастики, а также в фигурном катании и синхронном плавании, условия и характер двигательной деятельности не одинаковы. Поэтому и требования к хореографической подготовке в каждом из них различны, в каждом решаются свои специфические, специальные задачи.

С помощью хореографической подготовки гимнасткам удается быстрее и правильнее освоить технику взаимодействия "гимнастка - предмет", а также рациональную технику выполнения элементов и соединений упражнения без предмета. Поэтому проблема влияния хореографической подготовки на уровень технического мастерства гимнасток высокой квалификации актуальна и может быть исследована в художественной гимнастике.

В соревнованиях по художественной гимнастике судьи балльной оценкой определяют мастерство спортсменок. Во многих пунктах пра-

вид соревнований указывается на необходимость учета степени выразительности телодвижений, их пластичности, взаимосвязи с музыкой. Иными словами, хореографическая подготовленность гимнасток является компонентом интегральной оценки исполнительного класса гимнастки, а степень трудности хореографических элементов, наравне с другими элементами, составляет суммарную трудность соревновательных упражнений.

Выбор темы исследований обусловлен необходимостью выявления содержания хореографических элементов в композициях гимнасток высокой квалификации, их сопоставления с элементами других структурных групп.

В работе наиболее полно проведен анализ упражнений ведущих спортсменок мира со скакалкой - одним из обязательных предметов программы соревнований в художественной гимнастике.

В олимпийском четырехлетнем цикле данный вид многоборья был представлен во всех соревнованиях, проводимых под эгидой Международной федерации гимнастики (ФИЖ).

Анализ композиций ведущих гимнасток мира позволяет моделировать содержание хореографической подготовки спортсменок на различных этапах спортивного совершенствования.

**Гипотеза исследования:** Спортсменки высокой квалификации насыщают композиции упражнений с предметами (со скакалкой) большим количеством хореографических элементов различного жанра и трудности, превышающим количество элементов гимнастического характера

**Объект исследования:** Гимнастки высокой квалификации ввозрасте 15-18 лет (мастера спорта международной категории) из различных стран в соревнованиях олимпийского цикла (Чемпионаты Мира, Чемпионат Европы, Олимпийские Игры).

**Предмет исследования:** Влияние хореографической подготовленности и владения танцевальным искусством различных жанров на результативность тренировочного процесса.

**Научная новизна:** Результаты исследований вносят новые положения в индивидуализацию подготовки гимнасток:

- впервые определены содержание хореографических элементов в композициях сильнейших гимнасток мира в упражнениях со скакалкой и их модельные характеристики;
- разработана оригинальная таблица-классификатор хореографических элементов в художественной гимнастике (рис. 1).

**Практическая значимость:**

Разработаны модельные характеристики хореографической подготовленности спортсменок высокого класса в упражнениях со скакалкой, ориентирующие тренеров и гимнасток в содержании хореографической подготовки на различных этапах спортивного совершенствования.

**Основные положения, выносимые на защиту:**

- классификация хореографических элементов в художественной гимнастике;
- модельные характеристики содержания и трудности хореографических элементов в упражнениях со скакалкой спортсменок высокой квалификации;

**Цель и задачи исследования:**

Цель работы заключалась в определении содержания и роли хореографических элементов в композициях спортсменок высокой квалификации, разработке рекомендаций по совершенствованию подготовки гимнасток и оценке их мастерства.

Для достижения цели исследований были поставлены и решались

Поставленные задачи:

1. Разработать классификацию хореографических элементов в художественной гимнастике.
2. Определить содержание хореографических элементов в упражнениях со скакалкой спортсменок высокой квалификации.
3. Разработать модельные характеристики содержания хореографических элементов в упражнениях со скакалкой спортсменок высокой квалификации.

Методы исследования:

Для решения поставленных задач применены следующие методы исследования:

1. Анализ литературных источников.
2. Педагогический анализ композиций ведущих спортсменок с использованием видео.
3. Анкетирование и интервьюирование специалистов.
4. Методы математической статистики.

Организация исследования:

Исследования проводились в три этапа.

На первом этапе (1991-92 гг.) проведены предварительные исследования, направленные на сбор информации путем анализа литературных источников, анкетирования и интервьюирования респондентов.

Просмотрены выступления 191 участниц самых крупных соревнований по художественной гимнастике в Олимпийском четырехлетнем цикле (1989-1992 гг.) с различными предметами (скакалкой, лентой, булавами, обручем и мячом - табл. 1).

На втором этапе (1992-93 гг.) анализировались композиции упражнений со скакалкой сильнейших гимнасток мира - участниц ответственных соревнований в том же Олимпийском четырехлетнем цик-

ле. Детально проанализированы упражнения 30 гимнасток.

Анализируя соревновательную деятельность участниц XIV-XV Чемпионатов Мира (1989, г.Сараево; 1991, г.Афины), VII Чемпионата Европы (1990, г.Гетеборг) и XXV Олимпийских Игр (1992, г.Барселона), мы оперировали необходимыми понятиями, которые определяют содержание индивидуальных композиций по количественному и качественному составу элементов. В частности, фиксировались:

1. Элементы хореографии:

- элементы групп трудности (А, В, С, D) классического танца (прыжки, равновесия, повороты, комбинированные элементы);
- элементы народного танца;
- элементы современного танца.

2. Гимнастические элементы:

- групп трудности (А, В, С, D) (волны и взмахи, наклоны, акробатика, комбинированные элементы).

Третий этап связан с обработкой материала, обсуждением результатов исследований, оформлением диссертационной работы в целом (1993-94 гг.).

**Структура и объем диссертации.** Работа состоит из введения, четырех глав, выводов, практических рекомендаций, списка литературы, приложения. Она содержит 69 таблиц, 18 рисунков. Список литературных источников включает 135 работ авторов стран СНГ и 27 работ зарубежных авторов.

Диссертация изложена на 157 страницах компьютерного текста, из них 21 приложения.

#### СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

В процессе анализа научно-методической литературы изучались местные и зарубежные источники в области хореографической подготовки спортсменок, опубликованные в официальной печати, в том числе в учебно-методических книгах, пособиях, научных статьях, журналах и диссертациях. Это позволило конкретизировать цель исследований, сформулировать рабочую гипотезу и определить задачи исследований.

Педагогический анализ композиций ведущих спортсменок мира проводился на основе видеозаписи их выступлений в ответственных соревнованиях: XIV-XV Чемпионатах Мира, VII Чемпионате Европы и XXV Олимпийских играх (1988-1992 гг.).

Главные преимущества метода подобного анализа состоят в том, что он не требует времени на ее обработку, позволяет немедленно контролировать записанное изображение и легко создает такие эффекты, как замедление и остановка изображения, а также позволяет оперативно повторять запись.

В исследованиях использовались собственные видеоматериалы, а также записи, любезно представленные Президентом Международной федерации Ю.Е.Титовым, за что выражаем ему большую благодарность. Весьма признательны за помощь Марии Григорьевне Новик.

Всего просмотрено 191 выступление участниц данных соревнований (с общим временем записи 8 час.) (табл.1).

Из всего материала были отобраны для детального анализа видеозаписи выступлений ведущих спортсменок - участниц финальных соревнований в упражнениях со скакалкой (с общим временем записи около одного часа).

Анкетный и устный опрос проводился с целью сбора информации:

Таблица 1  
Количество анализируемых упражнений участниц международных соревнований в четырехлетнем Олимпийском цикле

Виды много-	Соревнования				Сумма всего
	XIV Чемпионат Мира, 1989	VII Чемпионат Европы, 1990	XV Чемпионат Мира, 1991	XXV Олимпийские игры, 1992	
Скакалка	9	10	20	12	51
Лента	7	10	0	0	17
Обруч	11	10	24	15	60
Булгары	0	0	16	8	24
Мяч	4	9	17	9	39
Сумма всего	31	39	77	44	191

у квалифицированных тренеров и специалистов по интересующей нас проблеме, связанной с темой исследований. В анкетировании приняли участие 20 человек.

Результаты исследования обрабатывались методами математико-статистического анализа по общепринятой методике.

В содержании произвольных композиций хореографические эле-

менты занимают существенное место: они определяют спортивную трудность композиций и придают им эстетическую направленность.

Проведенный анализ композиций сильнейших гимнасток крупнейших соревнований периода 1989-1992 годов позволил разработать систему классификации хореографических элементов.

Группа	Хореографические элементы			
	Прыжки	Равновесия	Повороты	Комбинир. элементы
Жанр	A B C D Связ. эл-ты	A B C D Связ. эл-ты	A B C D Связ. эл-ты	A B C D Связ. эл-ты
Класс. танец	* * * * *	* * * * *	* * * * *	* * * * *
Нар. танец	*	*	*	*
Совр. танец	*	*	*	*
	Волны	Наклоны	Преакробатика	Комбинир. элементы
Гимнаст. эл-ты	* * * * *	* * * * *	* * * * *	* * * * *

Рис. 1 Схема классификации хореографических элементов в художественной гимнастике

Хореографические элементы можно отнести к трем основным направлениям - жанрам хореографии: классическому танцу, народному танцу и современному танцу. При классификации хореографических элементов учитывается принадлежность элементов к той или иной структурной группе: к прыжкам, равновесиям, поворотам. Однако, при анализе композиций необходимо учитывать и типично гимнастические элементы: волны, вмахи, наклоны, преакробатические и комбинированные элементы.

Кроме того, можно выделить комбинированные хореографические элементы, в которых сочетаются признаки как минимум двух структурных групп.

Разработанная система классификации хореографических элементов учитывает также спортивную трудность элементов (А, В, С, D).

Проиллюстрируем на примере, как функционирует данная система.

Анализ упражнений со скакалкой сильнейших гимнасток - участниц XIV Чемпионата Мира (8 спортсменок) показал, что хореографические элементы классического танца (всего 10,75 + 0,87) представлены всеми основными структурными группами. Однако наибольшее количество элементов классического танца отмечено в группе прыжков (3,88 + 0,50 элемента). Большое место занимают повороты (3,75 + 0,62 элемента). Преобладают элементы трудности групп В (5 + 1,12 элемента) и А (3,25 + 0,87 элемента).

Хореографические элементы народного танца (всего 3,87 + 0,49), придавая яркий колорит композиции, используются гимнастками в качестве связующих элементов перед исполнением элементов наивысшей трудности.

По данным видеозаписей XIV Чемпионата Мира современный танец

не получил широкого применения (всего  $0,50 \pm 0,12$ ). Элементы современного танца используются как связующие.

Анализ содержания гимнастических элементов (всего  $4,62 \pm 0,74$  элемента) показал, что они представлены всеми основными структурными группами. Наибольшее количество гимнастических элементов отмечено в структурной группе преакробатики (всего  $1,75$  элемента). Из представленных в композициях элементов всех групп трудности наибольшее количество приходится на группу В ( $1,87 \pm 0,50$  элемента).

**Вывод:** Итак, хореографические элементы преобладают в композициях сильнейших гимнасток мира (всего  $15,11 \pm 1,48$ ). Они представлены в основном элементами групп трудности В и А. Более трудные элементы (группы С, D) выполняются за счет преакробатики и комбинированных элементов.

Анализ упражнений со скакалкой сильнейших гимнасток - участниц VII Чемпионата Европы дал следующие результаты.

Хореографические элементы классического танца (всего  $2,96 \pm 0,87$  элемента) представлены всеми структурными группами; однако преобладает группа прыжков ( $3,12 \pm 0,25$  элемента).

Доминирующей группой в количественном отношении является группа трудности А ( $50,70\%$ ).

Хореографические элементы народного танца спортсменки представляли в основном элементами танцевального искусства своих народов. Однако наблюдается снижение числа используемых элементов по сравнению с предыдущими соревнованиями почти вдвое (всего  $2,10 \pm 0,85$  элемента).

Элементы народного танца, как правило, не относились к группам трудности А, В, С, D и не классифицировались по признаку принадлежности к фундаментальным структурным группам элементов.

В использовании хореографических элементов современного танца проявляется тенденция к их увеличению (всего  $1,62 \pm 0,74$ ). Они, как и элементы народного танца, не относятся к группам трудности А, В, С, D и к фундаментальным структурным группам.

В композиции гимнасток были включены гимнастические элементы всех основных структурных групп. Наибольшее количество отмечено в структурной группе комбинированных элементов (43,24%). Преобладают элементы группы трудности А (56,75%).

Элементы групп трудности С, D выполнены за счет комбинированных элементов. Интересно отметить, что в структурной группе комбинированных элементов гимнастические элементы как по количеству, так и по трудности превышают аналогичные показатели хореографических элементов классического танца ( $1,12 \pm 0,37$  элемента в классическом танце и  $2,0 \pm 0,62$  элемента в гимнастике).

**Вывод:** Итак, хореографические элементы представлены в основном элементами классического танца. Проявляется тенденция к увеличению числа хореографических элементов современного танца. Преобладают элементы группы трудности А.

Анализ упражнений со скакалкой сильнейших гимнасток - участниц XV Чемпионата Мира позволяет определить следующее.

Самой многочисленной структурной группой хореографических элементов классического танца была группа поворотов (32,05%).

Количественный анализ трудности показывает, что в группе А доминируют повороты, в группах В и С - комбинированные элементы.

Возрастает число спортсменок, которые демонстрируют более сложные элементы классического танца (С и D). Идет увеличение количества элементов групп трудности В, С, D за счет комбинированных элементов.

Хореографические элементы народного танца и современного танца не имеют существенного представительства в композициях и использовались как связующие.

Анализ гимнастических элементов выявил превалирование в структурной группе комбинированные элементы (52,94%). Наибольшее количество гимнастических элементов приходится на группу А (54,90%).

Наблюдается тенденция усложнения композиций за счет использования гимнастических элементов трудности D (комбинированные элементы).

**Вывод:** Итак, хореографические элементы представлены в основном элементами классического танца. Проявляется тенденция к увеличению числа элементов групп трудности В, С, D.

Исследуя хореографические элементы классического танца в композициях гимнасток - участниц XXV Олимпийских Игр, можно выделить группу прыжков как самую многочисленную (3,63 + 0,49 элемента). По числу элементов группа трудности В доминирует над другими группами. Прослеживается тенденция увеличения количества элементов трудности А, В, С и D. Однако, по-прежнему, это увеличение идет за счет возрастания числа элементов групп трудности А и В. Заметно больше, чем на соревнованиях 1990 и 1991 годов, были использованы элементы народного танца (3,37 + 0,74). Показатели частоты использования элементов современного танца невелики (0,38

+ 0,12).

Анализ композиций свидетельствует, что гимнастки использовали в среднем  $3,52 \pm 0,25$  гимнастического элемента различных групп трудности. Наибольшее количество гимнастических элементов наблюдается в группе комбинированных элементов ( $1,88 \pm 0,37$ ), и приходится на элементы трудности группы А ( $1,25 \pm 0,62$ ).

**Вывод:** Итак, количество хореографических элементов в 4 раза превысило количество гимнастических элементов ( $11,27 \pm 0,99$  и  $3,52 \pm 0,25$ ). Численно преобладают элементы группы трудности В.

В области художественной гимнастики большое значение придается хореографической подготовке спортсменок, связанной с уровнем их технического мастерства и являющейся одним из критериев, определяющих балльную оценку выступлений гимнасток на соревнованиях.

Анализ литературы и данные анкетного опроса и интервью свидетельствуют о том, что наиболее широко в художественной гимнастике представлены жанры классического, народного и современного танцев при ведущей роли классической хореографии. Как и в практике хореографии, в художественной гимнастике хореографические элементы классифицируются по структурным признакам; ранжируются по степени трудности на элементы групп А, В, С, D.

В то же время исследование состояния вопроса дает основание считать, что нет достаточно четкого определения понятия "хореографический элемент в художественной гимнастике". Анализ литературы, опрос тренеров дает основание предложить следующее определение: "Под хореографическим элементом в художественной гимнастике

Таблица 2

Сводная таблица структурных групп, используемых в индивидуальных соревновательных композициях со скакалкой сильнейшими гимнастками - участницами Чемпионатов Мира, Европы, Олимпийских игр по художественной гимнастике (г. 1989, 1990, 1991, 1992)

№ п/п	Структурные группы трудности элементов	1989	1990	1991	1992	Сумма показателей	Средний показатель за 1989-1990 гг.
		XIV Чемпионат Мира (Сараево)	VII Чемпионат Европы (Гетеборг)	XV Чемпионат Мира (Афины)	XXV Олимпийские Игры (Барселона)		
		X + Mx	X + Mx	X + Mx	X + Mx		
1.	Классического танца:						
	- прыжки	3.38+0.50	3.12+0.25	2.25+0.49	3.63+0.49	12.88+1.73	3.22+0.43
	- равновесия (б. позы)	2.25+0.50	2.25+0.49	1.62+0.25	2.88+0.37	9.00+1.61	2.25+0.40
	- повороты	3.75+0.62	2.37+0.49	3.12+0.49	2.13+0.25	11.37+1.85	2.84+0.46
	- комбинир. элементы	0.87+0.37	1.12+0.37	2.78+0.49	2.63+0.62	7.37+1.85	1.84+0.46
	X - средний показатель по группе (n = 8)	10.75+0.87	8.86+0.87	9.75+0.87	11.27+0.99	40.63+3.63	10.16+0.91
	Гимнастические элементы:						
	- волны и взмахи	1.00+0.25	0.62+0.25	1.50+0.37	0.13+0.12	3.25+0.99	0.81+0.25
	- наклоны	0.50+0.12	0.75+0.25	0.37+0.37	0.88+0.25	2.50+0.99	0.63+0.25
	- преакробатика	1.75+0.25	1.25+0.37	1.12+0.37	0.63+0.12	4.75+1.11	1.19+0.28
	- комбинир. элементы	1.37+0.37	2.00+0.62	3.37+0.74	1.88+0.37	8.62+2.10	2.16+0.53
	X - средний показатель по группе (n = 8)	4.62+0.62	4.62+0.74	6.37+0.87	3.52+0.25	19.13+2.48	4.78+0.62

Таблица 3

Статистические показатели соотношения трудности элементов классического танца и гимнастических элементов в упражнениях со скакалкой сильнейших гимнасток

Сложные элементы групп трудности	Соревнования							
	1989 г.		1990 г.		1991 г.		1992 г.	
	Эл-ты классич. танца	Гимнастич. эл-ты						
	X+Mx	X+Mx	X+Mx	X+Mx	X+Mx	X+Mx	X+Mx	X+Mx
A	3.25+0.87	1.62+0.37	4.5+0.99	2.62+0.49	4.12+0.50	3.50+0.62	05.0+0.62	1.63+0.12
B	5.0+1.12	1.87+0.50	3.12+0.62	1.50+0.37	3.0+0.62	1.50+0.37	5.25+1.45	1.38+0.37
C	1.38+0.25	1.0+0.25	1.12+0.49	0.25+0.12	2.25+0.62	0.87+0.37	0.88+0.25	0.50+0.12
D	1.12+0.50	0.12+0.12	0.12+0.12	0.25+0.12	0.37+0.12	0.50+0.12	0.13+0.12	-
Средние суммарные показатели	10.75+0.87	4.62+0.62	8.86+0.87	4.62+0.74	9.75+0.87	6.37+0.87	11.26+0.99	3.51+0.25

3499

Снижается, во-первых, в значительном смысле доля "танцевальных" элементов в составе упражнений, поскольку конкурентивный уровень вальса вальсовые "на", вальсовые элементы из программы по умолчанию вальной гимнастике с ярко выраженной хореографической составляющей и значимой спортивно-технической трудностью (А, Б, С, Д), который и сейчас можно отнести к тому или иному виду танца. Данное определение принято большинством опрошенных тренеров и специалистов.

Анализ содержания композиций упражнений со скакалкой (рыкопрядного вида) многообразия не случаен: это один из обязательных видов, в котором четко прослеживаются черты, присущие композициям с другими предметами) в основе сложности 32 ведущих гимнасток мира (возможны исключения) тенденции развития художественной гимнастики в течение Олимпийского четырехлетия (1989-1992 гг.).

Было выявлено преобладание хореографических элементов классического жанра. Особенно заметно увеличение доли элементов этого жанра в соревнованиях 1991-1992 гг.

Важно отметить преобладание хореографических элементов народного танца и танца-колера. Их место определяется прежде всего индивидуальными предпочтениями гимнасток.

Изменилось соотношение количества чисто гимнастических и хореографических элементов: количество гимнастических элементов снизилось в среднем с 6,37 до 3,63, количество хореографических элементов увеличилось в среднем с 9,75 до 12,26.

Гимнастический демонстративный технически особенно сложный элемент - волна, в соревнованиях 1991-1992 гг. сохраняется в составе программы групп (используются элементы). В нем оодезем колесные предельно сложные элементы групп А и В. В группе А преобладают повороты, в группе В прыжки и повороты. Менее представлены

Таблица 4  
Статистические показатели элементов жанров танца, используемых в индивидуальных соревновательных композициях со скакалкой сильнейших гимнасток мира (1989-1992 гг., п - 8)

NN пп	Годы	1989, XIV Чемпионат Мира			1990, VII Чемпионат Европы			1991, XV Чемпионат Мира			1992, XXV Олимпийские Игры		
		X ± Mx	б	V	X ± Mx	б	V	X ± Mx	б	V	X ± Mx	б	V
1	Народный	3.87±0.49	1.40	36.08	2.12±0.85	2.46	116.03	1.87±0.62	1.75	93.58	3.37±0.74	2.10	62.31
2	Современный	0.50±0.12	0.35	70.00	1.62±0.74	2.10	129.63	0.50±0.25	0.70	140.00	0.38±0.12	0.35	92.10

Таблица 5  
Показатели модельных характеристик упражнений со скакалкой сильнейших гимнасток

Содер- жание	Структурные группы		Группы трудности							
	Суммарные групповые показатели	модельные характери- стики	A		B		C		D	
			Модель	%	Модель	%	Модель	%	Модель	%
Хореографические элементы										
Прыжки	12.88±.73	3.22±0.43	4.0±1.12	24.07	5.63±1.37	34.90	2.25±0.61	57.47	1.0±0.49	31.70
Равновес.	6.0±1.61	2.25±0.40	3.75±0.86	22.56	4.0±1.24	24.80	1.01±0.61	14.37	0.25±0.12	22.18
Повороты	11.37±1.85	2.84±0.46	6.25±1.62	37.60	4.13±1.36	25.60	0.88±0.36	6.90	0.12±0.12	28.0
Комбинир. элементы	7.37±1.85	1.84±0.46	2.62±1.24	15.76	2.37±0.99	14.69	2.0±0.61	21.26	0.37±0.36	18.11
Гимнастические элементы										
Волны	3.25±0.99	0.81±0.25	2.76±0.99		0.5±0.36					
Наклоны	2.50±0.99	0.63±0.25	1.63±0.41		0.75±0.36		0.12±0.12			
Преакроб.	4.75±1.11	1.19±0.28	1.0±0.48		2.87±1.11		0.63±0.49		0.12±0.12	
Комбинир. элементы	8.62±2.10	2.16±0.53	4.12±1.49		2.5±0.74		2.01±0.99		0.62±0.36	

18

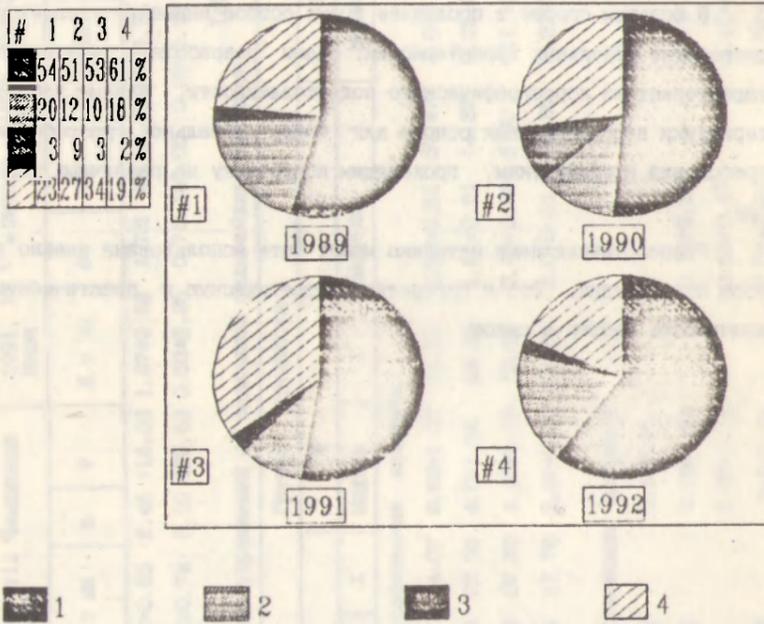
- 19 -

Элементы группы С (преобладают прыжки и комбинированные элементы) и группы D (наибольшее количество элементов данной группы состоит из прыжков).

В большом спорте в последнее время особое внимание уделяется разработке модельных характеристик. нами разработаны модельные характеристики хореографического подготовленности. Данные характеристики необходимы как основа для более детальной разработки тренировок к гимнасткам, проходящим подготовку на различных этапах.

Разработанная нами методика может быть использована именно в этом направлении. Это и определяет теоретическую и практическую значимость работы в целом.

$\bar{X} \pm \frac{1}{\sqrt{n}} \sigma$  Mx



Средние показатели различных элементов в упражнениях со скалкой сильнейших гимнасток мира в Олимпийском цикле.

- 1.- эл-ты классического танца
- 2.- эл-ты народного танца
- 3.- эл-ты современного танца
- 4.- гимнастические элементы

### ВЫВОДЫ

1. Разработанная классификация элементов хореографии построена по структурному принципу, принятому в спортивных видах гимнастики, а также с учетом специфики хореографии как искусства танца. В системе классификации все хореографические элементы распределяются по жанрам (классический, народный и современный танцы), структурным группам (прыжки, равновесия, повороты и комбинированные элементы); группам трудности (А, В, С, D). В отдельную группу выделяются связующие элементы. Гимнастические элементы распределяются также по структурным группам (волны и взмахи, наклоны, преакробатика, комбинированные элементы) и по группам трудности (А, В, С, D). Использование предлагаемой классификации позволяет проводить анализ композиций упражнений всех видов многоборья в художественной гимнастике и может быть использована при интегральной оценке мастерства спортсменок.

2. В упражнениях спортсменок высшей категории отмечается наличие хореографических элементов всех основных жанров и структур.

Наиболее представлен жанр классической хореографии (40,63 + 3,6) в наших исследованиях в пределах четырехлетнего Олимпийского цикла наблюдается постоянное преобладание количества элементов классического танца, превышающее количество элементов народного танца (11,23 + 2,7) и танца-модерн (3,0 + 1,23).

3. Изменение требований к содержанию и трудности упражнений в новых правилах в сторону исключения элементов риска гимнастического характера в пользу включения хореографических элементов заметно повлияло на соотношение количества хореографических и гимнастических элементов в композициях ведущих гимнасток (сниже-

ние количества гимнастических элементов с 6,37 в 1991 г. до 3,52 элемента в 1992 г. и увеличение количества хореографических элементов классического характера с 9,75 в 1991 г. до 12,26 элемента в 1992 г.).

4. В упражнениях со скакалкой сильнейших гимнасток следует выделить структурную группу комбинированных элементов, при выполнении которых сочетаются признаки элементов разных структурных групп (прыжков, поворотов, равновесий и гимнастических элементов (26,78%).

В подобных соединениях хореографические элементы относятся к фундаментальной группе элементов классического танца.

5. Прослеживается определенная взаимосвязь между принадлежностью хореографических элементов к структурным группам и их трудностью.

В наибольшем количестве гимнастки используют элементы группы А (16,62%) и группы В (16,13%). При этом в группе А чаще всего применяются повороты (37,60%) и прыжки (24,07%), а в группе В - прыжки (34,90%) и повороты (25,60%).

Заметно меньше в композициях элементов группы С (6,14%), что объясняется их большой сложностью и лимитом, определенным правилами соревнований. Большинство элементов группы С относится к группе комбинированных элементов (32,57%) и прыжкам (36,64%).

Наименьшее количество элементов группы D в упражнениях со скакалкой у сильнейших гимнасток объясняется их особой сложностью, новизной и оригинальностью (1,74%). Наибольшее количество элементов группы D составляют прыжки (57,47%), как правило классического характера.

6. На основании исследований композиций упражнений со ска-

калкой сильнейших гимнасток мира в число модельных характеристик интегральной подготовленности спортсменок следует также включить их хореографическую подготовленность, которую можно определить по следующим показателям:

- владение элементами основных жанров хореографии - классическим (10,16 + 0,5 элемента), народными (2,80 + 0,68 элемента) и современным (0,75 + 0,31 элемента);

- владение хореографическими элементами различных структур - прыжками (3,22 + 0,43 элемента), поворотами (2,84 + 0,44 элемента), равновесиями (2,25 + 0,40 элемента), комбинированными (1,84 + 0,45 элемента);

- владение хореографическими элементами различных групп трудности - А (4,22 + 0,75 элемента), В (4,09 + 0,87 элемента), С (1,41 + 0,40 элемента), Д (0,44 + 0,22 элемента).