

ОСОБЛИВОСТІ СУДДІВСТВА ГРУПОВИХ ТА ІНДИВІДУАЛЬНИХ ВПРАВ ХУДОЖНЬОЇ ГІМНАСТИКИ

Вікторія ЛЕНИШИН, Валентина СОСІНА

Львівський державний університет фізичної культури

Анотація. У статті розглянуто особливості суддівства артистичності й техніки виконання групових та індивідуальних вправ художньої гімнастики. Результат порівняльного аналізу дає підстави для диференційованого підходу до процесу підготовки спортсменок, що спеціалізуються в різних видах програми. Отримані дані дозволяють виділити найбільш важливі сторони підготовленості спортсменок, які виступають в групових вправах, з метою їх цілеспрямованого вдосконалення в процесі спортивного тренування.

Ключові слова: групові вправи, індивідуальні вправи, художня гімнастика, суддівство, артистичність, техніка.

АНАЛИЗ ОСОБЕННОСТЕЙ СУДЕЙСТВА ГРУППОВЫХ И ИНДИВИДУАЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКИ

Виктория ЛЕНИШИН, Валентина СОСІНА

*Львовский государственный университет
физической культуры*

Аннотация. В статье рассматриваются особенности судейства артистичности и техники выполнения групповых и индивидуальных упражнений художественной гимнастики. Результат сравнительного анализа дает основания для дифференцированного подхода к процессу подготовки спортсменок, специализирующихся в разных видах программы. Полученные данные позволяют выделить наиболее важные стороны подготовленности спортсменок, выступающих в групповых упражнениях, с целью их целенаправленного совершенствования в процессе спортивной тренировки.

Ключевые слова: групповые упражнения, индивидуальные упражнения, художественная гимнастика, судейство, артистичность, техника.

ANALYSIS OF REFEREEING FEATURES OF GROUP AND INDIVIDUAL EXERCISES IN RHYTHMIC GYMNASTIC

Viktoriya LENYSHYN, Valentyna SOSINA

Lviv State University of Physical Culture

Abstract. The article deals with artistry refereeing features and technique of group and individual exercises implementation in rhythmic gymnastic. The result of comparative analysis provides the basis for differential approach to the process of athletes preparing that specialize in different types of programs. These data allow us to highlight the most important aspects of athletes training who perform in group exercises, in order to improve their enhancement during sports training.

Keywords: group exercises, individual exercises, rhythmic gymnastic, refereeing, artistry, techniques.

Постановка проблеми. З моменту введення групових вправ художньої гімнастики в програму Олімпійських ігор (1996) проблема вдосконалення підготовки спортсменок набуває особливої актуальності. Система підготовки спортсменок у групових вправах суттєво відрізняється від підготовки в індивідуальних вправах.

Водночас у системі суддівства індивідуальних і групових видів програми існують відмінності, які лімітують не тільки змагальну діяльність спортсменок, а й визначають основні напрями їх підготовки. Результат порівняльного аналізу дає підставу для диференційованого підходу до процесу підготовки спортсменок, що спеціалізуються в індивідуальних і групових вправах художньої гімнастики.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У науковій та методичній літературі частково висвітлена проблема вдосконалення процесу підготовки гімнасток, що спеціалізуються в групових вправах [3, 4, 1]. У працях відомих дослідників [2, 5, 7] розглянуто питання технічної підготовленості гімнасток у групових вправах (Т.В. Нестерова, 1993; Н.А. Шевчук, 2005; Т.М. Мірошніченко, 2006; І.С. Семібратова, 2007), відбору спортсменок за різними показниками (Т.В. Несте

рова, І. С. Кожанова, 2009), технології відбору, орієнтації та підготовки спортсменок у групових вправах (І.С. Сиваш, 2013), психічної сумісності в команді (В.А. Леонова, 2003; І.В. Бистрова 2008) тощо.

Робота виконана згідно з темою 2.7 Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту на 2011–2015 рік «Удосконалення системи фізичної підготовки спортсменів з урахуванням індивідуальних та технічних профілів їх підготовленості».

Мета дослідження – порівняльний аналіз особливостей системи суддівства індивідуальних і групових вправ художньої гімнастики.

Об'єкт: система суддівства вправ художньої гімнастики.

Предмет: особливості суддівства групових та індивідуальних вправ художньої гімнастики.

Методи і організація дослідження. У праці використані такі методи: теоретичний аналіз і узагальнення даних науково-методичної літератури, аналіз документальних матеріалів, опитування, методи математичної статистики. У процесі дослідження були опитані тренери (23 особи) і гімнастки високої кваліфікації (34 особи).

Виклад основного матеріалу. Основним завданням артистичної складової виконання композиції є створення художнього образу, передача характеру, який визначається музичним супроводом. Гімнастка повинна донести до глядачів емоції, виразити ідею створеної композиції [8]. У групових вправах це завдання ускладнюється тим, що всі гімнастки повинні створювати єдиний образ, де кожна з них є складовою частиною композиції, а не окремою його ланкою.

Оцінювання композиції гімнасток згідно з правилами змагань відбувається за такими критеріями: єдність композиції, музика – рух, виразність рухів тіла, організація колективної роботи, використання простору (різноманітність), синхронність і гармонія, переміщення і перешикування, рухи тілом, базова техніка, стрибки, повороти, рівновага, преакробатичні елементи. У суддівстві «єдності композиції» групових та індивідуальних вправ істотних відмінностей не виділено, крім стартової пози спортсменок. У стартовій позиції групових вправ одна або кілька гімнасток можуть перебувати без предмета, а інша – тримати усі п'ять предметів, виконуючи на початку вправи їх випуск.

Розділ «музика і рух» оцінюється суддями однаково в обох видах програми. Однак у групових вправах знижки в сумі 0,10 бала застосовуються для кожної гімнастки, яка допустила помилку, внаслідок чого сума зниження оцінки завжди більша, ніж в індивідуальних (табл. 1).

Отримані дані свідчать, що в групових вправах незначна помилка однієї або декількох гімнасток може привести до дуже значного зниження балів через відсутність узгодженості в рухах, негармонійного зв'язку рухів з музикою і ритмом музичного супроводу. Таким чином, відпрацювання синхронності виконання елементів і композиції загалом займає в групових вправах одне з найважливіших місць. Досить важливим у зв'язку з цим є досягнення в команді високої сумісності у прояві рухових умінь і якостей.

Суддівство виразності рухів тіла у двох видах програми не має відмінностей. Розділ «організація колективної роботи» оцінюється суддями тільки в групових вправах, що пов'язано зі специфікою цього виду програми, характерною особливістю якого є участь кожної гімнастки у спільній роботі ансамблю і в дусі колективізму [8]. Якщо одна або кілька гімнасток допустять помилку, то це призведе до дисбалансу в композиції, що своєю чергою порушить організацію колективної роботи і відповідно викличе суттєві знижки за артистизм виконання композиції. У зв'язку з цим в процес підготовки спортсменок у групових вправах слід включати різні способи організації колективної роботи, такі як: організація синхронного, почергового, «хорового» і «контрастного» виконання, а також виконання у взаємодіях і у швидкій послідовності. Згідно з правилами змагань, жоден з названих способів організації колективної роботи не повинен переважати над іншими [8].

Таблиця 1

Відмінності в суддівстві артистичності виконання групових та індивідуальних вправ

Вид помилки	Групові вправи	Знижка (бали)	Індивідуальні вправи	Знижка (бали)
Єдність композиції				
Окремі порушення в структурі, характері і динамізмі композиції	+	0,10	+	0,10
Переривання логічного зв'язку між рухами	+	0,10	+	0,10
Відсутність єдності у логічному зв'язку і переходах між елементами в частині вправи	+	0,50	+	0,50
Відсутність єдності у логічному зв'язку і переходах між елементами у всій вправі	+	1	+	1
Екстремальна стартова чи фінальна позиція	+	0,30	+	0,30
Стартова поза гімнастики не обумовлена початковими рухами предмета	-	-	+	0,30
Музика – рух				
Відсутність гармонії між ритмом музики і рухами, характером музики і рухами *	+	0,10	+	0,10
Відсутність гармонії між ритмом музики і рухами, характером музики і рухами в частині вправи	+	0,50	+	0,50
Відсутність гармонії між ритмом музики і рухами, характером музики і рухами у всій вправі	+	1	+	1
Виразність рухів тіла				
Окремі сегментні рухи	+	0,10	+	0,10
Відсутність виразності в значній частині вправи	+	0,30	+	0,30
Повна відсутність у вправі виразності рухів	+	0,50	+	0,50
Організація колективної роботи				
Окремі порушення в організації колективної роботи	+	0,10	-	-
В більшій частині вправи немає різноманіття в організації колективної роботи	+	0,30	-	-
Заборонені елементи майстерності взаємодій	+	0,30	-	-
Повна відсутність різноманітності в організації колективної діяльності	+	0,50	-	-
Використання простору (різноманітність)				
Відсутність різноманітності у використанні площі килима, рівнів висоти, напрямку / траєкторій руху і способів переміщення	+	0,30	+	0,30
Відсутність мінімум 6 перешикувань (різних за амплітудою та формою рисунка)	+	0,30	-	-
Довготривала зупинка в рисунку перешикування	+	0,30	-	-

Примітка. * кожен раз від 0,10 до 2 балів за використання музики як фону

У групових вправах важливо використання всього простору майданчика (різноманітність). В індивідуальній програмі знижки за недотримання цього пункту правил застосовувати недоцільно, що свідчить про відмінності у суддівстві цих видів змагальної діяльності, а також складнішу структуру композиції групових вправ. Отримані дані дають підставу стверджувати, що як постановка композиції, так і вдосконалення програми групових вправ є більш складним і трудомістким процесом порівняно з індивідуальною програмою, у якій бере участь одна спортсменка.

Оцінювання технічних помилок, пов'язаних з музикою і рухами, синхронністю і гармонією, переміщеннями і перешикуванням у групових вправах передбачає ряд знижок, які не використовуються в індивідуальній програмі. До таких помилок належать: недостатня синхронність між індивідуальним ритмом і ритмом усієї групи, відсутність узгодженості між музикою і рухами, втрата предмета, порушення шикунів, неточність у напрямку і формі переміщення, тривале зупинення під час перешикування, зіткнення між гімнастками, а також недостатня синхронність у швидкості, амплітуді і виразності (остання знижка застосовується до кожної гімнастки у команді).

Згідно з даними авторів, отриманими в результаті відеоаналізу групових вправ [6], найбільш часто спортсменки допускають такі помилки, як втрата синхронності, втрата предмета і ритму, що може «провокувати» більш суттєве зниження оцінки. Отримані результати свідчать про те, що в процесі підготовки гімнасток, які спеціалізуються в групових вправах, особливу увагу слід звертати на узгодженість колективних дій, досягнення яких пов'язано з оптимальною сумісністю спортсменок за низкою показників фізичної, технічної, хореографічної, музично-ритмічної та іншими видами підготовленості.

У випадку неузгодженості між музикою і рухами гімнасток як в групових, так і в індивідуальних вправах застосовується знижка від 0,30 до 0,50 бала. Однак крім цієї знижки в групових вправах ще оцінюється недостатня синхронність між індивідуальним ритмом і ритмом групи (табл. 2).

Таблиця 2

Відмінності в суддівстві техніки виконання групових та індивідуальних вправ

Вид помилки	Групові вправи	Знижки (бали)	Індивідуальні вправи	Знижки (бали)
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>
Музика – рух				
Недостатня синхронність між індивідуальним ритмом і ритмом групи	+	0,10	–	–
Відсутність узгодженості між музикою і рухами в кінці вправи через втрату предмета	+	0,30	+	0,30
Відсутність узгодженості між музикою і рухами в кінці вправи	+	0,50	+	0,50
Синхронність і гармонія				
Недостатня синхронність в швидкості, амплітуді чи виразності **	+	0,10	–	–
Переміщення і перешикування				
Порушення шикунів	+	0,10	–	–
Неточності у напрямку і формі переміщення	+	0,10	–	–
Зіткнення між гімнастками	+	0,50	–	–
Рухи тілом				

Продовження табл.2

1	2	3	4	5
Незакінчений рух	+	0,10	+	0,10
Довільне переміщення без кидка: уточнення позиції	+	0,10	+	0,10
Базова техніка				
Втрата рівноваги: додатковий рух без переміщення *	+	0,10	+	0,10
Втрата рівноваги: додатковий рух з переміщенням *	+	0,30	+	0,30
Втрата рівноваги: з опорою на одну, дві кисті, або з опорою на предмет*	+	0,50	+	0,50
Повна втрата рівноваги з падінням *	+	0,70	+	0,70
Неправильне положення частини тіла під час виконання руху **	+	0,10	+	0,10
Статика гімнастики	+	0,30	+	0,30
На початку вправи одна або декілька гімнасток знаходяться без предмета більше чотирьох рухів (4 с)	+	0,30	-	-
Під час взаємодії одна або декілька гімнасток знаходяться без предмета, або без руху більше 4 с	+	0,30	-	-
Всі гімнастки не контактують з предметом у фінальній позиції	+	0,30	-	-
Стрибки				
Недостатня амплітуда форми, тяжке приземлення	+	0,10	+	0,10
Рівноваги				
Недостатня амплітуда форми, не чітка і не фіксована форма	+	0,10	+	0,10
Повороти				
Недостатня амплітуда форми, не чітка і не фіксована форма	+	0,10	+	0,10
Опора на п'яту під час повороту, який виконується на релєве	+	0,10	+	0,10
Переміщення (ковзання) під час повороту	+	0,10	+	0,10
Вісь тіла не вертикальна, і після повороту крок вперед	+	0,30	+	0,30
Підстрибування під час повороту	+	0,30	+	0,30
Преакробатичні елементи				
Тяжке приземлення	+	0,10	+	0,10
Неправильна техніка	+	0,10	+	0,10
Недозволений преакробатичний елемент	+	0,30	+	0,30
Дозволений преакробатичний елемент виконаний з недозволеною технікою	+	0,30	+	0,30

Примітки:

* знижка для кожної гімнастки;

** кожен раз 0,10 бала і максимум до 1 бала.

Отже, проведений порівняльний аналіз суддівства групових та індивідуальних вправ художньої гімнастики дозволив виділити найбільш значущі відмінності в оцінюванні виступів спортсменок, що зумовлює необхідність диференційованого підходу до процесу їх підготовки.

Висновки:

1. У групових та індивідуальних вправах художньої гімнастики артистичність композиції оцінюється судьями однаково, але у групових вправах знижки в сумі 0.10 бала застосовуються для кожної гімнастки, яка допустила помилку.

2. Організація колективної роботи оцінюється судьями тільки в групових вправах, що пов'язано зі специфікою цього виду програми. У групових вправах помилка однієї або декількох гімнасток призводить до дисбалансу в композиції, що своєю чергою приведе до порушення в організації колективної роботи.

3. Оцінювання техніки виконання групових вправ передбачає знижки, які не використовуються в індивідуальній програмі, що пов'язано зі специфікою кожного виду програми.

4. Рухи тіла, що включають стрибки, обертання, рівноваги і преакробатичні елементи, не відрізняються у суддівстві програми, крім кількості цих елементів у структурі композиції.

5. Порівняльний аналіз суддівства групових та індивідуальних вправ художньої гімнастики дозволив виділити найбільш значущі відмінності в оцінюванні виступів спортсменок, що зумовлює необхідність диференційованого підходу до процесу їхньої підготовки.

6. У процесі підготовки гімнасток, що спеціалізуються в групових вправах, особливу увагу слід звертати на узгодженість колективних дій, досягнення яких пов'язано з оптимальною сумісністю спортсменок за показниками фізичної, технічної, хореографічної, музично-ритмічної та іншими видами підготовленості.

Список літератури

1. *Карпенко Л. А.* Художественная гимнастика учебник / Л.А. Карпенко ; под общ. ред. проф. Л. А. Карпенко. – М. : Всерос. федер. худ. гимнастики, 2003. – 382 с.

2. *Мирошниченко Т. М.* Методика построения композиций групповых упражнений в художественной гимнастике : автореф. дис. на соискание учен. степени канд. наук по физ. воспитанию и спорту : [спец.] 24.00.01 «Олимпийский и профессиональный спорт» / Т. М. Мирошниченко. – К., 2006. – 21 с.

3. *Нестерова Т. В.* Совершенствование системы многолетней подготовки спортсменок в художественной гимнастике / Т. В. Нестерова // Наука в олимпийском спорте. – 2007. – С. 66–74.

4. *Нестерова Т. В.* Фактор совместимости при комплектовании команд в групповых упражнениях художественной гимнастики / Т. В. Нестерова, О. С. Кожанова // Физическое воспитание студентов. – 2009. – №1. – С. 32–34.

5. *Семибратова И. С.* Надежность выполнения перебросок предметов в групповых упражнениях художественной гимнастики : автореф. дис. на соискание учен. степени канд. пед. наук : [спец.] 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» / И. С. Семибратова. – СПб., 2007. – 24 с.

6. *Сосіна В.* Аналіз виступів найсильніших спортсменок світу у групових вправах художньої гімнастики // Сосіна Валентина, Ленишин Вікторія // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини. – Л., 2014. – Вип. 18, т. 1. – С. 267–272.

7. *Шевчук Н. А.* Методика начальной технической подготовки юных гимнасток на основе обучения двигательным взаимодействиям в групповых упражнениях : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : [спец.] 13.00.04 « Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» / Н. А. Шевчук. – Волгоград, 2005. – 24 с.

Стаття надійшла до редколегії 12.05.2014

Прийнята до друку 20.05.2014

Підписана до друку 30.05.2014