

## МЕТОДИКА ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОНТРОЛЯ ВИДОВ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ

Греков Ю.А., Кравчук А.И.

*ГБОУ ВПО «Омская государственная медицинская академия Минздрава России», Омск, Россия (644043, Омск, ул. Ленина, 12), e-mail: grek\_of@mail.ru*

В данной статье представлена методика педагогического контроля для оценки видов подготовленности благодаря использованию наиболее важных качеств и способностей в танцевальном спорте на этапе начальной подготовки. Выделены основные и дополнительные информативные показатели в каждом виде подготовленности, что позволяет тренерам оперативно управлять подготовленностью танцоров, направив усилия на коррекцию отстающих показателей и совершенствование особенно тех показателей, которые влияют на спортивный результат. Разработаны этапные модельные характеристики танцоров 7 и 8 лет, позволяющие определить готовность к выступлению на соревнованиях и прогнозировать спортивные результаты. Определены двигательные качества и способности танцоров 7 и 8 лет, имеющие достоверное развитие на каждом году тренировки этапа начальной подготовки. Показано значение переходного-подготовительного периода подготовки для совершенствования отстающих от норматива показателей видов подготовленности в процессе самостоятельных занятий танцоров 7-8 лет.

Ключевые слова: спортивные танцы, этап начальной подготовки, нормативы, педагогический контроль.

## METHOD OF PEDAGOGICAL CONTROL OF TYPE READINESS ON THE STAGE OF INITIAL TRAINING

Grekov Y.A., Kravchuk A.I.

*Omsk state medical academy, Omsk, Russia (644043, Omsk, street Lenina, 12), e-mail: grek\_of@mail.ru*

The article presents the use of pedagogical control when assessing development level of important skills in dance sport at the stage of initial training. Highlights the main and additional informative indicators in each kind of readiness that allows coaches to efficiently manage readiness dancers, focusing on lagging indicators correction and improvement of the indicators that affect athletic performance. Developed model characteristics dancers 7-8 years, allowing to define the readiness for performance on the competitions and to predict sports results. Defined motor and ability dancers 7-8 years with significant development at each stage of initial training. Shown the advantage of using transition period to improve laggards of normative indicators readiness in process the individual self-training dancers 7-8 years.

Keywords: dance sport, the stage of initial training, normatives, pedagogical control.

### Введение

Важное место в системе управления подготовкой спортсменов отводится научно обоснованному педагогическому контролю. Конкретизация его структуры и содержания с учетом специфики вида спорта являются важнейшими предпосылками повышения эффективности тренировочного процесса. Выполняя функцию обратной связи, педагогический контроль позволяет оценить эффективность средств и методов, применяемых в ходе подготовки спортсменов, вносить корректировки в тренировочные планы, индивидуализировать нагрузки [4]. Накануне школьного возраста у дошкольников наблюдается запаздывание в проявлении скачков роста в развитии двигательных навыков, физических качеств и функционально-двигательных способностей, так как средовые воздействия не создают условий для реализации сенситивных периодов их развития, что отражается на несвоевременном формировании моторного потенциала детей младшего

школьного возраста [2]. В условиях концентрированного обучения двигательным действиям детей дошкольного и младшего школьного возраста происходит гармоничное развитие двигательных навыков и способностей детей [3], что может быть характерно и для занятий танцевальным спортом.

**Цель исследования** – научное и методическое обоснование содержания комплексного педагогического контроля и этапных модельных характеристик танцоров на этапе начальной подготовки в танцевальном спорте. В исследовании принимали участие 36 танцоров 7-8 лет, занимающиеся на этапе начальной подготовки. В двухлетнем педагогическом эксперименте выявлялся уровень показателей видов подготовленности занимающихся, определялась достоверность изменения уровня двигательных качеств и способностей танцоров 7 и 8 лет. Разрабатывались нормативы и этапные модельные характеристики показателей видов подготовленности танцоров на этапе начальной подготовки.

**Методы исследования:** теоретический анализ научной и методической литературы, тестирование, метод экспертных оценок, педагогический эксперимент, методы математической статистики.

### **Результаты исследования и их обсуждение**

На этапе начальной подготовки танцоров 7-8 лет в танцевальном спорте в комплексном педагогическом контроле следует различать следующие разновидности видов подготовленности: общая и специальная физическая (ОФП и СФП), функционально-двигательная (ФДП), музыкально-ритмическая (МРТП), хореографическая (ХТП) и интеллектуальная техническая (ИТП) и тактическая подготовленность (ТакТП). В содержание педагогического контроля включен разработанный нами комплекс контрольных упражнений, состоящий из 27 основных и дополнительных тестов. Данные тесты являются информативными для оценки уровня показателей видов подготовленности танцоров [1]. Из них 14 тестов у мальчиков и 16 у девочек позволяют разработать этапные модельные характеристики танцоров и определить сумму модельных характеристик танцевальной пары.

За первый год тренировки у детей 7 лет в основных и дополнительных тестах наблюдалось достоверное ( $p < 0,05$ ) изменение показателей: в ОФП во всех пяти основных показателях (ловкость, скоростная выносливость, быстрота, общая выносливость, скоростная сила), из которых два являются этапными модельными характеристиками у обоих партнеров (ловкость и скоростная выносливость) и один – у мальчиков (общая выносливость); в СФП во всех четырех основных показателях (статическая выносливость мышц рук, скоростная выносливость в прыжках со скакалкой, быстрота движений стоп и рук) и одном дополнительном (статическая выносливость мышц разгибателей левой стопы), из которых

один является этапной модельной характеристикой у обоих партнеров (статическая выносливость мышц рук) и два – у девочек (скоростная выносливость и быстрота движений стоп).

В ФДП достоверные изменения ( $p < 0,05$ ) были во всех девяти тестах, из которых: все три основных показателя, являющихся также этапными модельными характеристиками (координационные способности в прыжках в сочетании с движениями рук, точность мышечных усилий в прыжке в длину на 50% от максимального, вестибулярная устойчивость в пробе Ромберга), а также все три дополнительных (хореографическая выворотность, пространственная точность рук, координационные способности в прыжке с поворотом на  $360^\circ$ ). Следует отметить рост уровня трех показателей, не являющихся информативными (пространственная точность ног, вестибулярная устойчивость в ходьбе по прямой после шести поворотов переступанием, точность мышечных усилий в прыжке в длину на 75% от максимального).

В четырех видах технической подготовленности достоверные ( $p < 0,05$ ) изменения имели место в двух основных тестах (ритмическая память и координация), в одном дополнительном (музыкально-ритмические способности) и одном тесте, не являющемся информативным (музыкально-ритмическая координация), которые являются этапными модельными характеристиками у обоих партнеров (за исключением мальчиков в ритмической координации).

Остальные пять показателей технической подготовленности были выявлены при целенаправленном совершенствовании отстающих от нормативов показателей видов подготовленности в переходном-подготовительном периоде подготовки у танцоров 7 лет. Из них достоверные изменения ( $p < 0,05$ ) наблюдались у партнеров в двух тестах, один из которых является дополнительным показателем (хореографическая линия ног), другой, не являющийся информативным (музыкально-ритмическое переключение), оба из которых являются также модельными характеристиками (кроме мальчиков в музыкально-ритмическом переключении). Другие три показателя (хореографическая линия рук и осанки, интеллектуальная подготовленность) не имели достоверных различий ( $p > 0,05$ ) за этот период подготовки, но первый показатель является этапной модельной характеристикой у обоих партнеров, а третий – у мальчиков.

В тактической подготовленности уровень тактического мышления к концу тренировочного года оказался соответствующим нормативу и этот показатель является этапной модельной характеристикой. Данные тесты технической и тактической подготовленности следует отслеживать во втором полугодии первого года тренировки у танцоров 7 лет.

Таким образом, из 27 основных и дополнительных показателей видов подготовленности в танцевальном спорте у танцоров 7 лет используется 18 основных и 9 дополнительных. Если у мальчиков можно учитывать 14 этапных модельных характеристик, то у девочек - 16.

Педагогический эксперимент, направленный на совершенствование отстающих показателей видов подготовленности в самостоятельных занятиях танцоров 7 лет, показал значительное сокращение числа этих показателей с 31-32 до 4 у партнеров танцевальной пары (табл. 1).

Таблица 1

Общее количество показателей видов подготовленности, отстающих от нормативов, танцоров 7 лет в экспериментальной группе до и после переходно-подготовительного периода (ППП)

Виды подготовленности	До ППП		После ППП	
	мальчики, n=9	девочки, n=9	мальчики, n=9	девочки, n=9
ОФП	7	7	2	3
СФП	8	9	1	1
ФДП	7	7	1	0
ТП	10	8	0	0
ТактП	0	0	0	0
Всего	32	31	4	4

Таким образом, организация педагогического контроля за ходом реализации учебного материала видов подготовки, успешностью его освоения партнерами танцевальной пары, необходима на первом году тренировки танцоров 7 лет. Она позволит оценивать качество тренировочного процесса и прогнозировать танцевальным парам спортивные результаты.

За второй год тренировки у тех же детей в 8 лет в основных и дополнительных тестах наблюдалось достоверное ( $p < 0,05$ ) изменение показателей: в ОФП в четырех из пяти основных показателях (ловкость, скоростная выносливость, быстрота, общая выносливость), из которых два являются этапными модельными характеристиками у обоих партнеров (ловкость и скоростная выносливость) и один - у мальчиков (общая выносливость); в СФП в двух из четырех основных показателях (статическая выносливость мышц рук, быстрота движений рук), первый из которых является этапной модельной характеристикой, и в одном дополнительном (статическая выносливость мышц разгибателей нижних конечностей).

В ФДП достоверные изменения ( $p < 0,05$ ) были в одном из трех основных показателей (вестибулярная устойчивость в пробе Ромберга), который является этапной модельной характеристикой у мальчиков, в двух дополнительных показателях (хореографическая выворотность и координационные способности в прыжке с поворотом на  $360^\circ$ ) и двух показателях, не являющихся информативными (пространственная точность ног и точность мышечных усилий в прыжке в длину на 75% от максимального).

В видах технической подготовленности достоверные ( $p < 0,05$ ) изменения были во всех девяти тестах, из которых: все четыре основных показателя (ритмическая память и координация, хореографическая линия рук, интеллектуальная подготовленность), все три дополнительных (музыкально-ритмические способности, хореографическая линия ног и осанки) и два показателя, не являющихся информативными (музыкально-ритмическая координация и переключение). Все показатели технической подготовленности являются этапными модельными характеристиками танцоров 8 лет, за исключением у мальчиков музыкально-ритмическое переключение. Показатель тактической подготовленности также имеет достоверное изменение ( $p < 0,05$ ) уровня подготовленности и он является этапной модельной характеристикой для танцоров 8 лет.

Таким образом, из 27 основных и дополнительных показателей видов подготовленности в танцевальном спорте у танцоров 8 лет достоверный рост показателей имел место в 12 основных и 10 дополнительных. У мальчиков и девочек можно учитывать по 14 этапных модельных характеристик.

Педагогический эксперимент, направленный на совершенствование отстающих показателей видов подготовленности в самостоятельных занятиях танцоров 8 лет, показал значительное сокращение числа таких показателей с 25-32 до 4-5 у партнеров танцевальной пары (табл. 2).

Таблица 2

Общее количество показателей видов подготовленности, отстающих от нормативов, танцоров 8 лет в экспериментальной группе до и после переходного-подготовительного периода (ППП)

Виды подготовленности	До ППП		После ППП	
	мальчики, n=9	девочки, n=9	мальчики, n=9	девочки, n=9
ОФП	5	6	1	2
СФП	9	6	1	0
ФДП	6	6	2	0

ТП	11	6	1	2
ТактП	1	1	0	0
Всего	32	25	5	4

Таким образом, на втором году тренировки педагогический контроль конкретизируется, охватывая все разновидности подготовленности и модельные характеристики, существенные для оценки спортивных результатов танцевальной пары и нужные для мальчиков - общая выносливость и девочек — музыкально-ритмическое переключение.

Рост уровня показателей видов подготовленности за каждый год тренировки у танцоров 7 и 8 лет убеждает в необходимости ежемесячного отслеживания изменения показателей видов подготовленности. Их динамика за каждые три месяца занятий позволит конкретизировать и дифференцировать материал видов подготовки. Появляется возможность учитывать индивидуальный уровень развития показателей видов подготовленности у танцоров 7 и 8 лет. Последовательность оценки показателей видов подготовленности согласуется с рекомендуемой этапностью их подготовки (Е. В. Путинцева, 2007) и становлением разработанных нами этапных модельных характеристик.

За два года тренировки следует отметить интенсивное развитие следующих показателей видов подготовленности:

- ОФП: гибкость, скоростная выносливость, быстрота и общая выносливость;
- СФП: статическая выносливость и быстрота мышц рук;
- ФДП: вестибулярная устойчивость (поза Ромберга), хореографическая выворотность и координационные способности (прыжок с поворотом на 360°), пространственная точность ног и точность мышечных усилий в прыжке в длину на 75% от максимального;
- ТП: все девять показателей - ритмическая память и координация, хореографическая линия рук, интеллектуальная подготовленность; музыкально-ритмические способности, хореографическая линия ног и осанки; музыкально-ритмическая координация и переключение;
- ТактП: тактическое мышление.

### **Выводы:**

1. Первый год тренировки танцоров 7 лет характеризуется интенсивным развитием основных двигательных качеств и способностей в ОФП, СФП и ФДП, а также достоверным развитием ( $p < 0,05$ ) отдельных дополнительных информативных показателей и других, не являющихся информативными у танцоров на этапе начальной подготовки. Показатели технической и

тактической подготовленности находятся в процессе формирования и их развитие следует отслеживать во втором полугодии первого года тренировки танцоров 7 лет.

2. Второй тренировочный год танцоров 8 лет характеризуется достоверным развитием ( $p < 0,05$ ) основных и дополнительных качеств, многие из которых также являются модельными характеристиками в данном возрасте. Отдельные двигательные качества и способности стабилизируются после достижения нормативов на первом году тренировки танцоров.

3. Методика педагогического контроля видов подготовленности на этапе начальной подготовки в танцевальном спорте позволяет на каждом году тренировки:

- выявить показатели видов подготовленности, которые интенсивно развиваются,
- определить достижение нормативов на каждом году тренировки,
- выявить показатели этапных модельных характеристик в каждом виде подготовленности,
- отследить индивидуальный уровень показателей видов подготовленности,
- устранить за переходно-подготовительный период отстающие от норматива показатели видов подготовленности,
- определять на основе этапных модельных характеристик готовность партнеров и танцевальной пары к выступлению на соревнованиях и достижение спортивных результатов.

### **Список литературы**

1. Греков Ю.А., Кравчук А.И. Информативные показатели в каждом виде подготовленности танцоров 7 и 8 лет // Научные труды: ежегодник. – Омск: Изд-во СибГУФК, 2013. – С. 71-74.
2. Мухина М.П., Кравчук А.И. Возрастные особенности развития основных движений, физических качеств и функционально-двигательных способностей детей дошкольного возраста в условиях направленного физического воспитания // Вестник Томского государственного университета. – 2011, № 343, февраль. – С. 184-187.
3. Мухина, М.П. Физическое воспитание детей дошкольного и младшего школьного возраста в условиях концентрированного обучения двигательным действиям // Омский научный вестник. – 2006. № 5 (39). – С. 244-249.
4. Никитушкин В.Г. Современная подготовка юных спортсменов / В. Г. Никитушкин. Методическое пособие. – М.: Москомспорт, 2009. – 112 с.
5. Путинцева Е.В. Структура видов начальной подготовки детей 7-9 лет в спортивных танцах: Автореф. дис. ... кандидата пед. наук. – Москва, 2008. – 24 с.

**Рецензенты:**

Бабушкин Г.Д., д.п.н., профессор, заведующий кафедрой Теории, методики и истории физической культуры и спорта, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, г. Омск.

Сальников В.А., д.п.н., профессор кафедры «Физической подготовки» Омского автобронетанкового инженерного института (филиал ФГКВОУ ВПО «Военной академии материально-технического обеспечения им. генерала армии А. В. Хрулёва» Минобороны РФ), г. Омск.