

УДК 796.412.2

**Анализ технических ошибок при выполнении упражнений с мячом
в художественной гимнастике**

Шаповаленко Алина Денисовна

Шаповаленко Никита Сергеевич

Горячева Наталья Леонидовна, кандидат педагогических наук

Прописнова Елена Павловна кандидат педагогических наук, доцент

Волгоградская государственная академия физической культуры, Волгоград

Аннотация. Художественная гимнастика характеризуется высокими требованиями к техническому мастерству гимнасток. Обучение элементам с предметом в художественной гимнастике невозможно без знаний о технических ошибках. В статье представлено исследование по изучению количественного соотношения технических ошибок при выполнении соревновательных композиций. Проведен анализ 85 композиций Первенства г. Волжского, проведенного в 2023 году. Фиксировали количество потерь предмета и неточностей в работе с предметом в соответствии с правилами, действующими на территории Российской Федерации. Анализ техники исполнения при выполнении упражнений с мячом позволил определить количественное соотношение ошибок, допускаемых гимнастками при выполнении элементов в упражнении с мячом. Результаты исследования позволят обратить внимание специалистов на выделенные категории ошибок и скорректировать процесс обучения гимнасток.

Ключевые слова: художественная гимнастика, технические ошибки.

**Analysis of technical errors when performing exercises with a ball
in rhythmic gymnastics**

Shapovalenko Alina Denisovna

Shapovalenko Nikita Sergeevich

Goryacheva Natalya Leonidovna, Candidate of Pedagogical Sciences

Propisnova Elena Pavlovna candidate of pedagogical sciences, associate professor

Volgograd State Academy of Physical Culture, Volgograd

Abstract. Rhythmic gymnastics is characterized by high demands on the technical skills of gymnasts. Teaching apparatus elements in rhythmic gymnastics is impossible without knowledge of technical errors. In this regard, the purpose of our study is to study the quantitative relationship of technical errors when performing competitive compositions. To determine a quantitative analysis of errors in technical elements with the ball performed by gymnasts aged 9-10 years, an analysis was carried out of 85 compositions of the Volzhsky Championship, held in 2023. We recorded the number of item losses and inaccuracies in working with the item, in accordance with the rules in force in the Russian Federation. Analysis of the performance technique when performing exercises with a ball made it possible to determine the quantitative ratio of errors made by gymnasts when performing elements in an exercise with a ball. The study identified the main technical errors when performing the exercise with the ball. The results of the study will allow us to draw the attention of specialists to the identified categories of errors and adjust the training process of gymnasts.

Keywords: rhythmic gymnastics, technical errors.

ВВЕДЕНИЕ. Художественная гимнастика характеризуется высокими требованиями к техническому мастерству гимнасток. Международная федерация художественной гимнастики каждый новый олимпийский цикл корректирует свод правил, которые направлены на совершенствование уровня подготовленности гимнасток и развитие вида спорта в целом. В связи с отстранением гимнасток от основных международных стартов (Олимпийских игр, чемпионатов мира и Европы) Всероссийской федерацией художественной гимнастики были разработаны и введены изменения и дополнения в правила судейства соревнований для российских гимнасток [1]. Данное нововведение повлияло на содержание соревновательных композиций, позволив гимнасткам выполнять большое многообразие элемен-

тов без ограничений. Эти обстоятельства повлекли за собой смещение акцентов в системе подготовки спортсменов, а именно – повышенные требования к уровню их технической подготовленности [2, 3].

Обучение элементам с предметом в художественной гимнастике невозможно без знаний о технических ошибках. В связи с этим целью нашей работы является изучение количественного соотношения технических ошибок при выполнении соревновательных композиций (на примере упражнения с мячом).

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ. Для определения количественного анализа ошибок в технических элементах с мячом, выполняемых гимнастками 9-10 лет, нами был проведен видеоанализ 85 композиций Первенства г. Волжского, проводимых с 27.10.2023 по 29.10.2023 года.

В ходе педагогического наблюдения и обработки протоколов судей по технике фиксировали количество потерь предмета и неточностей в работе с предметом в соответствии с правилами, действующими на территории Российской Федерации. Результаты анализа представлены на рисунке 1.

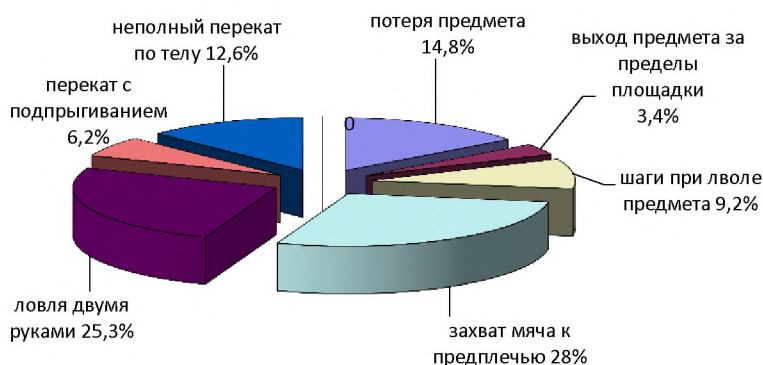


Рисунок 1 – Количественный анализ технических ошибок в элементах в упражнениях с мячом, выполняемых гимнастками

Анализ ошибок при выполнении элементов в упражнении с мячом показал, что наибольшее количество ошибок с мячом происходит при выполнении базовой техники предмета (захват мяча к предплечью) и составляет 28%. Также гимнастки достаточно часто допускают ошибку при выполнении ловли предмета, когда ловля осуществляется двумя руками (25,3%). Реже встречаются ошибки, связанные с потерей предмета (14,8%) и неполным перекатом мяча по телу (12,6%). Редко наблюдаются ошибки при выполнении ловли предмета с дополнительными шагами (9,2%), а также ошибки, связанные с отсутствием целостности переката из-за подпрыгивания мяча на теле гимнастки (6,2%).

Для более наглядного представления количественного соотношения манипулятивной работы с предметами на рисунке 2 представлено процентное соотношение ошибок, встречаемых в технических элементах с мячом.

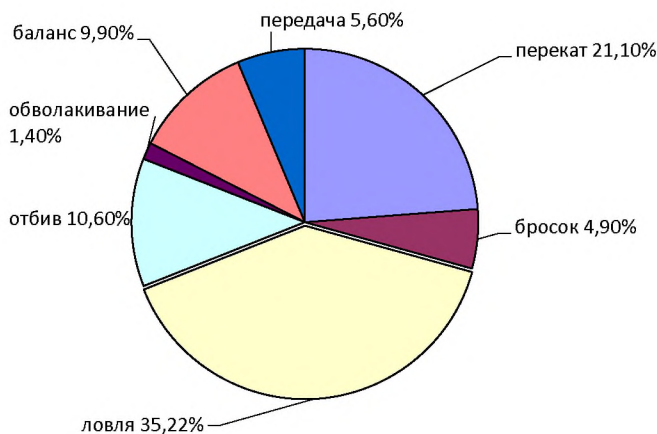


Рисунок 2 – Соотношение ошибок в упражнении с мячом

В результате анализа технических ошибок при выполнении манипулятивной работы с мячом было определено, что гимнастки выполняют ловлю предмета в две руки или выполняют «захват» мяча, т.е. прижимают мяч к запястью. Также наиболее часто ошибки встречаются при выполнении перекатов (21,1%), что связано с нарушением техники переката, а именно неполноценно выполненный перекат или перекат с отрывом, что приводит к потере предмета. Реже встречаются ошибки при отбиве (10,6%) и выполнении баланса мяча (9,9%), что характеризуется неправильным его удержанием. Редко ошибки встречаются во время выполнения передачи (5,6%) мяча, броска (4,9%) и обволакивания (1,4%), когда гимнастки прижимают мяч к запястью, тем самым выполняя «захват» мяча.

ВЫВОДЫ. Таким образом, в ходе исследования выявлены основные технические ошибки при исполнении упражнения с мячом. Результаты проведенного исследования позволят обратить внимание специалистов на выделенные категории ошибок и скорректировать процесс обучения гимнасток.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Правила соревнований по художественной гимнастике. Code FIG правил соревнований по художественной гимнастике, 2022-2024 гг. URL: https://gymnastics.sport/publicdir/rules/files/ru_2022-2024 (дата обращения: 25.10. 2023).
2. Терёхина Р. Н., Бурда-Андрианова Л. В. Сложность соревновательных программ гимнасток // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2008. № 7 (41). С. 91–94.
3. Лалаева Е. Ю., Горячева Н. Л., Назарова Е. Ю., Чадова Н. А. Вестибулярная устойчивость гимнасток тренировочного этапа подготовки при выполнении равновесий с мячом // Физическое воспитание и спортивная тренировка. 2023. № 3 (45). С. 34–41.

REFERENCES

1. Rules for rhythmic gymnastics competitions. Code FIG Rules for Rhythmic Gymnastics Competitions 2022-2024 (2022) available at: https://gymnastics.sport/publicdir/rules/files/ru_2022-2024 (accessed 25 October 2023).
2. Teryokhina R. N. and Burda-Andrianova L. V. (2008), “Complexity of gymnasts’ competitive programs”, *Scientific notes of the University named after P.F. Lesgafta*, № 7, pp. 91–94.
3. Lalaeva E. Yu., Goryacheva N. L., Nazarova E. Yu., and Chadova N. A. (2023), “Vestibular stability of gymnasts of the training stage of preparation when performing balances with the ball”, *Physical education and sports training*, № 3 (45), pp. 34–41.

Поступила в редакцию 21.02.2024.

Принята к публикации 20.03.2024.