

УДК 796.412.2.085.015.82 : 159.9 (07)

ББК 75.6

Б 62

Рецензенты:

кандидат педагогических наук, профессор В.С. Левин (МГАФК),
кандидат педагогических наук, доцент Л.А. Новикова (РГУФКСМиТ)

- Б 62** Формирование команды групповых упражнений в художественной гимнастике на основе психологических особенностей спортсменок: монография / Е.Е. Биндусов, Е.А. Пантелеева, В.Д. Сячин; Моск. гос. акад. физ. культуры. – Малаховка, 2017. – 180 с.

ISBN 978-5-00063-023-5

Монография посвящена вопросу формирования команды групповых упражнений в художественной гимнастике на основе учёта психологических характеристик спортсменок, свойств личности. Авторы приводят результаты влияния психологического совмещения в команде на успешность выступления. Приводятся результаты психологического тестирования спортсменок и особенности формирования команды на основе тестирования. Доказана эффективность учёта свойств личности и характерологических особенностей девочек в команде групповых упражнений. Представлены результаты улучшения технической подготовленности гимнасток, вошедших в команду, сформированную с учётом психологической совместимости. Материалы монографии могут использоваться в практической работе тренерами по художественной гимнастике, аспирантами и магистрантами при подготовке квалификационных работ.

*Утверждено научно-методическим советом
МГАФК в качестве монографии*

ISBN 978-5-00063-023-5

© Биндусов Е.Е., Пантелеева Е.А., Сячин В.Д., 2017.

© ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры», 2017.

СОДЕРЖАНИЕ

ГЛАВА I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ОТБОРА СПОРТСМЕНОВ В КОМАНДЫ, ВЫСТУПАЮЩИЕ В ГРУППОВЫХ УПРАЖНЕНИЯХ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКИ, И ПОДБОР МУЗЫКАЛЬНОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ К СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫМ КОМПОЗИЦИЯМ.....	6
1.1. Специфика выступлений в групповых упражнениях художественной гимнастики.....	6
1.2. Особенности отбора гимнасток для выступления в групповых упражнениях.....	14
1.3. Психологические особенности спортсменок, занимающихся художественной гимнастикой.....	30
1.4. Специфика компоновки групповых упражнений художественной гимнастики и подбора музыкального сопровождения к ним.....	45
ГЛАВА II. ХАРАКТЕРИСТИКА ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ СПОРТСМЕНОВ, ВЫСТУПАЮЩИХ В ГРУППОВЫХ УПРАЖНЕНИЯХ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКИ.....	52
2.1. Результаты анкетирования специалистов по вопросам отбора и подготовки гимнасток в команды, выступающие в групповых упражнениях.....	52
2.2. Сравнение уровня групповой сплоченности команд гимнасток, выступающих в групповых упражнениях, с другими спортивными и неспортивными коллективами девушек	55
2.3. Выявление психологических особенностей спортсменок, выступающих в групповых упражнениях художественной гимнастики...	58
2.4. Особенности проявлений свойств личности гимнасток, выступающих в групповых упражнениях по тесту W.Sikora.....	60
2.5. Особенности проявлений свойств личности гимнасток, выступающих в групповых упражнениях по тесту «геометрических фигур».....	63
2.6. Тенденции подбора музыкального сопровождения для групповых	

упражнений гимнасток.....	65
ГЛАВА III. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ СПОРТСМЕНОВ В КАЧЕСТВЕ ОСНОВНОГО КРИТЕРИЯ ПРИ ОТБОРЕ В КОМАНДЫ, ВЫСТУПАЮЩИЕ В ГРУППОВЫХ УПРАЖНЕНИЯХ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКИ.....	
3.1. Обоснование эффективности использования психологических особенностей спортсменов в качестве основного критерия при отборе в команды, выступающих в групповых упражнениях.....	67
3.2. Влияние психологических особенностей гимнасток в команде на техническую подготовленность.....	74
3.3. Изменения сенсомоторных функций гимнасток, выступающих в групповых упражнениях.....	82
3.4. Влияние психологических особенностей спортсменов на выбор музыкального сопровождения групповых упражнений.....	89
ГЛАВА IV. ХАРАКТЕРИСТИКА СОСТОЯНИЯ СПОРТИВНОЙ ФОРМЫ У СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКОЙ.....	
4.1. Характеристика состояния спортивной формы у спортсменов, занимающихся художественной гимнастикой, по показателям физической, технической и психологической подготовленности.....	98
4.2. Анализ компонентного состава тела спортсменов, занимающихся художественной гимнастикой.....	107
4.3. Построение учебно-тренировочного процесса после выступления на основных соревнованиях.....	109
4.4. Динамика компонентов спортивной формы после выступления на основных соревнованиях.....	112
4.5. Сравнительный анализ структур построения учебно-тренировочного процесса у команд спортсменов, занимающихся художественной гимнастикой.....	115
4.6. Выявление зависимости показателей компонентов спортивной формы от различных сочетаний тренировочных средств в учебно-	

тренировочном процессе спортсменок, занимающихся художественной гимнастикой.....	129
4.7. Зависимость компонентов спортивной формы у спортсменок, занимающихся художественной гимнастикой, выступающих в различных видах многоборья.....	134
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	143
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.....	148
ПРИЛОЖЕНИЕ.....	173