

*М.П. Мухина, Н.С. Кирьяш, А.И. Кравчук*

## МОДЕЛИРОВАНИЕ СИСТЕМЫ ПОДГОТОВКИ ДОШКОЛЬНИКОВ ПО СПОРТИВНОЙ ГИМНАСТИКЕ НА СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМ ЭТАПЕ

Представлены модели системы предварительной подготовки дошкольников и управления видами подготовки дошкольников, занимающихся спортивной гимнастикой. Модель системы включает в себя теоретический и организационный модули, блок управления видами подготовки и блок контроля, а также учет общей и специальной физической, двигательной и функционально-двигательной, специально-двигательной и технической подготовки.

**Ключевые слова:** дошкольники; спортивная гимнастика; предварительная подготовка; моделирование; система; управление.

**Актуальность.** Моделирование подготовки детей дошкольного возраста на этапе предварительной подготовки в процессе спортивной тренировки предполагает учёт уровня подготовленности на данном этапе, а также специфики вида спорта (наличие либо отсутствие ранней специализации, координационная сложность соревновательных упражнений и т.д.). В основе моделирования подготовки дошкольников лежит целевой комплексный подход с определением перспективно-прогностической модели года обучения и этапа подготовки в избранном виде спорта.

Зачисление на этап предварительной подготовки (спортивно-оздоровительный этап) осуществляется при выполнении трёх основных условий: наличие набора в организации, отсутствие у ребёнка медицинских противопоказаний к занятиям спортом, желание самого ребёнка и / или его родителей (законных представителей).

Возрастной состав спортивно-оздоровительных групп в сложно-координационных видах спорта, как правило, составляет от 4 до 7 лет. Существенные возрастные различия детей среднего (4–5 лет) и старшего (5–6 и 6–7 лет) дошкольного возраста, различный уровень подготовленности предъявляют особые требования к моделированию процесса их подготовки.

С учётом законодательных и программно-нормативных документов, регламентирующих содержание и реализацию спортивно-оздоровительных этапов в спортивной гимнастике, модель системы предварительной подготовки детей дошкольного возраста лишь уточняет и дополняет структурные элементы модели педагогической системы дошкольного физического воспитания (цели обучения, содержание, методы, средства и формы обучения) [1. С. 91; 2].

**Проблема исследования** состоит в том, что имеются достаточные сведения о моделях подготовки гимнастов в возрасте от 7 до 18 лет и практически полностью отсутствуют теоретические сведения о моделях подготовки гимнастов в возрасте от 4 до 7 лет на спортивно-оздоровительном этапе.

**Объект исследования** – этап предварительной подготовки дошкольников, занимающихся спортивной гимнастикой.

**Предмет исследования** – модель управления видами подготовки дошкольников, занимающихся спортивной гимнастикой на этапе предварительной подготовки.

**Цель исследования** – разработка моделей системы предварительной спортивной подготовки и управления видами подготовки детей дошкольного возраста, занимающихся спортивной гимнастикой.

**Методы исследования:** теоретический анализ и обобщение научной и методической литературы; моделирование.

**Организация исследования.** Исследование проводилось в период с сентября 2017 г. по май 2019 г. на базе БУ ДО СДЮСШОР № 25 г. Омска [3, 4].

**Результаты исследования.** В основе системы предварительной подготовки дошкольников, занимающихся спортивной гимнастикой, лежит системно-технологический подход, показавший эффективность в процессе дошкольного физического воспитания [1. С. 91–98; 2].

Основу системы предварительной подготовки дошкольников, занимающихся спортивной гимнастикой, составляют (рис. 1):

- теоретический модуль – современные концепции теории и методики физической культуры и спорта;
- организационный модуль (условия реализации): комплексное концентрированное обучение детей базовым и профилирующим упражнениям спортивной гимнастики; профессионального роста тренеров-преподавателей; трансляция научных знаний и опыта работы в практику занятий с детьми; содействие спортивной ориентации и отбору детей для занятий спортом;
- технологический модуль – блок управления видами подготовки и блок контроля состояния здоровья и моторного потенциала дошкольников.

В качестве результата реализации системы предварительной спортивной подготовки выступает цель, соответствующая перспективно-прогностической модели первого этапа обучения, – это повышение моторного потенциала ребёнка.

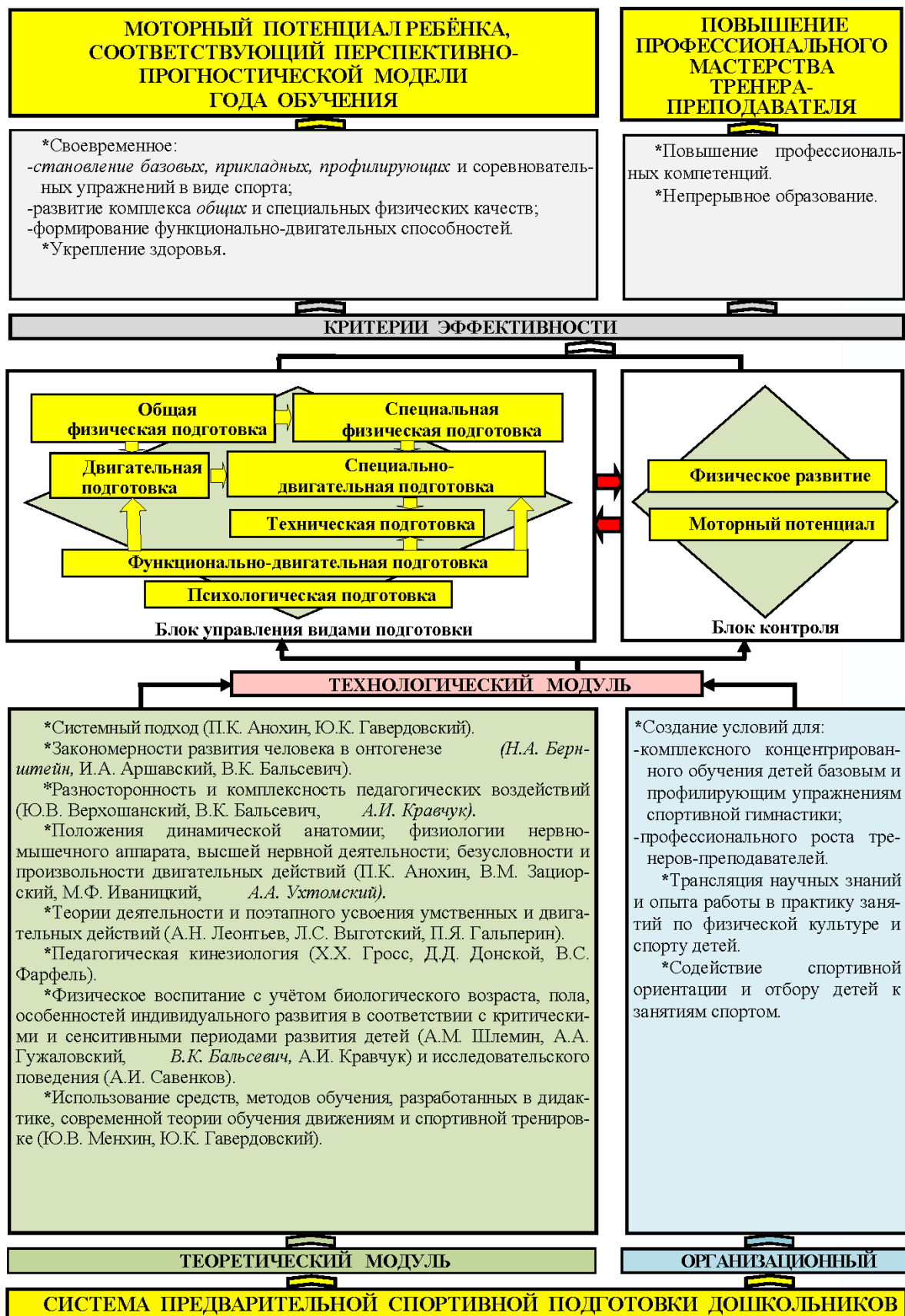


Рис. 1. Модель системы предварительной спортивной подготовки дошкольников

В отличие от педагогической системы физического воспитания дошкольников система предварительной спортивной подготовки и модель управления видами подготовки содержит последовательные технологические цепочки для достижения не трёх, а пяти

целей, что создаёт благоприятные средовые воздействия на формирование моторного потенциала детей (см. рис. 1):

1-я цель (I) – создание условий для развития физических качеств и сопутствующих устойчивых функ-

ционально-двигательных способностей за счёт освоения детьми базовых и профилирующих упражнений.

2-я цель (II) – создание условий для развития основных (общих) и специальных физических качеств, сопутствующих устойчивых функционально-двигательных способностей за счёт освоения детьми профилирующих, объёмных и специальных упражнений.

3-я цель (III) – создание условий для опережающего развития комплекса основных (общих) и специальных физических качеств, совершенствования устойчивых и неустойчивых функционально-двигательных способностей, овладения новыми двигательными действиями (навыками) за счёт освоения объёмных и специальных упражнений.

4-я цель (IV) – создание условий для освоения соревновательных упражнений, оптимизации развития общих и специальных физических качеств и функционально-двигательных способностей.

5-я цель (V) – создание условий для опережающего овладения новыми двигательными действиями (навыками) и оптимизации развития физических качеств и функционально-двигательных способностей.

Перечислим операции технологического модуля (рис. 2):

1 – определение физического развития в сравнении с возрастными нормативами;

2 – определение уровня двигательной, физической и функционально-двигательной подготовленности в сравнении с возрастными нормативами;

3 – определение относительно отстающих физических качеств;

4 – установление последовательности освоения базовых и профилирующих упражнений;

5 – освоение базовых и профилирующих упражнений;

6 – развитие относительно отстающих и сопутствующих физических качеств;

7 – стимулирование устойчивых функционально-двигательных способностей;

8 – выявление подготовительных и подводящих специальных упражнений;

9 – установление последовательности освоения профилирующих и специальных упражнений;

10 – последовательное развитие относительно ведущих физических качеств и специальных физических качеств;

11 – стимулирование устойчивых функционально-двигательных способностей;

12 – оценка базовых и профилирующих упражнений;

13 – освоение объёмных и специальных упражнений;

14 – последовательное развитие комплекса основных (общих) и специальных физических качеств;

15 – последовательное формирование неустойчивых функционально-двигательных способностей, далее – стимулирование устойчивых и неустойчивых функционально-двигательных способностей;

16 – установление последовательности освоения соревновательных упражнений;

17 – освоение соревновательных упражнений;

18 – последовательное развитие комплекса основных (общих) и специальных физических качеств;

19 – стимулирование устойчивых и неустойчивых функционально-двигательных способностей;

20 – определение физического развития в сравнении с возрастными нормативами;

21 – определение уровня двигательной, специально-двигательной, общей и специальной физической и функционально-двигательной подготовленности в сравнении с возрастными нормативами;

22 – подбор рекомендуемых индивидуальных упражнений для самостоятельного освоения;

23 – совершенствование освоенных двигательных действий (навыков);

24 – освоение рекомендуемых индивидуальных упражнений;

25 – совершенствование комплекса основных (общих) и специальных физических качеств;

26 – формирование неустойчивых и совершенствование устойчивых функционально-двигательных способностей.

Операции с 23-й по 26-ю выполняются самостоятельно под присмотром родителей в соответствии с комплексами индивидуально подобранных упражнений.

В основе общей и специальной физической, двигательной, специально-двигательной, функционально-двигательной и технической подготовки лежат комплексное концентрированное обучение [1. С. 91–93] и тренировка, состоящие в использовании недельных микроциклов (три-четыре тренировочных занятия), направленных на обучение определённым видам двигательных действий в каждом микроцикле с учётом сопряжённого развития физических качеств и функционально-двигательных способностей. Общей особенностью каждого занятия физическими упражнениями, как и в физкультурных занятиях, является то, что в конце подготовительной части проводится подвижная игра, в содержание которой включены простые упражнения, изученные прежде и являющиеся подводящими к двигательным действиям последующего микроцикла. Подвижная игра в основной части занятия направлена на совершенствование двигательных действий предыдущего микроцикла.

Направленность недельных микроциклов сдвоенных месячных мезоциклов в структуре учебного года следующая:

– сентябрь–октябрь – освоение базовых и профилирующих упражнений физического воспитания;

– ноябрь–декабрь – совершенствование профилирующих и освоение специальных упражнений и базовых упражнений вида спорта ;

– январь–февраль – освоение объёмных и совершенствование профилирующих упражнений учебной программы физического воспитания, освоение специальных, базовых и профилирующих упражнений вида спорта;

– март–май – освоение соревновательных упражнений и совершенствование изученных.

В учебном году выделяют четыре мезоцикла продолжительностью два месяца каждый. Подготовительный период в представленной модели составляет чуть более восьми месяцев (сентябрь–апрель, начало мая), соревновательный – менее месяца (май), переходный – три месяца (июнь–август).

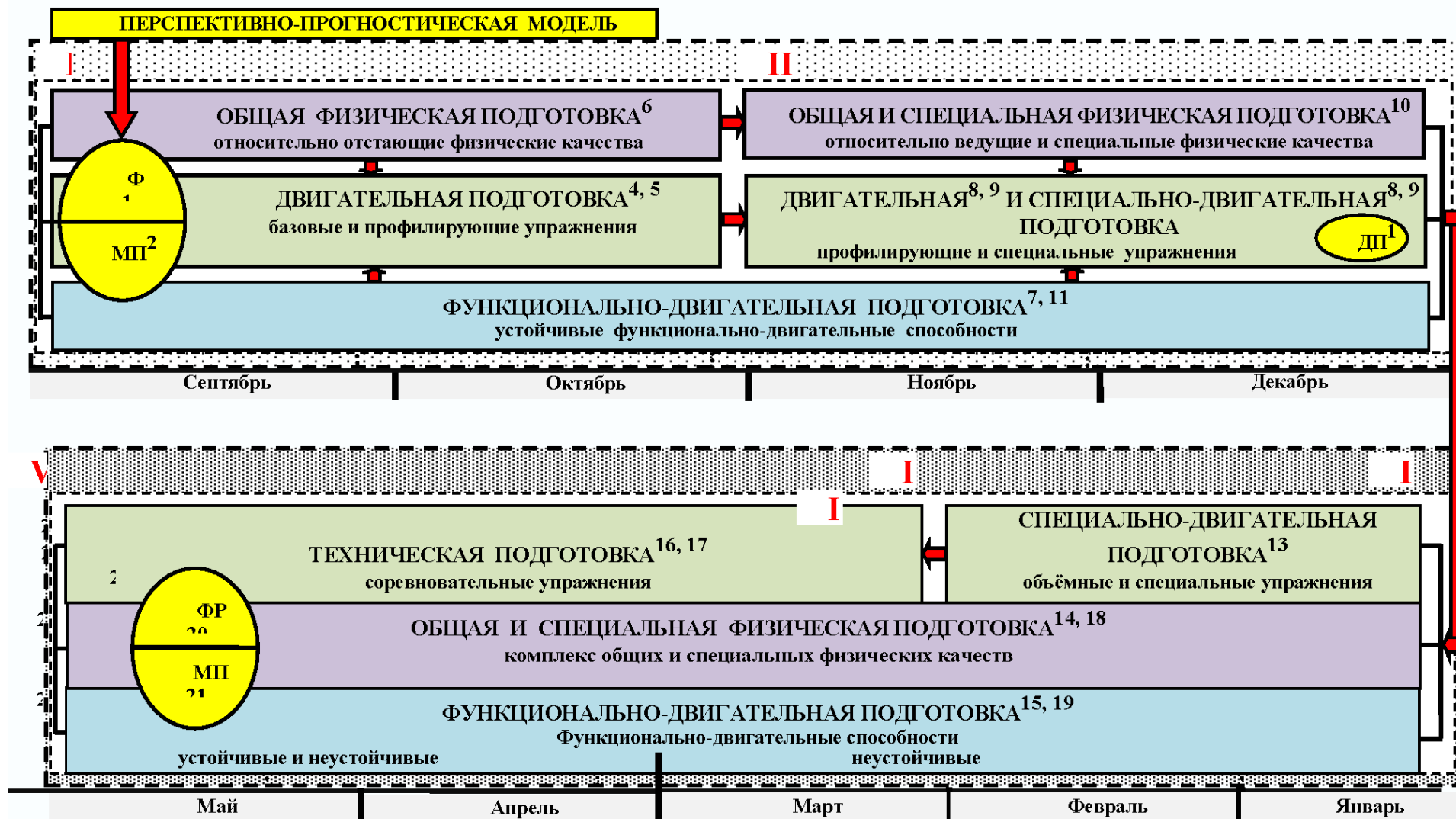


Рис. 2. Модель управления процессом предварительной спортивной подготовки дошкольников: ФР – физическое развитие; МП – моторный потенциал (двигательная, физическая и функционально-двигательная подготовленность); ДП – двигательная подготовленность

Физическая подготовка реализуется в трёх двух-месячных мезоциклах:

– сентябрь–октябрь – оценка возрастного уровня развития физических качеств, развитие относительно отстающих физических качеств;

– ноябрь–декабрь – развитие относительно ведущих и совершенствование относительно отстающих физических качеств, развитие специальных физических качеств;

– февраль–май – комплексное развитие общих физических качеств и направленное стимулирование развития специальных физических качеств.

Функционально-двигательная подготовка предполагает два четырехмесячных мезоцикла:

– сентябрь–декабрь – оценка возрастного уровня развития функционально-двигательных способностей, стимулирование развития устойчивых и создание условий для развития неустойчивых способностей;

– январь–май – последовательное направленное развитие неустойчивых и совершенствование устой-

чивых функционально-двигательных способностей, комплексное их развитие.

Психологическая подготовка состоит в использовании на тренировочных занятиях средств, методов и методических приёмов, рекомендованных для данного этапа подготовки с учётом возрастных особенностей развития детей.

Тестирование детей проводится: исходное – во второй половине сентября, промежуточное – во второй половине января, конечное – в первой половине мая. Текущее тестирование осуществляется по мере освоения двигательных навыков и при контроле развития физических качеств и функционально-двигательных способностей [5].

**Вывод.** В основе управления видами подготовки дошкольников на этапе предварительной подготовки по спортивной гимнастике лежит системно-технологический подход, придающей статичной системе динамичность, *комплексность* и прогрессивность.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Мухина М.П. Педагогическая система физического воспитания детей дошкольного возраста. Омск : Изд-во СибГУФК, 2017. 167 с.
2. Мухина М.П. Формирование двигательных способностей детей дошкольного и младшего школьного возраста в условиях комплексного физического воспитания // Физическая культура, спорт – наука и практика. 2017. № 3. С. 14–20.
3. Кирьяш Н.С. Возрастные особенности развития основных физических качеств девочек 5–8 года жизни, занимающихся спортивной гимнастикой // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2019. Вып. 2. С. 68–76.
4. Кирьяш Н.С. Формирование двигательных и функционально-двигательных способностей девочек 5–8 годов жизни, занимающихся спортивной гимнастикой // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2019. Вып. 2 (168). С. 200–208.
5. Кравчук А.И. Комплексное тестирование физических качеств, двигательных навыков и функционально-двигательных способностей детей дошкольного возраста // Воспитание дошкольника. 2013. № 6. С. 3–9.

Статья представлена научной редакцией «Педагогика» 25 сентября 2019 г.

#### **Modeling the Preparation of Preschoolers at the Stage of Preliminary Training in Artistic Gymnastics**

*Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo universiteta – Tomsk State University Journal*, 2020, 452, 205–210.

DOI: 10.17223/15617793/452/25

**Margarita P. Mukhina**, Siberian State University of Physical Education and Sports (Omsk, Russian Federation). E-mail: margarit-mukhin@yandex.ru

**Natalya S. Kiryash**, Siberian State University of Physical Education and Sports (Omsk, Russian Federation). E-mail: nata-sha\_240892@mail.ru

**Anatoliy I. Kravchuk**, Siberian State University of Physical Education and Sports (Omsk, Russian Federation). E-mail: kravchuk-prof@mail.ru

**Keywords:** pre-schoolers; preparation; modeling; system; management; sports gymnastics.

The article studies the problem of a lack of modern knowledge about peculiarities of managing types of training of preschool children engaged in artistic gymnastics at the stage of preliminary training. The aim of the study is to develop models of the system of preliminary sports training and management of types of training of preschool children engaged in artistic gymnastics. The methods and organization of research are theoretical analysis and generalization of scientific and methodological literature, modeling. The study was carried out in the period from September 2017 to May 2019 on the basis of a budgetary institution of preschool education, Specialized Children's Youth Olympic Reserve School No. 25 in Omsk. During the work, in order to systematize motor, general and special physical, functional motor, special motor, and technical training of preschoolers, the objectives of creating a model of preliminary sports training of preschool children and a model of control of the process of preliminary sports training were reached. Modeling of preschoolers' preparation at the stage of preliminary sports training assumes taking into account the level of preparation at this stage and the specifics of the sport (presence or absence of early specialization, coordination complexity of competitive exercises, etc.). The modeling is based on the target integrated approach: the perspective-prognostic models of the year and stage of training in the sport are determined. The age composition of sports and health groups in complex-coordination sports, as a rule, is from 4 to 7. Significant differences between children of middle (4–5 y.o.) and older (5–6 and 6–7 y.o.) preschool age, different level of preparation pose special requirements to the modeling of their training. Taking into account the legislative and program-regulatory documents regulating the content and implementation of sports and health stages in the sport, the model of the system of preliminary training of preschoolers only clarifies and complements the structural elements of the model of the pedagogical system of pre-school physical education (objectives of education, content, methods, means and forms of education). Thus, the basis for the management of preschoolers' preparation at the stage of preliminary training in artistic gymnastics is the systematic technological approach, which makes the static system dynamic, complex, and progressive.

#### REFERENCES

1. Mukhina, M.P. (2017) *Pedagogicheskaya sistema fizicheskogo vospitaniya detey doshkol'nogo vozrasta* [The Pedagogical System of Physical Education of Preschool Children]. Omsk: Siberian State University of Physical Education and Sports.
2. Mukhina, M.P. (2017) Formirovanie dvigatel'nykh sposobnostey detey doshkol'nogo i mladshego shkol'nogo vozrasta v usloviyakh kompleksnogo fizicheskogo vospitaniya [The Formation of Motor Abilities of Children of Preschool and Primary School Age in the Conditions of Complex Physical Education]. *Fizicheskaya kul'tura, sport – nauka i praktika – Physical Education, Sport – Science and Practice*. 3. pp. 14–20.
3. Kir'yash, N.S. (2019) Vozrastnye osobennosti razvitiya osnovnykh fizicheskikh kachestv devochek 5–8 goda zhizni, zanimayushchikhsya sportivnoy gimnastikoy [Age-Specific Features of the Development of the Basic Physical Qualities of Girls Aged 5–8 Engaged in Artistic Gymnastics]. *Izvestiya Tul'skogo gosudarstvennogo universiteta. Fizicheskaya kul'tura. Sport*. 2. pp. 68–76.
4. Kir'yash, N.S. (2019) Formirovanie dvigatel'nykh i funktsional'no-dvigatel'nykh sposobnostey devochek 5–8 godov zhizni, zanimayushchikhsya sportivnoy gimnastikoy [The Formation of Motor and Functional-Motor Skills of Girls Aged 5–8 Engaged in Artistic Gymnastics]. *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta*. 2 (168). pp. 200–208.
5. Kravchuk, A.I. (2013) Kompleksnoe testirovanie fizicheskikh kachestv, dvigatel'nykh navykov i funktsional'no-dvigatel'nykh sposobnostey detey doshkol'nogo vozrasta [Complex Testing of Physical Qualities, Motor Skills and Functional-Motor Abilities of Preschool Children]. *Vospitanie doshkol'nika*. 6. pp. 3–9.

Received: 25 September 2019