

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В ходе проведения педагогического исследования физической реабилитации студентов, имеющих деформацию осанки используя метод БОС, проведенный анализ позволяет нам в процессе учебно-тренировочных занятий определить уровень интенсивности физической нагрузки. Определить критерии величин нагрузки, учитывая функциональный статус каждого студента с деформацией осанки. Повысить функциональные показатели оптимального двигательного режима на фоне общей работоспособности студентов. Данная тема педагогического исследования требует дальнейшего изучения, нуждается в дополнительном анализе и экспериментальной проверке.

ЛИТЕРАТУРА

1. Сысоев, Ю.В. Комплекс ГТО – основа формирования здорового стиля жизни Российской молодежи в современных условиях / Ю.В. Сысоев, Е.Ю. Сысоева // Наука и школа. – 2016. – № 4. – С. 193–200.
2. Формирование положительной мотивации к занятиям физической культурой у студентов посредством подготовки к сдаче нормативов ГТО / Е.Ю. Сысоева, Е.Г. Стадник, В.А. Прошкина, Т.В. Помощникова, С.Ю. Татарова // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 2 (180). – С. 405–410.
3. Татарова, С.Ю. Рекреативные технологии формирования здорового образа жизни студенческой молодежи : монография / С.Ю. Татарова. – Москва : Финансовый университет, 2015. – 204 с.
4. Татарова, С.Ю. Формирование здорового образа жизни студентов в культурно-образовательной среде вуза / С.Ю. Татарова // Вестник Тамбовского университета. Серия : Гуманитарные науки. – 2008. – № 5 (61). – С. 341–343.

REFERENCES

1. Sysoev, Yu.V. and Sysoeva, E.Yu. (2016), “GTO complex-the basis for forming a healthy lifestyle of Russian youth in modern conditions”, *Science and school*, No. 4, pp. 193-200.
2. Sysoeva E.Yu., Stadnik E.G., Proshkina, V.A., Pomoshnikova, T.V. and Tatarova, S.Yu (2020), “Formation of positive motivation to physical culture classes in students through preparation for passing the GTO standards”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 2 (180), pp. 405-410.
3. Tatarova, S.Yu. (2015), *Recreative technologies of forming a healthy lifestyle of students: monograph*, Financial University, Moscow.
4. Tatarova. S.Yu. (2008), “Formation of a healthy lifestyle of students in the cultural and educational environment of the University”, *Bulletin of the Tambov University. Series: Humanitarian Sciences*, No. 5 (61), pp. 341-343.

Контактная информация: SYT66@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 23.04.2020

УДК 796.412

АНАЛИЗ ОСОБЕННОСТЕЙ ТЕЛОСЛОЖЕНИЯ ПАР «М-КЛАССА» В АКРОБАТИЧЕСКОМ РОК-Н-РОЛЛЕ НА ОСНОВЕ АНТРОПОМЕТРИЧЕСКИХ ИЗМЕРЕНИЙ

Владимир Сергеевич Терехин, кандидат педагогических наук, доцент, Данила Александрович Евстафьев, Андрей Вячеславович Калинин, доктор медицинских наук, директор института здоровья и реабилитологии, Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург

Аннотация

Введение. В акробатическом рок-н-ролле сейчас нет точных данных на тему: какие именно особенности телосложения необходимо иметь для результата в паре. Цель исследования. Данная

статья была написана на основе двух других о спортсменах «М-класса»: одна – отдельно по мужчинам и одна – по женщинам. Здесь описаны ростово-весовые характеристики пар в «М-классе». Методика и организация исследования. В исследовании приняли участие 9 пар спортсменов «М-класса» высокой квалификации. У них были проведены измерения антропометрических показателей, предложенные Сергиенко Л.П. Результаты исследования и их обсуждение. Исходя из полученных данных, можно заключить, что у разных пар есть схожие антропометрические особенности. Следовательно, можно сделать вывод: чтобы быть на высочайшем уровне в этом виде спорта, необходимо иметь определенные особенности телосложения. Выводы. Результаты будут полезны для отбора в вид спорта и могут служить ориентиром при наборе спортивной формы перед соревнованиями.

Ключевые слова: акробатический рок-н-ролл, модельные характеристики, антропометрия, антропометрические измерения в танце, «М-класс».

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2020.4.p459-464

ANALYSIS OF PHYSIQUE PARTICULARITY OF “M-CLASS” COUPLES IN ACROBATIC ROCK-N-ROLL BASED ON ANTHROPOMETRY MEASUREMENTS

Vladimir Sergeevich Terekhin, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Danila Aleksandrovich Evstafyev, Andrey Vyacheslavovich Kalinin, the doctor of medical sciences, director of institute of health and rehabilitation, the Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St. Petersburg

Abstract

It is necessary to train a lot in order to achieve the highest sport level. Only if the sportsman is really fit, the one can be at the top competition. Everything can influence your sports result and even bits of the mark determine actual place at European and world championships. But in order to achieve this level in the beginning it is necessary to have talent: height, weight, ability of taking special load, speed of reaction, different psychic particularities and etc. Nowadays, there are no real data concerning model characteristics of the couple at the highest level. This article was written based on two other articles about “M-class”: first about men and second about women. Here you can find some “M-class” couple particularities of height and weight.

Keywords: acrobatic rock-n-roll, model characteristics, anthropometry, anthropometry measurements in dancing, “M-class”.

ВВЕДЕНИЕ

Несмотря на то, что спортивный результат складывается из целого ряда показателей, во многих видах спорта высоких достижений добиваются люди определенного роста, веса, а также, имеющие длинные руки или узкий таз и т.д. [2, 3, 6]. В спортивных дисциплинах разным амплуа часто свойственны определенные особенности строения тела, свой «боевой» вес [1]. В теории и методике физической культуры и спорта этому аспекту всегда уделялось много внимания [4, 5]. В акробатическом рок-н-ролле этот вопрос также интересует специалистов. Нами были проанализированы параметры мужчин и женщин отдельно [7, 8]. В этой статье изложен материал, где представлена информация о соотношении показателей партнеров. Результаты и их анализ дадут возможность сделать заключение о модельных характеристиках пары «М-класса» в акробатическом рок-н-ролле.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

В исследовании приняли участие 9 пар спортсменов «М-класса» высокой квалификации. У них были проведены измерения антропометрических показателей, предложенные Сергиенко Л.П. («Спортивный отбор: теория и практика», 2013 г.).

Анализовались: сложность выполняемых им программ, спортивные звания, место в мировом рейтинге – были выделены как основные критерии для «попадания» в

группу элитарных спортсменов. Для измерения использовались: антропометр (тип Мартина), толстотный циркуль, измерительная лента и весы. Данные позволили выявить антропометрические параметры, необходимые для достижения результатов мирового уровня в «М-классе».

Проведена статистическая обработка полученных результатов с помощью программы Excel (математические вычисления: 1 – Хср.; 2 – стандартное отклонение; 3 – ошибка среднего арифметического; 4 – коэффициент вариации).

Представленные данные разделены на несколько частей. Таким образом:

1) таблица 1 содержит номер и название антропометрических измерений, а таблицы 2 и 3 – данные по 9 парам.

2) таблица 4 содержит результаты разницы отдельных параметров в паре, а таблица 5 – математические вычисления таблицы 4. В таблицах 4 и 5 были взяты, по мнению авторов, самые информативные показатели на данном этапе исследования.

Таблица 1 – Название измерения – пара (в скобках указана мера измерения)

№	Название измерения.
1.	Дата
2.	Возраст
3.	Вес (кг)
4.	Рост стоя – длина тела (см)
5.	Рост сидя (см)
6.	Общая длина верхней конечности (см)
7.	Длина плеча (см)
8.	Длина предплечья (см)
9.	Общая длина нижней конечности (см)
10.	Длина бедра (см)
11.	Длина голени (см)
12.	Длина стопы (см)
13.	Обхват груди (см)
14.	Обхват живота (см)
15.	Обхват талии (см)
16.	Обхват бедра (см)
17.	Обхват голени (см)
18.	Обхват плеча в расслабленном состоянии (см)
19.	Обхват напряженного плеча (см)
20.	Обхват предплечья (см)
21.	Акромиальный (плечевой) диаметр (см)
22.	Поперечный диаметр грудной клетки (см)
23.	Переднезадний (сагиттальный) диаметр грудной клетки (см)
24.	Тазогребневой диаметр (см)
25.	Вертельный диаметр (см)
26.	Поперечный диаметр дистальной части плеча (см)
27.	Высота пальцевой токи (см)
28.	Рост-вес (ед)

Таблица 2 – Пара № 1–№ 4, данные измерения

№	1		2		3		4	
1.	28.12.18	28.12.18	17.02.19	17.02.19	17.02.19	17.02.19	17.02.19	17.02.19
2.	24	21	26	26	21	21	24	26
3.	94	44,70	76,5	50,90	94,2	49,30	83,8	52,00
4.	186,5	153,5	183	164	194	166	181	157
5.	98	80	95	85	96	87	94	84
6.	78	51	81	69	81	71	79	69
7.	31	32	34	30	32	29	33	30
8.	26	22	26	18	26	23	26	23
9.	94	82	93	85	103	85	94	85
10.	43	40	42	40	48	39	43	42
11.	41	34	42	37	45	37	42	35
12.	27	23	27	24	29	24	27	23

№	1		2		3		4	
13.	103	83	99	83	108	82	100	83
14.	95	62	84	67	88	64	85	68
15.	86	61	82	64	85	64	85	69
16.	63	51	53	52	60	50	60	49
17.	41	32	35	34	40	34	39	36
18.	33	23	31	24	33	25	31	21
19.	38	25	37	26	39	27	37	24
20.	29	21	26	21	31	22	28	20
21.	44	33	41	35	42	35	42	33
22.	31	24	30	26	30	23	33	26
23.	21	16	19	17	20	17	19	17
24.	30	27	27	27	27	25	31	27
25.	34	26	30	31	31	30	34	29
26.	8	6	8	7	9	8	8	7
27.	71	56	67	63	75	62	70	57
28.	92,5	108,8	106,5	113,1	99,8	116,7	97,3	105

Таблица 3 – Пара № 5–№ 9, данные измерения

№	5		6		7		8		9	
1.	17.02.19	17.02.19	17.02.19	17.02.19	17.02.19	17.02.19	17.02.19	17.02.19	17.02.9	17.02.19
2.	19	15	23	20	23	22	29	20	36	39
3.	77,3	45,60	86,6	59,60	84,2	42,70	73,3	47,90	88,6	56,60
4.	188	151	189	165	183	150	179	159	185	163
5.	97	83	100	90	97	80	94	90	100	86
6.	81	64	78	75	81	64	79	64	81	70
7.	34	26	33	32	34	28	33	27	35	30
8.	26	20	26	25	26	19	26	20	26	23
9.	97	83	99	90	93	77	92	85	93	88
10.	45	40	47	46	44	36	42	44	41	41
11.	43	35	42	36	42	33	41	33	43	40
12.	28	23	28	24	29	22	26	23	28	24
13.	98	82	98	87	101	83	96	78	102	84
14.	80	62	85	69	85	65	80	60	90	70
15.	82	61	82	69	85	65	80	63	86	68
16.	56	50	59	55	54	46	57	51	64	53
17.	37	35	39	37	37	32	38	34	40	36
18.	31	25	30	27	31	24	33	23	36	26
19.	36	27	33	30	35	26	36	25	40	28
20.	30	23	29	23	28	21	30	21	31	24
21.	41	33	42	36	41	33	41	33	40	37
22.	31	22	30	26	30	24	32	22	29	28
23.	19	17	21	18	20	17	20	15	21	18
24.	27	24	31	26	28	25	27	25	29	27
25.	32	27	31	27	30	25	31	28	32	27
26.	9	7	8	7	8	7	9	7	8	8
27.	69	58	74	62	68	58	67	63	69	64
28.	110,7	105,4	102,4	105,4	98,8	107,3	105,7	111,1	96,4	106,4

Таблица 4 – Разница в антропометрических показателях в паре

1	1	2	3	4	5	6	7	8	9
2	3,00	0,00	0,00	-2,00	4,00	3,00	1,00	9,00	-3,00
3	49,30	25,60	44,90	31,80	31,70	27,00	41,50	25,40	32,00
4	33,00	19,00	28,00	24,00	37,00	24,00	33,00	20,00	22,00
28	-16,3	-6,6	-16,9	-7,7	5,3	-3	-8,5	-5,4	-10

Таблица 5 – Пара – название измерения и математические вычисления

1	Пара	Математические вычисления.			
		1	2	3	4
2	Возраст	1,7	3,6	1,2	216,3
3	Вес (кг)	34,4	8,8	2,9	25,5
4	Рост стоя –длина тела (см)	26,7	6,4	2,1	24,0

1	Пара	Математические вычисления.			
		1	2	3	4
28	Рост-вес	-7,7	6,7	2,2	-87,6
1 – Хср.; 2 – стандартное отклонение; 3 – ошибка среднего арифметического; 4 – коэффициент вариации)					

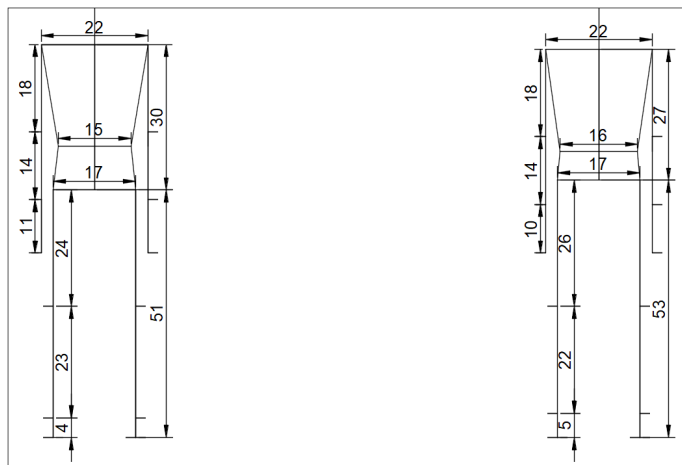


Рисунок 1 – Модель спортсменов: юноша – слева, девушка – справа. Все расчеты приведены в % от роста спортсмена

По результатам исследования было выявлено:

1. Средний рост юношей – 185,4 (см), при этом самый низкий – 179 (см), самый высокий – 194 (см). Средней вес составляет 84,3 (кг), самый низкий вес 73,3 (кг), самый большой – 94,2 (кг).

Ярко выраженный мезоморфный тип конституции тела. Развиты мышцы бедра. Средний возраст юношей 25 лет (диапазон от 19 до 36).

2. Средний рост девушек – 158,7 (см), при этом самый низкий – 150 (см), самый высокий – 166 (см). Средней вес составляет 49,9 (кг), самый легкий вес был 42,7 (кг), самый большой – 59,6 (кг).

Ярко выраженный мезоморфный тип конституции тела. Развиты мышцы бедра. Средний возраст девушек 23 года (диапазон от 15 до 39).

3. Средняя разница в весе – 34,4 кг (диапазон от 25,4 кг до 49,3 кг. Средняя разница партнеров в росте составила 26,7 см (диапазон от 19 см до 37 см).

Юноши более «тяжелые», девушки более «легкие». Если из роста вычесть массу: девушки – 108,8 (диапазон от 105 до 116,7); юноши – 101,1 (диапазон от 92,5 до 110,7).

4. Юноши в среднем старше девушек на 2 года.

ВЫВОДЫ

Исходя из полученных данных, можно заключить, что у разных пар есть схожие антропометрические особенности. Следовательно, можно сделать вывод: чтобы быть на высочайшем уровне в этом виде спорта, необходимо иметь определенные особенности телосложения. Результаты будут полезны для отбора в вид спорта и могут служить ориентиром при наборе спортивной формы перед соревнованиями.

ЛИТЕРАТУРА

1. Иваницкий, М.Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии) : учебник для студентов институтов физической культуры / М.Ф. Иваницкий. – 5-е изд., перераб. и доп. – Москва : Физкультура и спорт, 1985. – 544 с.
2. Сергиенко, Л.П. Спортивный отбор: теория и практика : монография / Л.П. Сергиенко. – Москва : Советский спорт, 2013. – 1048 с.

3. Иссурин, В.Б. Спортивный талант: прогноз и реализация : монография / В.Б. Иссурин. – Москва : Спорт, 2017. – 240 с.
4. Курамшин, Ю.Ф. Теория и методика физической культуры : учебник для вузов / Ю.Ф. Курамшин. – Москва : Советский спорт, 2004. – 464 с.
5. Губа, В.П. Теория и практика спортивного отбора и ранней ориентации в виды спорта : монография / В.П. Губа – Москва : Советский спорт, 2008. – 304 с.
6. Тимакова, Т.С. Факторы спортивного отбора, или Кто становится олимпийским чемпионом : монография / Т.С. Тимакова. – Москва : Спорт, 2018. – 288 с.
7. Терехин, В.С. Модельные характеристики спортсменов «м-класса» (женщины) в акробатическом рок-н-ролле на основе антропометрических измерений / В.С. Терехин, Д.А. Евстафьев, А.В. Калинин // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2019. – № 7 (173). – С. 203–208.
8. К вопросу о разработке модельных характеристик спортсменов «м-класса» (мужчины) в акробатическом рок-н-ролле с учетом их антропометрических особенностей / В.С. Терехин, Д.А. Евстафьев, А.В. Калинин // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2019. – № 8 (174). – С. 226–231.

REFERENCES

1. Ivanickiy, M.F. (1985), Human anatomy (including the basics of dynamic and sports morphology): textbook, *Physical culture and sport*, Moscow.
2. Sergienko, L.P. (2013), *Sport selection: theory and practice*, Soviet sport, Moscow.
3. Issurin, V. (2017), *Sport gift: prognosis and realization*, Sport, Moscow.
4. Kuramshin, Yu.F. (2004), *Theory and method of physical culture*, Soviet sport, Moscow.
5. Guba, V.P. (2008), *Theory and practice of sport selection and early orientation in sport events*, Soviet sport, Moscow.
6. Timakova, T.S. (2018), *Sport selection factors or who will become Olympic champion*, Sport, Moscow.
7. Terekhin, V.S, Evstafyev, D.A. and Kalinin, A.V. (2019), “Model characteristics of “M–class” sportsmen (women) in acrobatic rock-n-roll based on anthropometry measurements”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 173, No. 7, pp. 203-208.
8. Terekhin, V.S, Evstafyev, D.A. and Kalinin, A.V. (2019), “Concerning development of model characteristics of “M–class” sportsmen (men) in acrobatic rock-n-roll considering anthropometry measurements”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 174, No. 8, pp. 226-231.

Контактная информация: v.terekhin@lesgaft.spb.ru

Статья поступила в редакцию 09.04.2020

УДК 796.412.2

АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ ЭТАПА «ГРАН-ПРИ» В МОСКВЕ ПО ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ

Раиса Николаевна Терехина, доктор педагогических наук, профессор, заведующая кафедрой, Почетный судья FIG, Елена Сергеевна Крючек, кандидат педагогических наук, профессор, судья международной категории (FIG), Алина Сергеевна Мальнева, МСМК, старший преподаватель, Татьяна Иосифовна Колесникова, МСМК, соискатель, Александра Сергеевна Ожиганова, ЗМС, магистр, Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург

Аннотация

В Москве состоялся первый в этом сезоне этап «Гран-при» по художественной гимнастике. Начался последний год олимпийского цикла. Лучшие гимнастки мирового помоста выступили в индивидуальной программе и групповых упражнениях и продемонстрировали новые программы во всех видах многоборья. Эти соревнования дали возможность проверить уровень технической, физической и артистической подготовленности гимнасток, уточнить содержание упражнений, музы-