

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ВЕЛИКОЛУКСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»

Кафедра теории и методики гимнастики
Семенов Д.В., Румянцев А.А., Шляхтов В.Н.,
Ткачева О.И., Горбачкова Ю.А.

Организация и проведение соревнований по спортивной гимнастике

Учебно-методическое пособие

Великие Луки
2018

Печатается по решению редакционно-издательского совета ФГБОУ ВО «Великолукская государственная академия физической культуры и спорта» и Президиума ОО «Региональная Федерация спортивной гимнастики Псковской области».

УДК 796/799

ББК 75.6

О 64

Рецензенты:

Ю.В. Стрелецкая – кандидат педагогических наук, доцент, зав. кафедрой физической культуры ФГБОУ ВО «Великолукская государственная сельскохозяйственная академия».

Ю.В. Белова – кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики гимнастики ФГБОУ ВО «Великолукская государственная академия физической культуры и спорта».

Организация и проведение соревнований по спортивной гимнастике / Учебно-методическое пособие для студентов направления 49.03.01 «Физическая культура» по профилю подготовки - спортивная тренировка в избранном виде спорта: гимнастика / Д.В. Семенов [и др.]. – Великие Луки, 2018. – 170 с.

В пособии предлагается методический материал по организации и проведению соревнований по спортивной гимнастике, а также по подготовке и аттестации судей по данному виду спорта. Кроме того, пособие содержит требования по составлению соревновательных программ для гимнастов всех разрядов.

Пособие предназначено для специалистов по спортивной гимнастике, теории и методике спортивной тренировки; для студентов, обучающихся по направлениям подготовки 49.03.01 – Физическая культура; 49.04.01 – Физическая культура; 49.04.03 – Спорт; для аспирантов направления подготовки 49.06.01 – Физическая культура и спорт, а также для обучающихся и тренеров-преподавателей ДЮСШ, СДЮШОР, УОР, средних и высших физкультурных учебных заведений, судей, организаторов.

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	5
1. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ	7
2. ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА СУДЕЙСТВА СОРЕВНОВАНИЙ ПО СПОРТИВНОЙ ГИМНАСТИКЕ	12
2.1. ПРАВИЛА ДЛЯ ГИМНАСТОВ, ТРЕНЕРОВ И СУДЕЙ	12
2.2. СУДЕЙСТВО УПРАЖНЕНИЙ ГИМНАСТОВ	17
2.3. ПОВТОРЫ	18
2.4. СУДЕЙСТВО БРИГАДЫ D	19
2.5. СУДЕЙСТВО БРИГАДЫ E	20
2.6. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ЭСТЕТИКИ ОСАНКИ И ОШИБОК ИСПОЛНЕНИЯ, ТЕХНИЧЕСКИХ И КОМПОЗИЦИОННЫХ ОШИБОК	20
2.7. ТРЕБОВАНИЯ К КОМПОЗИЦИИ УПРАЖНЕНИЯ	24
2.8. СБАВКИ, ПРОИЗВОДИМЫЕ БРИГАДОЙ E	25
2.9. УКАЗАНИЯ ГИМНАСТУ	28
2.10. ТРЕБОВАНИЯ К ГИМНАСТИЧЕСКИМ СНАРЯДАМ И СОДЕРЖАНИЮ УПРАЖНЕНИЙ МУЖЧИН	28
2.11. СУДЕЙСТВО УПРАЖНЕНИЙ ГИМНАСТОК	47
2.12. ТАБЛИЦА ОБЩИХ ОШИБОК И СБАВОК (женское многоборье)	56
2.13. ТРЕБОВАНИЯ К КОМПОЗИЦИИ УПРАЖНЕНИЯ	61
3. КЛАССИФИКАЦИОННЫЕ ПРОГРАММЫ (МУЖСКОЕ МНОГОБОРЬЕ)	85
Обязательная программа 3 юношеского разряда	85
Обязательная программа 2 юношеского разряда	88
Обязательная программа 1 юношеского разряда	91
Обязательная программа 3 разряда	94
Требования к судейству произвольной программы II разряда	98
2017 - 2020г.	98
Обязательная программа II разряда	98
2017 - 2020г.	98
Требования к судейству произвольной программы I разряда	103
2017-2020 г.	103
Обязательная программа I разряда 2017-2020 г.	103
Обязательная программа I разряда 2017-2020 г. (облегченная)	108
Требования к судейству произвольной программы кандидатов в мастера спорта и мастеров спорта 2017-2020г.	112
4. КЛАССИФИКАЦИОННЫЕ ПРОГРАММЫ (ЖЕНСКОЕ МНОГОБОРЬЕ)	113

Обязательная программа 3 юношеского разряда.....	113
2 юношеский разряд. Требования к судейству и обязательная программа	114
Обязательная программа 2 юношеского разряда.....	114
1 юношеский разряд. Требования к судейству и обязательная программа	116
Обязательная программа 1 юношеского разряда.....	116
3 разряд. Требования к судейству и обязательная программа.....	118
Обязательная программа 3 разряда.....	118
2 разряд. Требования к судейству, обязательная и произвольная программа.....	120
Обязательная программа 2 разряда.....	121
Обязательная программа 1 разряда.....	124
1 разряд (девушки 10-11 лет, Олимпийские Надежды).....	129
Обязательная программа.....	129
Требования к построению произвольных программ	134
(1, КМС, МС)	134
5. КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ ПО СФП ДЛЯ ГИМНАСТОК И ГИМНАСТОВ	139
Программа ОФП и СФП для Всероссийских соревнований «Олимпийские Надежды»	153
6. Вопросы для аттестации судей.....	154
7. Нормативная документация.....	159
Образец Положения о соревнованиях	160
Образец формы заявки на соревнования	162
Образцы протоколов соревнований	163
Требования и условия для присвоения спортивного звания мастер спорта России международного класса.....	164
Нормы и условия их выполнения для присвоения спортивного звания мастер спорта России и спортивных разрядов.....	166
Квалификационные требования к спортивным судьям по виду спорта спортивная гимнастика	168
Условия подтверждения квалификационных категорий спортивным судьям	169
ЛИТЕРАТУРА	170

ВВЕДЕНИЕ

Проведение соревнований по спортивной гимнастике обеспечивает решение задач спортивной подготовки спортсменов и контроля за выполнением нормативов, что в свою очередь позволяет тренерам выявить сильнейших спортсменов в разных возрастных группах и сформировать сборные команды для соревнований более высокого ранга. Другой целью проведения соревнований является популяризация вида спорта и пропаганда здорового образа жизни и занятий спортом и физической культурой, что связывается с привлечением к занятиям гимнастикой людей различных возрастных и социальных групп. Успешное осуществление данных задач связано с высоким уровнем зрелищной привлекательности проводимых соревнований, а также с обеспечением четкой организации и должным уровнем судейства соревнований.

Современная система подготовки судей по спортивной гимнастике является сложным многофакторным процессом, включающим цели, задачи, средства, методы, организационные формы, материально-технические условия и т.п. Результат судейской деятельности – это результат многолетнего совместного труда тренера и гимнаста, которая зависит от сформированного комплекса профессиональных компетентностей – способностей успешно применять полученные знания и умения в профессиональной судейской деятельности.

Оценивать результат в спорте высших достижений, особенно в технико-эстетических видах, в которых виртуозно сочетаются компоненты исполнительского мастерства, отражающие техническую и эстетическую стороны, должны специалисты, обладающие высоким уровнем профессиональной компетентности.

Важное место формированию судейской компетентности отводится в федеральном государственном образовательном стандарте по направлению подготовки 49.03.01 физическая культура. В требованиях к результатам освоения программы бакалавриата указано, что выпускник, освоивший программу, должен обладать способностью организовывать и проводить соревнования, осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта (ОПК-8).

Необходимостью разработки организационно-педагогических условий компетентностного подхода, направленных на подготовку судей по спортивной гимнастике, как важного фактора профессиональной деятельности, обусловлена актуальность разработки данного учебно-методического пособия.

Пособие содержит методический материал по организации и проведению соревнований по спортивной гимнастике, а также по