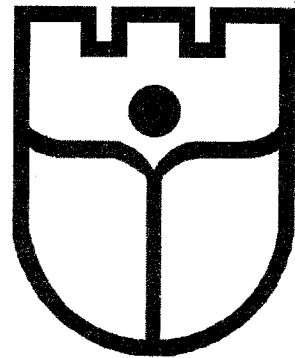


*Веснік
Брэсцкага
універсітэта*



НАВУКОВА-
ТЭАРЭТЫЧНЫ
ЧАСОПІС

Серыя гуманітарных і грамадскіх навук

ПЕДАГОГІКА

Спецвыпуск 2004

Галоўны рэдактар М.Э. ЧАСНОЎСКИ

Намеснік галоўнага рэдактара А.А. ГАРБАШКІ

Рэдакцыйны савет па серыі гуманітарных і грамадскіх навук
Б.М. ЛЯПЕШКА, М.І. МІШЧАНЧУК, Г.М. СЕНДЗЕР

Міжнародны савет па серыі гуманітарных і грамадскіх навук
Н.А. БАГДАНАВА (Расія), Н.В. ГУЙВАНЮК (Украіна),
Я. ДЭМБОЎСКИ (Польшча), Э. РАНГЕЛАВА (Балгарыя)

Рэдакцыйная калегія

С.В. АРЦЁМЕНКА, М.А. ДАБРЫНІН, Г.І. ЗАЙМІСТ (адказны рэдактар),
Л.Г. ЛЫСЮК, У.П. ЛЮКЕВІЧ, Л.Я. КРЫШТАПОВІЧ, С.В. СНАПКОЎСКАЯ,
С.Р. РАЧЭЎСКИ, В.І. СЯНКЕВІЧ, Я.У. СКАКУН, В.А. СЯПАНОВІЧ,
У.М. ХОМІЧ, А.В. ЧАРНАВАЛАЎ, А.І. ШЫКУН

Заснавальнік: Установа адукацыі «Брэсцкі дзяржаўны ўніверсітэт імя
А.С. Пушкіна»

Пасведчанне аб рэгістрацыі ў дзяржаўным камітэце Рэспублікі Беларусь па друку
№ 1084 ад 24 снежня 1997 г.

**Веснік Брэсцкага ўніверсітэта. Серыя гуманітарных і грамадскіх навук,
Спецвыпуск, 2004**

Адрас рэдакцыі: 224665, г.Брэст,
бульвар Касманаўтаў, 21
тэл.: 23-23-30, 26-70-82
e-mail vesnik@brsu.brest.by

Часопіс выходзіць на беларускай і рускай мовах у залежнасці ад мовы аўтарскага арыгінала. Аўтары апублікаваных матэрыялаў у адпаведнасці з Законам Рэспублікі Беларусь аб друку і іншых сродках масавай інфармацыі нясуць адказнасць за дакладнасць прыведзеных фактаў і звестак. Рэдакцыя можа друкаваць артыкулы ў парадку абмеркавання, не падзяляючы пункту гледжання аўтара.

© Выдавецтва УА «БрДУ»
імя А.С.Пушкіна, 2004

УДК 37.01-796

В.Г. Беспутчик

АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ ДИСЦИПЛИНЫ «ГИМНАСТИКА»

Становление и развитие гимнастики представляет собой многолетний исторический процесс. Выявление и изучение общих закономерностей данного процесса позволит обогатить стратегию развития традиционных и нетрадиционных видов гимнастики, совершенствовать дисциплину «Гимнастика» как учебный предмет.

Впервые слово «гимнастика» появилось у древних греков в период расцвета эллинской культуры в VIII в до н.э. Под гимнастикой понимали все виды физических упражнений – бег, прыжки, метания, плавание, борьбу и др. Преемниками эллинской культуры стали древние римляне. Они внесли в гимнастику существенные изменения, включив в нее упражнения на коне, стенке, лестнице, опорные прыжки через деревянный стол и др. В эпоху Возрождения гуманисты рекомендовали гимнастику как средство укрепления здоровья и физического развития человека. На Руси с древних времен гимнастические упражнения входили в праздничные развлечения народа. Петр I, а затем А.В. Суворов ввели обязательные занятия гимнастическими упражнениями в армии. В дальнейшем гимнастика заняла достойное место в программах по физическому воспитанию дошкольных учреждений, школ, профтехучилищ, средних и высших учебных заведений, военных учреждений, трудовых коллективов и др.

Как свидетельствует история, структура используемых населением видов гимнастики, техника двигательной деятельности (в том числе спортивной) постоянно изменяются. Отмирают одни, но чаще появляются другие виды занятий, видоизменяются, совершенствуются старые. Это происходит под влиянием многих факторов – науки, техники, культуры, общества, личности, условий жизнедеятельности, задач физической культуры и профессиональной подготовки населения и т.д.

По нашему мнению, перспективность развития того или иного вида гимнастики определяется комплексом следующих взаимосвязанных факторов: во-первых, его популярностью и конкурентоспособностью с другими видами занятий, а также способами проведения досуга; во-вторых, естественной и социальной доступностью для занятий; в-третьих, эффективностью образовательно-воспитательного воздействия на занимающихся и зрителей: человеческого фактора (профессиональными знаниями и умениями людей, их личностными качествами); общественного мнения (имидж вида спорта, раскрытие «изюминки» вида на основе высокопрофессиональной пропаганды); олимпийских перспектив; государственной поддержки; общественного управления; спонсорской привлекательности; методического и кадрового обеспечения; международного сотрудничества.

Появлению существованию и новых видов гимнастики в значительной мере способствует наличие большого числа упражнений (средств гимнастики), многоплановость задач их применения. В настоящее время у нас в стране культивируются следующие виды гимнастики:

оздоровительные – гигиеническая (утренняя гигиеническая, ритмическая, производственная, аэробика, «ушу» и др.); – лечебная (корректирующая, реабилитационно-восстановительная, функциональная);

образовательно-развивающие – базовая (основная, атлетическая); прикладная (профессионально-прикладная);

спортивные – спортивная гимнастика, художественная гимнастика, спортивная акробатика, прыжки на батуте, спортивная аэробика.

Особой популярностью среди населения пользуются оздоровительные направления гимнастики. Оздоровительно-массовое направление гимнастики имеет тесные и конкретные связи с различными видами гимнастики (образовательно-развивающими, спортивными) и в перспективе может служить основой для других систем физических упражнений.

Рост количества видов гимнастики происходит путем дифференциации известных видов на ряд родственных (аэробика, степ-аэробика, слайд-аэробика, силовая аэробика и др.) Кроме того, появляются много новых видов занятий гимнастикой отечественного и зарубежного происхождения: шейпинг, калланетика, изотон (тонизирующая гимнастика), акробатический рок-н-рол, стретчинг, джаз-аэробика и др., а также объединяющих в себе несколько наиболее популярных направлений физкультурных занятий, например: шейпинг объединяет атлетическую гимнастику и аэробику (танцевально-гимнастические упражнения); слайд-аэробика – движения конькобежца на специальной дорожке (слайде) с аэробикой; бокс-аэробика; аква-аэробика – комплекс упражнений в воде или, как ее называют, аквабилдинг, акватрейнинг, гидроатлетизм, фитбол-аэробика (танцевально-гимнастические упражнения с большим мячом).

Сегодня наука и практика многих стран мира, в том числе и Беларуси, ориентируется на профилактику и лечение заболеваний немедикаментозными средствами, ведущую роль среди которых играют гимнастические упражнения. Эффективно используются дыхательная и психомускульная гимнастика, «йога», «ушу», виброгимнастика, «тай-чи» и др.

Типичным примером программы оздоровительных занятий зарубежных клубов являются: аэробика (низкоударная и высокоударная), стретчинг, калланетика, аква-аэробика, степ-аэробика, бодибилдинг, фанк-аэробика, кардио-фанк, йога, классический танец, рок-н-рол, чечетка, африканский и бразильский джазовый танец, западные танцы (танго, вальс, фокстрот), тонизирующая гимнастика (изотон) и др.

Анализ материально-технической базы зарубежных клубов, состав помещений (16 японских, 7 французских, 2 финских спортклуба), показывает, что из 25 клубов в 18 имеются залы для гимнастики, аэробики, танцев, в 21 имеются залы атлетической гимнастики. Для сравнения залов игровых (баскетбола, волейбола, бадминтона, настольного тенниса) – 10 (причем в одном из клубов имеется 2 зала); для сквоша – 12, тенниса – 10, бассейнов 25x11 или 25x8 – 17.

Сравнивая показатели участия населения в активном отдыхе (количество человеко-посещений в год на 10 тысяч населения) – гимнастика, аэробика, танец, джазгимнастика составила 3650 чел/посещений. Сравним с такими популярными видами, как:

- футбол – 810 чел/посещений;
- волейбол – 1110 чел/посещений;
- баскетбол – 700 чел/посещений;
- плавание – 2310 чел/посещений;
- велосипед – 1570 чел/посещений;
- бейсбол – 1790.

Из всех видов спорта гимнастика и аэробика (51,9+29,9=81,8%) имеют самое большое количество посещений на одного занимающегося в течение года.

В последние годы наблюдается эстетизация, широкое развитие получают зрелищно-изящные, динамические, эмоционально-артистические «шоу»-виды: спортивная аэробика, акробатический рок-н-рол, акробатика и др.

Многочисленность культивируемых видов гимнастики создает благоприятные условия для удовлетворения многообразных потребностей и интересов населения в физическом совершенствовании.

Гимнастика, являясь научно-учебной дисциплиной в вузе, не может не реагировать на такую тенденцию в развитии системы физического воспитания. Сегодня нужен новый особый подход к подготовке специалистов по гимнастике, необходимо найти соответствующее место этому направлению в структуре средств и видов гимнастики, создать научно-методическое и техническое обеспечение.

В настоящее время кафедрой ТИМФВ Брестского госуниверситета имени А.С. Пушкина сформировано преимущественно оздоровительное направление преподавания гимнастики, представляющее собой систему гимнастических упражнений, направленных на улучшение здоровья всех слоев населения и особенно дошкольников, школьников и молодежи, популяризацию здорового образа жизни. Это направление является наиболее актуальным для наших дней. Гимнастические упражнения всегда рассматривались не только в спортивном аспекте, но и как средство, развивающее различные функции и системы организма, оздоравливающие человека, доступное широкому кругу занимающихся. Для решения этой задачи имеются достаточные предпосылки и возможности. Преподавателями кафедры предприняты в этом направлении практические шаги. Специалисты кафедры владеют научно-методической информацией для разработки теории и методики преподавания различных видов гимнастики. Разработана единая программа для специализации «Гимнастика», в которую наряду с традиционными включено большинство новых стилей гимнастики.

Становление и развитие гимнастики представляет собой многоаспектный исторический процесс. Выявление общих закономерностей данного процесса позволит обогатить стратегию развития традиционных и нетрадиционных видов гимнастики, совершенствовать дисциплину «Гимнастика» как учебный предмет.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- 1 Кузьмичева Е.В. Зарубежный опыт формирования сооружений для физкультурно-оздоровительных и массовых спортивных занятий населения // Теория и практика физической культуры. 1997. – № 3. – С. 51–54.

Biaputshyk V.G. Aspects of the development of the discipline "gymnastics"

The formation and development of gymnastics is a long-lasting historical process. Revealing and studying of the common features of the given process will let enrich the strategy of the development of traditional and non-traditional kinds of gymnastics, improve the gymnastics discipline as a studied subject.

Рукописі надійшли у редакцію 08.04.03