

## ФОРМИРОВАНИЕ БАЗОВЫХ ТЕХНИЧЕСКИХ НАВЫКОВ ФИГУРНОГО КАТАНИЯ НА КОНЬКАХ У ДЕТЕЙ 5-7 ЛЕТ

*Павлова Ирина Викторовна, магистрант 2 курса  
Смоленская государственная академия физической культуры,  
спорта и туризма*

«Фигурное катание на коньках относится к тем видам спорта, где спортивный результат напрямую зависит от уровня технической подготовленности спортсмена. Только высокий уровень технического мастерства позволяет фигуристу добиться желаемых высоких результатов». [3, с. 4]

Уровень технической подготовленности у фигуриста определяется объемом элементов, которыми он владеет, а также степенью освоения этих элементов и результативностью их исполнения.

«В структуре технической подготовленности спортсмена выделяют базовые и дополнительные движения.

К базовым движениям и действиям относятся те, которые составляют основу технической оснащенности вида спорта, без которого невозможно эффективное ведение соревновательной борьбы с соблюдением существующих правил». [3, с. 7]

В настоящее время фигурное катание достигло исключительной высоты. Так, прыжки - не только в 3, но и в 4 оборота становятся рядовым явлением в программах фигуристов на состязаниях крупного масштаба. Владение сложными многооборотными прыжками, вращениями на высокой скорости и в различных позициях, труднейшими шаговыми комбинациями отличает мастеров одиночного произвольного катания. Так же повышаются требования к артистичности катания. Техническая подготовка фигуриста является ведущей и направлена на освоение большого числа сложных двигательных навыков.

В нашей стране фигурное катание сегодня снискало большую популярность. Такое положение способствует привлечению в фигурное катание молодых спортсменов и в такой ситуации наплыва детей в спортивные секции

особенно тревожным становится факт недостаточности научно-обоснованных подходов к подготовке юных спортсменов в фигурном катании.

По мнению Виктора Кудрявцева одним из основных недостатков подготовки фигуристов в нашей стране является то, что у нас нет стандартизированной системы обучения скольжению. Практика мирового фигурного катания доказала, что базу катания надо закладывать с первых шагов на льду, чтобы затем начать шаг за шагом обучать прыжкам. У нас же в Москве тренерская мысль идет в обратном направлении: сначала учат прыгать, а потом пытаются научить кататься, приглашая различных специалистов по скольжению, не понимая даже, что катание на ребрах — это основа всей прыжковой техники, и чем грамотнее катание (на ребрах и по дугам), тем техничнее будут многооборотные прыжки.

Федерация фигурного катания России с 2011 года в разрядную классификацию по юношеским разрядам ввела обязательные тесты по скольжению. Они представляют собой выполнение базовых элементов фигурного катания.

К базовым элементам фигурного катания относятся: дуга, перетяжка, тройка, скоба, крюк, выкрюк и петля (таблица 1).

Таблица 1 – Предписанные шаги для выполнения юношеских разрядов в соответствии с ЕВСК 2019-2020

3 юношеский разряд	2 юношеский разряд	1 юношеский разряд
Дуги вперед наружу; Дуги вперед внутрь; Дуги назад наружу; Дуги назад внутрь; Перетяжка вперед с двух ног; Перетяжка назад с двух ног; Перебежка вперед с ласточкой вперед внутрь; Перебежка назад с ласточкой вперед наружу;	Кросс-ролл вперед; Кросс-ролл назад; Тройка вперед внутрь; Тройка вперед наружу; Тройка назад наружу (Риттбергеровская); Тройка назад внутрь двукратная; Перебежка назад с моухоками вперед внутрь;	Тройка вперед наружу трехкратная; Тройка вперед внутрь трехкратная; Чоктау; Твизл назад наружу не менее трех оборотов;

Каким уровнем техники исполнения базовых элементов фигурного катания обладают юные фигуристы в Смоленске? Сегодня мы имеем возможность оценивать этот уровень по результатам выполнения юными фигуристами тестов по скольжению. В результате анализа протоколов тестирований, проводимых в Смоленске в 2019 году, получены результаты, которые отражены в таблице 2.

Таблица 2 – Информация об обязательном тестировании базового скольжения фигуристов города Смоленска в 2019 году

Разряды		08.05.19	28.08.19 СГАФСКТ	28.08.19 «Юбилейный»	15.09.19	06.10.19	19.10.19
3 юношеский	Сдали , %	50	70	60	33,5	66,5	0
	Не сдали, %	50	30	40	66,5	33,5	100
2 юношеский	Сдали , %	-	91	33,5	100	33,5	60
	Не сдали, %	-	9	66,5	0	66,5	40
1 юношеский	Сдали , %	-	-	-	78	33,5	66,5
	Не сдали, %	-	-	-	22	66,5	33,5

Введение тестов по скольжению вызвало необходимость более детального изучения базовых элементов. Однако, подготовка к сдаче тестов начинается незадолго до непосредственной их сдачи, после сдачи тестов эта работа заканчивается.

Таким образом напрашивается мысль, что целью подобной подготовки, прежде всего является успешная сдача нормативов, а не повышение уровня мастерства владения коньком.

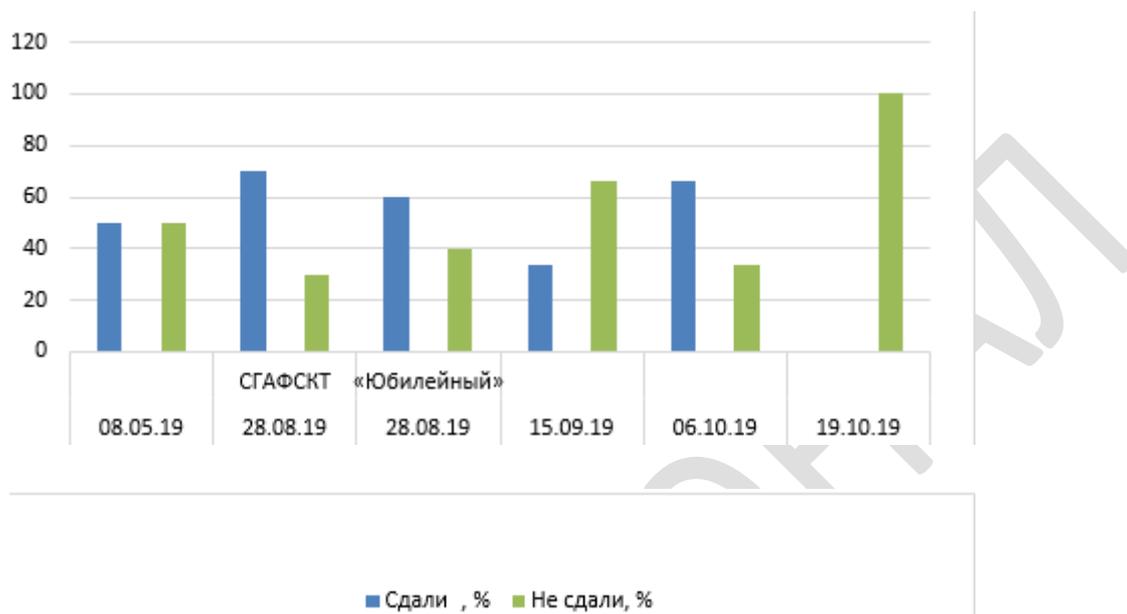


Рисунок 1. Результаты сдачи тестов по скольжению на 3 юношеский разряд фигуристами города Смоленска в 2019 году

Как показывает анализ современной практики, значимость изучения базовых элементов фигурного катания не вызывает сомнений. А выбор пути, по которому надо идти для достижения необходимого уровня исполнения элементов юными фигуристами для многих тренеров оказываются проблематичным и это связано с целым рядом объективных и субъективных причин.

Поэтому, необходимо провести теоретический анализ проблемы формирования базовых технических навыков фигурного катания на коньках у детей 5-7 лет; разработать методику формирования базовых технических навыков фигурного катания на коньках у детей 5-7 лет; определить эффективность разработанной методики; разработать практические рекомендации для формирования базовых технических навыков фигурного катания на коньках у детей 5-7 лет.

Разработанную методику можно будет использовать в педагогической деятельности тренеров по фигурному катанию для работы с детьми 5-7 лет

с целью повышения эффективности формирования базовых технических навыков.

#### Список литературы

1. Вайцеховская, Е. С. Фигурное катание. Только звезды / Е. С. Вайцеховская. - М.: Эксмо, 2009. - 256 с.
2. Мишин, А. Н. Школа в фигурном катании. — М.: Физкультура и спорт, 1979. — 175 с, ил
3. Тузова, Е. Н. Обучение базовым элементам фигурного катания. Учебно-методическое пособие. / Е.Н. Тузова – М.: Человек, Sport, 2015. 96 с. (Библиотечка тренера)
4. Фигурное катание на коньках: Примерная программа для системы дополнительного образования детей: детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. – М.: Советский спорт, 2009г. - 172 с.
5. Московский фигурист №30, 2013 год «Прыжковая математика: работа над ошибками». В. Кудрявцев. – Режим доступа: URL: <http://mosfigurist.ru/?p=1080/> (дата обращения: 08.02.2019).
6. EVSK 2019-2022, фигурное катание на коньках. – Режим доступа: URL: [https://fsrussia.ru/files/docs/FigurKatanie280820\\_EVSK2019.pdf/](https://fsrussia.ru/files/docs/FigurKatanie280820_EVSK2019.pdf/) (дата обращения: 03.01.2021).
7. Итоговые протоколы обязательного тестирования базового скольжения фигуристов г. Смоленска – Режим доступа: URL: <https://www.fssmolensk.ru/testitrovanie/> (дата обращения: 13.12.2019).