**НАЧАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКЕ НА СОВМЕСТНЫХ ЗАНЯТИЯХ С РОДИТЕЛЯМИ**

***Анзибритова А. Д.,*** *магистрант*

***Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена, институт физической культуры и спорта, г. Санкт-Петербург***

***e-mail:*** Lika.anzibritova@mail.ru

***Аннотация.*** В статье рассматривается проблема психологической неподготовленности детей младшего школьного возраста к самостоятельным занятиям с тренером без присутствия родителей.

***Ключевые слова:***дети младшего школьного возраста, эстетическая гимнастика, совместные занятия, спорт.

**INITIAL TRAINING OF PRESCHOOL CHILDREN IN AESTHETIC GYMNASTICS IN JOINT CLASSES WITH PARENTS**

**Anzibritova A.D.**

**Russian State Pedagogical University. A. I. Herzen Institute of Physical Culture and Sports, St. Petersburg**

**e-mail:** Lika.anzibritova@mail.ru

***Annotation.*** The article examines the problem of psychological unpreparedness of children of primary school age for independent training with a trainer without the presence of parents.

***Key words:*** children of primary school age, aesthetic gymnastics, joint activities, sports.

**Введение.** Эстетическая гимнастика — это новый, молодой, практически не изученный вид спорта — сплав художественной гимнастики, парно-групповой акробатики, танца и собственных технических средств, который характеризуется умением передавать общий характер музыки в движении и придавать движениям целостность, слитность, свободу, изящество и различную эмоциональную окраску. В современном виде эстетическая гимнастика появилась в середине XX века в странах Северной Европы. Впервые соревнования по этому виду спорта были проведены в 1950 году в Хельсинки, но первый чемпионат мира прошел лишь в 2000 году [3]. В современном мире сложно координационных видов спорта, в том числе в эстетической гимнастике предъявляются высокие требования, поэтому набор в секции начинается с 4-5 лет. И это не просто так. Более интенсивный рост координационных способностей происходит в 4-5 лет, их прирост в этот период составляет свыше 50%, а именно способности к равновесию, согласованию двигательных действий, реакции. Ученый G. Ludwig подчеркивает, что возраст с 4,5 до 6 лет является наиболее интенсивной фазой (временным отрезком) развития способностей к реакции, пространственной ориентации, равновесия и улучшения чувства ритма [1].

Несмотря на все вышесказанные положительные стороны данного возраста для начала занятий эстетической гимнастикой и другими высококоординационными видами спорта, есть ряд минусов, одним из которых является психологическая неготовность детей к занятиям детей только с тренером, без родителей.

По результатам опроса тренеров спортивных школ и клубов по эстетической гимнастике мы выявили какой процент детей за год уходит из спортивной секции эстетической гимнастики по причине психологической неготовности детей расстаться с родителями (Рис. 1).

|  |
| --- |
|  |

Рисунок 1 — Сколько детей уходит из группы начальной подготовки за год

По итогам опроса 5 тренеров групп начальной подготовки было выявлено, что 27% детей уходит из спортивной секции именно из-за психологической неготовности детей расстаться с родителями на часовое занятие. По опросу тренеров также определено типичное поведение детей, а именно:

1) слезы без причины на тренировке;

2) нежелание выполнять задание;

3) многократное повторение желания пойти к маме или папе;

4) невозможность удержать внимание ребенка на тренировке даже на короткий промежуток времени;

5) истерика перед занятием;

Несмотря на вышесказанные факторы:

6) положительное настроение после тренировки;

7) желание тренироваться дома с родителями;

8) желание пойти на гимнастику снова.

|  |
| --- |
| Помимо этого, у продолжающих детей тоже появляются вышеуказанные признаки типичного поведения и мысли об уходе с гимнастики в первый год обучения, которые удается вовремя проработать с ребенком его тренером и родителями. Из анализа полученных результатов мы можем сделать выводы, что дети дошкольного возраста психологически не готовы к самостоятельным занятиям с тренером в группе без присутствия родителей на тренировке. |

Эта проблема продолжает оставаться актуальной, и многие развивающиеся клубы эстетической гимнастики и спортивные школы нашли эффективное решение — проведение совместных тренировок для детей и родителей. Одним из основоположников таких занятий стал клуб по эстетической гимнастике в г. Краснодар «Небеса». По программе клуба, группы начальной подготовки первого года обучения занимаются совместно с родителями. Они выполняют упражнения самостоятельные, но рядом друг с другом, а также выполняют парные упражнения, где напрямую происходит взаимодействие родитель-ребенок. Совместные тренировки помогают детям преодолеть стресс, а также развивают чувство взаимопомощи и поддержки друг друга, создавая атмосферу единства и доверия. В результате анкетирования тренеров групп совместных занятий было выявлено, что 100% детей остаются в секции эстетической гимнастики после первого года обучения. Помимо этого, было проведено анкетирование родителей данных групп, в результате которого сделано множество других положительных выводов о таких занятиях самими родителями:

1. Ребенок с большим желанием ходит на тренировки и не боится тренировочного процесса;
2. Ребенок не боится тренера;
3. Родитель знает потенциал своего ребенка;
4. Родитель не переживает за своего ребенка;
5. Родитель контролирует поведение своего ребенка на тренировке;
6. Родители помогают тренеру уследить за всеми детьми в группе, отводят в туалет по мере необходимости, не отвлекая от тренировочного процесса остальную группу;
7. Родитель и ребенок положительно совместно проводят время, что благоприятно складывается на их взаимоотношениях за стенами гимнастики.

Таким образом, внедрение практики совместных тренировок детей и родителей является эффективным способом преодоления психологических барьеров у детей младшего школьного возраста, помогает значительно повысить их мотивацию и желание продолжать заниматься эстетической гимнастикой и что не мало важно, помогает тренеру не потерять будущих чемпионок из-за их ухода с гимнастики.

***Список литературы*:**

1. Вишнякова, С.В. Эстетическая гимнастика: учебное пособие / С.В. Вишнякова, А.И. Исаева. - Волгоград : ФГБОУ ВПО «ВГАФК», 2009. - 124 с.
2. Всероссийская Федерация Эстетической гимнастики URL: <https://vfeg.ru/v4/ru/page.php?n=1>
3. Гимнастический клуб «Небеса» URL:<https://nebesasport.ru/about>
4. Лях, В.И. «Развитие координационных способностей у дошкольников» Издательство «Спорт» 2016 г.