

4948

А

На правах рукописи

**СИРОТИНА Екатерина Сергеевна**

**ОСОБЕННОСТИ ТЕХНОЛОГИИ РАЗРАБОТКИ  
И ПРОВЕДЕНИЯ ТЕЛЕВИЗИОННЫХ УРОКОВ  
ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ГИМНАСТИКИ ДЛЯ ЖЕНЩИН  
РАЗЛИЧНОГО ВОЗРАСТА**

**13.00.04. Теория и методика физического воспитания,  
спортивной тренировки, оздоровительной  
и адаптивной физической культуры**

**Автореферат  
диссертации на соискание учёной степени  
кандидата педагогических наук**

**Москва 2002 г.**

А

Работа выполнена в Российской государственной академии физической культуры

Научный руководитель: кандидат педагогических наук ПАНКОВ В.А.

Официальные оппоненты:

доктор педагогических наук СЫСОЕВ Ю.В.

доктор медицинских наук, профессор БАХРАХ И.И.

Ведущая организация – Всероссийский научно-исследовательский институт физической культуры и спорта

Защита диссертации состоится «30» мая 2002 г. в 12 часов. на заседании диссертационного совета К 311.008.01 в Смоленском государственном институте физической культуры по адресу 214018, г.Смоленск, проспект Гагарина, 23

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке Смоленского государственного института физической культуры.

Автореферат разослан «29» апреля 2002 г.



T000004948

ЦОБ по ФКиС  
РГАФК

Ученый секретарь диссертационного совета  
кандидат педагогических наук, доцент

ПАВЛОВ А.И.

## ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ.

**Актуальность темы исследования.** В последнее время проведение телевизионных уроков оздоровительной гимнастики (телевизионные оздоровительные уроки - ТОУ) получает всё большее распространение, как одно из важнейших средств физической культуры (В.К.Бальсевич, 1999; С.И.Гуськов, В.А.Панков, 2000; А.П.Лаптев, 1993; Л.П.Матвеев, 1999; Ю.В.Менхин, 1998; В.А.Панков, 2001; Т.С.Соболева, 1999; Ю.В.Сысоев, 2001 и др.). Это связано с доступностью этих уроков, а также возможностью заниматься самостоятельно и широким использованием данных уроков в сети платных оздоровительных услуг. Однако, до сих пор многие особенности технологии разработки и применения ТОУ с различными контингентами занимающихся недостаточно научно обоснованы и разработаны. В научной и методической литературе не приводятся данные и научно-практические рекомендации о современных технологиях составления и проведения телевизионных уроков оздоровительной гимнастики. В связи с этим нами были проведены экспериментальные исследования в данном направлении.

**Цель исследования:** разработать и апробировать основные положения технологии составления и проведения телевизионных уроков оздоровительной гимнастики.

**Научная гипотеза исследования.** Предполагалось, что изучение различных аспектов телевизионных уроков оздоровительной гимнастики позволит разработать современные положения технологии составления и проведения телевизионных уроков оздоровительной гимнастики, а это позволит повысить их эффективность и массовость.

**Объект исследования.** Система организации, постановки и проведения телевизионных уроков оздоровительной гимнастики.

**Предмет исследования.** Особенности технологии разработки и проведения телевизионных уроков оздоровительной гимнастики.

### **Задачи исследования:**

1. Выявить основные контингенты занимающихся, определить побудительные мотивы их занятий на ТОУ, выяснить причины отказа от участия в занятиях.
2. Разработать и апробировать программы комплексов упражнений для ТОУ в зависимости от контингента занимающихся.
3. Определить особенности оформления ТОУ (приёмы оформления, съёмки, монтажа, музыкального сопровождения и комментирования ведущим упражнений, выполняемых на ТОУ).
4. Выявить возможности необходимой коррекции содержания и оформления ТОУ.

