

**Аубакиров Т.С.**  
NAO Shakarim University  
Казахстан, Семей  
e-mail: talgat0805@mail.ru

### **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИННОВАЦИОННЫХ И ТРАДИЦИОННЫХ МЕТОДОВ ПРЕПОДАВАНИЯ СПОРТИВНОЙ ГИМНАСТИКИ В ВУЗЕ**

**Аннотация.** Статья посвящена проблемам преподавания спортивной гимнастики в вузах. Автором дается анализ основных методов и технологий преподавания спортивной гимнастики в вузе. Выделяются преимущества использования инновационных технологий в процессе обучения для повышения эффективности обучения, мотивации студентов и улучшения их спортивных достижений. Также отмечается важность сочетания традиционных и современных методов преподавания гимнастики в контексте комплексного подхода к обучению.

**Ключевые слова:** спортивная гимнастика, методика преподавания, инновационные и традиционные методы

**Т.С. Әубәкіров**  
Shakarim University KEAҚ  
Қазақстан, Семей  
e-mail: talgat0805@mail.ru

### **ЖОО-ДА СПОРТТЫҚ ГИМНАСТИКАНЫ ОҚЫТУДЫҢ ИННОВАЦИЯЛЫҚ ЖӘНЕ ДӘСТҮРЛІ ӘДІСТЕРІН ҚОЛДАНУ**

**Андатпа.** Бұл мақала жоғары оқу орындарындағы спорттық гимнастиканы оқыту мәселелеріне арналған. Автор университеттегі спорттық гимнастиканы оқытудың негізгі әдістері мен технологияларына талдау жасайды. Оқытудың тиімділігін арттыру, студенттерді ынталандыру және олардың спорттық жетістіктерін жақсарту үшін оқыту процесінде инновациялық технологияларды қолданудың артықшылықтары ерекшеленеді. Оқытудың кешенді тәсілі аясында гимнастиканы оқытудың дәстүрлі және заманауи әдістерін біріктірудің маңыздылығы да атап өтіледі.

**Түйінді сөздер:** спорттық гимнастика, оқыту әдістемесі, инновациялық және дәстүрлі әдістер

**Aubakirov T.S.**  
NAO Shakarim University  
Kazakhstan, Semey  
e-mail: talgat0805@mail.ru

### **THE USE OF INNOVATIVE AND TRADITIONAL METHODS OF TEACHING GYMNASTICS AT THE UNIVERSITY**

**Annotation.** The article is devoted to the problems of teaching gymnastics in universities. The author analyzes the main methods and technologies of teaching gymnastics at the university. The advantages of using innovative technologies in the learning process to increase the effectiveness of learning, motivate students and improve their athletic achievements are highlighted. The importance of combining traditional and modern methods of teaching gymnastics in the context of an integrated approach to learning is also noted.

**Keywords:** gymnastics, teaching methods, innovative and traditional methods

Гимнастике, которая обеспечивает общее физическое развитие человека, принадлежит особо важное место в физическом воспитании. Как отмечает в своём учебном пособии «Гимнастика:

теория и методика преподавания» Т.М. Лебедихина, «Занятия различными видами гимнастики помогают решать одну из важнейших задач – обеспечить подготовку физически крепкого молодого поколения с

гармоничным развитием физических и духовных сил» [1, с. 3].

К основным задачам гимнастики можно отнести: оздоровительные, включающие укрепление здоровья и развитие отдельных мышечных групп и всей мышечной системы; образовательные, способствующие формированию жизненно важных двигательных умений и навыков, способствующими всестороннему физическому развитию; воспитательные, включающие воспитание морально-волевых качеств и другие. Как отмечают Акимов Н. Т., Казакбаев А.М. в статье «Основные методы преподавания гимнастики в высших учебных заведениях», «Гимнастика занимает особое место в физической культуре студента. Она является лучшим средством воспитания личностных качеств, повышения жизнедеятельности и работоспособности, а также оздоровления и активного отдыха. Средства гимнастики, ее методы и формы организации широко применяются как в обще подготовительном, так и профессионально-прикладном направлении физического воспитания» [2].

Современное преподавание спортивной гимнастики в вузах требует внедрения инновационных технологий, способствующих повышению эффективности обучения, мотивации студентов и улучшению их спортивных достижений. Рассмотрим ключевые направления инновационного подхода в обучении спортивной гимнастике.

1. Цифровые технологии и виртуальная реальность

Использование цифровых технологий значительно расширяет возможности преподавания. Виртуальная и дополненная реальность позволяют моделировать сложные гимнастические элементы, что снижает риск травм и помогает студентам визуализировать правильную технику выполнения упражнений. Специальные приложения, такие как Coach's Eye или Dartfish, позволяют анализировать движения в замедленном режиме и выявлять ошибки.

2. Биомеханический анализ движений

Применение сенсорных систем и 3D-сканирования помогает изучать

биомеханику движений спортсменов. Анализ данных, полученных с датчиков, позволяет корректировать технику выполнения элементов в режиме реального времени, что значительно улучшает подготовку студентов.

3. Геймификация и интерактивные методики

Геймификация процесса обучения повышает мотивацию студентов и делает тренировки более увлекательными. Использование игровых сценариев, соревновательных платформ и системы наград способствует активному вовлечению студентов в процесс обучения.

4. Индивидуализированные тренировочные программы

Благодаря использованию искусственного интеллекта и машинного обучения возможно создание персонализированных программ тренировок, адаптированных под уровень подготовки каждого студента. Такие программы помогают оптимизировать нагрузку и предотвращать травмы.

5. Онлайн-курсы и дистанционное обучение

В современных условиях дистанционные образовательные платформы позволяют студентам изучать теоретические аспекты спортивной гимнастики, а также разбирать видеоматериалы с детальным анализом техник выполнения элементов.

В спортивной гимнастике можно достичь высоких результатов на международной арене, придерживаясь только четко продуманной, апробированной технологии обучения. Использование традиционных методов в этом процессе играет важную роль. По мнению педагога Амурской О.В., высказанному в учебном пособии «Гимнастика в системе физического воспитания образовательных учреждений», гимнастика решает три вида задач: образовательные, оздоровительные и воспитательные задачи. К оздоровительным задачам можно отнести укрепление здоровья и развитие физических качеств. Образовательные задачи включают формирование знаний, умений и навыков.

Воспитательные задачи отражают формирование волевых, нравственных качеств и эстетических чувств [3].

В процессе обучения целесообразно применять следующие традиционные методы:

1. Объяснительно-иллюстративный метод – один из наиболее распространенных в преподавании гимнастики в университете. Он основан на словесном объяснении, показе и демонстрации изучаемых движений, а также их анализе.

2. Словесное объяснение. Преподаватель описывает технику выполнения упражнения, поясняя основные фазы движения. Используются термины, понятные студентам, а также образные сравнения для лучшего понимания (например, «при кувырке вперед группировка как у ежа»). Объяснение сопровождается инструкциями по технике безопасности.

3. Показ упражнения. Демонстрация преподавателем или подготовленным студентом правильного выполнения гимнастического элемента. Может использоваться видеоматериал для анализа техники движения (медленная съемка, разбор ошибок).

4. Использование наглядных пособий. Фото- и видеоматериалы с примерами правильного выполнения упражнений. Чертежи, схемы фаз движения, которые помогают студентам визуально представить технику. Зеркала в зале для самоконтроля.

5. Моделирование упражнения. Применение вспомогательных упражнений и движений, которые подводят к освоению сложных элементов. Например, перед выполнением стойки на руках студенты сначала учатся правильно группироваться и держать баланс у стены.

6. Разбор ошибок и анализ. После выполнения упражнения преподаватель или сам студент анализирует правильность движения. Используется метод сравнений: что получилось, а что требует доработки.

Как отмечено в диссертационной работе Цильке Н. Г. «Совершенствование методики обучения гимнастическим упражнениям студентов общего курса физкультурного вуза», «Физическая

подготовка в гимнастике - это учебно-тренировочный процесс, без которого невозможен не только прогресс сложности гимнастических упражнений, но и, во многих случаях, начальное становление элементарных базовых навыков» [4].

Подводя итоги, можно отметить, интерактивные технологии делают обучение гимнастике более современным и увлекательным. Они эффективны в сочетании с традиционными методами и позволяют лучше анализировать движения, получать обратную связь и развивать мотивацию студентов. Внедрение инновационных технологий в преподавание спортивной гимнастики способствует более качественной подготовке студентов, минимизации травматизма и повышению их мотивации. Будущее обучения спортивной гимнастике связано с цифровыми технологиями, персонализированными подходами и интерактивными.

**Однако**, преподавание гимнастики в университете требует комплексного подхода. Важно сочетать традиционные и современные методы, индивидуализировать обучение и мотивировать студентов к активному освоению гимнастических упражнений. В процессе проведения занятий в группах 2 курса: ФК-301, ФК-305 и других, обучающихся по образовательной программе 6В01401 «Физическая культура и спорт» в НАО «Университет имени Шакарима» г. Семей. по гимнастике я использую комплексный методический подход, включающий следующие методы: объяснительно-иллюстративный (демонстрация упражнений, видеоматериалы), репродуктивный (повторение и закрепление техники движений), проблемный (поиск решений в нестандартных двигательных ситуациях), игровой (элементы соревнований, командные задания) и дифференцированный (учет индивидуальных возможностей студентов). Эти методы способствуют развитию физических качеств, освоению техники гимнастических упражнений и формированию мотивации к занятиям физической культурой."

**Список литературы:**

1 Гимнастика: теория и методика преподавания: [учеб. пособие] / Т. М. Лебедихина; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2017. – 112 с.

2 Акимов Н. Т. Казакбаев А.М. Основные методы преподавания гимнастики в высших учебных заведениях URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osnovnye-metody-prepodavaniya-gimnastiki-v-vysshih-uchebnyh-zavedeniyah>

3 Амурская О.В. Гимнастика в системе физического воспитания образовательных учреждений: учебно-методическое пособие [Электронный ресурс] / Белгород: ОГАОУ ДПО «БелИРО», 2020. - 112 с. - Режим доступа: Б<sup>^</sup>::// beliro.ru/assets/resourcefile/168/posobie-po-gimnastike-.pdf

4 Цильке Н. Г. Совершенствование методики обучения гимнастическим упражнениям студентов общего курса физического вуза: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04. – Омск, 2016, – 160 с.

**References**

1 Gimnastika: teoriya i metodika prepodavaniya: [ucheb. posobie] [Gymnastics: theory and teaching methods: [textbook. the manual]]. / T. M. Lebedihina; M-vo obrazovaniya i nauki Ros. Federacii, Ural. feder. un-t. – Ekaterinburg: Izd-vo Ural. un-ta, 2017. – 112 p. [in Russian]

2 Akimov N. T. Kazakbaev A.M. Osnovnye metody prepodavaniya gimnastiki v vysshih uchebnyh zavedeniyah [Basic methods of teaching gymnastics in higher education institutions]. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osnovnye-metody-prepodavaniya-gimnastiki-v-vysshih-uchebnyh-zavedeniyah>[in Russian]

3 Amurskaya O.V. Gimnastika v sisteme fizicheskogo vospitaniya obrazovatel'nyh uchrezhdenij: uchebno-metodicheskoe posobie [Gymnastics in the system of physical education in educational institutions: a teaching aid]. [Elektronnyj resurs] / Belgorod: OGAOU DPO «BelIRO», 2020. - 112 p. - Rezhim dostupa: Y<sup>^</sup>::// beliro.ru/assets/resourcefile/168/posobie-po-gimnastike-.pdf[in Russian]

4 Cil'ke N. G. Sovershenstvovanie metodiki obucheniya gimnasticheskim upravhneniyam studentov obshchego kursa fizkul'turnogo vuza [Improving the methods of teaching gymnastic exercises to students of the general course of a physical education university]: dis. ... kand. ped. nauk: 13.00.04. – Omsk, 2016, – 160 p. [in Russian]

**Сведения об авторе/ Автор туралы мәліметтер / Information about the author**

**Аубакиров Талгат Сайлауович**

**Лауазымы:** «Деңе шыңықтыру және спорт» кафедрасының оқытушысы, Шәкәрім атындағы университеті

**Пошталық мекен-жайы:** 071400-071417 , Қазақстан Республикасы, Семей қаласы, Уранхаев көшесі 1, кв 27

**Ұялы. Тел 77751541555**

**E-mail:** talgat66@mail.ru

**Аубакиров Талгат Сайлауович**

**Должность:** преподаватель кафедры «Физической культуры и спорта»,

НАО Университет имени Шакарима

**Почтовый адрес:** 071400-071417, Республика Казахстан, г.Семей, улица Уранхаева 1, кв 27

**Сот. тел: 77751541555**

**E-mail:** talgat66@mail.ru

**Aubakirov Talgat Sailauovich**

**Position:** Teacher of the Department of Physical Culture and Sports, Shakarim University

**Mailing address:** 071400-071417, Republic of Kazakhstan, , st Semey

**Mob.phone: 77751541555**

**E-mail:** talgat66@mail.ru