

## РЕТРОСПЕКТИВНИЙ АНАЛІЗ ПРОГРАМ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ З ХУДОЖНЬОЇ ГІМНАСТИКИ

*Марія Колчин*

Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, Україна

**Анотація.** У сучасних умовах розвитку будь-якого виду спорту, а особливо художньої гімнастики, тренеру необхідно дотримуватися певних методичних положень для успішного планування процесу спортивної підготовки. При цьому одним із найважливіших документів є програма з виду спорту. Для ефективної роботи вона має бути сучасною та враховувати основні тенденції розвитку виду спорту. Особливого значення це положення набуває для художньої гімнастики, що пов'язано з постійними змінами, котрих зазнають правила змагань.

**Мета.** На основі проведення ретроспективного аналізу програм для ДЮСШ, СДЮШОР та ШВСМ з художньої гімнастики визначити напрями вдосконалення програми початкової підготовки юних гімнасток.

**Методи.** Аналіз літературних джерел та мережі Інтернет, програм з художньої гімнастики 1955–2013 рр., узагальнення, систематизація, методи статистики.

**Результати.** Аналіз шести програм за період з 1955 по 2013 рр. свідчить про таке: програма 1955 р. мала нерегламентований вік для зарахування до груп початкової підготовки, кількість та тривалість занять на тиждень; простежується тенденція до зниження віку початку занять від 10 (1967 р.) до п'яти років (1999 р.); з 1962 р. підготовка гімнасток планується протягом року (52 тиж.) і програмами регламентовано кількість годин на рік; загальна кількість годин, що планується на річну підготовку, зросла від 210 в 1955 р. до 300–312 з 1967 по 1991 р., 1999 р. – 416 годин на рік. Гімнастки в 1950-х роках мали опанувати 11 різних видів ходьби та бігу, на сучасному етапі – лише п'ять; кількість різновидів нахилів та «хвиль» є сталою. Відповідно до програми 1955 р. гімнастки мали оволодіти такими предметами: м'яч, коротка та довга скакалка, булави, на сучасному етапі – скакалка, м'яч (згідно з програмою) та обруч.

Виявлено, що простежується тенденція до зменшення віку початку зарахування до секцій художньої гімнастики, при цьому збільшується кількість годин, що відводяться гімнасткам на опанування програмного матеріалу. Дійсна на сьогодні програма (1999 р.) є застарілою та не відповідає тенденціям розвитку виду спорту, отже потребує перегляду та удосконалення

**Ключові слова:** художня гімнастика, початкова підготовка, навчальна програма.

*Mariia Kolchyn*

### RETROSPECTIVE ANALYSIS OF INITIAL PREPARATION PROGRAMS IN RHYTHMIC GYMNASTICS

**Abstract.** The trainer must adhere to certain methodological provisions for successful planning of the process of sports training. One of the most important documents is a sports program. To be effective, the program must be up-to-date and take into account the main trends in sports event. This provision is of particular importance for rhythmic gymnastics. This is due to the constant changes to the competition rules.

**Objective.** To determine the directions for improvement of the program of initial training of young gymnasts on the basis of a retrospective analysis of programs for Children and Youth Sports Schools, Specialized Children and Youth Sports Schools of the Olympic Reserve and Schools of High Sports Mastery.

**Methods.** Analysis of literary sources and the Internet, analysis of rhythmic gymnastics programs 1955-2013, generalization, systematization, methods of statistics.

**Results.** An analysis of 6 programs from 1955 to 2013 shows that: the 1955 program did not have the prescribed age for enrollment, the number and duration of classes per week; the tendency to decrease the age of the beginning of classes from 10 years (1967) to 5 years (1999); since 1962 training of gymnasts is planned during the year (52 weeks) and programs regulate the number of hours per year; the total number of hours planned for annual training increased from 210 hours in 1955 to 300-312 hours from 1967 to 1991, 1999-416 hours per year. Gymnasts in the 1950s had to master 11 different types of walking and running, at the present stage - only 5; the number of types of slopes and waves is constant. According to the 1955 program, gymnasts were required to master such items as a ball, short and long jump rope and maces, at the present stage - jump rope, ball (according to the program) and hoop.

**Conclusions.** There is a tendency to decrease the age of the beginning of enrollment in the sections of rhythmic gymnastics, thus increasing the number of hours allocated to gymnasts to master the program material. The current program (1999) is outdated and does not meet the trends of the sports event.

**Keywords:** rhythmic gymnastics, initial training, curriculum.

**Вступ.** Багаторічна спортивна підготовка – це єдиний процес змагальної та тренувальної діяльності, що забезпечує наступність завдань, методів, організаційних форм підготовки на всіх етапах [3, 7]. Для того, щоб вона була успішною, тренеру необхідно дотримуватися таких методичних положень: цільова спрямованість підготовки по відношенню до вищої спортивної майстерності; врахування вікових особливостей спортсменів; перспективне випередження формування спортивно-технічної майстерності [3].

Одним із ключових документів, що регламентує роботу тренера з групами різного рівня підготовки в спортивних школах, є програми з виду спорту. Для ефективної роботи вона має бути сучасною та враховувати основні тенденції розвитку виду спорту. Особливо це стосується художньої гімнастики, адже саме в цьому виді спорту докорінні зміни в правилах змагань відбуваються кожні чотири роки [2, 8–11], що не може не впливати на програму підготовки спортсменок.

На думку спеціалістів, етап початкової підготовки є одним із найважливіших, оскільки впливає на всю кар'єру спортсмена [4, 5]. Вони вважають, що завданням цього етапу є зміцнення здоров'я дітей, різностороння фізична підготовка, усунення недоліків у рівні фізичного розвитку, навчання техніки обраного виду спорту, а також допоміжних та спеціально-підготовчих вправ. Цей етап характеризується широким застосуванням матеріалу різних видів спорту та рухливих ігор, використанням ігрового методу. В цей час не варто намагатися стабілізувати техніку, адже у спортсмена закладається різностороння технічна база, що передбачає оволодіння широким комплексом різноманітних рухових дій. Важливим для етапу початкової підготовки є врахування зацікавленості дітей до занять видом спорту та формування потреби у систематичних заняттях [1, 4, 6].

**Мета дослідження** – провести всебічний ретроспективний аналіз навчальних програм для ДЮСШ, СДЮШОР та ШВСМ з художньої гімнастики та визначити напрями вдосконалення програми початкової підготовки юних гімнасток.

**Методи дослідження:** аналіз спеціальної та науково-методичної літератури, даних мережі Інтернет, програм для ДЮСШ, СДЮШОР та ШВСМ з художньої гімнастики, зіставлення та системний аналіз.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Для визначення та узагальнення змін та розуміння тенденцій розвитку художньої гімнастики нами було проведено ретроспективний аналіз програм для ДЮСШ, що були та є дійсними на території України. Всього було проаналізовано шість програм – з 1955 по 2013 рр. [12–17].

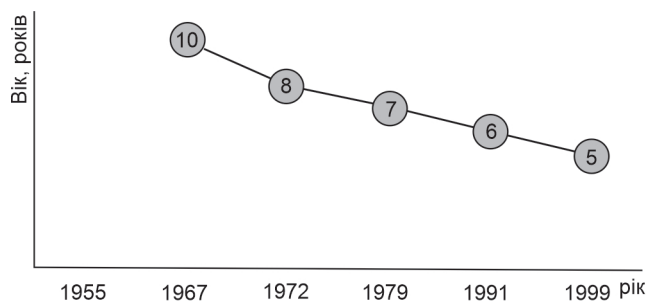


Рисунок 1 – Вік зарахування до секції художньої гімнастики

Першу програму з художньої гімнастики було затверджено в 1955 р. Її характерною особливістю є те, що вік початку занять спортом не регламентовано. До секцій зараховували дівчат та жінок, які виявили бажання систематично займатися художньою гімнастикою та мали допуск лікаря. Прийом початківців проводили в основному у вересні, проте не виключалася можливість зарахування протягом року.

У наступних редакціях програм простежується тенденція до зниження віку початку занять художньою гімнастикою – з 10–11 років (1967 р.) до 5–6 (1999 р.) (рис. 1).

Також у програмі 1955 р. не регламентували кількість та тривалість занять на тиждень. Стрімкий розвиток художньої гімнастики на початку 1960-х років, початок проведення чемпіонатів світу спонукали до необхідності вдосконалення системи підготовки спортсменок. У 1967 р. вийшла нова програма для ДЮСШ, яка була більш структурованою. В ній зазначено рекомендований вік зарахування до спортивних шкіл, кількість та тривалість тренувальних занять, з'явився розділ, присвячений відбору та орієнтації (табл. 1).

Програма підготовки гімнасток розрахована на 52 тижні протягом року і регламентована кількістю годин на рік. Необхідно відмітити зміни, що відбулися протягом 1955–1991 рр. Так, загальна кількість годин на річну підготовку зростає на 43 % з 210 год у 1955 р. до 300–312 год у 1967 по 1991 рр. На сучасному етапі розвитку художньої гімнастики в діючих нормативно-правових документах тривалість підготовки регламентована 416 год на рік і містить теоретичну та практичну частину. Проте думки розробників програм [12–17] значно відрізняються щодо програмного матеріалу, значущості теоретичної і практичної частин та розрахунку годин, наприклад, програма 1955 р. містила 12 год на теоретичні заняття, а саме:

- фізична культура та спорт в СРСР (3 год);
- короткий огляд історії художньої гімнастики в СРСР та завдання її подальшого розвитку (1 год);
- короткі відомості про будову і функції організму людини. Вплив фізичних вправ на організм (1 год);

**Таблиця 1** – Режим навчально-тренувальної роботи у групах початкової підготовки в навчальних програмах для ДЮСШ, СДЮШОР з художньої гімнастики в різні роки

Рік	Вік зарахування в групу	Кількість дітей в групі	Кількість тренувальних занять на тиждень	Тривалість занять год	Мінімальні вимоги на кінець навчального року
1955	–	–	–	–	–
1967	10–11	20	3	2	виконання II юнацького розряду
1972	8–9	16–20	2–3	2	–
1979	7–8	18	3	2	виконання розряду «Юний гімнаст»
1991	6–7	15	3–4	2	виконання перевідних нормативів з ЗФП
1999	5–6	16	4	2	виконання нормативів СФП, ЗФП

- гігієна гімнасток. Лікарський контроль та самоконтроль. Запобігання травм та здійснення першої допомоги (1 год);
- термінологія художньої гімнастики (1 год);
- основи техніки художньої гімнастики (2 год);
- правила змагань. Організація та проведення змагань (2 год);
- обладнання, інвентар та догляд за ним (1 год).

Навчальна програма, затверджена в 1979 р., передбачала на теоретичну частину лише 1 год й стосувалася гігієни, загартування, режиму та харчування спортсменки. Навчальна програма 1991 р. взагалі не передбачала теоретичну підготовку для гімнасток першого року навчання.

Практична частина також зазнала значних змін. Вона охоплює загальну (ЗФП) та спеціальну фізичну підготовку (СФП), технічну підготовку (вивчення та вдосконалення техніки гімнастичних вправ), контрольні та перевідні випробування, участь у змаганнях, що відображається кількістю годин, відведених на різні види підготовки, зазначені в навчальній програмі. Дещо відрізняється мета початкової підготовки. Так, у 1955 р. ЗФП була спрямована на виконання I ступеня комплексу ГПО та включала підготовку з таких видів спорту, як легка атлетика (18 год), плаванням (14 год), лижний спорт (14 год), спортивні ігри (12 год) (рис. 2).

Значних змін майже за 70 років зазнав зміст програмного матеріалу (табл. 2). Гімнастики першого року навчання за програмою 1955 р. мали оволодіти різними видами ходьби, бігу, стрибків та елементами народного танцю, вправами на пружність, «хвилями», махами та змахами, вправами на рівновагу, поворотами, вправами з предметами (м'ячем, набивним м'ячем, скакалкою, булавами), знати музичні ігри. Вони повинні були вміти виконувати ланцюжки вправ та танцювальні комбінації.

Отже, гімнастики в 1950-х роках мали опанувати 11 різних видів ходьби та бігу, тоді як сьогодні – лише п'ять. Це свідчить про зміни в загальній фізичній підготовці залежно від змін змагальної композиції. В сучасній програмі характерним

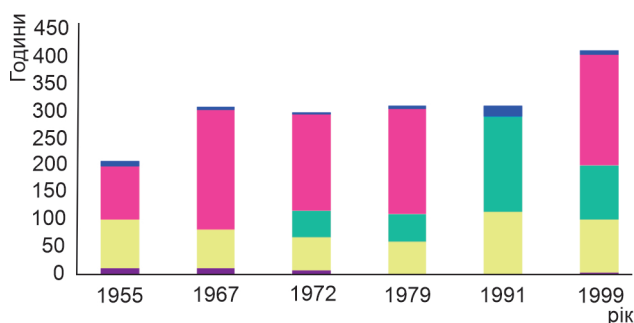


Рисунок 2 – Співвідношення різних видів роботи та сторін підготовки гімнасток першого року навчання у навчальних програмах для ДЮСШ та СДЮШОР

**Таблиця 2** – Зміст програмного матеріалу за розділом «Різновиди ходьби та бігу» у гімнасток першого року навчання у період 1955–1999 рр.

Програмний матеріал	Рік					
	1955	1967	1972	1979	1991	1999
<b>Ходьба</b>						
М'яка	+	+	+	+	+	+
Гостра	+					
Висока	+	+				
На півпальцях		+	+	+	+	+
Пружиниста		+			+	+
Подвійна (приставними кроками)	+		+	+	+	+
Схресними кроками						
Ковзними кроками		+	+	+		
Перекачними кроками						
Широка						
Галоп	+	+	+	+		
Полька	+	+	+	+		
Вальс	+					
<b>Біг</b>						
На півпальцях	+	+	+	+	+	+
Високий	+					
Пружинистий	+					
Біг плечем уперед	+					

**Таблиця 3** – Зміст програмного матеріалу за розділом «Нахили та хвилі» у гімнасток першого року навчання у 1955–1999 рр.

Програмний матеріал	Рік					
	1955	1967	1972	1979	1991	1999
<b>Нахили</b>						
Стоячи: вперед, назад		+	+	+	+	+
Вбік (на двох ногах)		+			+	+
На колінах: вперед, вбік, назад		+	+	+		
<b>«Хвилі»</b>						
Руками вертикальні та горизонтальні, одночасні та послідовні	+				+	+
«Хвилі» тулубом вперед-назад на колінах	+	+	+	+		
«Хвилі» тулубом вперед-назад біля опори та без неї	+	+				

є наявність тільки основних видів ходьби та бігу, які мають значення при створенні змагальних композицій.

Починаючи з 1967 р., до навчальної програми було введено навчання «хвиль» та нахилів. У процесі вдосконалення підготовки гімнасток протягом зазначеного періоду змінюються і їх різновиди (табл. 3).

У художній гімнастиці всі елементи складності тіла поділяють на стрибки, рівноваги, оберти. Це знайшло своє відображення й у програмах для ДЮСШ. Загальна кількість елементів складності тіла є відносно стабільною, на сьогодні їх налічується 13. Гімнастки першого року навчання мають опанувати найбільшу кількість стрибків (від трьох до шести), що можуть виконуватися з різними видами відштовхування (однією, двома ногами, махом) та двома преакробатичними елементами – перекидом вбік та перекидом назад. Кількість рівноваг та обертів – три–чотири (табл. 4).

Однією з невід’ємних частин художньої гімнастики як виду спорту є предметна підготовка. За навчальною програмою 1955 р. гімнастки мали володіти такими предметами: м’яч, коротка і довга скакалка та булави. Проте змагальними видами на той час були лише скакалка та м’яч. На сьогодні гімнастки змагаються з такими предметами: скакалка, обруч, м’яч, булави, стрічка (табл. 5).

Нині спостерігається значне скорочення програмного матеріалу вправ з м’ячем. Під час опанування вправ з м’ячем початківці повинні виконувати махи в усіх напрямках, великі та середні кола, низькі кидки двома руками, кати в різних напрямках по підлозі. На сучасному етапі розвитку художньої гімнастики дівчатка мають володіти чотирма з перерахованих рухових дій з предметом. За програмою 1955 р. мало бути одинад-

цять обов’язкових рухів з предметом. На нашу думку, це може бути пов’язано зі зменшенням віку гімнасток-початківців та призводити до того, що їм необхідно значно більше часу на опанування предмета, проте це дає можливість виробити більш стійку навичку володіння ним.

Щодо вправ зі скакалкою, також відбулися зміни. В 1960–1980 рр. її сприймали винятково як предмет, з яким можна робити різні види стрибків (обертаючи вперед, назад, з подвійними обертами, схресні). Нині гімнастки повинні вміти робити більш складні маніпуляції предметом. На першому році навчання вони лише знайомляться зі скакалкою та роблять погойдування та обертання.

Програми 1955, 1972, 1979 рр. передбачали ознайомлення та роботу з булавами. До рухів із цим предметом входили махи та кола. З 1991 р. в програмі не передбачено роботу гімнасток з цим предметом.

Жодна з програм не містить програмного матеріалу з опанування таких предметів, як обруч та

**Таблиця 4** – Зміст програмного матеріалу за розділом «Підскоки та стрибки, рівноваги, оберти» у гімнасток першого року навчання у 1955–1999 рр.

Програмний матеріал	Рік					
	1955	1967	1972	1979	1991	1999
<b>Підскоки та стрибки</b>						
Випроставшись	+	+	+	+	+	+
Випроставшись з поворотом на 45–360°		+				
З присіду					+	+
Прогнувшись, боковий із зігнутими ногами					+	+
Стрибки махом (вбік, назад)	+	+	+	+	+	+
Закритий та відкритий	+	+	+	+	+	+
Зі зміною ніг (спереду, ззаду)		+			+	+
Широкий	+	+				
<b>Вправи у рівновагах</b>						
Сійка на носках	+	+	+	+	+	+
Рівновага у півприсіді		+			+	+
Рівновага у стійці на правій, лівій	+		+	+		
Рівновага у півприсіді на правій, лівій	+	+				
Передня рівновага	+	+			+	+
<b>Обертання</b>						
Переступанням	+	+	+	+	+	+
Схресне	+	+	+	+	+	+
Одноійменне від 180 до 540°	+	+	+	+		
Різноїменне від 180 до 360°	+	+				
Перекид назад		+	+	+	+	+
Перекид боком		+	+	+	+	+
Довгий перекид		+	+	+		

**Таблиця 5** – Зміст програмного матеріалу за розділом «Предметна підготовка» у гімнастик першого року навчання у 1955–1999 рр.

Програмний матеріал	Рік					
	1955	1967	1972	1979	1991	1999
<b>Вправи з м'ячем</b>						
Махи (в усіх напрямках)	+	+	+	+	+	+
Кола (великі, середні)	+	+	+	+	+	+
Передача						
Навколо шиї та тулуба	+	+				
Над головою та під ногами	+					
Відбивання						
Одно- та багаторазові	+	+	+	+		
Зі зміною ритму	+		+	+		
Кидки та ловіння						
Низькі (до 1 м) двома руками	+	+	+	+	+	+
Середні (до 2 м) двома та однією рукою	+	+	+	+		
Високі (вище 3 м) двома та однією рукою, з ловінням спереду та ззаду тулуба, однією та двома руками	+	+	+	+		
Під руку	+	+	+	+		
Переكاتи						
По підлозі	+	+	+	+	+	+
По тілу						
<b>Вправи зі скакалкою</b>						
Качання, махи	+		+	+		
Двома руками	+				+	+
Однією рукою	+					
Стрибки через скакалку						
На місці	+	+	+	+		
З бігу	+	+	+	+		
З обертаннями	+	+				
<b>Вправи з булавами</b>						
Махи	+		+	+		
Кола	+		+	+		

## Література

1. Баранова МВ, Егоренко ЛА. Формирование устойчивого интереса к занятиям гребным спортом на этапе начальной подготовки средствами комплектования командных лодок. Научно-теоретический журнал «Ученые записки», №12(58); 2009: 6-10.
2. Белокопытова ЖА, Дячук АМ. Факторы, определяющие эффективность начальной подготовки в художественной гимнастике. Физическое воспитание студентов. 2010; 2: 24-7.
3. Евтух АВ, Квашук ПВ, Шустин БН. Научно-методические основы многолетней подготовки спортсменов. Вестник спортивной науки; 2008: 16-9.
4. Кириченко ВВ. Оптимизация здоровьесберегающего сопровождения учебно-тренировочного процесса в детско-юношеской спортивной школе. Вестник КемГУ. 2013; 3(55). Т.1: 75-9.
5. Мамедова ЭХ. Специальная двигательная подготовка спортсменов в художественной гимнастике [автореферат]. Москва: ГЦОЛИФК; 1989. 22 с.
6. Платонов ВН. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и её практические приложения: учеб. для студентов вузов физ. воспитания и спорта. Киев: Олимпийская литература, 2004: 447-8.
7. Платонов ВН, редактор. Теория спорта. Киев: Вища школа; 1987. 424 с.
8. Шинкарук ОА, Сиваш ИС. Художественная гимнастика: отбор и ориентация подготовки спортсменок в групповых упражнениях. Київ: Олімпійська література; 2016. 120 с.

стрічка. Проте практична діяльність свідчить, що більшість тренерів включають роботу з обручем до програми навчання гімнасток першого року навчання (табл. 5).

На всіх етапах розвитку художньої гімнастики навчальні програми містять музично-рухову підготовку, що включає відтворення характеру музики через рух, розпізнавання основних музично-рухових засобів, музичні ігри, музично-рухові завдання, танці. Це пов'язано з тим, що в цьому виді спорту всі вправи виконуються з музичним супроводом. Оскільки одним з компонентів оцінки є артистизм та відтворення музичного образу за допомогою рухів, музично-рухова підготовка є логічною.

**Висновки.** Аналіз програм з художньої гімнастики за 1955–1999 рр. свідчить, що протягом усього періоду спостерігається тенденція до зменшення віку початку занять та мінімального віку зарахування до секції художньої гімнастики – з 10–11 років у 1955 р. до 5–6 років у 1999 р.; зростає на 43 % кількість годин, які відводяться на опанування програмного матеріалу гімнастками – з 210 год (1955 р) до 416 год – 1991, 1999 рр. значних змін зазнав програмний матеріал першого року навчання. До нього входять засвоєння різних видів ходьби та бігу, різноманітні нахили та «хвилі», стрибки, рівноваги, оберти, предметна підготовка.

Дійсна програма з художньої гімнастики, яка була затверджена ще у 1999 р., є застарілою та не враховує тенденції сучасного розвитку цього виду спорту.

**Перспективи подальших досліджень** передбачають розробку програми початкової підготовки в художній гімнастиці з урахуванням тенденцій розвитку виду спорту.

**Конфлікт інтересів.** Автор заявляє, що відсутній будь-який конфлікт інтересів.

9. Шинкарук О. Концепция формирования системы подготовки, отбора спортсменов и их ориентации в процессе многолетнего совершенствования. В: Ермаков СС, редактор. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: зб. наук. пр. N 12. Харків; 2012. с. 144–148.

10. Шинкарук О, Колчин М. Проблема ранньої спеціалізації в художній гімнастиці на сучасному етапі розвитку спорту. Актуальні проблеми фізичного виховання та методики спортивного тренування. 2017; 4: 72–78.

11. <http://www.gymnastics.sport/site/rules/rules.php>

12. Художественная гимнастика: программа для спортивных секций коллективов физической культуры. Москва: Физкультура и спорт. 1955. 95 с.

13. Художественная гимнастика: учеб. программа для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ. Киев; 1991. 88 с.

14. Художественная гимнастика. Программа для ДЮСШ (компл. и специализ.). Москва: Метод. кабинет ГЦОЛИФКа; 1972. 91 с.

15. Художественная гимнастика. Программа для спортивных школ. Москва; 1979. 110 с.

16. Художественная гимнастика. Программа для спортивных школ. Москва; 1967. 92 с.

17. Художня гімнастика: навч. програма для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ. Київ; 1999. 115 с.

## Literature

1. Baranova MV, Egorenko LA. Formation of stable interest in rowing sport engagement at the stage of initial preparation. Nauchno-teoreticheskii zhurnal «Uchenye zapiski», N12(58); 2009: 6-10.

2. Belokopytova ZA, Dyachuk AM. Factors determining efficiency of initial preparation in rhythmic gymnastics. Fizicheskoye vospitaniye studentov. 2010; 2: 24-7.

3. Yevtukh AV, Kvashuk PV, Shustin BN. Scientific and methodical bases of athlete long-term preparation. Vestnik sportivnoy nauki; 2008: 16-9.

4. Kirichenko VV. Optimization of health maintaining support of educational and training process in children and youth sports school. Vestnik KemGU. 2013; 3(55). Vol.1: 75-9.

5. Mamedova EH. Special motor preparation of gymnasts in rhythmic gymnastics [author's abstract]. Moscow: SCOLIPC; 1989. 22 p.

6. Platonov VN. System of athletes' preparation in the Olympic sport. General theory and its practical applications: textbook for students. Kiev: Olimpiyskaya literatura, 2004: 447-8.

7. Platonov VN, editor. Sports theory. Kiev: Vyshcha shkola; 1987. 424 p.

8. Shinkaruk OA, Sivash IS. Rhythmic gymnastics: selection and orientation of female athlete training in group exercises. Kyiv: Olimpiyska literatura; 2016. 120 p.

9. Shinkaruk O. Concept of forming the system of preparation, selection of athletes and their orientation in the process of long-term improvement. In: Iermakov SS, editor. Pedagogika, psykholohiia ta medyko-biologichniy problem fizychnoho vykhovannia i sportu. N 12. Kharkiv; 2012. p. 144–148.

10. Shynkaruk O, Kolchyn M. Issues of early specialization in rhythmic gymnastics at the current stage of sports event development. Aktualni problem fizychnoho vykhovannia ta metodyky sportyvnoho trenuvannia. 2017; 4: 72–78.

11. <http://www.gymnastics.sport/site/rules/rules.php> Rhythmic gymnastics: program for sports sections of physical culture collectives. Moscow: Fizkultura i sport. 1955. 95 p.

12. Rhythmic gymnastics: Program for CYSS, SCYSOR, SHSM. Kiev; 1991. 88 p.

13. Rhythmic gymnastics. Program for CYSS. Moscow: Metod. kabinet SCOLIPC; 1972. 91 p.

14. Rhythmic gymnastics: Program for sports schools. Moscow; 1979. 110 p.

15. Rhythmic gymnastics: Program for sports schools. Moscow; 1967. 92 p.

16. Rhythmic gymnastics: Program for CYSS, SCYSOR, SHSM. Kyiv; 1999. 115 p.

Надійшла 30.10.2019

### Інформація про автора

Колчин Марія Сергіївна,  
<https://orcid.org/0000-0001-6287-6428>,  
[mariakolchin.rg@gmail.com](mailto:mariakolchin.rg@gmail.com)

Національний університет  
фізичного виховання і спорту України,  
03150, Київ, вул. Фізкультури 1

### Information about the author

Kolchyn Mariia,  
<https://orcid.org/0000-0001-6287-6428>,  
[mariakolchin.rg@gmail.com](mailto:mariakolchin.rg@gmail.com)

National University of Ukraine  
on Physical Education and Sports,  
03150, Kyiv, Fizkul'tury str., 1