

А.В. Юрошкевич, Е.В. Юрошкевич, К.П. Новикова

УО «Гомельский государственный университет имени Франциска Скорины»

**РАЗВИТИЕ АЭРОБНОЙ ГИМНАСТИКИ НА ФАКУЛЬТЕТЕ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ В ГОМЕЛЬСКОМ ГОСУДАРСТВЕННОМ УНИВЕРСИТЕТЕ
ИМЕНИ Ф. СКОРИНЫ**

Спортивная аэробика (аэробная гимнастика) – это молодой вид спорта, для которого характерно выполнение с музыкой непрерывного комплекса движений высокой интенсивности. С 1994 года спортивная аэробика признана Международной

РЕПОЗИТОРИЙ ГГУ ИМЕНИ Ф. СКОРИНЫ

ассоциацией спортивных федераций как вид спорта в составе Международной федерации гимнастики.

Программа выступления длится 1 минуту 30 секунд («+» «-» пять секунд) и должна демонстрировать гибкость, силу, использование движений базовой аэробики в сочетании с двенадцатью элементами трудности представленных из четырёх групп:

- статическая сила;
- динамическая сила;
- прыжки;
- гибкость с вариантами.

Соревнования проводятся в номинациях: соло мужское и женское, смешанная пара, группа, тройки.

На факультете физической культуры Гомельского государственного университета имени Ф.Скорины (ГГУ) спортивная аэробика начала развиваться сравнительно недавно. В 2006 году команда студентов ГГУ дебютировала на Республиканской универсиаде в городе Горки Могилёвской области. В состав команды вошли студенты факультета физической культуры занимавшиеся в группах повышения спортивного мастерства по гимнастике (7 человек)- Павлов Ю., Глушак А., Сидоренко С., Ленкова В., Кацубо Е., Фабричкина И., лёгкой атлетике – Сидрелёва И. и две студентки психологического и математического факультетов – Сидоренко Л. и Кустачёва А. Этот состав смог завоевать второе место в подгруппе ВУЗов имеющих факультеты физической культуры, уступив лишь студентам БГУФК и шестое место в общекомандном зачёте. Тренировали студентов старший преподаватель кафедры физического воспитания и спорта Бородин Г.П., старший преподаватель кафедры спортивных дисциплин Курако А.А. и преподаватель этой же кафедры Юрошкевич А.В.

В 2007 и 2008 годах команда завоёвывала пятое и шестое места. В 2009 году впервые студенты факультета в личном зачёте на Чемпионате Республики Беларусь смогли подняться на третью ступеньку пьедестала – это была пара Быковский В. и Калмыкова И., и мужское соло Быковский В. Тренеры Юрошкевич А.В. и Юрошкевич Е.В.

С 2010 по 2013 годы студенты факультета физической культуры ГГУ призовых мест на соревнованиях республиканского масштаба не занимали, однако регулярно находились в восьмёрке лучших команд страны.

Последнее достижение в 2015 году на Чемпионате Республики Беларусь в г.Гомеле смешанная пара Лукьянцев Е. и Васильева Е. (факультет физической культуры) завоевали бронзовые медали.

В настоящее время подготовкой команды занимаются преподаватель кафедры спортивных дисциплин Юрошкевич А.В. и преподаватель кафедры физического воспитания и спорта Юрошкевич Е.В.

Данные материалы могут быть использованы студентами при подготовке к экзамену по дисциплинам «История физической культуры» и «Гимнастика и методика преподавания», и учителями в средних школах при проведении уроков по дисциплине «Физическая культура и здоровье», а также тематических бесед.