

В.В. Ерина, 4 курс, **Д.Н. Пригодич**, аспирант
Научный руководитель – **В.Ю. Давыдов**, д.б.н., профессор
Полесский государственный университет

Введение. Практика физического воспитания в России и за рубежом свидетельствует о том, что большое количество детей различного возраста не умеют плавать [2, с.26; 3, с.34-36]. В настоящее время, как в теории, так и практике преобладают установки на обучение детей плаванию в условиях плавательного бассейна. Работы большинства авторов посвящены именно этому направлению [4, с.40-42; 6, с.18-20; 7, с.127].

В них ведется достаточно активная работа по обучению детей плаванию, накоплен определенный опыт [1, с.8]. Не менее важным фактором, определяющим эффективность начального обучения плаванию, являются возрастно-половые особенности обучаемых, а также индивидуально-типологические показатели, которые, на наш взгляд, необходимо учитывать, не только при работе с высококвалифицированными спортсменами, но и с новичками [5, с.41-42].

Цель исследования. Выявление мнения тренеров об оптимизации содержания начального обучения плаванию детей различного возраста.

Методы исследования: теоретический анализ и обобщение литературных источников, обобщение передового практического опыта, анкетирование.

Результаты исследования и их обсуждение. Анкетирование тренеров по плаванию свидетельствует о том, что большинство специалистов, работающих по начальному обучению плаванию, считают наиболее оптимальным для начального обучения плавания мальчиков возраст 6-7 лет (55,6-70,6%), девочек – возраст 4-5 лет (64,7-71,4%). Другие специалисты отмечают, что детей целесообразно обучать плавать в другие возрастные периоды 4-9 лет, но их меньшинство. Результаты нашего анкетирования свидетельствуют о том, что девочек целесообразно обучать на 1-2 года раньше (таблица).

По нашим данным, подавляющее большинство (88,2-95,2 %) специалистов считают, что лучше отбирать в учебные группы детей, не умеющих плавать. Тренеры предпочитают самостоятельно обучать детей плавать, так как только такой подход, по их мнению, дает возможность целенаправленно комплектовать учебно-тренировочные группы по плаванию.

Результаты анкетирования свидетельствуют о том, что многие (70,6-83,4 %) тренеры отдают предпочтение просмотру внешних данных в процессе начального обучения плаванию. Другие спортивные педагоги отдают предпочтение испытаниям на ловкость, гибкость и выносливость (11,1-23,5 %), комплексу нормативных испытаний (4,7-5,9 %).

Таблица – Характеристика ответов тренеров об оптимизации содержания начального обучения плаванию детей различного возраста

№ п/п	Вопросы	Педагогический стаж, лет							
		До 10 (n=17)	11-20 (n=21)	21 и более (n=18)					
1	2	3	4	5					
1.	Какой возраст для детей Вы считаете оптимальным для начального обучения плаванию: мальчики - 4-5 лет; - 6-7 лет; - 8-9 лет; - 10-12 лет девочки - 4-5 лет; - 6-7 лет; - 8-9 лет; - 10-12 лет	4	23,5	5	23,8	7	38,9		
		12	70,6	12	57,1	10	55,6		
		1	5,9	4	19,1	1	5,5		
		-	-	-	-	-	-		
		11	64,7	15	71,4	12	66,7		
		5	29,4	5	23,8	5	27,8		
		1	5,9	1	4,8	1	5,5		
		-	-	-	-	-	-		
		2.	Какой контингент Вы считаете лучше отбирать в учебные группы: - умеющих плавать; - не умеющих плавать	2	11,8	1	4,8	2	11,1
				15	88,2	20	95,2	16	89,9
3.	Каким испытаниям Вы отдаете большее предпочтение: - просмотр внешних данных; - испытания на ловкость, гибкость, выносливость; - комплекс нормативных испытаний	12	70,6	17	81,0	15	83,4		
		4	23,5	3	14,3	2	11,1		
		1	5,9	1	4,7	1	5,5		
4.	На какие антропометрические параметры следует обратить внимание в процессе начального обучения: - конституциональные особенности; - длина тела; - масса тела; - длина сегментов конечностей (рук, ног); - плавучесть; - прочее; - не обращаю внимание	7	41,2	10	47,6	9	50,0		
		3	17,6	2	9,5	-	-		
		-	-	-	-	-	-		
		2	11,8	4	19,0	5	27,8		
		5	29,4	5	23,9	4	22,2		
		-	-	-	-	-	-		
		-	-	-	-	-	-		
5.	Назовите наиболее важные физические способности в процессе начального обучения плаванию (не более трех): - силовые; - скоростные; - гибкость; - общая выносливость; - координационные; - специальная выносливость; - комплексное развитие	5	29,4	7	33,3	6	33,3		
		3	17,6	5	23,8	5	27,8		
		4	23,5	6	28,6	5	27,8		
		6	35,3	5	23,8	7	38,9		
		15	52,9	10	47,6	8	44,4		
		9	52,9	11	52,4	7	38,9		
		15	88,1	19	90,5	16	88,9		
6.	Влияют ли на продолжительность начального обучения плаванию конституциональные особенности: - да; - нет; - не замечал	12	70,6	15	71,4	16	88,2		
		3	17,6	3	14,3	4	5,9		
		2	11,8	3	14,3	1	5,6		
		1	2	3	1	1	1		

7.	Дети, с какими конституциональными типами, быстрее начинают самостоятельно плавать: - торакальный; - мышечный; - астеноидный; - дигестивный						
		4	23,5	3	14,3	2	11,1
		7	41,2	10	47,6	7	38,9
		-		-		-	
		6	35,3	8	38,1	9	50,0

Примечание – В первой колонке представлены абсолютные показатели, во второй - относительные.

Около половины (41,2-50,0%) специалистов считают, что следует обращать внимание на конституциональные особенности детей в процессе начального обучения плаванию. Предпочтение отдается детям пропорционально сложенным, имеющим сравнительно высокую длину тела, небольшую массу тела, легкий костяк, большие размеры кисти и стопы.

Четверть (22,2-29,4%) специалистов обращают внимание на плавучесть, а отдельные (11,8-19,0%) тренеры считают наиболее важными длину сегментов конечностей (длину рук и ног) для начального обучения плаванию.

Комплексное развитие физических способностей, по мнению большинства (88,1-90,5 %) специалистов, является наиболее важным в процессе начального обучения плаванию. Вместе с тем, тренеры выделяют наиболее значимыми, в этом процессе координационные способности (44,4-52,9 %) и специальную выносливость (38,9-52,9 %). По мнению опрошенных специалистов, силовые (29,4-33,3 %) и скоростные (17,6-27,8 %) способности, уровень развития гибкости (23,5-28,6%) также оказывают влияние на перспективность начального обучения плавания.

По результатам анкетирования большинство (70,6-88,2%) респондентов отмечали влияние конституциональных особенностей на продолжительность начального обучения плаванию. Вместе с тем, отдельные (5,6-14,3 %) тренеры не замечают данную закономерность, а некоторые (5,3-14,3 %) считали, что конституциональные особенности не оказывали влияние на начальное обучение плаванию.

Около половины (41,2-47,6%) тренеров со стажем работы до 20 лет считают, что мышечный тип конституции является предпочтительным для начального обучения плаванию, а спортивные педагоги со стажем работы 21 лет и более таким типов конституции считали, дигестивный: двукратный Олимпийский чемпион в плавании дельфином Денис Панкратов обладал в детском возрасте в процессе начального обучения плаванию дигестивным типом конституции.

Заключение. Результаты нашего исследования свидетельствуют о высокой значимости морфологических показателей детей в процессе начального обучения плаванию, которое по мере увеличения стажа педагогической работы существенно повышается.

Список использованных источников

1. Булгакова Н.Ж. Обучение плаванию детей младшего школьного возраста (7-10 лет): Автореф. дис ... канд. пед. наук. – М., 1954. – 24 с.
2. Васильев В.С. Процесс становления навыка плавания у детей 5-7 лет и обоснование методики обучения: Автореф. дис ... канд. пед. наук. – М., 1963. – 20 с.
3. Геркан Л.В. Начальное обучение плаванию на глубокой воде. (по опыту ГДР) // Плавание. – 1971. - Вып.2. – С. 34-36.
4. Давыдов В.Ю., Манкевич А.В. Особенности методики начального обучения плаванию в условия глубокого открытого бассейна. // Физическая культура: воспитание, обучение, тренировка. – М.: ФОН, 1996. – №3. – С. 40-42.
5. Дмитриев Р.А. Предупреждение появления чувства страха у новичков в процессе обучения плаванию // Плавание. – М.: Физкультура и спорт, 1999. – С. 41-42.
6. Кистяковский И.Ю. Рекомендации по обучению детей плаванию // Плавание. – 1976. – Вып.1. – С.18-20.
7. Никитский Б.Н. Плавание: Учебник для факультетов физического воспитания педагогических институтов по специализации «Физ. воспитание» – М.: Просвещение, 1981. – 304 с.