

методы физической подготовки, чтобы привлечь к активной деятельности все слои населения.

Литература.

1. Власова, Ж. Н. Роль физической культуры в формировании здорового образа жизни / Ж. Н. Власова // Гуманитарный вектор. Серия : Педагогика, психология. 2014. № 1. с. 58-62.
2. Давиденко, Д. Н. Здоровье и образ жизни студентов /Д. Н. Давиденко, Ю. Н. Щедрин, В.А. Щеголев // Учебное пособие. – Санкт-Петербург : СПбГУ ИТМО, 2005. – 124 с.
3. Коледа, В. А. Основы физической культуры : учеб. пособие / В. А. Коледа, В. Н. Дворак. – Минск : БГУ, 2016. – 191 с.

УДК 378.16

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПОДДЕРЖИВАЮЩИХ СРЕДСТВ В ОБУЧЕНИИ ПЛАВАНИЮ ДЕТЕЙ 6-7 ЛЕТ

Жавкин Э.Б.

ФГБОУ ВО «Шадринский государственный педагогический университет»,
г. Шадринск Российская Федерация

*В данной статье рассматриваются особенности использования поддерживающих средств в обучении плаванию детей 6-7 лет. **Ключевые слова:** плавание, методика обучения плаванию, поддерживающие средства в плавание.*

USE OF SUPPORTING MEANS IN TEACHING SWIMMING TO CHILDREN 6-7 YEARS OLD

Zhavkin E.B.

Shadrinsk State Pedagogical University, Shadrinsk, Russian Federation

*This article discusses the features of using support equipment in teaching swimming to children aged 6-7. **Keywords:** swimming, swimming training methods, support equipment in swimming.*

Введение. Актуальность выбранной темы обусловлена тем, что период дошкольного возраста – это момент, когда у малышей формируются физические характеристики, двигательные способности и навыки, необходимые для их гармоничного физического и психического развития. В этот период закладываются базовые принципы здоровья, долголетия и общей физической подготовки [1].

Материалы и методы исследований. Современная жизнь предоставляет множество вариантов и возможностей для физического

развития и укрепления здоровья ребенка. В последние годы популярность посещения бассейна значительно возросла. Плавание хоть и не является самым популярным видом спорта, однако в последнее время становится все более актуальным. Занятия плаванием укрепляют все мышцы, заставляют внутренние органы работать нормально. Преимущество этого вида спорта еще и в том, что им можно заниматься в любое время года [3].

Умение плавать (не купаться!) иногда помогает как детям, так и взрослым не только сохранить здоровье, но и спасти жизнь. Это своего рода гарантия безопасности на воде. К сожалению, бывает так, что родители, приводя своего ребенка на несколько уроков в бассейне и замечая, что он способен держаться на поверхности, ошибочно считают, что занятия можно прекратить. Не освоив правильные техники плавания, ребенок старается найти опору на воде и оставаться на её поверхности. Его попытки ускорить движение приводят к быстрой усталости, из-за чего он начинает задыхаться и может захлебнуться. Это, в свою очередь, вызывает страх и приводит к остановке. Чтобы уберечь детей от несчастных случаев на воде, необходимо учить их плавать именно спортивным стилям, а не просто играть или барахтаться.

Поэтому начинать занятия плаванием лучше всего в самом юном возрасте, так как детям легче преодолевать сопротивление воды, а их суставы очень подвижны [2]. Природа наделила малышей всеми необходимыми качествами для того, чтобы освоить искусство плавания. Однако для того чтобы добиться успеха и стать настоящим спортсменом, требуется значительное количество усилий и упорных тренировок.

По данным Минпросвещения РФ 30% детей не умеют плавать, что во многом обуславливает рост показателей несчастных случаев на водоемах. Так, например, с начала 2024 года в России произошло более 3,7 тысячи несчастных случаев на воде, в которых погибли 3,1 тысячи человек, в том числе 368 детей. За время купального сезона, который официально начался с 1 июня, на водоемах погибли 2489 человек, из них 322 ребенка. Рассказал директор департамента информационной политики МЧС России «Известиям» [4].

В связи с этим, массовому обучению плаванию в нашей стране уделяется большое внимание. Всеобщее обучение детей плаванию, а также создание условий и соответствующей инфраструктуры для этого в детских садах, школах и местах детского отдыха – таковы основные задачи программы «Плавание для всех», реализация которой будет идти до 2030 года. Распоряжение о её утверждении подписал Председатель Правительства Михаил Мишустин.

До сих пор в России реализовывались аналогичные ведомственные и региональные программы. Теперь такая работа будет охватывать всю страну.

В школах, где есть бассейны, программа предполагает внедрение учебного модуля «Плавание» уже со второго класса. Таким образом, к 2030 году в таких школах доля учеников, умеющих плавать, должна

составлять до 80%.

В целом программа предполагает, что в ближайшие 6 лет обучение плаванию пройдут 12,5 миллиона детей, в том числе 124 тысячи ребят с ограниченными возможностями и дети-инвалиды.

Подписанным распоряжением различные также утверждён план реализации программы. Согласно ему, в I квартале 2024 года в 14 пилотных регионах начнётся реализация программы всеобщего обучения детей плаванию. В этих регионах будет сформирован социальный заказ плавания на организацию занятий в бассейнах. Кроме того, план предусматривает актуализацию действующих региональных программ обучения плаванию, а также повышение квалификации тренеров, работающих с детьми.

Разработать и утвердить программу, цель которой – научить плавать как можно больше детей, Правительству поручил Президент.

Как правило, при составлении рабочей программы, учитываются различные возрастные особенности или уровень подготовки людей, для которых она составляется. Данной проблемой занимались многие преподаватели-новаторы, энтузиасты и сами разрабатывали программы. В каждой из такой программ выбирался тип людей, для которых она была наиболее эффективной, основные признаки – возраст или уровень подготовленности [3]. Делалась выборка необходимых упражнений их дозировка, порядок выполнения для наиболее желаемого результата, порядок

Это особенно актуально для детей младшего школьного возраста, поскольку в данном периоде происходит наиболее интенсивное формирование двигательных умений и навыков.

Анализ научно-методической литературы показал, что вопрос графиках об использовании поддерживающих средств при обучении плаванию является малоизученным, отсутствуют научно-обоснованные рекомендации об их использовании в занятиях с детьми дошкольного возраста.

Основное противоречие заключается в том, что в существующей практике начального обучения плаванию существует расхождение между необходимостью использования поддерживающих устройств и неэффективностью обучения на основе строго регламентированных методов обучения, которые не воспринимаются детьми с учетом их физиологических особенностей.

Проблема исследования заключается в совершенствовании методологии начального обучения и экспериментальной проверки влияния поддерживающих устройств в обучении плаванию время на формирование необходимого уровня технической подготовки.

Исходя из актуальности и противоречия, мы выбрали тему исследования «Использование поддерживающих средств в обучении плаванию детей 6-7 лет».

Результаты исследований. В результате исследования, которое мы

провели, можно сделать вывод, что использование вспомогательного оборудования играет большую роль в обучении детей 6-7 лет плаванию. Анализ литературных данных и результатов педагогического эксперимента позволяет сделать следующие выводы:

При анализе научно-методической литературы выявлено, что до настоящего времени имеется недостаточно научно-обоснованных сведений об использовании поддерживающих средств на этапе начального обучения плаванию детей 6-7 лет. Отмечены противоречивые мнения специалистов относительно эффективности процесса обучения детей с применением поддерживающих средств.

Разработана методика начального обучения дошкольников плаванию, регламентирующая использование поддерживающих средств в условиях глубокого бассейна.

В ходе педагогического эксперимента установлено, что применение поддерживающих средств у детей 6-7 лет, по сравнению с контрольной группой, позволяет ускорить процесс освоения таких упражнений как:

«Звезда на груди», «Стрела» без доски (в поясах на 3 занятия, в ластах и нудлом - на 2);

«Звезда на спине» (в поясах на 6 занятий, с нудлом и ластами - на 2);

«Стрела» с доской, «Торпеда» на груди без доски (в поясах на 2 занятия, в ластах - на 3);

«Поплавок» (и в поясах, и с нудлами на 3 занятия);

Плавание кролем на груди с дыханием с доской (в поясах на 6 занятий, с ластами - на 4).

Применение поддерживающих средств на освоение упражнения как «выдох в воду» не повлияло.

Применение поддерживающих средств на освоение таких упражнений как «выдох в воду» и «доставание до дна» не повлияло.

Доказана эффективность предложенной методики, направленной на процесс начального обучения плаванию детей 6-7 лет. Было выявлено достоверное увеличение показателей всех упражнений между группами в конце эксперимента, с преобладанием в экспериментальной группе.

Предположение гипотезы экспериментально подтвердило факт положительного влияния применяемого нами оборудования, которое позволило ускорить процесс начального обучения плаванию детей 6-7 лет.

Заключение. В результате исследования, которое мы провели, можно сделать вывод, что использование вспомогательного оборудования играет большую роль в обучении детей 6-7 лет плаванию.

Литература.

1. Баранова, В. Плавание, как важнейшее средство оздоровления / В. Баранова, Л. Медведева // Дошкольное воспитание. – 2008. № 6. С. 44-50.

2. Большакова, И. А. Маленький дельфин : нетрадиционная методика обучения плаванию детей школьного возраста : пособие для инстр-в по плаванию, пед-в дошкольных учр-ний / И. А. Большакова. – Москва : АРКТИ, 2005. - 24с.

3. Васильев, В. С. Обучение детей плаванию / В. С. Васильев. - Москва : Физкультура и спорт, 1989. -96 с.

4. Всероссийское общество спасания на водах (ОСВОД РСФСР) Программы начального обучения плаванию / ОСВОД РСФСР – Москва : Учебно-методический центр РСФСР, 1979 – 8с, 71с.

УДК 378.16

ОСНОВЫ МЕТОДИКИ ОБУЧЕНИЯ ДЕТЕЙ В ШКОЛЬНОЙ СЕКЦИИ ПО МИНИ-ФУТБОЛУ

Жавкин Э.Б.

ФГБОУ ВО «Шадринский государственный педагогический университет»,
г. Шадринск, Российская Федерация

*В данной статье рассматриваются особенности организации методики обучения детей в школьной секции по мини-футболу. **Ключевые слова:** мини-футбол, физическая подготовка, школьная секция, физическое развитие.*

BASIC METHODS OF TEACHING CHILDREN IN SCHOOL MINI- FOOTBALL SECTION

Zhavkin E.B.

Shadrinsk State Pedagogical University, Shadrinsk, Russian Federation

*This article discusses the features of organizing a methodology for teaching children in a school mini-football section. **Keywords:** mini-football, physical training, school section, physical development.*

Введение. Актуальность выбранной темы обусловлена тем, что современному школьнику, проводящему основную часть дня на уроках в школе и за подготовкой домашних заданий, приходится выдерживать большие умственные нагрузки. Такая ситуация, о которой уже не один день бьют тревогу педагоги, врачи и ученые, опасна, прежде всего создающимся дефицитом двигательной активности.

Естественно, что в условиях повышенной учебной нагрузки и дефицита двигательной активности учащихся важнейшую роль играет эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы в школе, в том числе во внеурочное время. Ведь именно систематические занятия физическими упражнениями способствуют физическому и физиологическому развитию растущего организма школьников, формируют у них разнообразные двигательные умения и навыки, способствующие повышению двигательной активности школьников,