хороших футболистов.

Специалисты по предмету «Теория и методика физической культуры», могут резонно заметить, что этот раздел подготовки должен именоваться, как «тактико-технический». Но суть не в названии, а в другом подходе – системе одновременного обучения технике и тактике, с включением всех функций организма. Нам постоянно говорят, что тактика, тактическое мастерство футболиста – важнейший компонент подготовки, но как работать над этими качествами – мало кто знает. Зачастую, чтобы скрыть этот пробел, мы часто пользуемся «народными терминами»: зрячая игра, «хорошее игровое мышление», «отменная интуиция» и т.д. Эти элементы тактического мастерства присущи, только от рождения талантливым игрокам, а таких появляется единицы. Значит, надо воспитывать!

Чтобы поднять уровень российского футбола, необходимо пересмотреть и другие сложившиеся стереотипы, в подготовке игроков. В первую очередь, обратить внимание на повышение уровня игрового мышления, который формируется в спортивной школе. Молодого игрока, пришедшего в профессиональную команду, ждет не только жесткая конкуренция за место в основном составе. Недостатки в тактическом мышлении могут не пустить его вперед. За последние 2-3 года, лишь один А. Головин сумел в возрасте до 20 лет закрепиться в основном составе клуба Премьер-лиги. Другие молодые футболисты, часто проигрывают конкуренцию легионерам.

Методическая перестройка нашего детско-юношеского футбола должна быть многогранной, в том числе направленной на увеличение объема работы по совершенствованию игрового мышления игроков.

Если мы изменим приоритеты в подготовке молодых игроков, выработаем новые подходы к ним, то, через несколько лет, забудем о 56 месте в мировой классификации, наш футбол станет ярче и сильнее.

Контактная информация: markfut@bk.ru

Статья поступила в редакцию 10.01.2018

УДК 796.011.3:797.2

ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК РЕЗЕРВ ФОРМИРОВАНИЯ ПЛАВАТЕЛЬНЫХ УМЕНИЙ У БАКАЛАВРОВ-ПЕДАГОГОВ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ВУЗА

***Ольга Юрьевна Савельева**, кандидат педагогических наук, доцент, Московский городской педагогический университет г. Москва; **Владимир Юрьевич Карпов**, доктор педагогических наук, профессор, Российский государственный социальный университет, г. Москва; **Татьяна Михайловна Воеводина**, кандидат педагогических наук, доцент, Самарский государственный социально-педагогический университет, г. Самара; **Виктор Иванович Шарагин**, кандидат военных наук, доцент, **Марат Ринатович Шакиров**, преподаватель, Московский государственный психолого-педагогический университет, г. Москва*

Аннотация

Отмена в 2008 году вступительного экзамена по плаванию на факультеты физической культуры, в физкультурные вузы страны привела к тому, что получать высшее физкультурное образование приходят люди, не умеющие плавать или слабо владеющие этим навыком. Смещение акцента на формирование плавательных умений в ходе изучения дисциплины «Теория и методика плавания» значительно снижает её значимость в профессиональной подготовке будущего педагога. На наш взгляд, перенос дисциплины «Теория и методика плавания» на старшие курсы и проведение обучения плаванию на первом курсе в рамках дисциплины «Прикладная физическая культура» будут содействовать рациональному распределению учебного времени с точки зрения профессионально-педагогической подготовки выпускников.

Ключевые слова: студенты, бакалавр, физическая культура, плавание, технологии.

APPLIED PHYSICAL CULTURE AS SWIMMING ABILITIES FORMATION RESERVE FOR BACHELORS-TEACHERS OF SPORTS HIGHER EDUCATION INSTITUTION

***Olga Yurievna Savelieva**, the candidate of pedagogical science, senior lecturer, Moscow State Pedagogical University, Moscow; **Vladimir Yurievich Karpov**, the doctor of pedagogical sciences, professor, Russian State Social University, Moscow; **Tatyana Mikhailovna Voevodina**, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Samara State University of Social Science and Education, Samara; **Viktor Ivanovich Sharagin**, the candidate of military science, senior lecturer, **Marat Rinatovich Shakirov**, the lecturer, Moscow State University of Psychology and Education, Moscow*

Annotation

Cancellation of entrance swimming exams in the faculties at sport higher education institutions of the country in 2008 led to the situation that people, not able to swim or poorly mastering this skill, come to get the higher sports education. Shift of emphasis on formation of the swimming abilities during discipline studying "The theory and swimming technique" considerably reduces its importance in vocational training of future teacher. In our opinion, the discipline transfer "The theory and a swimming technique" onto the senior educational years and carrying out training in swimming at the first year within discipline "Applied physical culture" will promote rational distribution of the academic hours from the point of view of professional and pedagogical graduates training.

Keywords: students, bachelor, physical culture, swimming, technologies.

Более 70 лет назад, в 1946 году для подготовки высококвалифицированных учителей физической культуры средней школы в Московском областном педагогическом институте им. Н.К. Крупской, ныне Московский государственный областной университет, был открыт первый в нашей стране факультет физического воспитания, в четырехлетний учебный план которого была включена спортивно-педагогическая дисциплина «Плавание» [4]. На первом вступительном экзамене оценивалась плавательная подготовленность абитуриентов, которым необходимо было уложиться во временной норматив на дистанции 100 м; не выполнившие требования не допускались к последующим экзаменационным испытаниям. В 90-е годы прошлого века были увеличены сроки подготовки учителей физической культуры с 4 до 5 лет, а к концу первого и началу второго десятилетия нынешнего века вся высшая школа постепенно перешла на двухуровневую подготовку выпускников – бакалавров и магистров. В 2008 году был отменен вступительный экзамен по плаванию. Однако, спустя несколько лет, некоторые вузы восстановили указанный экзамен, но в Педагогическом институте физической культуры и спорта (ПИФКиС) Московского городского педагогического университета, факультете физической культуры (ФФК) Российского государственного социального университета он до сих пор отсутствует [1, 2, 4, 7]. Последствием данного факта является то, что получать высшее физкультурное образование в ПИФКиС и ФФК приходят люди, не умеющие плавать или слабо владеющие этим навыком. Из-за низкой плавательной подготовленности первокурсников значительная часть учебного времени растрачивается на ликвидацию их плавательной неграмотности в ущерб формированию профессионально-педагогических компетенций [1, 2, 7].

На сегодняшний день самостоятельность вузов, предоставленная Федеральным государственным образовательным стандартом высшего профессионального образования, позволила разрабатывать им внутривузовские учебные планы, варьировать содержание рабочих программ учебных дисциплин. Согласно учебным планам, которые начали реализовываться в ПИФКиС в 2016 году, изучение дисциплины «Теория и методика плавания» по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль подготовки «Физическая культура» было перенесено с первого курса на второй, на ФФК это сделано с 2017 года. Учитывая низкую плавательную подготовленность первокурсников, в содержание учебной дисциплины «Прикладная физическая культура» (базовая часть программы, модуль «Общенаучная часть» Б.1.Б.11.1 – Б.1.Б.11.6, I – VI семестры, 328 часа)

был включен раздел «Плавание» из расчета 126 часов (I семестр – 54 часа, II семестр – 72 часа и зачет) [1, 7]. При изучении дисциплины в целом и указанного раздела, в частности, были поставлены задачи:

- качественное овладение упражнениями базовых видов спорта;
- совершенствование физической подготовленности;
- подготовка и выполнение требований комплекса ГТО;
- формирование знаний о применении упражнений базовых видов спорта для самовоспитания;
- формирование знаний о правилах обеспечения безопасности на занятиях.

Для оценки собственной плавательной подготовленности был проведен опрос первокурсников (n=70). Своё умение плавать положительно оценили 91,4% опрошенных студентов. Однако на первом практическом занятии было выявлено, что 8,6% первокурсников, оценивших свои умения «неудовлетворительно», действительно не умеют плавать, такое же количество студентов с большим трудом преодолевают дистанцию менее 50 м, демонстрируя при этом технику плавания «по-своему» без выдоха в воду. Умения данных студентов так же, как и тех, которые не могли преодолеть вплавь ни одного метра, преподавателями были оценены «неудовлетворительно». Более половины первокурсников (55,7%) смогли преодолеть дистанцию 100 м неспортивными способами, и лишь только 25,6% из них на первых 20–25 метрах дистанции пытали выполнять выдох в воду, а затем начинали дышать поверх воды. Примерно столько же студентов (27,1%) продемонстрировали владение спортивными способами плавания, причем более половины из них оказались пловцами или представителями иных водных видов спорта. Абитуриенты, поступавшие на факультет физического воспитания МОПИ им. Н.К. Крупской в конце 80-х годов прошлого века (прием 1985, 1986 и 1987 годов) и целенаправленно готовившиеся к вступительному экзамену по плаванию, фактически по своим двигательным навыкам не отличались от современных первокурсников, а именно: 27,0% абитуриентов владели спортивными способами плавания; 26,0% плавали неспортивными способами с частичным выдохом в воду; 39,7% плавали «по-своему» без выдоха в воду и 7,3% не умели плавать (сходили с дистанции, не доплыв до конца 100 м). Однако в 80-е годы вступительный экзамен отсеивал всех не умеющих плавать и слабо подготовленных, и в вуз поступали люди с весьма хорошей плавательной подготовленностью.

По результатам оценки исходной плавательной подготовленности бакалавров-педагогов физической культуры приема 2016 года, выявленном на первом практическом занятии, был рассчитан показатель h – степень освоения программного материала, он оказался равным 67,1%, что близко к среднему уровню, поскольку нижняя допустимая граница этого показателя равна 25,0%, а оптимальная верхняя – 75,0%. По завершении изучения плавания в рамках дисциплины «Прикладная физическая культура» показатель степени освоения программного материала у первокурсников значительно превысил верхнюю оптимальную границу, достигнув 95,7%. К концу учебного года все студенты, изначально плававшие «по-своему», овладели двумя спортивными способами плавания на груди; не умевшие плавать освоили наиболее доступный для каждого способ – кроль на груди или брасс. Все студенты научились выполнять стартовый прыжок, поворот «маятником» или открытый плоский поворот при плавании на груди; демонстрировали безостановочное плавание в течение 45 минут; выполнили требования ГТО соответствующей ступени, причем 74,3% первокурсников освоили норматив золотого значка. К концу второго семестра три студента (4,3%), изначально не умевших плавать, не достигли стопроцентной степени освоения программного материала: один из них, изначально панически боявшийся входить в воду, не пропускал занятия, но по завершении обучения научился преодолевать кролем на груди только небольшие отрезки, не превышающие 25 м; два других первокурсника пропустили более 75,0% занятий и плавать не научились.

В начале второго курса бы проведен анонимный опрос студентов, занимавшихся плаванием на первом курсе, 2,9% опрошенных посчитали, что обучение плаванию на 1

курсе можно было сочетать со спортивными играми, поровну поделив учебное время. Другие студенты указали на целесообразность проведения «плавательного ликбеза» 70,0% опрошенных отметили, что правильно плавать научились на занятиях в вузе. Поскольку при выборе способа для начального изучения мы учитывали координационную предрасположенность каждого студента к одновременной или попеременной координации, комфортность удержания стоп для плавания кролем или брассом, то каждым первокурсником был свой выбран «свой», наиболее доступный способ плавания [3, 4, 5, 6, 8].

В результате мы получили, что 60,0% студентов отдали приоритет кролю на груди и 40,0% брассу. Именно техника наиболее доступного способа плавания осваивалась студентами в первом семестре, а во втором, учитывая плавательную подготовленность каждого обучаемого, мы приступали к изучению второго способа плавания на груди. Поскольку с одной студенческой группой занятия проводил один преподаватель, то в первом семестре было довольно сложно дифференцировать задания не только с учетом предрасположенностей, но и плавательной подготовленности каждого обучаемого. Постепенно более успешные студенты привлекались к проведению отдельных упражнений и фрагментов урока, осуществлению контроля, т.е. в процессе изучения дисциплины «Прикладная физическая культура» будущие педагоги приобретали первый педагогический опыт.

В 2017/18 учебном году в указанных вузах первокурсникам было предложено самостоятельно по интересам выбрать спортивно-физкультурную деятельность, которая планировалась на вторую половину дня – элективные курсы по физической культуре. Не умеющим плавать, и имеющим слабую плавательную подготовленность студентам, было рекомендовано посещать занятия по плаванию. Поскольку элективные курсы были организованы для первокурсников вуза, то выделенных мест в группах по плаванию оказалось недостаточно для всех желающих. К тому же, проведение занятий в вечернее время оказалось не совсем удобно, т.к. большинство студентов во второй половине дня работают, другие далеко живут, у третьих возникает значительное временное «окно».

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Должный уровень плавательной подготовленности бакалавров в рамках дисциплины «Прикладная физическая культура» позволит сместить акцент с формирования плавательных навыков на создание качественной профессионально-педагогической базы при изучении дисциплины «Теория и методика плавания», увеличить при этом время на учебную педагогическую практику.

ЛИТЕРАТУРА

1. Абросимова, А.В. Новые подходы в подготовке студентов к педагогической деятельности по плаванию / А.В. Абросимова, В.Ю. Карпов, О.Ю. Савельева // Инновационно-технологическое развитие науки : сборник статей международной научно-практической конференции. Волгоград, 05 апреля 2017 г. – Уфа : Аэтерна, 2017. – С. 133-135.

2. Булгакова, Н.Ж. Формирование профессиональной компетенции учителя физической культуры при изучении дисциплины «Плавание» / Н.Ж. Булгакова, Е.А. Распопова, О.Ю. Савельева // Физ. культура: воспитание, образование, тренировка. – 2010. – № 2. – С. 31-34.

3. Исследование индивидуальной предрасположенности школьников к освоению техники плавания на этапе освоения с водой / О.Ю. Савельева, В.Ю. Карпов, А.В. Романова, Е.Д. Бакулина // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2016. – № 4 (134). – С. 237-242.

4. Карпов, В.Ю. Плавание: исторический обзор : учебно-методическое пособие / В.Ю. Карпов, О.Ю. Савельева ; Самарский гос. пед. ун-т. – Самара : Издательство СамГПУ, 2002. – 168 с.

5. Распопова, Е.А. Методика тестирования двигательной предрасположенности студентов к формированию устойчивого навыка плавания / Е.А. Распопова, О.Ю. Савельева, М.В. Стефановский // Вестник Московского городского педагогического университета. Серия : Естественные науки. – 2016. – № 3 (23). – С. 48-55.

6. Савельева, О.Ю. Основы начального обучения плаванию : учебное пособие / О.Ю. Савельева ; Московский гор. пед. ун-т. – М. : Изд-во МГПУ, 2012. – 168 с.

7. Современные технологии в подготовке бакалавра – педагога по физической культуре к обучению плаванию / О.Ю. Савельева, В.Ю. Карпов, Т.М. Воеводина, Н.М. Лапина // Ученые

записки университета имени П.Ф Лесгафта. – 2017. – № 4 (146). – С. 187-192.

8. Савельева, О.Ю. Инновации в преподавании дисциплины «Плавание» в высших учебных заведениях / О.Ю. Савельева, В.Ю. Карпов, Р.В. Козьяков // Наука, образование и инновации : междунар. научно-практ. конф. –Уфа : Аэтерна, 2016. – С. 152-154.

PREFERENCES

1. Abrosimova, A.V., Karpov, V.Yu. and Savelieva, O.Yu. (2017), "The new approaches in preparing students for pedagogical activity in swimming", *Innovative-technological development of science collection of articles of international scientific-practical. Conf.*, Aeterna, Ufa, pp. 133-135.

2. Bulgakova, N.Zh., Raspopova, E.A. and Savelieva, O.Yu. (2010), "Formation of the professional competence of the teacher of physical culture when studying the discipline "Swimming"", *Physical culture: education, education, training*, No 2, pp. 31-33.

3. Savelieva, O.Yu., Karpov, V.Yu., Romanova, A.V. and Bakulina, E.D. (2016), "The study of the individual predisposition of schoolchildren to the development of swimming techniques at the stage of water development", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 134, No. 4, pp. 237-242.

4. Karpov, V.Yu. and Savelieva, O.Yu. (2002), *Swimming: the historical review: Tutorial*, publishing house SSPU, Samara

5. Raspopova, E.A., Savelieva, O.Yu. and Stefanovsky, M.V. (2016), "Testing method of students predisposition to formation of steady skill swimming", *The Moscow state pedagogical university bulletin, Series: Natural sciences*, No. 3 (23), pp. 48-55.

6. Savelieva, O.Yu. (2012), *The basics of initial training in swimming: training manual*, publishing house MSPU, Moscow.

7. Savelieva, O.Yu., Karpov, V.Yu., Voevodina, T.M. and Lapina, M.N. (2017), "Modern technologies at teaching physical culture bachelor to educating in swimming", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 146, No. 4, pp. 187-192.

8. Savelieva, O.Yu., Karpov, V.Yu. and Koziakov, R.V. (2016), "Innovations in the teaching of the discipline "Swimming" in higher education institutions", *Science, education and innovations: Materials of the international Scientific and practical conference*, Aeterna, Ufa, pp. 152-154.

Контактная информация: vu2014@mail.ru

Статья поступила в редакцию 30.01.2018

УДК 796.011.3

МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ АЭРОБИКИ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ДЕВУШЕК СТАРШИХ КЛАССОВ

***Светлана Сергеевна Садовая**, кандидат педагогических наук,*
Волгоградская государственная академия физической культуры (ВГАФК), Волгоград

Аннотация

В тексте статьи предоставлены методические наработки, раскрывающие специфику использования оздоровительной аэробики в физическом воспитании девушек старших классов. Она заключается в осуществлении дифференцированного педагогического воздействия. Физические упражнения классифицируются в соответствии с типом телосложения девушек. Автор приводит алгоритм организации занятия.

Ключевые слова: оздоровительная аэробика, девушки старших классов, физическое воспитание.

METHODICAL FEATURES OF USE OF HEALTHY AEROBICS IN PHYSICAL EDUCATION OF GIRLS OF SENIOR CLASSES

***Svetlana Sergeevna Sadovaya**, the candidate of pedagogical sciences,*
Volgograd State Academy of Physical Culture, Volgograd

Annotation

The text of the article provides methodological developments that reveal the specifics of using the recreational aerobics in the physical education of the girls of the senior classes. It consists in the implementation of the different pedagogical influence. Physical exercises are classified according to the type of