

3. Yakovleva, N.M. (2012), "Pedagogical regularity as a result of scientific and pedagogical research", *Bulletin of SUSU*, No. 4, pp. 18-21.

Контактная информация: chedovkv@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 11.05.2020

УДК 796.062

СОСТОЯНИЕ СИСТЕМЫ МАССОВОГО ОБУЧЕНИЯ ПЛАВАНИЮ В РЕСПУБЛИКЕ САХА (ЯКУТИЯ)

Татьяна Валерьевна Федорова, магистрант, Николай Петрович Олесов, кандидат педагогических наук, доцент, Северо-Восточный федеральный университет имени М.К. Аммосова, г. Якутск

Аннотация

Важным показателем эффективности учебно-тренировочной деятельности по плаванию и характеристики уровня развития плавания как вида спорта являются итоги выступления на соревнованиях. В нашем исследовании предпринята попытка выявить взаимосвязь основных показателей эффективности работы с результатами выступления спортсменов сборной команды Республики Саха (Якутия) по плаванию. Достаточная продолжительность периода развития массового плавания в новых условиях требует проведения анализа и определения намечающихся тенденций. Данные, полученные в ходе анализа, могут использоваться в характеристике и прогнозировании дальнейшей работы по плаванию.

Ключевые слова: факторы эффективности работы, система работы по плаванию, система массового обучения плаванию, взаимосвязь показателей.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2020.5.p453-458

STATE OF THE MASS SWIMMING TRAINING SYSTEM IN THE REPUBLIC OF SAKHA (YAKUTIA)

Tatyana Valerievna Fedorova, the master student, Nikolai Petrovich Olesov, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, North-Eastern Federal University, Yakutsk

Abstract

The important indicator of the effectiveness of educational and training activities in swimming and characteristics of the level of development of swimming as a sport are the results of performance at competitions. In our study, an attempt is made to identify the relationship of the main performance indicators with the results of the performance of athletes of the national team of the Republic of Sakha (Yakutia) in swimming. Sufficient duration of the period of development of mass swimming in the new conditions requires analysis and identification of emerging trends. The data obtained during the analysis can be used to characterize and predict further work on swimming.

Keywords: factors of the effectiveness of the system of work in swimming, a system of mass swimming training, the relationship between the indicators.

Развитие спортивного плавания в Республике Саха (Якутия) в новых условиях требует проведение анализа и определения намечающихся тенденций.

Рассматривая динамику уровня развития плавания в республике как вида спорта, необходимо учитывать влияние различных показателей, влияющих на уровень развития плавания как вида спорта, тесно связаны с достижениями сборной команды РС(Я) по плаванию на различных соревнованиях. Через призму состояния развития показателей системы рассмотреть общие тенденции развития.

В республике по виду спорта плавание проводятся мероприятия, способствующие улучшению работы: один из важных факторов общего комплекса – состояние системы массового обучения плаванию в РС(Я) за период с 2013 г. по 1 квартал 2020 г.

В связи с этим, представляется актуальной установка взаимосвязей между уровнем развития показателей эффективности работы на разных этапах с результатами выступления на соревнованиях.

Цель исследования – выявить особенности развития массового плавания в Республике Саха (Якутия) по одному из показателей.

Задачи: 1. Определить динамику показателя эффективности работы по плаванию в РС (Я) – состояние системы массового обучения плаванию за период с 2013 г. по 1 квартал 2020 г. 2. Установить взаимосвязь динамики показателя системы массового обучения плаванию с результатами выступления сборной команды РС(Я) по плаванию на различных соревнованиях за период с 2014г. по 1 квартал 2020 г.

МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ: АНАЛИЗ, НАБЛЮДЕНИЕ, СРАВНЕНИЕ, ОБОБЩЕНИЕ

В республике на сегодня имеется около 50-ти плавательных бассейнов. Специально к V Международным спортивным играм «Дети Азии» в 2011 году в г. Якутске было начато строительство плавательного бассейна с ванной 50×25 метров, малой ванной 4×8 метра с гидроканалом и противотоком для специальных занятий пловцов, общим строительным объемом здания 9833 кв.м., и отвечающий всем международным спортивным стандартам, что дает возможность проводить здесь чемпионаты любого, самого высокого уровня.

В 2012 году в спортивную программу V Международных спортивных игр «Дети Азии» впервые были включены соревнования по плаванию, и якутские спортсмены завоевали золотую и бронзовую медали.

В настоящее время в Республике Саха (Якутия) функционируют 51 плавательных бассейнов: 50-метровых – 1 (плавательный бассейн «Чолбон»), 25-метровых – 17.

По данным статистического отчета ФК-1 «Сведения о физической культуре и спорте» на 31.12.2019 в республике занимаются 1159 чел., из них женщин 356.

Секции плавания действуют в бассейнах г. Якутска, п. Жатай, г. Нерюнгри, г. Мирного, п. Айхал, г. Алдан.

Северо-Восточный федеральный университет имеет плавательный бассейн «Долгун». Представители СВФУ принимают участие в соревнованиях Универсиады.

К сожалению, следует отметить абсолютную неразвитость водных видов спорта в Якутии. Помимо плавания, никакие виды не культивируются. Однако, при наличии соответствующих объектов, оборудования и специалистов возможно развитие прыжков в воду, синхронного плавания, водного поло. На международных соревнованиях и Олимпийских играх водные виды спорта являются одними из самых медалеёмких видов.

Соревнования по плаванию входят в программу Спартакиады учащихся России, соревнования по плаванию, прыжкам в воду, водному поло, синхронному плаванию включены в программу Спартакиады молодежи России.

Одним из важнейших направлений развития плавания в Республике Саха (Якутия), безусловно, является подготовка спортивного резерва для сборных команд Республики Саха (Якутия) и сборной команды России по плаванию, а также обеспечение подготовки и участия спортсменов сборных команд Республики Саха (Якутия) на региональных, всероссийских и международных соревнованиях. Основную работу в этом направлении осуществляют государственные учреждения физкультурно-спортивной направленности.

Результатом успешной работы в данном направлении является количество спортсменов в сборных командах Республики Саха (Якутия) и Российской Федерации, а также количество медалей, завоеванных ими на официальных всероссийских и международных соревнованиях.

Важным показателем эффективности работы плаванию и характеристики уровня развития плавания в республике как вида спорта являются итоги выступления на соревнованиях. В нашем исследовании предпринята попытка выявить взаимосвязь основных

показателей эффективности работы с результатами выступления спортсменов сборной команды РС(Я) по плаванию: количество медалей, завоеванных ими на официальных региональных и всероссийских соревнованиях за период с 2013 г. по 1 квартал 2020 г. Динамика медального зачета представлена в таблице 1.

Таблица 1 – Динамика количества медалей сборной команды РС(Я) по плаванию официальных региональных и всероссийских соревнованиях (<https://new.russwimming.ru/node/1421>)

Год	Всероссийские турниры	II этап Летней Спартакиады учащихся	Финал Летней Спартакиады учащихся	Чемпионат и Первенство ДВФО	Этапы Кубка России	Первенство России	Всего медалей
2014	–	–		1 место–2 2 место–2 3 место–3	–		7
2015	1 место–1 2 место–5 3 место–3	2 место–3 3 место–6		1 место–2 2 место–6 3 место–5	1 место–1 2 место–5 3 место–5		42
2016	1 место–2 2 место–2 3 место–1 4 место–3	–		1 место–8 2 место–3 3 место–6	3 место–1		23
2017	1 место–10 2 место–12 3 место–7			1 место–7 2 место–10 3 место–7			53
2018	1 место–22 3 место–15 4 место–16			1 место–17 2 место–16 3 место–13	1 место–2 2 место–4 3 место–6		114
2019	1 место–22 2 место–25 3 место–43	1 место–2 2 место–1 3 место–2	3 место–2	1 место–3 2 место–27 3 место–22	1 место–2 2 место–2 3 место–3	2 место–1 3 место–1	158
1 кв. 2020	1 место–7 2 место–6 3 место–14				1 место–3 2 место–4 3 место–5		39

Анализируя показатели численности спортсменов в сборных командах Республики Саха (Якутия), наблюдаем положительную динамику эффективности подготовки спортсменов.

КРАТКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ КОМПОНЕНТОВ СИСТЕМЫ И ОСНОВНЫЕ ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ

Показатели связаны между собой. Ухудшение одного из показателей может изменить положение во всей системе. Снижение уровня большинства показателей может в целом повлиять на ухудшение работы по виду спорта. В тоже время, состояние деятельности системы на высоком уровне может говорить о высоком уровне развития большинства показателей.

Далее представлена краткая характеристика каждого из компонентов:

1. По показателю состояния материально-технической базы и материально-технического обеспечения.

В период с 2012 г. начинает наблюдаться улучшение материально-технического обеспечения.

Большее количество бассейнов имеется в Нерюнгринском районе.

После включения в программу V МСИ «Дети Азии» 2012 года соревнований по плаванию по поручению Правительства РС (Я) начали работу по проекту строительства бассейна «Чолбон». Площадь большой ванны бассейна составляет 1250 кв.м. – 50 м × 25 м, 10 дорожек, имеется малая ванна 8 × 4 м. Трибуны на 850 мест. Оснащен электронной системой «Старт – финиш», имеются и работают 2 видеозэкрана. Бассейн имеет всерос-

сийский сертификат соответствия, отвечает международным стандартам. Кроме большой и малой ванн, имеется зал сухого плавания, тренажерный зал, помещения для занятий настольным теннисом, фитнесом.

За годы работы в бассейне проведены много соревнований городского, республиканского уровней, а также региональные, всероссийские и международные соревнования по плаванию – 2 этап VII Спартакиады учащихся России в 2015 году, IX Спартакиада молодых сотрудников органов Федеральной службы безопасности России в 2015 году, V фестиваль студенческого спорта среда федеральных университетов в 2015 году, V и VI Международные Спортивные Игры «Дети Азии» 2012 и 2016 годов. В 2019г. в п. Жатай. открыт бассейн СК «Олимпик».

В IV кв. 2020 г. в п. Нижний-Бестях планируется открытие нового бассейна.

2. По показателю состояния системы организации и управления деятельностью в спортивном плавании выявлено следующее:

В целях развития плавания, целенаправленной подготовки спортивного резерва и спортсменов, конкурентоспособных на всероссийской и международной арене, по поручению Главы Республики Саха (Якутия) Е.А.Борисова в феврале 2017г и на основании распоряжения Правительства Республики Саха (Якутия) от 04.10.2017 года №1284-р «О реорганизации государственного бюджетного учреждения Республики Саха (Якутия) «Управление физической культуры и массового спорта» в форме выделения из него было принято решение о создании нового государственного бюджетного учреждения Республики Саха (Якутия) с 1 января 2018 года на базе ПБ «Чолбон» была создана ГБУ РС (Я) «Республиканская специализированная спортивная школа по плаванию» с отделениями плавания и настольного тенниса.

В настоящее время РССШ по плаванию выполняет следующее государственное задание – спортивная подготовка по олимпийским видам спорта.

По данным статистического отчета ФК-1 «Сведения о физической культуре и спорте» на 31.12.2019 в республике штатных тренеров 16 чел.

Отмечается и начало нового этапа деятельности РОО «Федерация плавания РС (Я)»

3. По показателю состояние подготовки и квалификации специалистов.

В настоящее время осуществляется подготовка специалистов по плаванию: выпускники учатся в НГУ им. Лесгафта, г. Санкт-Петербург, ФГАОУ ВО СВФУ им. М.К. Аммосова, ГАПОУ РС(Я) Якутский педагогический колледж. При поддержке администрации ГБУ РС(Я) «РССШ по плаванию» совместно с РОО «Федерация плавания РС(Я)» ежегодно проводятся семинары по повышению квалификации судей и тренеров.

Система подготовки и методика тренировок. Утверждена и реализуется Программа спортивной подготовки по виду спорта плавание, разработанная в соответствии с федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта плавание (утв. приказом Минспорта России от «19» января 2018 г. № 41.)

Каждый тренер использует в работе разнообразные методы и приёмы обучения, применяет современные педагогические технологии, что помогает добиться высоких спортивных результатов. Все ответственно относятся к тренерской работе. С 2013 года внесли двухразовые тренировки для спортсменов, начиная тренировки с 6.30 ч утра первые тренировки и заканчивая к 20.00 – 20.30 ч. вторые тренировки, все это привело к повышению результатов спортсменов.

5. Состояние системы массового обучения плаванию. С 2012 г. в городе Якутске построен и работает плавательный бассейн «Чолбон», что позволяет населению города заниматься таким эффективным видом оздоровления и спорта как плавание. В настоящее время еженедельное количество посещений бассейна составило 8000, большинство из которых составляют дети. За 2013 год посетило 101 238 чел., 2014 г. – 167634 чел., 2015 г. – 134 677 чел., 2016 г. – 137 577 чел., 2017 г. – 182 748 чел., 2018 г. – 177 366 чел. Для де-

тей работают группы спортивного, оздоровительного плавания, а также массовое плавание для взрослого населения. С 2017 г. проводятся каждую неделю по воскресеньям 2 бесплатных сеанса по плаванию, раз в месяц 5 бесплатных сеансов для многодетных семей. За годы работы бассейна тысячи детей научились плавать по программам обучения плаванию для общеобразовательных школ, оздоровительных, пришкольных лагерей, начального обучения плаванию детей 7–9 лет «36 – часовая программа», «72 – часовая программа», целью которой является обучение плаванию учащихся 1–8 классов муниципальных общеобразовательных учреждений, содействие гармоничному развитию личности ребенка и его всестороннему физическому развитию. Ведущая идея программы – через массовое обучение детей плаванию привлечь их к систематическим занятиям физической культурой и спортом, здоровому образу жизни, отбор способных детей для дальнейших занятий спортивным плаванием, а также помощь каждому ребенку найти свой индивидуальный путь к самосовершенствованию, овладеть одним из жизненно важных двигательных навыков. Нужно заметить, что такая программа обучения детей плаванию существовала в начале 2000-х годов в ПБ «Самородок» совместно с администрацией города Якутска. На данный момент осуществляют процесс обучения детей тренеры начального обучения плаванию бассейна ПБ «Чолбон».

По программам проводится обучение плаванию в различных формах: обучению плаванию в рамках проведения уроков физической культуры, так и система дополнительных занятий обучения плаванию. Или введение в учебные планы общеобразовательных школ дополнительного третьего часа на преподавание предмета «Физическая культура» с одновременным введением в учебную программу раздела по обучению плаванию, организация факультативных уроков плавания в рамках групп продленного дня общеобразовательных школ, занятие во второй половине дня после окончания учебных занятий.

В конце курса проводятся контрольные заплывы или соревнования, как элемент подведения итогов работы по обучению плаванию.

Упорядочена система соревнований по плаванию (систематизация календаря основных соревнований: чемпионата, республиканских турниров, первенств республики, отборочных, городских соревнований), что также способствует улучшению состояния компонента массового обучения плаванию и подготовки спортивного резерва. В течение календарного года проводятся открытые первенства РСШ по плаванию, городские первенства в г. Алдан, г. Нерюнгри, г. Мирном, п. Жатай, этапы, финалы Кубка г. Якутска, открытые первенства СОК «Долгун» СВФУ, турниры среди любителей плавания, с 2016 г. проходит открытое первенство среди спортсменов-любителей по плаванию в холодной воде.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, можно выдвинуть предположение о том, что состояние системы массового обучения плаванию, как одно из важных звеньев системы, влияющих на уровень развития плавания как вида спорта в Республике Саха (Якутия), находится на удовлетворительном уровне. Наблюдается положительная динамика. Наряду с остальными показателями эффективности работы по плаванию достигнутый показатель связан с результатами выступлений на соревнованиях разного уровня.

Количество медалей и динамика показателей состояния системы массового обучения плаванию и развитие детско-юношеского спорта взаимосвязаны.

Данные, полученные в ходе анализа, могут использоваться в характеристике и прогнозировании дальнейшей работы по плаванию.

ЛИТЕРАТУРА

1. Плавание / Джек Боэрле [и др.]. – Москва : Эксмо, 2014. – 416 с. – (Библиотека тренера).

REFERENCES

1. Boerle Jack et al. (2014), *Swimming. Trainer Library*, Exmo, Moscow.

Контактная информация: pro77@mail.ru

Статья поступила в редакцию 24.04.2020

УДК 796.011.3

СПЕЦИАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ ИЗ ЕДИНОБОРСТВ КАК ВАРИАТИВНАЯ ЧАСТЬ ЭЛЕКТИВНЫХ КУРСОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Гузель Фердинантовна Хамидуллина, доцент, Марина Валентиновна Питеркина, старший преподаватель, Светлана Олеговна Солдатова, старший преподаватель, Казанский национальный исследовательский технологический университет

Аннотация

Цель исследования – разработка и обоснование содержания вариативной части элективных курсов по физической культуре. Методика и организация исследования – тестирование проводилось на базе Казанского национального исследовательского технологического университета отделения единоборств. В эксперименте приняли участие две группы: контрольная (КГ) и экспериментальная (ЭГ), состоящие из 15 студентов 1 и 2 курсов, не имеющих спортивную квалификацию. Результаты исследования и их обсуждения – динамика показателей физической подготовленности ЭГ за весь период эксперимента значительно выше, чем в КГ. Выводы – разработанная нами программа с использованием специальных упражнений из единоборств, способствует значительным улучшениям координационных способностей, силы и гибкости.

Ключевые слова: единоборства, элективный курс, специальные упражнения, студенты, физическая культура.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2020.5.p458-462

SPECIAL EXERCISES FROM MARTIAL ARTS AS VARIABLE PART OF ELECTIVE COURSES IN PHYSICAL EDUCATION

Guzel Ferdinandovna Hamidullina, the senior lecturer, Marina Valentinovna Piterkina, the senior teacher, Svetlana Olegovna Soldatova, the senior teacher, Kazan National Research Technological University

Abstract

Purpose of the study – development and substantiation of the content of the variable part of the elective courses in physical education. Research methodology and organization - testing was conducted, based on Kazan National Research Technological University martial arts department. Two groups took part in the experiment: the control group (CG) and the experimental group (EG), consisting of 15 first- and second-year students who did not have sports qualifications. Research results and discussion – the dynamics of the physical readiness of the EG for the entire period of the experiment is much higher than in the CG. Conclusions – our program with the use of special exercises from martial arts contributes to significant improvement in the coordination abilities, strength, and flexibility.

Keywords: martial arts, elective course, special exercises, students, physical culture.

ВВЕДЕНИЕ

В научно-методической литературе недостаточно раскрыт вопрос о внедрении специальных упражнений из единоборств в культуру физического воспитания студентов высших учебных заведений.

Учитывая важность данной проблемы, мы решили выявить степень эффективности использования оптимально-эффективной техники из разных видов единоборств, которые прошли испытание временем и пользуются большой популярностью в физическом