

ФАКТОРЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ВЫСОКУЮ ЭФФЕКТИВНОСТЬ ОБУЧЕНИЯ СТУДЕНТОВ ПЛАВАНИЮ БРАССОМ

*Олег Викторович Новосельцев, Заслуженный деятель науки РФ,
доктор педагогических наук, профессор,*

*Александр Эдуардович Болотин, доктор педагогических наук, профессор,
Санкт-Петербургский государственный политехнический университет*

Аннотация

В статье представлены результаты исследований авторов по выявлению факторов, определяющих высокую эффективность обучения студентов плаванию брассом. В качестве основных факторов, определяющих высокую эффективность обучения студентов плаванию брассом, респонденты отметили умение поддерживать горизонтальное положение тела на воде, а также хорошо развитые навыки дыхания, с акцентированным вниманием на выдох в воду. Респонденты обратили внимание также на такие факторы как психофизиологическая подготовленность студентов к освоению техники плавания брассом, а также высокий уровень развития подвижности в суставах ног и рук. Большое значение в обеспечении высокой эффективности обучения студентов плаванию брассом имеют наличие хорошо развитых навыков и умений согласованной работы ног и рук в воде, а также психологическая устойчивость студентов к преодолению страха глубины. Важными факторами являются умение расслаблять мышцы всего тела после выполнения гребка руками и высокая степень восстанавливаемости организма студентов после физических нагрузок в бассейне.

Ключевые слова: факторы; студенты; обучение плаванию брассом; высокая эффективность; не умеющие плавать.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2013.12.106.p112-115

FACTORS DEFINING HIGH LEARNING EFFICIENCY OF STUDENTS TO THE BREASTSTROKE SWIMMING

*Oleg Viktorovich Novoseltsev, Honored worker of science of the Russian Federation,
doctor of pedagogical sciences, professor,*

*Alexander Eduardovich Bolotin, the doctor of pedagogical sciences, professor,
St. Petersburg State Polytechnical University*

Annotation

The article presents the results of the authors' researches on identification of the factors defining high learning efficiency of students to breaststroke swimming. As the major factors defining high learning efficiency of students to breaststroke swimming, the respondents noted the ability to support horizontal position of a body on water, and well-developed skills of breath, with the focused attention to an exhalation in water. Respondents also paid attention on such factors as psychophysiological readiness of the students to master the breaststroke swimming technique, and high level of mobility in joints of feet and hands. In ensuring high learning efficiency of students to breaststroke swimming the existence of well-developed skills and abilities to the coordinated work of feet and hands in water, and psychological resistance of students for overcoming of depth fear are of great importance. Among the important factors there are ability to relax muscles of the body after hands stroke and high degree of recovery of the students organism after physical activities in the pool.

Keywords: factors, students, training to breaststroke swimming, high efficiency, not able to swim.

Плавание играет важную роль в развитии физических качеств и оздоровлении всех функций и систем организма студентов. Кроме того, умение хорошо плавать способствует быстрой адаптации к службе в армии, а также развитию уверенности у студентов в случае возникновения экстремальных ситуаций на воде [1-8]. Вместе с тем, в вузы поступают лица, не умеющие плавать. Число таких лиц составляет до 15% из общего количества студентов обучающихся в вузах России. Все вышесказанное требует от препода-

вательского состава кафедр по физической культуре и спорту вузов наличия хорошо развитых навыков обучения студентов плаванию.

Практика показывает, что наиболее доступным для студентов не умеющих плавать является освоение техники плавания брассом. Для этого используются специальные подготовительные упражнения. Использование этих упражнений способствует развитию устойчивости навыков плавания брассом. Наряду с развитием устойчивости навыков плавания брассом, эти физические упражнения решают и целый ряд других задач.

Использование физических упражнений способствует повышению уровня всех жизненных функций и систем организма студентов, облегчает освоение техники плавания брассом, ускоряет процесс формирования устойчивых навыков плавания брассом. Под влиянием подготовительных физических упражнений постоянно совершенствуются регуляторные функции формирования устойчивых навыков плавания брассом. Путём использования физических нагрузок во время занятий в бассейне, а также использования воды как средства закаливания может осуществляться повышение резервных и адаптационных возможностей организма студентов.

Решение этих задач тесно связано с выявлением факторов, определяющих высокую эффективность обучения студентов плаванию брассом. Для определения ранговой структуры этих факторов был проведен опрос 47 тренеров и преподавателей вузов города Санкт-Петербурга, имеющих опыт работы по обучению плаванию брассом студентов более 10 лет. Результаты этого исследования представлены в таблице 1.

Таблица 1

Ранговая структура факторов, определяющих высокую эффективность обучения студентов плаванию брассом (n=47)

Ранговое место (значимость)	Факторы	Ранговый показатель (%)
1	Умение поддерживать горизонтальное положение тела на воде	18,5
2	Хорошо развитые навыки дыхания, с акцентированным вниманием на выдох в воду	17,3
3	Психофизиологическая подготовленность студентов к освоению техники плавания брассом	15,4
4	Высокий уровень развития подвижности в суставах ног и рук	14,2
5	Наличие хорошо развитых навыков и умений согласованной работы ног и рук в воде	10,8
6	Психологическая устойчивость студентов к преодолению страха глубины	9,6
7	Умение расслаблять мышцы всего тела после выполнения гребка руками	7,7
8	Высокая степень восстанавливаемости организма студентов после физических нагрузок в бассейне	6,5

В качестве основных факторов, определяющих высокую эффективность обучения студентов плаванию брассом, респонденты отметили умение поддерживать горизонтальное положение тела на воде, а также хорошо развитые навыки дыхания, с акцентированным вниманием на выдох в воду. Респонденты обратили внимание также на такие факторы как психофизиологическая подготовленность студентов к освоению техники плавания брассом, а также высокий уровень развития подвижности в суставах ног и рук. Большое значение в обеспечении высокой эффективности обучения студентов плаванию брассом имеют наличие хорошо развитых навыков и умений согласованной работы ног и рук в воде, а также психологическая устойчивость студентов к преодолению страха глубины. Важными факторами являются умение расслаблять мышцы всего тела после выполнения гребка руками и высокая степень восстанавливаемости организма студентов после физических нагрузок в бассейне. Таким образом, выявленные факторы определяют высокую эффективность обучения студентов плаванию брассом. Учет этих факторов позволяет

оптимизировать деятельность преподавательского состава кафедр по физической культуре и спорту вузов для разработки оптимальной методики обучения студентов плаванию брассом.

ВЫВОД. Результаты проведенного исследования свидетельствуют о необходимости учета выявленных факторов для разработки оптимальной методики обучения студентов плаванию брассом.

ЛИТЕРАТУРА

1. Болотин, А.Э. Требования предъявляемые к выпускникам вузов внутренних войск МВД России к эффективному выполнению служебно-боевых задач / А.Э. Болотин, А.Н. Сивак // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2012. – № 10 (92). – С. 30-35.
2. Болотин, А.Э. Педагогическая модель обеспечения физической готовности выпускников вузов ПВО (ВКО) к боевой деятельности / А.Э. Болотин, О.С. Зайцев // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2012. – № 9 (91). – С. 38-42.
3. Болотин, А.Э. Модель процесса подготовки призывной молодежи к воинской службе / А.Э. Болотин, Р.А. Лайшев // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2012. – № 12 (94). – С. 27-31.
4. Болотин, А.Э. Структура и содержание педагогической концепции совершенствования многоуровневой системы физического воспитания в России / А.Э. Болотин, В.А. Чистяков // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2013. – № 3 (97). – С. 35-41.
5. Болотин, А.Э. Факторы, определяющие физическую готовность личного состава горноспасательных подразделений / А.Э. Болотин, Г.В. Руденко, И.А. Панченко // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2013. – № 11 (105). – С. 27-31.
6. Григорьев, В.И. Компетентностный подход к проектированию индивидуальных образовательных траекторий физического развития студентов / В.И. Григорьев, Д.Н. Давиденко, В.А. Чистяков // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2011. – № 1 (71). – С. 35-41.
7. Руденко, Г.В. Модельные характеристики психофизической подготовленности выпускника – горноспасателя / Г.В. Руденко, В.А. Чистяков // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2012. – № 4 (86). – С. 110-113.
8. Чистяков, В.А. Факторная структура психофизической подготовленности выпускника – горноспасателя / В.А. Чистяков, Г.В. Руденко // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2012. – № 5 (87). – С. 159-163.

REFERENCES

1. Bolotin, A.E. and A.N. Sivak, A.N. (2012), "Requirements imposed to university graduates of internal troops of the Ministry of Internal Affairs of Russia to effective implementation of office and fighting tasks", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 92, No. 10, pp. 30-35.
2. Bolotin, A.E. and Zaytsev, O. S. (2012), "Pedagogical model of ensuring physical readiness of university graduates of air defense (VKO) to fighting activity", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 91, No. 9, pp. 38-42.
3. Bolotin, A.E. and Layshev, R. A.(2012), "Model of process of preparation of draft youth to military service", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 94, No. 12, pp. 27-31.
4. Bolotin, A.E. and Chistyakov A.V. (2013), "Structure and contents of the pedagogical concept of improvement of multilevel system of physical training in Russia", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 97, No. 3, pp. 35-41.
5. Bolotin, A.E., Rudenko G.V. and Panchenko I.A. (2013), "The factors defining physical readiness of staff of mine-rescue divisions", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 105, No. 11, pp. 27-31.
6. Grigoriev, V.I., Davidenko D.N. and Chistyakov V.A. (2011), "Competence-based approach to design of individual educational trajectories of physical development of students", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 71, No. 1 pp. 38-42.
7. Rudenko, G.V. and Chistyakov, V.A. (2012), "Modeling characteristics of psychophysical readiness of the graduate – the mine rescuer", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 86, No. 4, pp. 110-113.

8. Chistyakov V.A. and Rudenko G.V. (2012), "Factorial structure of psychophysical readiness of the graduate – the mine rescuer", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 87, No. 5, pp. 159-163.

Контактная информация: novosel_OV@mail.ru

Статья поступила в редакцию 28.12.2013.

УДК 615.825

ОЦЕНКА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДОШКОЛЬНИКОВ С НАРУШЕНИЕМ СЛУХА

Наталья Леонидовна Петренкина, кандидат педагогических наук, доцент,

Александр Михайлович Фокин, кандидат педагогических наук,

Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена (РГПУ им. А.И. Герцена), Санкт-Петербург,

Ирина Александровна Андреева, инструктор по физической культуре,

Детский сад «Кудесница» компенсирующего вида Петроградского района (ГБДОУ «Кудесница»), Санкт-Петербург

Аннотация

В статье рассматриваются особенности физического воспитания детей, имеющих нарушения слуха. Актуальность рассматриваемого вопроса обуславливается ролью занятий физическими упражнениями в полноценном развитии дошкольников, обеспечивающих не только необходимый уровень физической подготовленности, но и способствующих коррекции отклонений в различных сферах их деятельности. В исследовании определялся уровень физической подготовленности старших дошкольников, имеющих нарушение слуха, и проводился сравнительный анализ с результатами детей, не имеющих отклонения в состоянии здоровья. Оценка физической подготовленности проводилась по двум блокам тестов: развитие физических качеств и сформированность двигательных навыков. Полученные результаты позволяют уточнить данные ранее проведенных исследований, свидетельствующих о возможности использовать методики слышащих детей в процессе физической подготовки детей с нарушением слуха, что создает предпосылки организации инклюзивного физического воспитания в дошкольных учреждениях компенсирующего вида.

Ключевые слова: дети с нарушением слуха, определение физической подготовленности, дошкольные учреждения.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2013.12.106.p115-120

ASSESSMENT OF THE PHYSICAL READINESS OF THE PRESCHOOL CHILDREN WITH HEARING DISORDER

Natalia Leonidovna Petrenkina, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,

Alexander Mikhaylovich Fokin, the candidate of pedagogical sciences,

The Herzen State Pedagogical University of Russian, St. Petersburg,

Irina Aleksandrovna Andreeva, the physical culture instructor,

Kindergarten of "Kudesnitsa" of a compensating view of Petrogradsky district, St. Petersburg

Annotation

In article, the features of physical training of the children with hearing disorder have been considered. Relevance of the analyzed issue has been caused by the role of the physical exercises classes for the complex development of the preschool children, providing not only the necessary level of physical readiness, but also contributing to the deviations correction in various spheres of their activity. The research has defined the level of physical readiness of the senior preschool children with hearing disorder, and the comparative analysis with the results of the children who don't have deviations in health status has been carried out. The assessment of physical readiness has been carried out by two blocks of tests: development of physical abilities and formation of motor skills. The received results allow specifying the data of earlier