

сложности / О.М. Николаева // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2010. – № 3 (61). – С. 87-91.

3. Ткачев, В.И. Содержание физической подготовки сотрудников ГПС МЧС России в составе пожарных расчетов : монография / В.И. Ткачев ; Белгородский гос. ун-т. – Белгород : [б.и.], 2006. – 121 с.

4. Чуприян, А.П. Современные проблемы противопожарной службы / А.П. Чуприян // Спасатель МЧС России. – 2004. – № 13. – С. 3.

REFERENCES

1. Bortnev, D. A. (2005), "A role of physical training in professional activities of cadets of VPTU Ministry of Emergency Situations Russian Federation", *VI Ministry of Internal Affairs Bulletin of Russia*, Voronezh, pp. 9-12.

2. Nikolaeva, O. M. (2010), "Methods of development of professional resistance in employees of GPS Emercom of Russia to effective implementation of tasks in case of elimination of the fires of high category of complexity", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 3 (61), pp. 87-91.

3. Tkachev, V.I. (2006), *Content of physical training of employees of GPS Emercom of Russia as a part of fire-fighting crews*, monograph, Belgorod.

4. Chupriyan, A. P. (2004), "The modern problems of a fire service", *Rescuer of Emercom of Russia*, No. 13, pp. 3.

Контактная информация: Gemanik@mail.ru

Статья поступила в редакцию 20.02.2019

УДК 796.011

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ КАК СРЕДСТВО РЕШЕНИЯ ЗАДАЧ ПЛАВАТЕЛЬНОГО ВСЕОБУЧА МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Владимир Юрьевич Карпов, доктор педагогических наук, профессор, **Анастасия Владимировна Абросимова**, инструктор по плаванию фитнес клуба «СпортЛэнд» Московский, магистр, Российский государственный социальный университет, Москва; **Алексей Витальевич Гусев**, кандидат педагогических наук, доцент, **Виктор Иванович Шарагин**, кандидат военных наук, доцент, **Людмила Юрьевна Климова**, старший преподаватель, Московский государственный психолого-педагогический университет

Аннотация

Поиск наиболее оптимальных путей для реализации программы плавательного всеобуча в масштабах страны является весьма актуальным; одним из вариантов решения задач всеобуча может быть широкое применение в учебном процессе с младшими школьниками специально направленных подвижных игр, что позволит обеспечить качественную подготовку детей к выполнению требований ГТО по плаванию.

Ключевые слова: подвижные игры, обучение плаванию, младшие школьники, комплекс ГТО.

OUTDOOR GAMES AS A MEANS OF PROBLEMS SOLVING AT SWIMMING GENERAL COMPULSORY EDUCATION FOR YOUNGER SCHOOL STUDENTS

Vladimir Yuryevich Karpov, the doctor of pedagogical sciences, professor, **Anastasia Vladimirovna Abrosimova**, swimming instructor club "Sportlend" fitness Moscow, magister, Russian State Social University, Moscow; **Alexey Vitalievich Gusev**, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, **Victor Ivanovich Sharagin**, the candidate of military sciences, senior lecturer, **Lyudmila Yurevna Klimova**, the senior teacher, Moscow State University of Psychology and Education

Annotation

Searching of the most optimum ways for implementation of the program of the swimming general compulsory education in scale of the country is very actual; broad application in educational process for the younger school students of the specially directed outdoor games that will allow to provide high-quality

training of children, including implementation of the requirements of GTO on swimming, could be one of versions of the solution of problems of the general compulsory education.

Keywords: outdoor games, training in swimming, younger school students, GTO complex.

ВВЕДЕНИЕ

В 2015 году, на конгрессе Международной федерации плавания (FINA) г. Казань, в преддверии чемпионата мира по водным видам спорта, президент Хулио Маглионе представил программу «Плавание для всех – плавание для жизни», целью которой является обучение населения планеты плавательным умениям и навыкам. В России данная проблема актуальна, поскольку территория страны изобилует различными естественными водоемами, к сожалению, неумение плавать является одной из главных причин гибели взрослых и детей, за период летних каникул 2018 года, во время неорганизованного отдыха утонули 343 ребенка. Начиная с 2012 года, в Ростовской области успешно осуществляется программа «Всеобуч по плаванию», предусматривающая проведение уроков плавания для младших школьников непосредственно в ходе образовательного процесса; аналогичные программы воплощаются в жизнь и в других регионах страны. Данный опыт был положительно оценен в ходе слушаний Общественной палаты «О внедрении образовательных программ для дошкольного и начального образования» в феврале 2018 года. FINA и отечественная федерация плавания планируют объединение обеих программ и их реализацию в России в 2019 году [9]. К сожалению, массовое обучение плаванию остается проблемой далекой от разрешения, поскольку не существует обязательного плавательного ликбеза детей и подростков на безвозмездной основе, к тому же современный комплекс ГТО относит тест по плавательной подготовленности к тестам «по выбору», что снижает значимость умения плавать в жизни человека [1, 2, 5]. Тренеры, педагоги, методисты бассейнов – энтузиасты своего дела – постоянно ведут поиск новых, наиболее эффективных средств и методов обучения плаванию людей разного возраста и подготовленности. В частности, специалисты отмечают, что при обучении детей любым двигательным действиям весьма перспективным является применение игрового материала, поскольку овладение школьниками начальных классов вариативными умениями и навыками наиболее успешно проходит на уровне произвольного запоминания, что имеет место быть при проведении подвижных игр. При этом, в игре снижается монотонность выполнения циклических движений, повышаются показатели физической подготовленности детей за счет многократного выполнения конкретных двигательных действий, в частности, плавательных упражнений; повышается эмоциональный фон учебного процесса, что, в свою очередь, положительно влияет на процесс обучения в целом [3, 4, 5, 7, 8].

Мы предположили, что с учетом специфики обучения плаванию детей 7 – 8 лет в условиях фитнес-клуба, а именно – обучение плаванию как жизненно-важному навыку без явно выраженной доминанты на подготовку спортивного резерва, перспективным будет разработка содержания игровых уроков, направленных на решение задач обучения технике спортивных способов плавания, и повышения интереса детей к занятиям в бассейне [5, 6, 7].

ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Обучение плаванию проводилось в течение 6 месяцев, 3 раза в неделю по 45 минут в фитнес клубе «СпортЛэнд» Московский с октября 2017 года по апрель 2018 года. Методом случайной выборки были организованы две экспериментальные (ЭГ) и две контрольные (КГ) группы по 10 человек в каждой, возраст детей 7-8 лет, все дети изначально не умели плавать. В обеих группах обучение плаванию осуществлялось раздельно-целостным методом, традиционно параллельно-последовательно дети осваивали технику плавания кролем на груди и кролем на спине. В КГ занятия проводились в форме академического урока с доминированием метода строго регламентированного упражнения; игровой материал был средством развлечения и, как правило, сводился к самостоятельному купанию в заключительной части занятия, содержащему ныряния, салочки и элементарные прыжки в

воду. Для занятий в ЭГ были подобраны и систематизированы подвижные игры, согласно учебным задачам конкретного урока, на проведение которых в ходе каждого занятия отводилось изначально не менее 75% времени, а к концу учебного процесса – около 40% времени [1, 6, 8]. Игровой материал был поурочно распределен, исходя из основных педагогических задач, решаемых той или иной игрой и согласно теме занятия. Для повышения моторной плотности упражнения, составляющие суть игровой деятельности, по возможности опробовались детьми параллельно с объяснением. В отдельных случаях плавательно одаренные дети, которые были выявлены уже в ходе первых 4–5 занятий, демонстрировали новые и наиболее сложные упражнения с одновременно корректировкой их выполнения со стороны инструктора клуба, при необходимости демонстрировались роли игроков в командных играх. На занятиях широко использовался вариативный инвентарь, однако, при выполнении упражнений, связанных с преодолением какой-либо дистанции, мы старались сократить игровые задания с поддерживающими средствами и ластами, стимулируя бонусными баллами передвижение в безопорном положении. На протяжении всего эксперимента в журнале фиксировалась посещаемость занятий, причины пропусков. В начале и в конце эксперимента проводился визуальный контроль уровня эмоционального возбуждения и степени физического утомления по критериям, предложенным Вяткиным Б.А. и Д. Харе. В конце исследования бригадой экспертов в составе трех инструкторов фитнес клуба, проведена визуально-экспертная оценка техники плавания кролем на груди и кролем на спине, а также проведены соревнования, в которых все дети плыли две дистанции: 25 м кролем на груди и 25 м кролем на спине.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

По окончании занятий был подсчитан процент пропущенных занятий без обоснования причины пропуска в КГ и ЭГ: в КГ он составил 29,6%, в ЭГ – 8,9%, что свидетельствует в пользу применения подвижных игр при обучении младших дошкольников плаванию. Этот же вывод подтверждается и показателями уровня эмоционального напряжения и степени физического утомления детей КГ и ЭГ: в начале эксперимента дети КГ и ЭГ по данным показателям достоверно не различались. По окончании эксперимента различия определились, как достоверные ($p < 0,05$) и были, соответственно, равны в КГ – $4,7 \pm 1,2$ балла и $5,1 \pm 1,9$ балла, в ЭГ – $2,8 \pm 1,3$ балла и $3,0 \pm 1,2$ балла. В итоге уровень эмоционального напряжения в КГ в конце эксперимента повысился на 9,3%, в ЭГ он понизился на 33,3%; степень физического утомления по визуальным признакам в КГ уменьшилась на 5,5%, в ЭГ – на 46,4%. Поскольку требования к плавательной подготовленности современного комплекса ГТО I ступени не дифференцируются для девочек и мальчиков, то мы посчитали возможным проанализировать результаты оценки техники плавания и временные показатели на дистанции 25 м кролем на груди и 25 м кролем на спине без учета половой принадлежности детей. По всем параметрам были получены достоверные различия в пользу ЭГ ($p < 0,05$); кроль на груди: оценка техники в КГ – $4,1 \pm 0,57$ балла; ЭГ – $5,5 \pm 0,78$ балла; плавание на результат, соответственно, $35,6 \pm 6,6$ сек. и $31,1 \pm 5,5$ сек.; кроль на спине: соответственно, $4,4 \pm 1,29$ балла и $6,7 \pm 0,65$ балла; $36,0 \pm 4,7$ сек. и $31,6 \pm 5,5$ сек. В итоге, все дети легко справились с требованиями золотого знака ГТО I ступени. Поскольку дети обеих групп делились впечатлениями о занятиях, то со стороны родителей КГ были просьбы о переводе детей в ЭГ, в связи с этим, в виде компромисса одно занятие в месяц в КГ полностью посвящалось подвижным играм, и детей, беспричинно пропускавших такие игровые занятия, не было.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Широкое целенаправленное применение подвижных игр при обучении плаванию младших школьников в фитнес-клубе, а именно – около 75% от времени занятия на начальных этапах обучения и не менее 40% к концу полуугодового учебного процесса дало

достоверные положительные результаты при формировании техники плавания кролем на груди и кролем на спине; обеспечило положительные сдвиги в показателях уровня эмоционального напряжения и степени физического утомления детей, повысило посещаемость занятий в бассейне.

Лучшая подготовленность детей ЭГ не помешала всем участникам эксперимента легко выполнить требования ГТО I ступени по плаванию на золотой знак. Значительный «запас» по времени у младших школьников при выполнении требований ГТО (золотой знак – 2 мин. 30 сек.) свидетельствует о том, что для освоения указанного норматива в начальной школе возможно проведение на порядок меньшего количества занятий, что, по нашему мнению, будет способствовать расширению возможностей повсеместной реализации всеобуча по плаванию за счет введения обязательных занятий в бассейне в рамках уроков физической культуры.

ЛИТЕРАТУРА

1. Абросимова, А.В. Аргументация обязательных занятий плаванием младшими школьниками с учетом возрастных особенностей и жизненной необходимостью / А.В. Абросимова, В.Ю. Карпов, О.Ю. Савельева // Актуальные проблемы физической культуры, спорта и туризма, адаптивной физической культуры и физической реабилитации : сборник научных трудов бакалавров, магистров, аспирантов и профессорско-преподавательского состава факультета физической культуры РГСУ, г. Москва. – Москва, 2018. – С. 9-11.
2. Аргументация использования простейших критериев отбора в спортивных школах при комплектации некоммерческих групп начального обучения плаванию / Н.С. Амелин, М.В. Стефановский, М.И. Труднева, Т.Ю. Федорова, В.И. Шарагин // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2017. – № 10 (164). – С. 21-25.
3. Игры и развлечение на воде : учеб. пособие / В.Ю. Карпов, В.Ю. Давыдов, О.Ю. Савельева, Н.М. Лапина ; Сочинский гос. ун-т. – Сочи : [б.и.], 2012. – 100 с.
4. Карпов, В.Ю. Подвижные игры как средство развития физических качеств младших школьников / В.Ю. Карпов, А. Бакутина, Н.М. Лапина // Физическое воспитание и детско-юношеский спорт. – 2016. – № 1. – С. 68-72.
5. Манько, И.Н. Обучение плаванию детей 8-9 лет в группах начальной подготовки первого года обучения / И.Н. Манько, Ю.А. Иоакимиди Н.С. Коломийцева // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3 : Педагогика и психология. – 2018. – Выпуск 1 (213). – С. 183-188.
6. Особенности обеспечения учебного процесса по плаванию с детьми старшего дошкольного возраста в ДЮСШ и фитнес-клубах / О.Ю. Савельева, В.Ю. Карпов, Ф.Р. Сибгатулина, Р.В. Козьяков // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2017. – № 2 (144). – С. 211-217.
7. Савельева, О.Ю. Основы начального обучения плаванию : учебное пособие / О.Ю. Савельева ; Московский гос. пед. ун-т. – М. : [б.и.], 2012. – 168 с.
8. Токарева, Е.А. Место подвижных игр в физическом воспитании детей младшего школьного возраста / Е.А. Токарева, В.Ю. Карпов, Н.М. Лапина // Актуальные проблемы физической культуры, спорта и туризма, адаптивной физической культуры и физической реабилитации : сборник научных трудов бакалавров, магистров, аспирантов и профессорско-преподавательского состава факультета физической культуры РГСУ, Москва. – Москва, 2018. – С. 190-192.
9. FINA выразила заинтересованность в изучении опыта внедрения программы «Всеобуч по плаванию» в регионах России // URL <http://www.russwimming.ru/node/16671> (дата обращения: 18.02.2019).

REFERENCES

1. Abrosimova, A.V., Karpov, V.Yu. and Savelieva, O.Yu. (2018), "The argument of obligatory occupations by swimming by younger school students taking into account age features and vital need", *Actual problems of physical culture, sports and tourism, adaptive physical culture and physical rehabilitation: collection of scientific works of bachelors, masters, graduate students and faculty of faculty of physical culture of RGSU*, Moscow, pp.9-11.
2. Amelin, N.S., Stefanovsky, M.V., Trudneva, M.I., Fedorova, T.Yu. and Sharagin, V.I. (2017), "The argument of use of the elementary selection criteria at sports schools at a complete set of noncommercial groups of elementary education to swimming", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol.164, No.10, pp. 21-25.

3. Karpov, V.Yu., Davidov, V.Yu., Savelieva, O.Yu. and Lapina N.M. (2012), Games and entertainment on water: manual, Sochi State University, Sochi.
4. Karpov, V.Yu., Bakutina, A. and Lapina, N.M. (2016), "Outdoor games as development tool of physical qualities of younger school students", *Physical education and youth sport*, No.1, pp.68-72.
5. Manko, I.N., Ioakimidi, N.S. and Kolomyitseva, N.S. (2018), "Training in swimming of children of 8-9 years in groups of initial preparation of the first year of training", *Messenger of the Adygei State University, Series3: Pedagogic and psychology*, Vol. 213, No.1, pp.183-188.
6. Savelieva, O.Yu., Karpov, V.Yu., Sibgatulina, F.R. and Kozyakov, R.V. (2017), "Providing features of educational process in swimming with preschool age children at the youth sport schools and fitness clubs", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 144, No. 2, pp. 211-217.
7. Savelieva, O.Yu. (2012), *Fundamentals of the initial swimming training: tutorial*, publishing house Moscow State Pedagogical University, Moscow.
8. Tokareva, E.A., Karpov, V.Yu. and Lapina, N.M. (2018) "Place of outdoor games in physical training of children of younger school age", *Actual problems of physical culture, sports and tourism, adaptive physical culture and physical rehabilitation: collection of scientific works of bachelors, masters, graduate students and faculty of faculty of physical culture of RGSU*, Moscow, pp.190-192.
9. "FINA expressed interest in studying of experience of introduction of the General Compulsory Education on Swimming program in regions of Russia", available at: <http://www.russwimming.ru/node/16671>. (accessed 18 February 2019)

Контактная информация: vu2014@mail.ru

Статья поступила в редакцию 25.02.2019

УДК 372.363:796.011

ОЦЕНКА ГОТОВНОСТИ ДЕТЕЙ 6-7 ЛЕТ К ОСВОЕНИЮ НОРМАТИВНЫХ ТРЕБОВАНИЙ ГТО В УСЛОВИЯХ ДЕТСКОГО ДОШКОЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

Владимир Юрьевич Карпов, доктор педагогических наук, профессор, Российский государственный социальный университет, Москва; Роман Валерьевич Козьяков, кандидат психологических наук, доцент, Гжельский государственный университет (ГГУ); Фаиля Равильевна Сибгатулина, кандидат педагогических наук, профессор, Рустам Рашитович Алиходжин, кандидат педагогических наук, доцент, Татьяна Юрьевна Федорова, кандидат социологических наук, доцент, Российский университет транспорта (МИИТ), Москва

Аннотация

В статье рассматриваются вопросы обеспечения подготовленности детей 6-7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения г. Дмитрова Московской области к освоению нормативов комплекса ГТО. Проведено сравнение успешности освоения нормативов комплекса в первой и второй редакции ГТО.

Ключевые слова: старшие дошкольники, примерные программы, комплекс ГТО 1 ступени, сенситивные периоды.

ASSESSMENT OF 6-7 YEARS OLD CHILDREN'S READINESS FOR DEVELOPING OF "GTO" –COMPLEX STANDARD REQUIREMENTS IN THE PRESCHOOL INSTITUTION'S CONDITIONS

Vladimir Yurievich Karpov, the doctor of pedagogical science, professor, Russian State Social University, Moscow; Roman Valerievich Kozyakov, the candidate of psychological science, senior lecturer, Gzhel State University; Failya Ravilievna Sibgatulina, the candidate of pedagogical science, professor, Rustam Rashitovich Alihodjin, the candidate of pedagogical science, senior lecturer, Tatiana Yurievna Fedorova, the candidate of social science, senior lecturer, Russian University of Transport, Moscow

Annotation

In the article, the authors have considered the questions of providing readiness at 6-7 years old children for mastering "GTO" – complex standard requirements by visiting preschool education institutions at