

ОСОБЕННОСТИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ «ПЛАВАНИЕ. МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ»

Г. И. Башлакова, С. А. Гайдук, Ю. А. Апоник

*Белорусский государственный университет физической культуры,
г. Минск, Республика Беларусь
e-mail: bgi19.03@mail.ru*

В статье рассматриваются особенности образовательного процесса в учреждениях высшего физкультурного образования и факультетов физического воспитания по профессионально-ориентированной учебной дисциплине «Плавание. Методика преподавания» для подготовки высококвалифицированных специалистов для педагогической и спортивно-педагогической деятельности. Так, снижение уровня начальной плавательной подготовленности абитуриентов, отсутствие вступительного испытания, короткие сроки обучения требуют поиска оптимальной организации занятий и выбора эффективной методики обучения с учетом ускоренного и успешного переноса двигательных навыков у студентов различных спортивных специализаций.

The article deals with the peculiarities of the educational process in the institutions of higher physical education and the faculties of physical education in the vocational and educational discipline «Swimming. Methodology of teaching» for training of highly qualified specialists for pedagogical and sports-pedagogical activity. Thus, a decline in the initial floating level of applicants, a lack of an introductory test, the short duration of training requires the search for the optimal organization of activities and the choice of an effective teaching method, taking into account the accelerated and successful transfer of motor skills among students of different sports specialties.

Ключевые слова: занятия по плаванию; учреждение высшего образования; методика обучения; физическое воспитание.

Keywords: swimming classes; higher education institution; teaching methods; physical education.

Формирование профессионально-прикладных знаний, умений и навыков, обеспечивающих эффективную работу подготовленных высококвалифицированных специалистов в области физической культуры, спорта и туризма составляет основу образовательного процесса в учреждениях высшего физкультурного образования (УВФО), которым отводится особая роль в профессиональной подготовке студентов к спортивно-педагогической деятельности. Такая задача решается в ходе изучения комплекса преподаваемых учебных дисциплин теоретического, социально-гуманитарного и медико-биологического циклов как в УВФО, так и на факультетах физического воспитания учреждений высшего образования (ФВВ).

Профессионально-ориентированная учебная дисциплина «Плавание. Методика преподавания» является одной из важных и обязательных в УВФО, целью которой является формирование базовых знаний и навыков в области пла-

вания, прежде всего – оздоровительного плавания, массового детско-юношеского спорта, профессионально-прикладного плавания в различных формах организации физического воспитания. Плавание имеет важное социальное, оздоровительное, спортивное, военно-прикладное значение. Так, древнегреческие философы именовали человека, не умеющего писать и плавать, недвусмысленно – «телесным и умственным калекой». Об этом свидетельствует и известное изречение Платона: «Можно ли людям, которые являются противоположностью мудрого, плавать и читать не умеют, вверить службу?»

В единственном в Республике Беларусь, учреждении образования «Белорусский государственный университет физической культуры» (БГУФК) освоение учебной дисциплины «Плавание. Методика преподавания» рассчитано на 94 аудиторных часа, которую изучают все студенты на первом курсе (1-й и 2-й семестры).

Преподавание осуществляется путем рационального сочетания различных форм учебной деятельности студентов – лекционных, семинарских и практических занятий. На лекционных занятиях (10 часов) закладываются основы научных знаний в области плавания, формируется фундамент для последующего усвоения студентами всего учебного материала. На семинарах (4 часа) проводится коллективное обсуждение теоретических вопросов на базе фронтального изучения основной и дополнительной литературы, обсуждение докладов студентов. Содержание практических занятий (80 часов) направлено на изучение техники облегченных, спортивных и прикладных способов плавания, овладение основами методики обучения плаванию и оказания первой помощи пострадавшему, формирование навыков проведения занятий и соревнований по плаванию, а также повышение уровня плавательной подготовленности студентов [1].

Вместе с тем, снижение уровня начальной плавательной подготовленности абитуриентов, поступивших в БГУФК, отсутствие вступительного испытания, короткие сроки обучения для решения всех поставленных задач требуют поиска оптимальной организации занятий и выбора эффективной методики обучения с учетом ускоренного и успешного переноса двигательных навыков у студентов различных спортивных специализаций.

Так, деление на первых практических занятиях группы на подгруппы по исходному уровню плавательной подготовленности определяет подбор эффективных упражнений для обучения [2].

Для подгруппы «неумеющих плавать» начальное обучение предусматривает овладение подготовительными упражнениями для освоения с водной средой и облегченными способами плавания. Постепенное введение упражнений, используемых при обучении плаванию способами кроль на груди, кроль на спине и брасс обеспечивает эффективное развитие способности управлять своими движениями, тем самым, обеспечивая длительное безопасное нахождение в воде.

Для подгруппы «умеющих плавать» применяется параллельно-последовательный метод [3], при котором одновременно изучаются два способа плавания – кроль на груди, кроль на спине. Затем начинают изучаться элементы техники дельфин и закрепляются навыки плавания ранее изученных способов. Одновременно с изучением техники способа брасса студенты осваивают коор-

динацию движений в способе дельфин и совершенствуют навыки в технике ранее изученных способов. По мере освоения каждого способа плавания, обучающиеся изучают стартовый прыжок и поворот в этом способе.

Соблюдение общепризнанной методической последовательности (имитационные упражнения на суше, затем упражнения в воде у неподвижной опоры, с подвижной опорой и в безопорном положении) способствует эффективному освоению техники и подготовке к успешной сдаче практических нормативов – демонстрация (на оценку) техники спортивных способов плавания кроль на груди, кроль на спине, брасс, стартов и поворотов на дистанции 50 м.

Вместе с тем, результаты педагогических наблюдений позволяют констатировать, что студенты БГУФК, специализирующиеся в разных видах спорта, по своим морфологическим признакам, гидродинамическим качествам и уровню физической подготовленности имеют различную предрасположенность к освоению избранного способа плавания. Так, тяжелоатлеты, борцы и гимнасты быстрее и успешнее осваивают брасс, футболисты, волейболисты – кроль на спине, легкоатлеты (спринтеры) и лыжники – кроль на груди, соответствующий способ применяется ими и при сдаче наиболее сложного норматива – плавание без учета времени избранным способом плавания на дистанции до 800 м. Специалисты также отмечают, что в процессе обучения плаванию необходимо учитывать биомеханические характеристики, улучшающие выполнение гребковых движений по оптимальным траекториям, для успешного и ускоренного переноса двигательного навыка у студентов различных спортивных специализаций [4, 5].

Для студентов, специализирующихся в водных и водно-технических видах спорта, имеющих высокий уровень владения техникой спортивных способов плавания, совершенствование плавательной подготовленности с детальным изучением приемов спасения и оказания первой помощи пострадавшему на воде является наиболее значимым условием дальнейшей успешной профессиональной деятельности.

Важным условием приобретения профессионально важных знаний, формирование профессионально значимых навыков является методическая практика студентов всех специализаций по проведению учебного занятия по обучению плаванию, как разновидность практико-ориентированного обучения в условиях ответственности за здоровье обучающихся.

Таким образом, за время обучения все студенты УВФО и ФВВ должны освоить различные методики по обучению плаванию в зависимости от возраста, уровня физической подготовленности, задач и сроков обучения; уметь составлять соответствующие план-конспекты и учебно-методическую документацию; отлично знать и уметь применять приемы помощи тонущему и способы спасения утопающих; действия выпускников должны быть доведены до автоматизма в различных ситуациях на воде, что будет способствовать повышению педагогического мастерства в различных системах физического воспитания: в семье; в учреждениях дошкольного образования, общего среднего образования, детских оздоровительных лагерях, в детско-юношеских спортивных школах, в учреждениях высшего образования; в армейских и производственных коллективах; в оздоровительных центрах, клубах по интересам и т. д.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЕ ССЫЛКИ

1. Плавание и методика преподавания для специальностей: 1-88 01 01 «Физическая культура»; 1-88 01 02 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура»; 1-88 01 03 «Физическая реабилитация и эрготерапия»; 1-88 02 01 «Спортивно-педагогическая деятельность»; 1-89 02 01 «Спортивно-туристская деятельность»: учеб. программа УВО / Мин-во спорта и туризма Респ. Беларусь, УО «Белорус. гос. ун-т физ. культуры». – Минск, 2018. – 45 с.
2. Башлакова, Г. И. Комплексирование средств профессионально-прикладной физической подготовки в прикладном плавании : монография / Г. И. Башлакова, С. А. Гайдук. – Минск : БГУФК, 2020. – 164 с.
3. Булгакова, Н. Ж. Плавание для вузов : учеб. для вузов / Н. Ж. Булгакова ; под общ. ред. Н. Ж. Булгаковой. – М. : Физкультура и спорт, 2001. – 400 с.
4. Ганчар, И. Л. Плавание: теория и методика преподавания : учебник / И. Л. Ганчар. – Минск : Четыре четверти : Экоперспектива, 1998. – 350 с.
5. Савельев, Ю. М. Преподавание курса плавания в ИФК для студентов, специализирующихся в разных видах спорта : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Ю. М. Савельев ; ГЦОЛИФК. – М., 1987. – 15 с.