

УДК 797.1-053.4

Назаркевич Л. І.

УЗАГАЛЬНЕННЯ ДОСВІДУ ЗАСТОСУВАННЯ ПЛАВАННЯ У ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧИХ ЗАНЯТТЯХ ДЛЯ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

У статті відображено особливості застосування плавання у фізкультурно-оздоровчих заняттях для дітей молодшого дошкільного віку, представлено аналіз результатів опитування інструкторів з плавання в дошкільних навчальних закладах. Встановлено пріоритетні критерії для визначення готовності дітей молодшого дошкільного віку до занять плаванням, підтверджено послідовність здійснення початкового навчання плаванню у фізкультурно-оздоровчих заняттях для дітей молодшого дошкільного віку та ін. Виявлено необхідність в розробці програми фізкультурно-оздоровчих занять дітей молодшого дошкільного віку.

Ключові слова: здоров'я, плавання, рухливі ігри, фізкультурно-оздоровчі заняття, молодший дошкільний вік.

Постановка проблеми. Одним із найбільш ефективних засобів впливу на організм дітей для зміцнення здоров'я є плавання. Використання ігор під час фізкультурно-оздоровчих занять з плавання сприяє прискоренню процесу навчання плаванню, дозволяє подолати водобоязнь та створити передумови для ефективного проведення фізкультурно-оздоровчих занять [2, 3, 7]. Робота виконується у межах наукової теми 3.8. "Теоретико-методологічні основи побудови системи масового контролю і оцінки рівня розвитку і фізичної підготовленості різних груп населення" (№ Держреєстрації 0111U006470) Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту Міністерства сім'ї, молоді та спорту України на 2011-2015 рр.

Аналіз останніх досліджень і публікацій з проблематики фізкультурно-оздоровчих занять з плавання дітей молодшого дошкільного віку, дозволяє зробити висновок про те, що регулярні заняття плаванням сприяють загартовуванню, підвищенню життєвого тонуусу організму, сприяють підвищенню працездатності [2, 6, 7 та ін.].

Окремі фахівці [1, 4, 8 та ін.] пропонують формувати навички плавання у дітей дошкільного віку шляхом включення до програми занять різних елементів гри, оскільки саме рухливі ігри є одним з найефективніших засобів і методів впливу на фізичний розвиток дітей дошкільного віку. При цьому використання рухливих ігор з метою навчання плаванню [3, 5 та ін.] ускладнюється як методичними, так й організаційними проблемами.

Таким чином, постає важливе науково-практичне завдання виявлення особливостей проведення фізкультурно-оздоровчих занять плаванням для дітей молодшого дошкільного віку.

Тому, **метою** дослідження було виявлення особливостей застосування плавання у фізкультурно-оздоровчих заняттях для дітей молодшого дошкільного віку.

Завдання дослідження:

- 1) виявлення проблемного поля застосування рухливих ігор в плаванні у фізкультурно-оздоровчих заняттях для дітей молодшого дошкільного віку;
- 2) узагальнення досвіду провідних фахівців з плавання у фізкультурно-оздоровчих заняттях для дітей молодшого дошкільного віку.

Виклад основного матеріалу дослідження. З метою реалізації поставленої мети нами було проведено опитування 40 респондентів – інструкторів з плавання в ДНЗ, більшість з яких (92,5 %) працюють інструкторами з плавання в ДНЗ понад 5 років.

З метою оцінки діючої базової програми дитячого дошкільного закладу (ДНЗ) "Я у світі" Міністерства освіти і науки України (2014) ми запропонували респондентам відповісти на питання щодо потреби в її удосконаленні. Аналіз відповідей респондентів на запитання свідчить про високий рівень узгодженості їхніх думок. 92,5 % респондентів вважають, що наявна базова програма для ДНЗ не містить чіткої програми фізкультурно-оздоровчих занять з плавання та існує необхідність розробки нової.

Найбільш сприятливим віком початку фізкультурно-оздоровчих занять з плавання респонденти вважають 3-4 роки. Так, більшість фахівців (85 % опитаних) радять починати заняття саме з цього віку. 15 % респондентів стверджують, що оптимальним віком для початку фізкультурно-оздоровчих занять з плавання є 2-3 роки, аргументуючи це початком відвідування ДНЗ у 2-річному віці.

В одному із запитань ми запропонували респондентам сформулювати пріоритетні критерії для визначення готовності дітей молодшого дошкільного віку до занять плаванням. Для виявлення найбільш значущих критеріїв фахівцям було запропоновано відранжувати дані характеристики від 1 до 6 балів (1 – найнижчий ступінь важливості, 6 – найвищий).

Узгодженість думок респондентів визначалася за допомогою коефіцієнту конкордації Кенделла [9].

Значення коефіцієнту конкордації при кількості зазначених об'єктів 6 складає 0,314, при рівні істотності $p < 0,001$. Враховуючи значення коефіцієнту конкордації, можна зробити висновок про те, що експертна група з низькою узгодженістю у значеннях відповідей визначила впливовість критеріїв для визначення готовності дітей молодшого дошкільного віку до занять плаванням. Це свідчить про необхідність наукового обґрунтування вищезазначених критеріїв.

У результаті експертної оцінки встановлено, що основними критеріями готовності дітей молодшого дошкільного віку до початку фізкультурно-оздоровчих занять з плавання є відсутність водобоязні, мотиваційна готовність, морфо-функціональні показники, психофізіологічні показники, показники фізичного розвитку та вік.

Для встановлення оптимального часу проведення фізкультурно-оздоровчих занять з плавання дітей молодшого дошкільного віку респондентам пропонувалося визначити їх тривалість. 80 % інструкторів вважають, що заняття повинно тривати 20 хвилин, 15 % – 15 хвилин і лише 5 % вбачають збільшення тривалості занять понад 20 хвилин. Причому 100 % респондентів впевнені, що тривалість фізкультурно-оздоровчих занять плаванням для дітей різного дошкільного віку повинна відрізнятися.

Аналіз наступного запитання анкети дозволив зробити висновок, що оптимальною кількістю дітей молодшого дошкільного віку для занять плаванням є наповнення групи від 6 до 7 дітей, про що свідчить 72,5 % відповідей респондентів. Однак, 22,5 % віддають перевагу наповненості групи від 8 до 10 дітей і лише 5 % хотіли би, щоб у групі було 4-5 дітей (рис. 1). На запитання анкети, що стосується кількості занять, 100 % респондентів зазначили, що на тиждень повинно припадати 2 заняття.

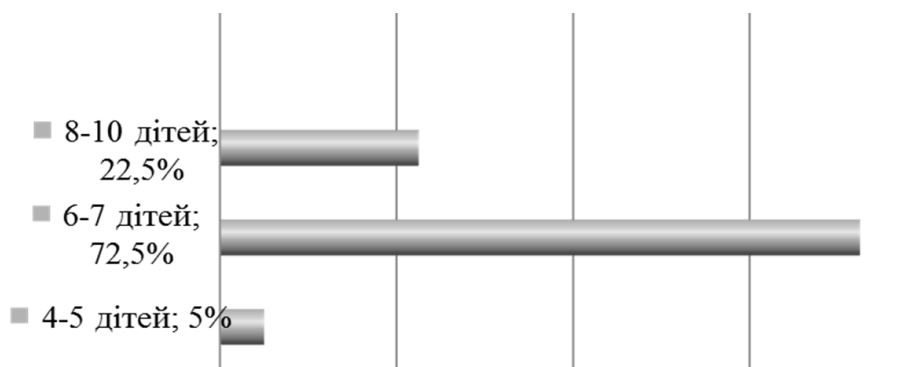


Рис. 1. Визначення оптимальної наповненості фізкультурно-оздоровчих занять з плавання для дітей молодшого дошкільного віку

Для визначення найбільш важливих компонентів фізкультурно-оздоровчих занять, фахівцям було запропоновано визначити ступінь важливості наведених видів діяльності. Респонденти оцінювали дані характеристики від 6 до 1 балу. (1 – найнижчий ступінь важливості, 6 – найвищий).

Найважливішими компонентами респонденти назвали рухливі ігри у воді та вправи на пересування у воді. Не менш важливим складовими фізкультурно-оздоровчих занять з плавання фахівці вважають "вправи на дихання". Дещо нижчими – вправи на суші, імітаційні вправи та вільне плавання, проте їх також необхідно вносити до програми фізкультурно-оздоровчих занять з плавання.

Значення коефіцієнта конкордації при кількості зазначених об'єктів 6 у даному випадку складає 0,595, при рівні істотності $p < 0,001$. Враховуючи значення коефіцієнту конкордації, можна зробити висновок про те, що експертна група з достатньою узгодженістю у значеннях відповідей визначила компоненти фізкультурно-оздоровчих занять з плавання для дітей молодшого дошкільного віку.

Аналіз відповідей респондентів на запитання щодо процентного співвідношення часу, який має припадати на рухливі ігри, свідчить про різні погляди фахівців стосовно цього питання. Необхідно зазначити, що більшість інструкторів (62,5 % опитаних) зазначили, що рухливі ігри можуть займати від 50 до 69 % всього заняття, частина респондентів (17,5 % опитаних) відводять для них 30 до 49 %, і лише 10 % – від 10 до 29 %. Проте, інші 10 % респондентів пропонують застосовувати рухливі ігри, відводячи на них понад 70 % від часу усього заняття (рис. 2).

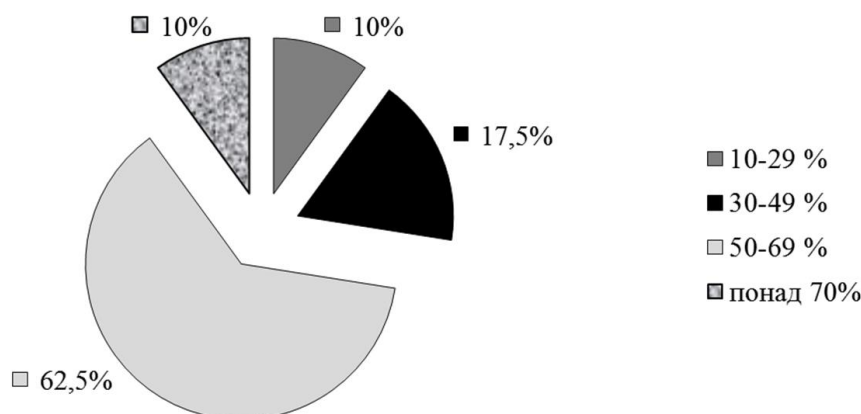


Рис. 2. Аналіз відповідей респондентів на запитання щодо процентного співвідношення часу, затраченого на рухливі ігри під час фізкультурно-оздоровчих занять з плавання для дітей молодшого дошкільного віку

Причому 90 % респондентів вбачає їх застосування в основній та заключній частині, 7,5 % в підготовчій та заключній і тільки 2,5 % – в підготовчій та основній частині заняття.

Для виявлення послідовності здійснення початкового навчання плаванню у фізкультурно-оздоровчих заняттях для дітей молодшого дошкільного віку, респондентам було запропоновано відранжувати запропоновані етапи навчання за ступенем першочерговості від 1 до 9 (1 – перший, 9 – останній).

Фахівці визначили оптимальну послідовність етапів навчання при проведенні фізкультурно-оздоровчих занять з плавання для дітей молодшого дошкільного віку, а саме: ознайомлення з водою, звикання до води, подолання опору води, занурення у воду головою, вміння триматись на воді, вміння відкривати очі у воді, ковзання у воді, виконання гребкових рухів та вивчення стрибків у воду.

Отримані результати дають нам можливість визначити структуру та зміст фізкультурно-оздоровчих занять плаванням для дітей молодшого дошкільного віку, що в подальших дослідженнях необхідно враховувати при складанні програми цих занять.

Враховуючи значення коефіцієнту конкордації (0,922, при рівні істотності $p < 0,001$), можна зробити висновок про те, що експертна група з високою узгодженістю у значеннях відповідей визначила послідовність етапів навчання при проведенні фізкультурно-оздоровчих занять плаванням для дітей молодшого дошкільного віку.

В одному із запитань респондентам було запропоновано визначити вихідну основу при визначенні структури та змісту фізкультурно-оздоровчих занять плаванням для дітей молодшого дошкільного віку.

Значення коефіцієнта конкордації при кількості зазначених об'єктів 6 у даному випадку складає 0,141, при рівні істотності $p < 0,001$. Узгодженість думок експертів дуже низька, що пояснюється відсутністю програми фізкультурно-оздоровчих занять плаванням для дітей молодшого дошкільного віку. Більшість інструкторів з плавання в ДНЗ керуються у своїй діяльності нормативною базою Міністерства освіти і науки України. Проте через її недосконалість, в роботі вони використовують програму, затверджену адміністрацією ДНЗ, результати науково-методичних досліджень провідних фахівців та спираються на власний досвід проведення фізкультурно-оздоровчих занять плаванням.

Висновки. За допомогою аналізу відповідей провідних інструкторів з плавання в ДНЗ, нами визначено напрямки вдосконалення структури і змісту побудови занять та визначено необхідність розробки нової програми фізкультурно-оздоровчих занять плаванням для дітей молодшого дошкільного віку.

Перспективи подальших розвідок у даному напрямі пов'язані з розробкою програми фізкультурно-оздоровчих занять з плавання для дітей молодшого дошкільного віку.

Використані джерела

1. Булгакова Н. Ж. Игры у воды, на воде, под водой / Н. Ж. Булгакова. – М : ФиС, 2000. – 128 с.
2. Еремеева Л. Ф. Программа обучения плаванню детей дошкольного возраста : метод. пособие / Л. Ф. Еремеева. – Санкт-Петербург : Детство-ПРЕСС, 2005. – 112 с.
3. Ференц Ю. Використання ігрового та змагального методу на заняттях плавання з початківцями [Текст] / Ю. Ференц // Магістр : [магістерський науковий вісник] / Терноп. нац. пед. ун-т ім. В. Гнатюка. – Тернопіль : ТНПУ, 2013. – Вип. 18. – С. 155–158.

4. Мосунов Д. Ф. Как преодолеть водобоязнь / Д. Ф. Мосунов. – Санкт-Петербург : "ПЛАВИН", 1998. – 35с.
5. Осокина Т. И. Обучение плаванию в детском саду : Кн. для воспитателей дет. сада и родителей / Т. И. Осокина, Е. А. Тимофеева, Т. Л. Богина. – М. : Просвещение, 1991. – 159 с.
6. Протченко Т. А. Обучение плаванию дошкольников и младших школьников: метод. пособие / Т. А. Протченко, Ю. А. Семенов. – Москва : Айрис-пресс : Айрис дидактика, 2003. – 77 с.
7. Васильев В. Обучение детей плаванию / В. Васильев, Б. Никитский. – Москва : ФиС, 1973. – 240 с.
8. Вільчковський Е. С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку : навч. посіб. / Е. С. Вільчковський, О. І. Курок. – Вид. 2-ге. – Суми : Університетська книга, 2004. – 428 с.
9. Kendall M. G. Rank Correlation Methods (4th ed.). / M. G. Kendall. – London : Charles Griffin, 1970.

Nazarkevych L. I.

FEATURES OF NAVIGATION IN FITNESS CLASSES FOR CHILDREN OF PRIMARY SCHOOL AGE

This article reflects the features the use of swimming in fitness classes for primary school age. It analyzes the results of a survey of swimming instructors in pre-schools, most of which (92,5 %) are swimming instructors in kindergarten more than 5 years, indicating a considerable acquired experience and knowledge of the respondents in this area.

The priority criteria for determining the readiness of children of primary school age to swimming are established. Among them is the lack of fear of water, motivational readiness, morpho-functional indicators, physiological indicators, indicators of physical development and age. The results enable us to determine the structure and physical education content and recreational swimming for children of primary school age that further studies should be considered when drawing up the program of studies.

Swimming skills in preschool children need to form by the inclusion various elements of the game into the program sessions , because mobile games is one of the most effective tools and methods influence the physical development of preschool children. Thus, the use of mobile games to study how teaching swimming is complicated and organizational problems.

The analysis of experts' survey confirmed the initial sequencing of swimming training in fitness classes for children of primary school age, that allowed us to determine the best time of the fitness classes on swimming, the optimum number of children of primary school age for swimming.

Expert group with sufficient consistency in the values of the responses identified the components of fitness classes in swimming for young school age and the percent of time that should fall on mobile games.

In order to assess the current basic program of preschool institution (kindergarten) "I am in the world," the Ministry of Education and Science of Ukraine (2014) we have proposed respondents to answer the questions about the need for its improvement. As a result, a survey of leading instructors of swimming in kindergarten, we have identified the ways of improving the structure and content of further work and identified the need to develop a new program of fitness swimming for children of primary school age.

Key words: *health, swimming, outdoor games, sports and fitness classes, junior preschool age.*

Стаття надійшла до редакції 30.01.2017 р.