

Использование игрового метода для формирования волевой активности у младших школьников при обучении плаванию

Шейко Л. В.

Харьковская государственная академия физической культуры, Украина

Аннотация. В статье предложены результаты исследования эффективности использования игрового метода с целью формирования волевой активности по преодолению отрицательных эмоциональных реакций в процессе начального обучения плаванию младших школьников. Выявлен положительный эффект применения игрового метода обучения в формировании плавательного навыка.

Ключевые слова: обучение плаванию, школьники, игровой метод, волевая активность.

Введение. Купание, игры в воде, плавание благоприятны для всестороннего физического развития ребенка. Систематические занятия плаванием ведут к совершенствованию органов кровообращения и дыхания, укреплению нервной системы. В воде уменьшается статическое напряжение тела, снижается нагрузка на детский позвоночник, вырабатывается хорошая осанка, а активное движение ног в воде в без опорном положении укрепляет стопы ребенка и предупреждает развитие плоскостопия [1, 3]. Занятия плаванием положительно влияют на закаливание детского организма: совершенствуется механизм терморегуляции, повышаются иммунологические свойства, улучшается адаптация к разнообразным условиям внешней среды [2, 4].

В процессе начального обучения плаванию детей младшего школьного возраста часть занимающихся испытывает трудности в овладении технически простыми подготовительными и специальными упражнениями в воде. Это связано с проявлением у детей неуверенности в собственных силах и возможностях, робости, а иногда и стойкого страха на специфические условия занятий в воде. Задержки дыхания, погружения, выдохи в воду и плавание, относительная изоляция от преподавателя-тренера и детского коллектива, практически оставляют ребенка в течение всего урока наедине с самим собой. Вследствие этого, значительная часть детей отстает в обучении; а некоторые из них практически уклоняются от выполнения упражнений в воде [5, 6]. Поэтому первые шаги обучения плаванию должны быть направлены на то, чтобы помочь ребенку преодолеть эти неприятные чувства. Анализ отечественных и зарубежных публикаций о подвижных играх позволяет рассматривать их как осмысленную деятельность, направленную на достижение конкретных задач в быстромеменяющихся условиях. Широкое применение игр на занятиях по обучению плаванию с детьми младшего школьного возраста является обязательным методическим требованием [3–6]. Специалисты отмечают, что игра, начиная с дошкольного возраста и в последующие годы, остается одним

из главных средств, как физического развития, так и становления интеллекта ребенка. Умелое применение игр вносит в учебную деятельность эмоциональную окраску, регулирует функциональную нагрузку, положительно влияет на психику учащихся, воспитывает самостоятельность, инициативность, решительность, повышает их интерес к занятиям [4–6]. Игра в воде имеет и познавательное значение: в процессе игры ребенок может познать совершенно новые ощущения и, прежде всего, привыкнуть к воде, усвоить тот или иной элемент техники плавания [3–6; 8]. В нашем исследовании были поставлены.

Задачи исследования:

1. выявить положительный эффект в формировании плавательного навыка в результате применения игрового метода обучения;
2. определить его эффективность для формирования волевой активности у младших школьников по преодолению отрицательных эмоциональных реакций в процессе начального обучения плаванию.

Материал и методы исследования. Для решения основных задач исследования, нами использовались следующие методы: анализ и обобщение научно-методической литературы, педагогическое наблюдение, педагогический эксперимент, методы математической статистики.

Для решения задач исследования, на базе спортивно-оздоровительного комплекса ООО «Техноком» г. Харькова проводился педагогический эксперимент. В исследовании приняли участие дети 6–8 лет (мальчики и девочки) двух групп: контрольной (КГ) и экспериментальной (ЭГ) по 15 человек в каждой группе. Курс обучения плаванию включал 20 уроков, которые были проведены с полным соответствием каждой группы, в период с сентября по ноябрь 2014 г. Задачи, содержание уроков, а также зачетные требования в группах были равными.

Зачетные требования включали в себя выполнение 4 контрольных нормативов:

- 1) техника выполнения упражнений на освоение с водой I, II, III, IV групп сложности (оценивались в баллах: 5 б. – высокий уровень; 3–4 – средний; 1–2 – низкий);
- 2) проплывание отрезка стилем «кроль на груди» при помощи одних ног (10м – 7м – 5м);
- 3) проплывание отрезка стилем «кроль на груди» при помощи одних рук (10м – 7м – 5м);
- 4) прыжки «на смелость» с бортика бассейна на глубоком месте (вниз головой из положения стоя согнувшись вниз головой; из положения группировки вниз ногами).

Различия в обучении плаванию состояли в методике проведения уроков: в КГ применялась общепринятая методика, следуя которой вначале изучаются подготовительные упражнения на освоение с водой, а затем переходят к упражнениям, способствующим освоению техники спортивных способов плавания кроль на груди и на спине. В ЭГ для решения этих же задач широко применялся игровой метод. Подготовительные и специальные упражнения, выполнение которых в воде связано с необходимостью преодоления

отрицательных эмоциональных реакций, были разделены на 4 группы с учетом возрастания степени трудности усвоения упражнений детьми. К I группе сложности были отнесены упражнения, которые включали в себя движения руками и ногами с различной амплитудой, и в различных направлениях стоя на мелкой части бассейна; ходьбу, бег, прыжки с опорой ногами о дно. Для освоения этих упражнений на занятиях в ЭГ были использованы такие игры как «Маленькие и большие ножки», «Невод», «Рыбки резвятся», «Переправа», «Найди домик», «Найди пару», «Карусели», «Принеси мяч», и т.д., которые помогают занимающимся ознакомиться со свойствами воды. Ко II группе сложности были отнесены упражнения направленные на то, чтобы научить детей не бояться брызг, погружаться с головой под воду и открывать глаза. Для освоения этих упражнений в ЭГ применялись игры «Фонтан», «Морской бой», «Насос», «Удочка», «Караси и щуки», «Спрячемся под воду», «Достань игрушку», «Нырни в обруч». III группа сложности включала в себя упражнения, направленные на формирование специфического навыка с дыхательного аппарата (задержки дыхания на вдохе и выдохе; вдох над водой, выдох под воду). Для этого применяли такие игры как «Резвый мячик», «Качели», «У кого больше пузырей», «Поезд в тоннель». IV группа предполагала освоение таких упражнений, как всплывание, лежание, скольжение по поверхности воды без движений и с движениями ногами кролем на груди, на спине и брассом. Для освоения этих упражнений в ЭГ дети играли в такие игры как: «Кто продержится дольше в положении на спине?», «Кто продержится дольше в положении на груди?», «Пятнашки с поплавком», «Пятнашки со звездочкой», «Я плыву», «Караси и карпы», «Лягушка-квакушка», «Пловцы». И в ЭГ и в КГ право переходить от менее сложной группы упражнений к более сложной получал тот ученик, который освоил зачетные упражнения этой группе и сдал их на оценку. Оценка техники движений производилась по наиболее существенным ошибкам, допускаемым обучающимися. Каждая такая ошибка снижает оценку на 1 балл (по пятибалльной системе). Обучаемые ЭГ, играя, не только осваивали правильное выполнение «опасных» и «трудных» упражнений, но и соревновались за быстрое передвижение от упражнений I группы сложности ко II, III, IV.

Результаты исследования. В ноябре 2014 года в ЭГ и КГ были проведены и дополнительные контрольные испытания, которые показали преимущества применения игрового метода обучения в сравнении с традиционной методикой (табл.1).

Как видно из таблицы 1, средний показатель выполнения упражнений на освоение с водой всех групп сложности на высоком уровне в КГ составил 28,3 %, в ЭГ – 43,3 %; показатели освоения упражнений на среднем уровне в КГ и в ЭГ оказались равными – 36,65 %; выполнение на низком уровне в КГ составило 33,3 %, тогда как в ЭГ всего 20 %. Качество освоения учебного материала в ЭГ также было выше, чем в КГ. Об этом свидетельствуют результаты проплывания контрольных отрезков при помощи движений только ногами или только руками способом кроль на груди на дальность.

Таблиця 1.

Выполнение зачетных нормативов детьми 6-8 лет, обучающихся плаванию (ознакомительный этап)

Контрольные нормативы	Контрольная группа (n = 15)						Экспериментальная группа (n=15)					
	уровень						уровень					
	высокий		средний		низкий		высокий		средний		низкий	
Техника выполнения упражнений на освоение с водой по группам сложности:	КЧ	%	КЧ	%	КЧ	%	КЧ	%	КЧ	%	КЧ	%
	I	6	40,1	7	46,6	2	13,3	9	60,0	6	40,0	0
II	5	33,3	6	40,1	4	26,6	7	46,6	5	33,3	3	20,1
III	4	26,6	5	33,3	5	33,3	5	33,3	6	40,1	4	26,6
IV	2	13,3	4	26,6	9	60	5	33,3	5	33,3	5	33,3
Средний показатель по четырем группам		28,3		36,6		33,3		43,3		36,6		20,0
Проплывание отрезков кролем на груди на одних ногах	3	20,1	5	33,3	7	46,6	6	40,1	7	46,6	2	13,3
Проплывание отрезков кролем на груди на одних руках	1	66,6	6	40,1	8	53,3	5	33,3	7	46,6	3	20,1
Прыжки «на смелость» с бортика на глубокой части бассейна	0	0	4	26,6	11	73,3	6	40,1	5	33,3	4	26,6
Средний показатель за выполнение всех контрольных нормативов		20,0		35,2		43,7		36,6		39,1		20,0

Примечания: КЧ – количество человек

При проведении контрольных прыжков «на смелость» в КГ от выполнения прыжка вниз головой из положения стоя согнувшись отказались все занимающиеся, тогда как в ЭГ такой прыжок выполнило 6 человек (40,1 %); прыжок вниз головой из положения группировки в КГ выполнило 4 человека (26,6 %), в ЭГ 5 человек (33,3 %); решились прыгнуть вниз ногами в КГ 11 человек (73,3 %), в ЭГ – 4 человека (26,6 %). Зачетные нормативы по всем показателям в ЭГ на высоком уровне были выполнены 36,6 % занимающихся; на среднем – 39,04 %; на низком – 20 % учащихся. В КГ эти показатели соответственно составили: высокий уровень – 20 %, средний – 35,22 %, низкий – 43,77 %.

Еще до начала проведения опытных уроков, в результате опроса было выявлено, что у детей обеих групп имели место ярко выраженные отрицательные эмоциональные реакции, проявляющиеся в неуверенности и страхе к занятиям в воде. Во время эксперимента, наблюдая за детьми обеих групп, было замечено, что при проведении опытных уроков в ЭГ, отмечался больший интерес к занятиям, а отрицательные реакции на выполнение

упражнений в воде проявлялись не так ярко и в меньшем количестве случаев, чем в КГ.

Выводы. Резюмируя вышесказанное, можно сформулировать следующие выводы: проведенные исследования позволяют заключить, что использование игрового метода на занятиях по обучению плаванию детей младшего школьного возраста, дает возможность избавиться от неуверенности в своих силах, стимулирует формирование волевой активности, направленной на снижение эмоциональной напряженности, вызываемой спецификой условий занятий в воде; позволяет добиться более высоких показателей по сравнению с общепринятыми методами обучения при одинаковых затратах времени; делает занятия более интересными.

Литература

1. Баламутова Н. М. Лечебное плавание как средство предупреждения плоскостопия у детей школьного возраста. / Н. М. Баламутова, Л. В. Шейко // Физическое воспитание студентов творческих специальностей: сб. науч. трудов., вып.2 – Харків, 2003. – С. 81–84.
2. Булгакова Н. Ж. Плавание / Н. Ж. Булгакова – М. : ФиС, 2001. – 400 с.
3. Булгакова Н. Ж. Познакомьтесь – плавание / Н. Ж. Булгакова. – М.: АСТ; Астрель, 2002. – 160 с.
4. Ганчар И. Л. Плавание. Теория и методика преподавания:[учебник] / И. Л. Ганчар. – Минск : Четыре четверти; Экоперспектива, 1998. – 352 с.
5. Погребной А. И. О некоторых принципах обучения плаванию / А. И. Погребной, Е. Г. Моряничева // Теория и практика физической культуры и спорта. – 1999. – №3. – С. 58–63.
6. Птушко Н. Технология применения соревновательно-игрового метода на уроках физического воспитания для активизации двигательной деятельности учащихся. [Электронный ресурс] // Первое сентября. – режим доступа: <http://spo.1september.ru/2005/11/9.htm>

Информация об авторах:

Шейко Лилия Викторовна – старший преподаватель кафедры водных видов спорта, Харьковская государственная академия физической культуры
ORCID.ORG/0000-0002-0020-1959
E-mail: sheiko.liliya@gmail.com

Поступила в редакцию 29.12.2015