4. Волков Н.И., Гессен Э.Н., Осипенко А.А., Корсун С.Н. Биохимия мышечной деятельности. – К.: Олимпийская література, 2000. – 504 с.

5. Лапутин А.Н., Кашуба В.А. Формирование массы и динамика гравитационных взаимодействий тела человека в онтогенезе. – К.: Знання, 1999. – 202 с.

6. Мартиросов Э.Г. Антропологические исследования в спорте высших достижений и комплексное изучение человека // Всемирный научный конгресс "Педагогика. Психология. Спорт в современном обществе". – М., 1980. – 246 с.

7. Мартиросов Э.Г. Методы исследования в спортивной антропологии / Э.Г. Мартиросов. – М.: Физкультура и спорт, 1982. – 199 с.

8. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения. – К.: Олимпийская литература, 2004. – 808 с.

9. Сергієнко Л.П. Тестування рухових здібностей школярів / Л.П. Сергієнко. – К. Олімпійська література, 2001. – 440 с.

УДК 797.2 – 053.2:372.22

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ОБУЧЕНИЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ПЛАВАНИЮ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ИГР В ВОДЕ

Жук А.А., аспирант

Национальный университет физического воспитания и спорта Украины

В статье рассматривается эффективность использования игр в процессе физического воспитания детей младшего школьного возраста при обучении плаванию.

Ключевые слова: младшие школьники, плавание, игры в воде, плавательная подготовленность.

Жук Г.О., ЕФЕКТИВНІСТЬ НАВЧАННЯ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ПЛАВАННЮ ІЗ ЗАСТОСУВАННЯМ ІГОР У ВОДІ / Національний університет фізичного виховання і спорту України, Україна.

У статті розглядається ефективність застосування ігор у процесі фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку при навчанні плаванню.

Ключові слова: молодші школярі, плавання, ігри у воді, плавальна підготовленість.

Zhuk A.A. EFFICIENCY OF TEACHING SWIMMING MIDCHILDHOOD CHILDREN USING GAMES IN WATER / National university of physical education and sport of Ukraine, Ukraine.

In the article efficiency of the use of games is examined in the process of physical education midchildhood children in teaching swimming.

Key words: junior schoolboys, swimming, games are in water. swimming preparedness.

ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМЫ

Укрепление здоровья детей является одной из важнейших задач нашего общества и прежде всего системы образования. Очень важно заботиться о здоровье на разных этапах жизни – прежде всего в начальной школе.

Данные исследований показывают, что в последнее время наблюдаются значительные темпы повышения количества хронических заболеваний и увеличения уровня функциональных отклонений у детей, которые при несвоевременном проведении коррекции могут привести к возникновению тяжелых хронических заболеваний [3].

Для повышения эффективности учебно-воспитательного процесса необходимо искать новые пути совершенствования системы физического воспитания, с учетом специфики учебного заведения.

С учетом того, что на сегодня строят современные учебные заведения, которые имеют в своем распоряжении плавательные бассейны, есть необходимость в их эффективном использовании для более совершенного обучения плаванию – важного средства закаливания, укрепления здоровья и сохранение жизни [7].

АНАЛИЗ ПОСЛЕДНИХ ИССЛЕДОВАНИЙ И ПУБЛИКАЦИЙ

Вопросы массового обучения населения плаванию занимают одно из ведущих мест в государственных программах многих стран [2, 5, 7].

Младший школьный возраст является важным периодом в развитии ребенка, укрепления его здоровья. Овладение навыками и умениями в младшем школьном возрасте наиболее эффективно проходит на уровне непроизвольного запоминания (в частности в игре), чем произвольного [8].

Игры в воде являются наиболее эффективным средством начального обучения плаванию. Они формируют у детей самые первые, необходимые для плавания движения, дают начало развитию физических качеств. С помощью подвижных игр в воде воспитываются воля, характер, чувство коллективизма. Важнейшее значение этих игр состоит в том, что они одновременно развивают моторную и психическую сферы деятельности ребенка.

Кроме воспитания физических и волевых качеств, игра влияет на повышение эмоционального фона занятий в плавании. Она все глубже входит в практику физического воспитания и все больше привлекает внимание педагогов и исследователей [1, 2, 4, 6].

Связь с научными и практическими задачами. Работа выполнена в соответствии со «Сводным планом научно-исследовательской работы в сфере физической культуры и спорта» на 2006-2010 гг. по теме 3.2.2. «Теоретико-методические основы формирования системы оздоровительного фитнеса».

Цель – определить эффективность использования игр в воде в процессе физического воспитания с детьми младшего школьного возраста.

Методы исследования. Для достижения цели были использованы следующие методы исследования: анализ данных научно-методической литературы, обобщение опыта передовой педагогической практики, анализ программ по физической культуре, педагогические методы исследования, методы математической статистики.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Эксперимент проводился с детьми младшего школьного возраста на базе средней общеобразовательной школы № 78 г. Киева. В исследовании приняло участие 45 детей в возрасте 7-8 лет. Были сформулированы 2 группы – контрольная (n=24) и экспериментальная (n=21). В экспериментальной группе дети занимались плаванием с преимущественным использованием игр, а в контрольной – по обычной программе обучения плаванию.

Оценка уровня плавательной подготовленности оценивался по 4-м уровням начальный, средний, достаточный, высокий, согласно школьной программе по плаванию для детей младших классов.

Сравнительный анализ результатов исследования плавательной подготовленности обеих групп учащихся 7-8 лет в начале эксперимента свидетельствует, что они были практически одинаковы, хотя группы формировались по принципу случайного отбора (рис. 1, 2).

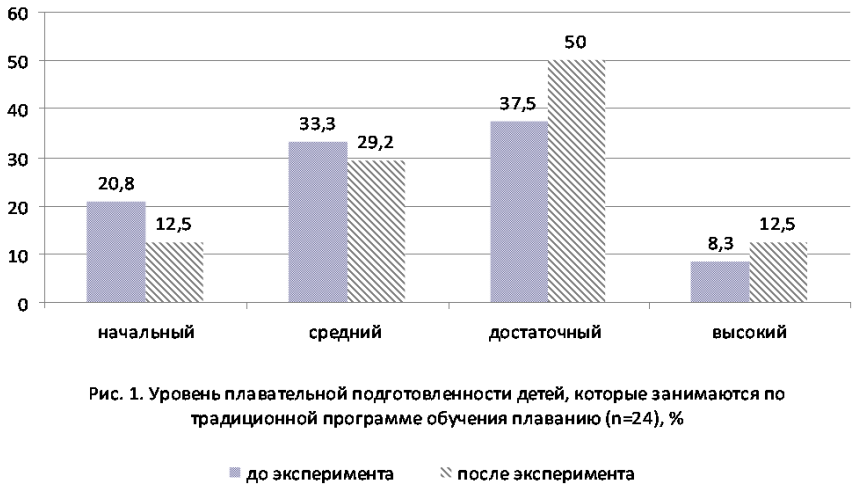

Рис. 1. Уровень плавательной подготовленности детей, которые занимаются по традиционной программе обучения плаванию (n=24), %

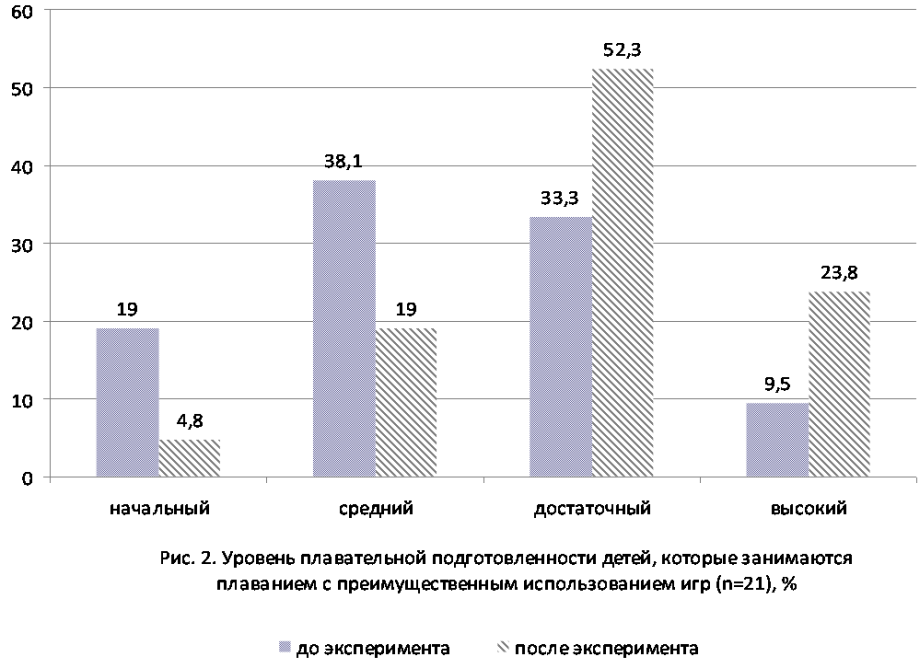

Рис. 2. Уровень плавательной подготовленности детей, которые занимаются плаванием с преимущественным использованием игр (n=21), %

В процессе педагогического эксперимента прослеживаются изменения показателей плавательной подготовленности в сторону улучшения, как в контрольной, так и в экспериментальной группе. Но качественные изменения более интенсивно прослеживаются у учащихся экспериментальной группы.

Анализ результатов повторного тестирования плавательной подготовленности учащихся контрольной и экспериментальной группы показал, что в экспериментальной группе наблюдается снижение числа учеников с начальным уровнем плавательной подготовленности на 14,2% и средним уровнем – на 19,1%, в контрольной группе начальный уровень снизился на 8,3% и средний – на 4,1%. Отмечены позитивные изменения числа учащихся имеющих достаточный и высокий уровни плавательной подготовленности. Так, в экспериментальной группе достаточный уровень увеличился - на 19% и высокий - 14,3%, в контрольной достаточный - 12,5%, высокий - 4,2%.

Из вышеизложенного можно сделать вывод, что более интенсивные изменения уровня плавательной подготовленности наблюдались в экспериментальной группе. Это мы связываем с тем, что многократное повторение разных игр при обучении плаванию способствует созданию у занимающихся динамического стереотипа движений, который способствует ускоренному овладению техники плавания в воде. Играя, даже самые боязливые дети быстрее привыкают к воде, лучше усваивают правильное дыхание, необходимое положение тела и основные движения. Игровые ситуации, которые проводятся с детьми в воде, на воде и под водой, сокращают периоды формирования у них прикладных двигательных навыков плавания.

В процессе педагогического наблюдения было установлено, что дети экспериментальной группы лучше усваивают технический учебный материал по сравнению с контрольной группой. Кроме этого отмечено, что моторная плотность урока при игровой методике проведения занятия выше, чем при традиционных занятиях плаванием. В экспериментальной группе дети активнее проявляли себя во время урока.

ВЫВОДЫ

Анализ результатов плавательной подготовленности детей младшего школьного возраста в начале и в конце тестирования свидетельствует, что общий показатель достаточного и высокого уровня плавательной подготовленности в контрольной группе увеличился на 16,7%, что вдвое ниже, чем в экспериментальной группе, где показатель прироста составил 33,3%, притом, что исходный уровень был почти одинаков. Нами было подтверждено, что игры в воде – не только интересное развлечение для детей во время занятий плаванием, но и эффективное средство для обучения плаванию и повышению плавательной подготовленности у детей младшего школьного возраста.

ЛИТЕРАТУРА

1. Булгакова Н.Ж. Игры у воды, на воде, под водой / Н. Ж. Булгакова. – М., 2000. – 180 с.
2. Ганчар И.Л. Методика преподавания плавания: технология обучения и совершенствования / И.Л. Ганчар. – Ч. II: Учебник. – Одесса: Друк, 2006. – 696 с.

3. Гігієна дітей та підлітків: За ред. член – кор. АПН Укр. д-ра мед. наук проф. В.І. Березіня. – К.: Видавничий дім Аснанія, 2008. – 304 с.

4. Давыдов В.Ю. Подвижные игры и развлечения на воде / В.Ю. Давыдов, В.Ю. Карпов, Т.М. Воеводина. – Самара: Изд-во СамГПУ, 2002. – 68 с.

5. Єрмолова В. М. Фізична культура: Експериментальна навчальна програма для учнів 1-4 класів загальноосвітніх навчальних закладів / В. М. Єрмолова, Л. І .Іванова, Г. Г. Смоліус та ін. – К.: Наук.світ, 2006. – 77 с.

6. Карпенко Е.Н. Плавание: Игровой метод обучения / Е.Н. Карпенко, Т.П. Короткова, Е.Н. Кошкодан – М.: Олимпия Пресс; Донецк: Пространство, 2006. – 48 с.

7. Програма з фізичної культури «Плавання» (для учнів 1 – 4 класів загальноосвітніх навчальних закладів). – Миколаїв: Атол, 2006. – 20 с.

8. Теорія и методика фізичного виховання / Под ред. Т. Ю. Круцевич. – К.: Олімпійська література, 2008. – 368 с.

УДК 796.4:796.093.4

ПЕРІОДИЗАЦІЯ РОЗВИТКУ СИСТЕМИ ЗМАГАНЬ З ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ З УРАХУВАННЯМ ВПЛИВУ ПРОЦЕСІВ КОМЕРЦІАЛІЗАЦІЇ

Зєнкова А.М., аспірант

Національний університет фізичного виховання і спорту України

Розглянуті зміни системи змагань з легкої атлетики, на підставі яких виділені і охарактеризовані періоди їх розвитку, також проаналізовані нововведення у змаганнях на різних етапах становлення легкої атлетики.

Ключові слова: система змагань, періоди розвитку, легка атлетика, комерціалізація, організація змагань.

Зенкова А.Н. ПЕРИОДИЗАЦИЯ РАЗВИТИЯ СИСТЕМЫ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ С УЧЕТОМ ВЛИЯНИЯ ПРОЦЕССОВ КОММЕРЦИАЛИЗАЦИИ / Национальный университет физического воспитания и спорта Украины, Украина.

Рассмотренные изменения системы соревнований по легкой атлетике, на основании которых выделены и охарактеризованы периоды их развития, также проанализированы нововведения в соревнованиях на разных этапах становления легкой атлетики.

Ключевые слова: система соревнований, периоды развития, легкая атлетика, коммерциализация, организация соревнований.

Zenkova A.M. PERIODS OF DEVELOPMENT COMPETITIONS SYSTEM OF TRACK-AND-FIELD TAKING INTO ACCOUNT INFLUENCE OF PROCESSES OF COMMERCIALIZATION / National university of physical education and sport of Ukraine, Ukraine.

Considered changes of the system of competitions from track-and-field, which the distinguished and described periods of their development are on the basis of, also analysed innovations in competitions on the different stages of becoming of track-and-field.

Key words: system of competitions, periods of development, track-and-field, commercialization, organization of competitions.

ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМИ, АНАЛІЗ ОСТАННІХ ДОСЛІДЖЕНЬ І ПУБЛІКАЦІЙ

Легка атлетика - один з найбільш стародавніх видів спорту, історія виникнення якого починається ще з часів античної Греції, а на сучасному етапі вона є одним з найбільш комерційно привабливих видів спорту. За тривалий період свого розвитку легка атлетика поступово набувала популярності, масштабності та властивих їй нині рис.

Змагання є постійною та незмінною складовою частиною легкої атлетики, без яких неможливий процес її повноцінного існування та розвитку. Програма Ігор Олімпіад з легкої атлетики включає 47 дисциплін, кожна з яких має відмінні технічні особливості, рівень видовищності та коло своїх прихильників [4]. Змагання, як правило, є індикатором рівня популярності виду спорту або окремої дисципліни. З часом легка атлетика не лише змінювала свій вигляд та характер, способи і види проведення «протистоянь