

АНАЛІЗ МЕТОДИК НАВЧАННЯ  
ПЛАВАННЮ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Олександр Жирнов<sup>1</sup>, Анжеліка Лихолай<sup>1</sup>,  
Іванна Сергієнко<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Національний університет фізичного виховання  
і спорту України, м.Київ

<sup>2</sup>Східноєвропейський національний університет  
імені Лесі Українки, м.Луцьк

**Анотація.** Вивчені методики навчання плаванню дітей дошкільного віку. Методи дослідження: аналіз літератури, анкетування, методи математичної статистики. Було опитано 25 тренерів з плавання. Встановлено, що більшість методик навчання плаванню дітей дошкільного віку засновані на груповій формі ведення занять.

**Ключові слова:** плавання, навчання, методика.

**Abstract.** Methods of swimming training for children of preschool age have been studied. Methods of research: analysis of literature, questionnaires, methods of mathematical statistics. 25 swimming coaches were interviewed. It is established that the majority of methods of swimming swimming for preschool children are based on the group form of conducting classes.

**Key words:** swimming, training, methodology.

**Постановка проблеми.** Уміння плавати – це одна з важливих рухових навичок. Плавання є одним з найпростіших, доступних і ефективних способів зміцнення фізичного здоров'я дитини, оскільки заняття плаванням сприяє розвитку мускулатури, дихальної системи, тренує витривалість і гнучкість. У басейні організм виявляється в гидростатичному середовищі. Відповідно, задіюються навіть ті групи м'язів, які зазвичай слабо розвиваються. В результаті дитина отримує комплексні фізичні навантаження, особливо важливі під час її росту. Якщо навчання плаванню почалося у дошкільному віці і продовжилося в наступні роки, дитині буде набагато легше переносити фізичні та інтелектуальні навантаження.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Для навчання дітей дошкільного віку плаванням розроблено та обґрунтовано різні методики проведення занять [1, 3, 4]. Разом з тим, багаторічна практика навчання дітей плаванню показала, що ефект від використання цих методик є індивідуальним, що пов'язано із труднощами їх засвоєння [2, 3]. Тому розробка нових методик навчання дітей плаванню є актуальною.

**Мета дослідження:** визначити особливості змісту існуючих методик навчання плаванню дітей дошкільного віку.

**Методи дослідження:** аналіз спеціальної наукової та навчально-методичної літератури, метод анкетування, методи математичної статистики.

**Результати досліджень.** Аналіз програм з плавання для дітей дошкільного віку, педагогічні спостереження і опитування фахівців показали, що існуючі програми плавальної підготовки мають головним чином навчальну спрямованість, для засвоєння нових рухів застосовують в основному механічне виконання тієї чи іншої вправи, ігри використовуються в заключній частині уроку. Більшість програм розрахована на 48–56 занять і реалізуються в основному протягом двох років.

За допомогою анкети було опитано 25 тренерів з плавання. У процесі досліджень було встановлено, що при проведенні занять з плавання з дітьми 5–6 років 37,9% опитаних тренерів використовують традиційні методики, 23,1% респондентів – авторські методики, 39% – власний досвід навчання плаванню (рис. 1).

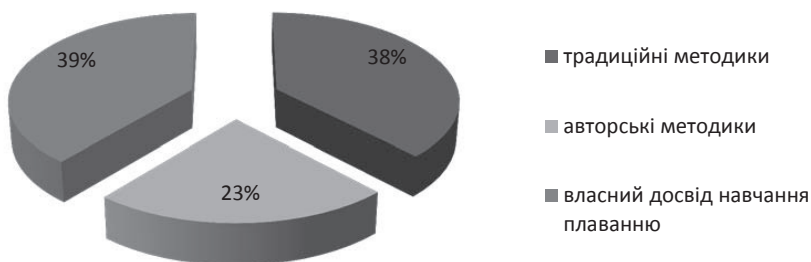


Рис 1. Методики навчання дітей плаванню, які обирають тренери

Групову форму проведення заняття застосовують 68% опитаних тренерів, групову в поєднанні з індивідуальною формою – 22%, індивідуальну – 10% фахівців. У більшості випадків використовується групова методика проведення занять (рис. 2).

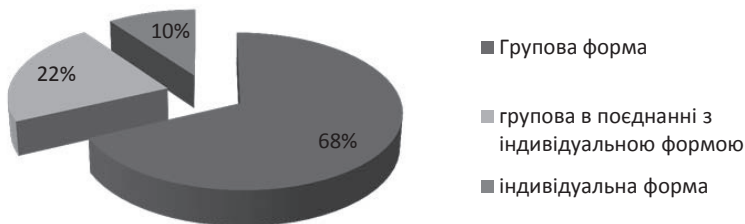


Рис 2. Форми проведення занять з плавання

**Висновок.** Таким чином, нами встановлено, що більшість методик навчання плаванню дітей дошкільного віку призначені для проведення групової форми занять. Тільки 28% тренерів використовують авторські методики навчання плаванню. Авторські методики з використанням ігрового методу (зокрема сюжетно-рольових ігор) дозволяють значно скоротити тривалість початкового етапу навчання плаванню.

*Список використаних джерел:*

1. Гончар И. Л. Теория преподавания плавания: технологии обучения и совершенствования : монография / И. Л. Гончар. – Одесса : АСТРОПРИНТ, 2005. – Ч. 1. – 524 с.
2. Теория и методика физического воспитания : учеб. для студ. высш. учеб. завед. / под ред. Т. Ю. Круцевич. – Киев : Олимпийская литература, 2003. – 423 с.
3. Пищикова Н. Г. Обучение плаванию детей дошкольного возраста: занятия, игры, праздники / Н. Г. Пищикова. – Москва : Скрипторий, 2008. – 88 с.
4. Сергиенко И. Р. Оценка физического развития детей занимающихся плаванием / И. Р. Сергиенко // Сучасні біомеханічні та інформаційні технології у фізичному вихованні і спорті : матеріали IV Всеукр. електрон. конф., 19 трав. 2016 р. – Київ, 2016. – С. 100–102.