

Авторів концепції зовсім не цікавить проблема пловців-самоуків і процес їх перенавчання. Тут хочу зазначити, що 90-95% населення України, яке тримається на воді – мають великі шанси поповнити сумну статистику тому, що плавають із використанням техніки «небезпечної для життя», або техніки «само виснаження». Проблема перенавчання самоуків може вирішуватися клубами «от порт для всіх», однак їх ця проблема не цікавить.

Викликає занепокоєння процес підготовки кадрів фахівців з навчання плаванню. На нашу думку, інструкторами з навчання плаванню повинні бути всі випускники вузів, які готують кадри для сфери фізичної культури і спорту. А таких навчальних закладів в Україні налічується близько 70. Дуже часто такі випускники самі погано плавають і не можуть навчити плавати власних дітей. Організація «міфічних» центрів з підготовки інструкторів плавання (рекомендована проектом концепції) приречена на провал. Протягом багатьох років автор статті працював над розробкою фантастично ефективної методики навчання плаванню. Підготовлено серію публікацій, проведено семінар, підготовлено кинофільм та діафільм, однак все це не викликало зацікавленості федерації плавання України і проігноровано, що не сприяє вирішенню проблеми масового навчання плаванню населення України.

Прокоментований документ скеровано лише на часткове вирішення проблеми із дотриманням інтересів спорту вищих досягнень.

І ДОСВІДУ НАРОДНОЇ МЕТОДИКИ НАВЧАННЯ ТЕХНІКИ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ

Віктор Пишов
(*м. Львів*)

Наші багаторічні дослідження змісту народної методики навчання техніки фізичних вправ, яку використовують практики, дозволяють стверджувати, що цьому напрямку практика значно випереджає теорію.

У період 1953-1995 рр. нами було досліджено досвід більше ніж трьохсот спеціалістів з 33-х міст України та країн пострадянського простору. Аналізувалося використання ними народних методів навчання техніки: плавання, легкої атлетики, лижного спорту, стрільби з луку, греко-римської боротьби, важкої атлетики.

Використовувалися: спостереження, бесіди, анкетування, інтерв'ювання, запис прийомів, фото та кіно зйомка).

Були виявлені наступні групи методичних прийомів, які широко використовуються практиками і не достатньо описані в літературі:

- прийоми психологічного настроювання на неприємні та больові відчуття, які будуть виникати при засвоєння фізичних вправ;
- використання народної термінології, образних настанов та схематичного образного показу деталей техніки. При цьому, найбільш ефективними виявилися методи співставлення описання, адекватних відчуттів та метод позитивного переносу навиків;
- прийоми професійної жестикуляції викладача, як метод передачі термінової інформації;
- методичні прийоми з використанням орієнтирів. При цьому використовується ефект нового методу термінової інформації без використання апаратури;
- прийоми безпосереднього впливу на учня, якого навчають.

Використання розроблених міні-блоків народної методики масового навчання плаванню (5) дозволило ефективно використовувати дваземо допомогу учнів (навчання у парах), що дало змогу збільшити обсяг інформації у 4-5 разів, а число вказівок викладача зменшилося у 8-10 разів. Навчити вмінню плавати вдавалося за 5-6 уроків.

Ознайомлення фахівців із розробленими міні-блоками методики викладання получило отримало позитивні відгуки на 15-ти семінарах для викладачів вузів України та СРСР.

Аналіз спеціальної навчальної літератури, виданої у незалежній Україні, свідчить, що автори недостатньо уваги приділяють проблемам викладання та навчання. Наприклад у підручниках з плавання для студентів фізкультурних вузів методика викладання повністю ігнорується:

✓ У підручнику з плавання Гончара І.Л. (1998г.) «Плавание: теория и методика преподавания». Термин «преподавание» (викладання) має місце тільки на обкладинці та відсутній у тексті підручника.

✓ У навчально-методичних посібниках з плавання, рекомендованих Міністерством освіти і науки України для студентів факультетів фізичного виховання і спорту також відсутні розділи з методики викладання (Полотайко Ю.О.-2004г., Глазурин І.Д. – 2006г., Раевский Р.Т., Петелкаки Р.Ф. – 2005г.).

✓ У підручнику з плавання Платонова В.Н. (2000г.) відсутній не тільки розділ викладання, а і розділ навчання плаванню. Цей ґрунтовний підручник скоріше можна назвати посібником для тренерів високої кваліфікації.

Було би доцільним висвітлювати у навчальній фаховій літературі досвід народної методики навчання техніки фізичних вправ.

АНАЛІЗ ТЕХНІКИ ПЛАВАННЯ ПЛОВЦІВ-САМОУКІВ І РОЗРОБКА ПРИСКОРЕНОЇ МЕТОДИКИ ПЕРЕНАВЧАННЯ ЇХ РАЦІОНАЛЬНІЙ ТЕХНІЦІ ПЛАВАННЯ БРАСОМ

Віктор Пижов

(м.Львів)

За даними федерації плавання України, вміють плавати лише 7-10% населення країни. Наші багаторічні дослідження свідчать, що більшість осіб, які вміють плавати є «самоуками», техніка плавання яких є вкрай небезпечною і потребує перенавчання.

Автором проводився аналіз (1990-2008рр.) техніки рухів ніг при плаванні способом «брас» у пловців груп «Здоров'я» басейнів міст Львова, Кисва, Дніпропетровська, приблизно 2-2,5 тисяч осіб.

На початку проводилися спостереження з бортику басейна, а помилки фіксувалися письмово. Пізніше ці дані уточнювалися після підводних спостережень із використанням спеціальної маски. Із спеціального підводного боксу робилися фотозйомки та складалися кінограми помилок. Було підготовлено 12 кінограм типових помилок, що може надати суттєву допомогу при підготовці спеціалістів з масового навчання плаванню.

Практична перевірка читабельности кінограм (для неспеціалістів) проводилася за участю інструкторів, які надають допомогу з навчання в групі лікувального плавання. Робота викликала значну зацікавленість, кінограми легко розшифровуються навіть не спеціалістами.

Виявлено 6 варіантів типових помилок техніки рухів ніг при плаванні способом брас.

Розроблена дуже ефективна методика пререучювання пловців-самоуків плаванню способом брас за 1-2 заняття. Сенс основних складників методики полягає в тому, що учень повинен бути у спеціальному жителі, або рятувальному кругу, схопити