

1. Прокопова Л. І. Шляхи формування мотивації і фізкультурно-оздоровчої діяльності населення / Л. І. Прокопова // Педагогічні, психологічні і медико-біологічні проблеми фіз. виховання і спорту. – Харків, 2000. – № 21, – С. 3–8.
1. Kozdroń E. Program rekreacji ruchowej osuób starszych / E. Kozdroń. – Warszawa: Wydawnictwa Akademii wychowania fizycznego, 2008. – 76 s.

## ПРИЧИНИ ТА АСПЕКТИ ІГНОРУВАННЯ В УКРАЇНІ МАСОВОГО НАВЧАННЯ ВМІННЮ ПЛАВАТИ

**Віктор Пишов**

*Українська академія друкарства (м. Львів)*

В теорії фізичного виховання тільки один навик визначено як загально необхідний – вміння плавати. Як відомо, стародавні греки, характеризуючи невігласа, говорили: «не вміє ні читати, ні плавати»

За даними федерації плавання України, в даний час панує велика плавальна безграмотність: лише 7-10% населення вміють плавати [1].

Проведені нами у попередні роки дослідження [6-10] свідчать, що більшість тих, які вміють плавати опанували цей навик самостійно і 90-95% із них плавають використовуючи техніку, яка справляє суттєву загрозу для життя.

Таким чином можна констатувати відсутність в країні дієвої системи навчання плаванню різних верств населення, в першу чергу – дітей.

Метою статті є викладення та аналіз окремих причин і наслідків ситуації, яка склалася із навчанням плаванню.

Однією із таких причин слід назвати стан навчання плаванню школярів. І тут слід звернути увагу на кілька аспектів причини. Один з них – ставлення до проблеми шкільних вчителів фізичної культури, які мають у своєму розпорядженні басейни. Окремі з них не навчають дітей техніці плавання, а запускають у басейн «плескатиною». Так, кілька років тому до автора звернулися батьки учнів (III № 45 Львова (у якій функціонує басейн) із проханням навчити

плавати шостий клас, який має їхати відпочивати в «Артек». Така ситуація стала можливою за відсутності контролю якості навчання дітей плаванню на шкільних уроках фізкультури.

Другим аспектом можна назвати небажання шкільних вчителів, які не мають у своєму розпорядженні басейнів, використувати для навчання плаванню природні водойми (навіть море у Криму).

Наступна причина полягає в тому, що далеко не всі випускники ВНЗ фізкультурного профілю не вміють плавати і не здатні навчити плавати своїх дітей. Це стосується, зокрема такої спеціальності як «Фізична реабілітація». Пошук витоків цієї причини свідчить про те, що у підручнику з фізичної реабілітації для фізкультурних ВНЗ, підготовленому професором Мухіним В.М. (який, між іншим є майстром спорту з плавання) відсутній розділ, присвячений ліку вальному плаванню [3]. Відсутній розділ із навчання плаванню і в луганському підручнику з плавання професора В.М.Платонова [4].

Продовжуючи тему підготовки фізкультурних кадрів слід зазначити, що далеко не всі профільні вузи мають матеріально-технічні можливості випускати фахівців, які вміють плавати. Так, у ЛДУФК працює кафедра плавання, яка не має власного басейну, а вуз не має фінансової можливості оплачувати оренду басейну на потрібні для якісного навчального процесу кількості годин.

Ще одна причина мізерної кількості населення, яке вміє плавати полягає у тому, що далеко не всі спеціалізовані вузи опікуються тим, щоби їх випускники вміли плавати. Так у Львівських університетах «Безпеки життєдіяльності» та «Внутрішніх справ» академії Сухопутних військ не проводиться масового навчання плаванню курсантів, а у їх посвідченнях ставиться печатка «права плавати».

Не опікуються вирішенням проблеми, яка розглядається, й командування ЗС України. Прагнучи не наражати на небезпеку військовослужбовців, від офіцерів перед відпусткою у відділах кадрів вимагають розписку про те, що під час відпочинку вони плавати не будуть. У програмі фізичної підготовки військовослужбовців існує норматив з плавання: слід вміти подолати 100-метрову воду.



перешкоду. Таких водних перешкод у природі є вкрай мало. Слід пам'ятати, що не вміння плавати солдат має трагічні історичні приклади. Достатньо пригадати, що під час форсування Дніпра у Великій Вітчизняній Війні більше військових загинули від невміння плавати ніж від пуль противника.

Наступна причина ситуації, що склалася – діяльність у зазначено напрямку Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту. Так, в травні 2008 року Міністерством була проведена науково-практична конференція у Дніпропетровську, присвячена проблемам навчання плаванню. Аналіз звіту про конференцію, який опубліковано у ЗМІ, свідчить, що проблема навчання плаванню так не розглядалася комплексно, а наголос було зроблено на презентацію проектів бізнесменів, які займаються будівництвом басейнів [4].

Ще одна причина, про яку слід згадати: недосконалість програмних документів, які прийняті у країні для вирішення вищезгаданої проблеми. Мова йде, зокрема, про проект «Концепції Державної цільової соціальної програми навчання плаванню на 2008-2012 роки». Вважаю, що цей документ не можна назвати «концепцією» тому, що він не містить шляхів вирішення проблеми, які замінено на гасла, наприклад: «забезпечити безкоштовне навчання плаванню всіх учнів 1-4 класів» або: «організувати масове навчання плаванню в усіх типах навчальних закладів» [2].

Продовження переліку причин байдужості до навчання плаванню дітей та молоді є діяльність громадських організацій, зокрема «Пласту». Спостереження за проведенням змагань із плавання вівських «пластунів», свідчать, що більшість із них не володіє значеною навичкою. У запливі на 50м до фінішу допливає один, іноді 2 пластуни. На питання про можливість пластунів долати водні перешкоди під час походів, організатори відповіли, що водо-ви обходять стороною.

Чергова причина не вміння населення плавати криється у низькому методичному рівні проведення занять. Тут можна навести наступний приклад. Щорічно у Львові в басейні «Динамо» проводяться та фінансується Обласною державною адміністрацією

акція з навчанням плавання дітей із багатодітних сімей. Курс навчання, який складається із 10 уроків, проходять приблизно 500 дітей. Спостереження за перебігом занять приводять до висновку про ряд методичних недоліків, які знижують їх ефективність, зокрема:

- ✓ не проводяться вправи на суші, які мають підготувати до плавання у басейні;
- ✓ навчання починається із плавання на грудях, коли більш цільним є плавання на спині;
- ✓ відсутнє паралельне навчання плаванню способом брас, в той час як спеціалістами визнана ефективність одночасного навчання двом і навіть трьом способам плавання.

Студенти ЛДУФК, які проводили уроки плавання на зауваження та поради не реагували.

Значний внесок у вирішення проблеми могло би зробити Міністерство охорони здоров'я та підпорядковані йому лікувальні заклади. Мова йде, зокрема, про навчання плаванню немовлят. Відомий у світі та ефективний досвід такої роботи мав місце у дитячих поліклініках Львова, на жаль в даний час плавання немовлят лікувальними закладами не культивується.

У світовій медицині, особливо в Японії, відомий ефект лікувального плавання вагітних жінок. На жаль, в Україні такі традиції відсутні, а інформація про такі види занять не міститься на сторінках навчальної літератури для майбутніх лікарів та фахівців з фізичної реабілітації. Одночасно практикуючі лікарі далеко не завжди скеровують хворих у басейн, а тут міг би стати у нагоді їх авторитет і фахова думка. Спостереження автора свідчать, що у Львові виключення складають лікарі наступних установ: Лікарсько-фізкультурного диспансеру, районної поліклініки № 1 «Охорони материнства та дитинства».

### **Висновки:**

1. Програмно-нормативні документи, які сформовано з метою вирішення проблеми навчання плаванню, потребують удосконалення, конкретизації, врахування практичного досвіду та результатів наукових досліджень.



2. Не слід вважати єдиним шляхом вирішення проблеми будівництва басейнів. В кращому випадку вони можуть забезпечити лише 10% населення.
3. Масове навчання плаванню доцільно організовувати у літній період на природних водоймах.
4. Необхідно проводити контроль за якістю навчання плаванню, не дозволяти на уроках плавання просто купатися.
5. Потребує подальшого удосконалення методика проведення занять: опанування тренерами прискорених методів навчання плаванню, використання підходящих вправ на суші та ін.
6. Необхідно удосконалити зміст навчальної літератури для фізкультурних ВНЗ, доповнити підручники і навчальні посібники інформацією про досвід: народної методики навчання плаванню; прискореної методики перенавчання плавців, які самостійно опанували не раціональну техніку плавання; прискорених методів навчання плаванню на різних типах природних водойм.
7. При навчанні плаванню доцільно звертати першочергову увагу на опанування способу плавання «брас», як найбільш доцільного у професійно-прикладній фізичній підготовці та профілактиці захворювань.

### *Література:*

1. Дутчак М. Створення умов для розвитку плавання – пріоритетне завдання реалізації державної політики у сфері фізичної культури і спорту / Дутчак М. // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2008. – №2. – С.4 – 7.
2. Концепція Державної цільової соціальної програми навчання плавання на 2008-2012 роки (проект).
3. Мухін В.М. Фізична реабілітація [підручник для студентів вищих навчальних закладів фізичного виховання і спорту] / В.М. Мухін. – К.: Олімпійська література, 2000.
4. Підсумки міжнародної науково-практичної конференції «Україна плавання 2020» Спортивний вісник Придніпров'я 2008 №2 Спеціальний випуск до міжнародної науково-практичної конференції «Україна плавання 2020».
5. Платонов В.Н. Плавание: учебник [для высших учебных заведений физического воспитания и спорта] / В.Н. Платонов. – Киев: Олимпийская литература, 2000. – С. 21– 45.

6. Пыжов В.В. Допомогти масовому навчанню школярів плаванню / Пыжов В.В. – К. : Радянська школа, 1984. – №5. – С. 73 – 77.
7. Пыжов В.В. Народная методика преподавания при массовом обучении физическим упражнениям / В.В. Пыжов // Теория и практика физической культуры, 1990. – №6. – С.63.
8. Пыжов В.В. Некоторые вопросы организации и методики преподавания плавания в пионерском лагере. Плавание: сб-к материалов. – М. ФиС, 1971, – Вып. 2. – С. 7 – 43.
9. Пыжов В.В. Ускоренное обучение плаванню / В.В. Пыжов. – М. ФиС. – 1986. – №5. – С. 17–20.

## ПРОБЛЕМИ «ОЖИВЛЕННЯ» ПОСТРАЖДАЛОГО, ЯКОГО ВРЯТОВАНО НА ВОДІ

**Виктор Пижов**

*Українська академія друкарства (м.Львів)*

Доводячи важливість вирішення проблеми навчання населення плаванню, та можливі аспекти її вирішення, автор у своїх друкованих працях неодноразово звертав увагу на важливість фахової підготовки кадрів, які навчають плавати різні групи населення. Однак, не менш важливим є вміння надавати допомогу при нещасних випадках на воді, що входить до функціональних обов'язків таких фахівців.

У арсеналі власного досвіду автора є випадок, коли у табір «Артек» не вдалося «оживити» дитину, яка довгий час знаходилася під водою. Проводилося слідство, в ході якого рятувальнику було запропоновано здати іспит з правил виконання прийомів «оживлення» тому, що не виключалася версія загибелі школяра через невірні дії рятувальника. Після успішного складання іспиту, рятувальника були визнані вірними, у протилежному випадку йому було би притягнуто до кримінальної відповідальності за ненавмисне вбивство. Подальший аналіз причин трагедії виявив, що дитина перегрілася на сонці і одразу увійшла до води, в чому винним був вихователь.