



Основные аспекты организации и проведения занятий по плаванию с детьми грудного возраста

Пилипко О. А., Дружининская Е. А.

Харьковская государственная академия физической культуры, Харьков, Украина

Аннотация. В данной статье приведены результаты анкетного опроса специалистов, работающих в сфере грудничкового плавания, определены основные направления методики проведения занятий в области раннего плавания.

Ключевые слова: плавание, грудной возраст, методика, совершенствование.

Введение. Плавание широко представлено во всех звеньях системы физического воспитания [2].

Проведенные многочисленные научные исследования подтверждают всестороннюю пользу этого вида деятельности в любом возрасте [1, 4]. Однако особенно велико оздоровительное воздействие плавания на детский организм.

Занятия плаванием с грудными детьми в последние годы становятся очень популярными [3]. И дело здесь отнюдь не в моде. Плавание – это прекрасное средство гармоничного развития малышей. А показателем этого состояния является здоровье!

Учитывая то, что за последние 35 лет взгляд на методику проведения таких занятий неоднократно менялся, затрагиваемая тема и на сегодняшний день не утрачивает своей актуальности.

Цель исследования – изучение основных аспектов организации и проведения занятий по плаванию с детьми грудного возраста.

Материал и методы исследования. В период с 2016 г. по 2017 г. нами было проведено анкетирование специалистов, работающих в сфере грудничкового плавания в



разных регионах Украины.

Общее количество респондентов составило 27 человек. Стаж их работы колебался в пределах от 6 месяцев до 12 лет.

Результаты исследования и их обсуждение. Предложенная нами анкета позволила сформировать мнение специалистов касательно форм, методов, а также ряда других вопросов организации проведения занятий по плаванию с детьми грудного возраста.

На основании полученных результатов было выявлено, что 100% респондентов считает плавание наиболее эффективным средством оздоровления и закаливания детей. Поскольку его ценность заключается в возможности использования с первых дней жизни ребенка.

Практически все опрошенные рекомендуют начинать занятия в воде с самого рождения (а именно, с момента заживления пупочной ранки). При этом 11% респондентов высказало мнение, что занятия важны даже с момента зачатия. В бассейн считают нужным переходить с 1,5–3 месяца.

В свою очередь на продолжительность занятия должны влиять возраст ребенка, уровень его развития, настроение и неврологический статус (при условии возможных отклонений в состоянии здоровья).

67% опрошенных инструкторов раннего плавания отдают предпочтение работе с малышами в воде при температуре 28-29°C, 33% считают целесообразной температуру 32-33°C.

В качестве критериев эффективности занятий респондентами были выделены:

- хорошее настроение ребенка вовремя и после тренировки;
- его активность;
- улучшение сна и аппетита;
- высокое эмоциональное состояние родителей.

В качестве обязательных моментов специалистами указаны:

- необходимость контроля за соблюдением всех санитарных требований (чистая вода, комфортная температура, безопасная акватория);
- оптимальное количество одновременно занимающихся детей;
- эмоциональная насыщенность занятия (проведение его в виде сказки, с использованием музыкального сопровождения, элементов творчества, раннего развития и т.д.);
- важность качественного выполнения всех упражнений с постепенным их усложнением.



Многие инструктора считают, что к каждому ребенку необходим индивидуальный подход. Однако, кому-то больше подойдет занятие с инструктором, кому-то с родителями, а для кого-то наиболее приемлемым будет комбинирование обеих форм, чтобы не возникал стереотип проведения занятия. При этом наиболее приоритетной среди инструкторов раннего плавания была выделена форма проведения занятия «Мама + папа + инструктор + ребенок» (89% опрошенных) и «Мама + инструктор + ребенок» (78% специалистов). Форме «Папа + инструктор + ребенок» отдали предпочтение 67% опрошенных. И лишь 44% считают эффективной работу одного инструктора с ребенком.

Интересен тот факт, что базовое образование по профилю тренерской деятельности имеют всего 33% работающих в области грудничкового плавания. При этом часть опрошенных (22%) испытывают острую необходимость в получении соответствующего либо сопутствующего высшего образования (в области физической культуры и спорта, медицины, педагогики или психологии).

Для повышения уровня своей квалификации все респонденты активно используют чтение научно-методической литературы, посещение семинаров, мастер-классов, круглых столов, открытых практических занятий коллег, участие в вебинарах.

Большая часть опрошенных (81%) считает, что на настоящий момент имеется недостаточное количество необходимой методической литературы по интересующей их тематике, мало проведено научных исследований.

Выводы:

1. Тема грудничкового и раннего плавания на настоящий момент требует более пристального внимания.
2. Наиболее оптимальной формой проведения занятий с детьми грудного возраста является «Мама + папа + инструктор + ребенок».
3. Назрела необходимость совершенствования системы образования специалистов, работающих в области раннего плавания.

Перспектива дальнейших исследований в данном направлении заключается в изучении вопроса участия родителей в процессе грудничкового плавания, их психологической подготовки к данным занятиям.

Список використаної літератури.

1. Булгакова Н.Ж. Булгакова Н.Ж., Попов О.И., Располова Е.А. *Теория и методика*



плавания. М.: Академия, 2014. 319 с.

2. Викулов А.Д. *Плавание: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений*. М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2004. 367 с.

3. Петрова Н.Л., Баранов В.А. *Плавание: техника обучения детей с раннего возраста*. М.: Изд.-во Фаир, 2008. 120 с.

4. Шульга Л.М. *Оздоровче плавання: Навчальний посібник*. К.: Олімпійська література, 2008. 232 с.