

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДЕРЖАВНИЙ ЗАКЛАД „ЛУГАНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ
УНІВЕРСИТЕТ імені ТАРАСА ШЕВЧЕНКА”

АНДРОСОВА АЛЬОНА ПАВЛІВНА

УДК [373.5.016:797.2](076)

МЕТОДИКА НАВЧАННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ
ПЛАВАННЯ В ШКОЛАХ СПОРТИВНОГО ПРОФІЛЮ

13.00.02 – теорія та методика навчання
(фізична культура, основи здоров'я)

АВТОРЕФЕРАТ
дисертації на здобуття наукового ступеня
кандидата педагогічних наук



Луганськ – 2014

Дисертацією є рукопис.

Роботу виконано в Державному закладі „Луганський національний університет імені Тараса Шевченка”, Міністерство освіти і науки України.

Науковий керівник:

доктор педагогічних наук, професор
Ротерс Тетяна Тихонівна,
Державний заклад „Луганський національний університет імені Тараса Шевченка”, завідувач кафедри теорії та методики фізичного виховання

Офіційні опоненти:

доктор педагогічних наук, професор
Ганчар Іван Лазарович, Одеська національна морська академія, професор кафедри фізичного виховання і спорту

кандидат наук з фізичного виховання і спорту
Бондар Тарас Сергійович, Комунальний заклад „Харківська гуманітарно-педагогічна академія” Харківської обласної ради, завідувач кафедри спортивно-педагогічних та біологічних дисциплін

Захист дисертації відбудеться 28 квітня об 11.00 годині на засіданні спеціалізованої вченої ради К 29.053.04 у Державному закладі „Луганський національний університет імені Тараса Шевченка” за адресою: 91011, м. Луганськ, вул. Оборонна, 2, ауд. 376.

З дисертацією можна ознайомитися в бібліотеці Державного закладу „Луганський національний університет імені Тараса Шевченка” (91011, м. Луганськ, вул. Оборонна, 2).

Автореферат розіслано 27 березня 2014 р.

**Учений секретар
спеціалізованої вченої ради**

Т. М. Бугеря

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність теми. У сучасних умовах реформування освітньо-виховної системи школярів на перше місце виходить профільне навчання в старшій школі як пріоритетний напрям розвитку й удосконалення освіти учнів, спрямованої на широку диференціацію, варіативність, багатoproфільність, інтеграцію загальної й допрофесійної освіти. Профільна школа створює умови для формування в школярів орієнтації на той чи той вид майбутньої професійної діяльності на засадах принципу особистісно зорієнтованого навчання, де важливе місце посідає спеціалізація працівника. У Концепції профільного навчання в старшій школі визначено основні напрями профілізації: суспільно-гуманітарний, природничо-математичний, технологічний, художньо-естетичний та спортивний, у якому передбачено такі навчальні профілі, як легка атлетика, гімнастика, спортивні ігри, туризм, а також плавання.

Спортивний напрям „плавання” в системі профільного навчання є видом навчально-тренувальної діяльності учнів, спрямованої на оздоровлення школярів, підвищення рівня фізичної підготовки та спортивної майстерності відповідно до специфіки майбутньої спортивно-педагогічної діяльності, що вимагає розробки відповідного методичного, матеріально-технічного та програмного забезпечення.

Питання становлення та реалізації профільного навчання були в колі уваги вітчизняних і зарубіжних дидактів, психологів, педагогів, які розглядали: концептуальні засади профільного навчання в загальноосвітній школі (Н. Бібік, О. Савченко); особливості організації профільного навчання (Т. Захарова, Л. Липова, Л. Покроєва, Б. Ренькас, Н. Шиян); зміст та організацію навчально-виховного процесу в умовах профільного навчання (С. Вольянська, М. Гузик, О. Корсакова, С. Трубачева); організацію профільного навчання в зарубіжній школі (М. Авраменко, О. Локшина, Б. Ренкас, О. Савченко).

Аналіз наукової літератури засвідчив, що питання профільного навчання фізичної культури досліджувались у різних напрямках, а саме: визначено особливості профільного навчання з фізичної культури (Л. Іванова); обґрунтовано структуру та зміст загальної середньої освіти в галузі фізичної культури в умовах профільного навчання (І. Латипов); розроблено концепцію профільного навчання предмета „Фізична культура” в загальноосвітній школі (А. Матвеев, А. Журкіна, В. Панов); сформовано шкільний компонент змісту фізкультурної освіти в класах спортивно-педагогічної спрямованості (С. Оправхата); розроблено програмно-методичне забезпечення профільної фізкультурно-педагогічної підготовки старшокласників (В. Тверських).

Досліджуючи проблему профільного навчання за спортивним напрямом, науковці наголошують на: важливості допрофесійної профільної підготовки тих, хто навчається в спортивно-педагогічних класах (Т. Жукова); визначенні змісту навчальної діяльності старшокласників зі спортивного профілю (М. Зубалій); запровадженні спортивно зорієнтованого фізичного виховання (В. Бальсевич, Л. Лубишева); розробці педагогічних умов організації допрофесійної фізичної підготовки оборонно-спортивного профілю в загальноосвітній школі (Є. Бліков).

Теоретичним підґрунтям розв’язання окресленої проблеми є праці, у яких розкрито особливості навчання плавання школярів різних вікових груп

(Т. Абсалямов, І. Берестецька, І. Булах, Н. Булгакова, С. Вайцеховський, В. Васильєв, Р. Жуков, Л. Макаренко, В. Платонов та ін.).

У процесі розв'язання дослідницьких завдань ураховано теоретико-методичні засади фізичної, технічної, теоретичної підготовки з плавання, що репрезентовано в наукових розвідках таких авторів, як Ю. Буйлін, Н. Булгакова, С. Вайцеховський, Л. Волков, І. Ганчар, С. Гордон, Л. Макаренко, В. Парфьонов, В. Платонов та ін.

Окремі аспекти навчання старшокласників плавання в школах спортивного профілю розкрито в дисертаційних роботах О. Габрієляна, С. Гордона, В. Гречанникова, В. Гриньова, С. Койгерова, О. Красикова, А. Єфимова, М. Кремльова, Г. Налбандяна, Г. Узунової. Водночас питання навчання старшокласників плавання в школах спортивного профілю не були предметом спеціального дослідження.

Аналіз процесу профільного навчання свідчить про наявність існуючих суперечностей між: нагальною потребою на державному рівні до переходу на профільне навчання за спортивним напрямом і недостатнім навчально-методичним забезпеченням цього процесу; потребою загальноосвітніх навчальних закладів на регіональному й місцевому рівнях до впровадження профільного навчання за спортивним напрямом плавання та відсутністю методик навчання в школах спортивного профілю. Актуальність проблеми дослідження, її недостатня теоретична й практична розробленість, виявлені протиріччя зумовили вибір теми дисертаційної роботи „**Методика навчання старшокласників плавання в школах спортивного профілю**”.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дисертацію виконано відповідно до пріоритетного напрямку наукових досліджень кафедри теорії і методики фізичного виховання ДЗ „Луганський національний університет імені Тараса Шевченка” – „Теорія і методика профільного навчання старшокласників за спортивним напрямком в умовах безперервної освіти” (державний реєстраційний номер 0108U002431). Тему затверджено на засіданні Вченої ради Луганського національного університету імені Тараса Шевченка (протокол № 4 від 26.11.2010 р.) та узгоджено Радою з координації наукових досліджень у галузі педагогіки та психології в Україні (протокол № 1 від 25.01.2011 р.).

Об'єкт дослідження – процес навчання учнів старших класів у школах спортивного профілю.

Предмет дослідження – методика навчання учнів старших класів за спортивним напрямом плавання в школах спортивного профілю.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити методику навчання старшокласників плавання в школах спортивного профілю.

Відповідно до предмета й мети сформульовано такі **завдання дослідження**:

1. Визначити теоретичні засади профільного навчання старшокласників за спортивним напрямом.
2. Проаналізувати стан процесу навчання старшокласників плавання в школах спортивного профілю.
3. Розробити модель процесу навчання старшокласників плавання в школах спортивного профілю.

4. Теоретично обґрунтувати методику навчання старшокласників плавання в школах спортивного профілю.
5. Експериментально перевірити результативність методики навчання старшокласників плавання в школах спортивного профілю.

Теоретико-методологічні засади дослідження становлять: філософські положення щодо модернізації сучасної освіти на основі ідей гуманізації та демократизації (Н. Бібік, Л. Березівська, В. Кизенко, С. Трубачева); положення індивідуального та диференційованого підходів (Т. Афанасьєва, Т. Захарова, З. Калмикова, Н. Мойсеюк, Н. Немова, І. Унт); ідеї особистісно зорієнтованого навчання (Г. Балл, І. Бех, Є. Бондаревська, О. Пехота, О. Турянська); моделювання в освітній галузі (В. Докучаєва, В. Штофф, О. Дахін); положення принципу наступності між допрофільним і профільним навчанням, між профільним навчанням та професійною підготовкою (О. Болотова, Т. Жукова, Т. Риждова, Р. Сабірова, Л. Чижикова); принцип гнучкості форм організації профільного навчання (І. Латипов, С. Вольянська, М. Гузик, Л. Покроєва, Н. Побірченко, А. Самодрин); концепції профільного навчання в старшій школі, професійної орієнтації школярів (Н. Алік, Т. Воробйова, О. Голомшток); профільного навчання з фізичної культури (Є. Бліков, А. Матвєєв, А. Журкіна, В. Панов, М. Зубалій, Л. Іванова, О. Котова, І. Латипов, Т. Ротерс, Л. Фаннінгер); спортивного тренування (Л. Матвєєв, Л. Волков, Н. Озолін, Г. Максименко, Ф. Суслов, В. Філін, М. Фомін); спортивної підготовки в плаванні (Н. Булгакова, С. Вайцеховський, І. Ганчар, С. Гордон, К. Іняєвський, Д. Каунсільмен, Л. Макаренко, М. Набатникова, В. Парфьонов, В. Платонов, Ю. Шкрєбтій).

Для досягнення мети та розв'язання поставлених завдань застосовано **методи дослідження**: теоретичні – аналіз, узагальнення, систематизація положень наукових джерел, програмно-нормативної документації для обґрунтування теоретико-методичних засад дослідження, визначення його наукового апарату, уточнення основних понять, визначення сутності та змісту профільного навчання в старшій школі; моделювання з метою розробки моделі процесу профільного навчання старшокласників плавання, яка відображує його основні компоненти та сутність за спортивним напрямом плавання; емпіричні: спостереження, анкетування, бесіди з учителями фізичної культури, тренерами з плавання для визначення сучасного стану навчання плавання, педагогічний експеримент (констатувальний, формувальний), тестування рівня підготовленості старшокласників з плавання для виявлення змін під час формувального експерименту; методи математичної статистики – для визначення статистичної значущості отриманих під час експерименту результатів.

Наукова новизна одержаних результатів полягає в тому, що: *уперше* теоретично обґрунтовано та розроблено експериментальну методику навчання старшокласників плавання в школах спортивного профілю на основі домінуючих завдань, яка спрямована на оптимізацію засобів, інтенсифікацію методів та форм організації занять, розвиток рухового ритму як показника, що впливає на ефективність навчання техніки плавання; індивідуалізацію навчання в мікрогрупах як основи самовдосконалення в плаванні; розроблено модель процесу навчання старшокласників плавання в школах спортивного профілю;

– *подальшого розвитку* набули наукові уявлення про сутність та зміст навчання

старшокласників плавання в школах спортивного профілю (специфіка знань, рухових умінь та навичок відповідно до спортивної спеціалізації в контексті теоретичної, фізичної та технічної підготовки), сутність поняття „школа спортивного профілю”;

– *удосконалено* форми проведення навчально-тренувальних занять (групові та індивідуальні); методи навчання (аудіальні, візуальні, комплексні); засоби розвитку рухового ритму та основних фізичних якостей в аспекті профільного навчання старшокласників плавання.

Практичне значення результатів дослідження полягає в їхній готовності до впровадження в навчальний процес профільних шкіл методики навчання старшокласників плавання, зокрема розроблено методичний посібник „Методика навчання учнів старших класів за спортивним напрямком «Плавання»” для вчителів фізичної культури, тренерів з плавання, викладачів; програму й навчально-методичне забезпечення навчальних занять, орієнтовану на сучасну підготовку учнів старших класів, які навчаються за спортивним напрямом „Плавання”.

Результати дослідження можна використати в системі післядипломної освіти різних категорій педагогічних працівників; у процесі підготовки майбутніх учителів фізичної культури у вищих навчальних закладах різного рівня акредитації; у науково-методичній роботі тренерів з плавання; у самостійній діяльності викладачів фізкультурних ВНЗ та старшокласників.

Основні положення та результати дисертаційного дослідження впроваджено до навчально-тренувального процесу старшокласників спортивно-педагогічних класів: Комунального закладу „Луганська школа I – III ступенів № 26” (довідка № 117 від 14.02.13); Свердловська загальноосвітня школа I – III ступенів № 9 (довідка № 9/1 від 11.02.13); Комунальної установи „Краснодонська загальноосвітня школа I – III ступенів № 8 Краснодонської міської ради Луганської області” (довідка № 746 від 21.01.13); Луганського обласного вищого училища фізичної культури (довідка № 91 від 5.02.13); Донецького вищого училища олімпійського резерву ім. С. Бубки (довідка № 38 від 29.01.13); навчальний процес Луганського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти (довідка № 162 від 19.02.13).

Особистий внесок дисертанта в працях, написаних у співавторстві, здобувачеві належить (відповідно до списку публікацій): розробка навчальних завдань, методичних вказівок та рекомендацій, статистичної обробки експериментальних результатів дослідження.

Апробація результатів дисертаційної роботи. Результати дослідження доповідалися на науково-практичних конференціях: I Міжнародній науково-практичній Інтернет-конференції серед молодих учених „Наукова молодь: інноваційні підходи в освіті і науці” (Луганськ, 2011), III Міжнародній науково-методичній конференції „Сучасні проблеми та перспективи майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту” (Київ, 2011), VIII Міжнародній науково-практичній конференції „Олімпійський спорт, фізична культура, здоров’я нації в сучасних умовах” (Луганськ, 2011), Міжнародному науково-практичному семінарі для науковців, директорів, методистів та вчителів фізичної культури „Інноваційні технології фізичного виховання учнівської молоді” (Луганськ, 2011), Міжнародній науково-практичній конференції „Олімпійський спорт, фізична культура, здоров’я

нації у сучасних умовах” (Луганськ, 2012), V міжнародній науково-практичній конференції „Фізичне виховання, спорт і культура здоров’я у сучасному суспільстві” (Луцьк, 2012), VII Міжнародній науковій конференції аспірантів „Фізична культура: наукові проблеми освіти та спорту” (Кишинів, Молдова, 2012), Міжнародному науково-практичному семінарі для науковців, директорів, методистів та вчителів фізичної культури „Формування фізичної культури особистості в системі неперервної освіти” (Луганськ, 2013), Міжнародній науково-практичній конференції „Олімпійський спорт, фізична культура, здоров’я нації у сучасних умовах” (Луганськ, 2013); на курсах підвищення кваліфікації вчителів фізичної культури та тренерів Луганського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти; основні положення дисертації було обговорено на засіданнях кафедри теорії і методики фізичного виховання Інституту фізичного виховання і спорту ДЗ „Луганський національний університет імені Тараса Шевченка”.

Публікації. За результатами дослідження опубліковано 14 наукових праць (з них 10 – одноосібні, одна в міжнародному виданні), з яких 6 статей – у наукових фахових виданнях, зокрема 1 статтю включено в міжнародні науково-метричні бази.

Структура й обсяг дисертації. Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до кожного розділу, загальних висновків, списку використаних джерел (277 найменувань, з яких 5 іноземних), додатків. Загальний обсяг дисертації становить 246 сторінок. Робота містить 17 таблиць, 13 рисунків, обсяг основного тексту – 195 сторінок.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ ДИСЕРТАЦІЇ

У **вступі** обґрунтовано актуальність обраної теми; визначено мету, завдання, об’єкт і предмет дослідження; розкрито наукову новизну й практичне значення отриманих результатів; подано інформацію про апробацію й упровадження результатів дисертаційної роботи, публікації за темою дослідження, структуру та обсяг роботи.

У першому розділі – „**Теоретичні засади профільного навчання старшокласників за спортивним напрямом плавання**” – здійснено аналіз проблеми профільного навчання старшокласників; визначено сутність навчання учнів у школах спортивного профілю й зміст навчання старшокласників плавання в школах спортивного профілю.

Установлено, що проблема профільного навчання старшокласників за спортивним напрямом є важливим завданням освітньої політики України та вирішується на трьох рівнях: державному, регіональному та рівні навчальних закладів в контексті неперервної профільної освіти, що забезпечено специфікою профільного навчання та передбачає взаємозв’язок усіх освітніх ланок: допрофільне – профільне навчання та профільне навчання – вищий навчальний заклад. Основними напрямками вирішення порушеної проблеми є розробка навчально-методичного забезпечення навчання старшокласників за різними напрямками профільного навчання, зокрема за спортивним профілем.

На понятійному рівні профільне навчання є засобом диференціації й індивідуалізації навчання за рахунок змін у структурі, змісті й організації освітнього процесу. Інституційною формою реалізації на практиці профільного навчання за

спортивним напрямом є школа спортивного профілю (Е. Дніпров, С. Волков та ін.). Відповідно до Положення про спеціалізований навчальний заклад спортивного профілю, що затверджено Кабінетом Міністрів України від 5.11.1999 № 2061 (зі змінами від 28.12.2011 № 1354) школа спортивного профілю надає можливості отримати освіту за спортивним напрямом залежно від спортивних інтересів, схильностей та здібностей учня й може бути реалізована в різних формах організації навчального процесу, що залежить від умов навчального закладу й регіону.

На підставі аналізу науково-педагогічної літератури встановлено, що сутність навчання в школах спортивного профілю полягає в засвоєнні знань, рухових умінь і навичок відповідно до спеціалізації спортивно-педагогічної діяльності на засадах індивідуального, диференційованого та особистісно зорієнтованого підходів. Основними формами організації навчання в школах спортивного профілю є спортивно-педагогічні класи, однопрофільні, багатoproфільні навчальні заклади та кооперація кількох установ освіти, що надає можливості залежно від умов регіону здійснювати профільне навчання в більшості областях країни (М. Зубалій, Т. Ротерс, А. Матвєєв, А. Журкіна, І. Латипов, Л. Іванова, О. Котова, Є. Блікова, Т. Бондар та ін.).

Аналіз розвідок Н. Булгакової, В. Афанасьєва, А. Воронцова, С. Морозова та інших засвідчив, що в плаванні зміст навчання рухових умінь і навичок має свою специфіку, зумовлену виконанням вправ і на суші, і у воді відповідно до умов фізичної, технічної та теоретичної підготовки.

Установлено, що загальна фізична підготовка в плаванні спрямована на вирішення завдань усебічного розвитку організму учнів, підвищення рівня розвитку фізичних якостей старшокласників як основи для подальшого спортивного вдосконалення, а зміст спеціальної фізичної підготовки спрямовано на розвиток і вдосконалення спеціальних фізичних якостей, що вирішує завдання розвитку сили й спеціальної витривалості м'язів, які зазнають навантаження при плаванні обраним способом (В. Платонов, Н. Булгакова, Б. Зенов, Д. Каунсилмен, Л. Макаренко та ін.).

Визначено, що процес навчання в плаванні передбачає п'ять стадій формування рухових навичок: створення першого уявлення про рухову дію, формування першочергового вміння, формування вміння досконалого виконання рухової дії, повного утворення навички (етап закріплення рухової дії), досягнення варіативної навички та її реалізації (В. Платонов, В. Парфьонов, К. Іняєвський та ін.) як „фундаменту” технічної підготовки. При цьому на результативність плавання різними способами впливає співвідношення темпу й кроку плавця.

Теоретична підготовка в плаванні як інтелектуальний складник навчального процесу, спрямована на засвоєння комплексу знань про загальну наукову основу підготовки спортсмена; спортивно-прикладні знання, творче осмислення пропонованого учню теоретичного матеріалу, що потребує певних інтелектуальних здібностей. Ураховуючи це, виділяють основні форми організації теоретичної підготовки: бесіда, лекція, розповідь, повідомлення, дискусія, про що свідчать дослідження В. Платонова, Л. Матвєєва, С. Вайцеховського та ін.

У другому розділі – „Дослідження стану навчання старшокласників плавання в школах спортивного профілю” – висвітлено методи та організацію дослідження, проведено аналіз практики процесу навчання старшокласників

плавання в школах спортивного профілю, теоретично обґрунтовано та представлено модель процесу навчання старшокласників плавання в школах спортивного профілю.

Дослідження проводилось в чотири етапи протягом 2009 – 2013 рр. за участю 46 учителів фізичної культури м. Луганська й області, 22 тренерів з плавання Луганської та Донецької областей, 68 старшокласників.

У процесі констатувального дослідження було визначено, що профільне навчання старшокласників здійснюють на основі програми „Фізична культура” – профільний рівень 10 – 11 класи (2010), яка орієнтує старшокласників на засвоєння знань основних положень теорії фізичного виховання, оволодіння інтегрованою системою анатомо-фізіологічних, психолого-педагогічних та гігієнічних вимог до фізичного виховання, поглиблення свого освітнього рівня для продовження навчання у вищих навчальних закладах фізкультурного профілю. Змінним складником змісту навчання за цією програмою є фізична, технічна, тактична підготовка, яка базується на одному з видів спорту з акцентом на індивідуальну фізкультурну діяльність, розвитку потреби в особистому вдосконаленні, підвищення рівня спортивної майстерності в обраному виді спорту.

Аналіз результатів анкетування вчителів фізичної культури засвідчив, що 94% респондентів вважають за доцільне впровадження спортивного напрямку плавання в процесі профільного навчання старшокласників. Більшість учителів фізичної культури (63%) спроможні проводити заняття з плавання способом кроль на грудях, кроль на спині, брас, батерфляй відповідно до змісту варіативного модулю „Плавання”.

Результати педагогічних спостережень за навчально-тренувальним процесом показали, що протягом навчального року 91,7% часу тренери-викладачі приділяють фізичній підготовці, 7,5% часу присвячено технічній підготовці та 0,8% часу – теоретичній підготовці учнів спортивно-педагогічних класів.

Визначення стану загальної фізичної підготовки старшокласників спортивно-педагогічних класів ЗОШ № 26 м. Луганська відповідно до вимог навчальної програми з фізичної культури довело, що рівень розвитку фізичних якостей (сили, витривалості, гнучкості, швидкості, спритності, швидкісно-силових якостей) відповідає високому рівню досягнень з фізичної культури юнаків і дівчат, які спеціалізуються в плаванні.

Дослідження рівня спеціальної фізичної підготовки (за результатами виконання спеціальних тестів на суші та у воді) засвідчило, що в тесті стрибок у довжину з місця юнаки й дівчата отримали оцінку „незадовільно”. Імітація на тренажері „х’ютель” за 30 с на оцінку „добре” і в юнаків, і в дівчат. У тесті на подолання 100 м комплексним плаванням та пірнання в довжину і юнаки, і дівчата мають оцінку „відмінно”; у подоланні відрізка 15 м в/с дівчата показали оцінку „відмінно”, юнаки 10 класу – „добре”, а 11 класу – „задовільно”. Загалом, рівень спеціальної фізичної підготовки старшокласників спортивно-педагогічних класів за спортивним напрямом „плавання” відповідає достатньому рівню.

Розв’язання одного з провідних завдань дослідження – розробка моделі процесу навчання старшокласників плавання в школах спортивного профілю здійснювалася з урахуванням фундаментальних підходів до моделювання та

конструювання методики навчання у фізичному вихованні (Т. Круцевич, Ю. Васьков, В. Сутула, Б. Шустін, Ф. Суслов, М. Шестаков та ін.), що надало можливості визначити основні компоненти процесу навчання старшокласників плавання (цілемотиваційний; змістовний; операційно-діяльнісний та контрольньо-діагностичний) і структурні елементи методики (мета та завдання, напрями підготовки, методи, засоби та кінцевий результат навчально-тренувальних занять), що представлено на рис. 1.

У третьому розділі – „**Обґрунтування та перевірка ефективності експериментальної методики**” – обґрунтовано методику навчання старшокласників плавання в школах спортивного профілю, експериментально перевірено її ефективність; розкрито перебіг експериментальної роботи та проаналізовано її результати; подано практичні рекомендації для реалізації експериментальної методики в умовах навчально-тренувального процесу шкіл спортивного профілю.

Експериментальна методика навчання старшокласників плавання в школах спортивного профілю була спрямована на визначення домінуючих завдань, що передбачало оптимізацію засобів, інтенсифікацію методів та форм організації навчання; розвиток специфічних фізичних якостей для плавання (швидкості та витривалості); удосконалення технічної підготовленості на підставі розвитку рухового ритму в колі використання специфічних та неспецифічних для плавання засобів; упровадження завдань індивідуального характеру та роботи в мікрогрупах; розподіл методів технічної підготовки на групи, ураховуючи канали сприйняття учнями інформації (аудіальні, візуальні та комплексні), що відрізняло її від типової методики навчання плавання комплексної спрямованості.

Аналіз теорії й практики навчання плавання свідчить про те, що для застосування обґрунтованої й розробленої методики навчання плавання слід своєчасно та ефективно використовувати сучасній досвід формування й удосконалення навичок плавання учнів старших класів (І. Ганчар), скорегований з урахуванням спортивної майстерності учнів шкіл спортивного профілю, яка найбільш характерна для сучасного етапу розвитку профільної освіти. Це дозволило розробити перелік домінуючих навчально-тренувальних завдань з плавання для старшокласників шкіл спортивного профілю, які мають базову спортивну підготовленість.

Практична реалізація експериментальної методики навчання старшокласників плавання проводилась на основі запропонованої нами поетапної програми навчально-тренувальних занять. На першому етапі передбачалось засвоєння початкових навчально-тренувальних завдань (1 – 60 заняття). Загальна схема проведення занять (вересень, жовтень, листопад, грудень): обсяг – 4200 – 4500 м, інтенсивність – для рівномірного плавання – 40 – 50%, змінного – 40 – 80%, інтервального – 70 – 80%, повторного – 85 – 90%, контрольного – 95 – 100%.

Другий етап присвячено створенню базової плавальної підготовленості (61 – 108 заняття). Загальна схема проведення занять (січень, лютий, березень): обсяг – 4000 – 4200 м без розминки, інтенсивність – для рівномірного плавання – 50 – 60%, змінного – 50 – 80%, інтервального – 70 – 80%, повторного – 85 – 90%, контрольного – 95 – 100%.



Рис. 1. Модель процесу навчання старшокласників плавання в школах спортивного профілю

Третій етап спрямовано на реалізацію плавальної підготовленості учнів (109 – 156 заняття). Загальна схема проведення занять (квітень, травень, червень): обсяг – 3600 – 4000 м без розминки, інтенсивність – для рівномірного плавання – 60 – 70%, змінного – 60 – 80%, інтервального – 70 – 80%, повторного – 85 – 90%, контрольного – 95 – 100%.

При використанні запропонованих схем навчально-тренувальних занять кожного з етапів тренер-викладач здійснює необхідну корекцію домінуючого завдання з урахуванням рекомендованого обсягу та інтенсивності, проводить тестування учнів і поточний контроль. Залежно від кількості проведення навчально-тренувальних занять, зміст кожного з них повторюють на наступному занятті для підвищення рівня фізичної та технічної підготовленості учня. Тому передбачено чергування виконання фізичних вправ у мікроциклах на засадах рівномірного, змінного, інтервального, повторного, інтегрального та контрольного методів плавання, які поступово зменшуються чи збільшуються, забезпечуючи новизну навантаження на кожному навчально-тренувальному занятті, що підвищує їх ефективність. Протягом мікроциклу учні поступово вдосконалюють крок плавця, темп, дихання, ритм, координацію плавання, старти та повороти, що забезпечує реальне підвищення спортивної майстерності старшокласників, будуючи фундамент до засвоєння ними більш потужних тренувальних завдань та орієнтує на майбутню професійну діяльність учителя фізичної культури або тренера з обраного виду спорту.

Для перевірки ефективності запропонованої методики було проведено формувальний експеримент на базі загальноосвітніх навчальних закладів спортивного профілю: Комунальний заклад „Луганська школа I – III ступенів № 26” та Свердловська загальноосвітня школа I – III ступеня № 9, де було сформовано експериментальну групу з числа учнів старших класів, які навчаються за спортивним напрямом плавання загальним обсягом 48 респондентів (29 юнаків і 19 дівчат), з яких 28 осіб з Комунального закладу „Луганська школа I – III ступенів № 26” і 20 – Свердловська загальноосвітня школа I – III ступеня № 9.

Результативність експериментальної роботи перевірялася із застосуванням лонгітудної дослідницької стратегії, у процесі якої аналіз експериментальних результатів проводився за схемою порівняння показників початкового та кінцевого рівня тих самих школярів за визначений дослідницький період. Результати експериментальної групи епізодично порівнювалися з показниками учнів контрольної школи Комунальної установи „Краснодонська загальноосвітня школа I – III ступенів № 8 Краснодонської міської ради Луганської області” (9 юнаків та 11 дівчат).

На початку експерименту було проведено дослідження чинників, які впливають на результат у плаванні учнів спортивно-педагогічних класів. Для цього було застосовано метод рангової кореляції Спірмена. Логіку проведення цього аналізу була зумовлено встановленням чинників фізичної та технічної підготовки, що впливають на спортивний результат у плаванні, а саме: подолання 25 м та 1500 м в/с; пірнання в довжину; робота на тренажері „х’ютель” за 10 с; стрибок у довжину з місця; підтягування на високій перекладині; тест на гнучкість; біг 30 м; човниковий біг; кросовий біг 2000 м; крок плавання; темп; абсолютна швидкість плавання; коефіцієнт ефективності техніки плавання.

Результати аналізу (див. рис. 2) взаємозв'язку показників фізичної підготовленості й результату в плаванні засвідчили, що спостерігається позитивно значуща кореляція між результатом плавання та розвитком: швидкості (25 м/с – $\rho = 0,927$; біг 30 м – $\rho = 0,805$) витривалості (1500 м/с – $\rho = 0,612$; крос 2000 м – $\rho = 0,642$), між швидкістю та витривалістю у воді ($\rho = 0,624$), а також негативна значуща кореляція між результатом плавання та спеціальною швидкісно-силовою підготовкою („х'ютель” 10 с – $\rho = -0,648$). На рис. 2 відображено статистично значущі зв'язки показників фізичної підготовленості, що впливають на спортивний результат плавання (за модулем числа).

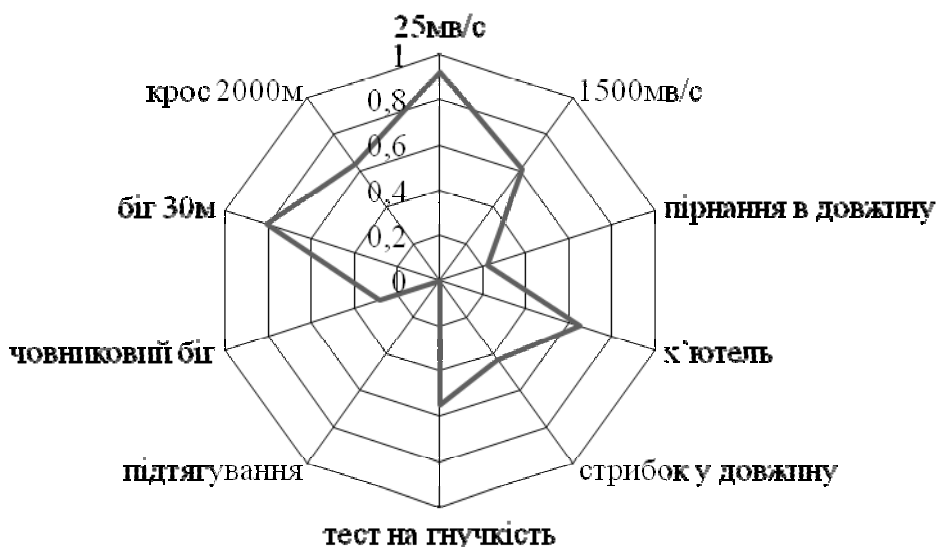


Рис. 2. Взаємозв'язок показників фізичної підготовленості та результату з плавання

Проведений аналіз кореляційного зв'язку показників технічної підготовленості дозволив установити, що простежується негативна значуща кореляція між результатом плавання та: коефіцієнтом ефективності техніки ($\rho = -0,679$), кроком плавця ($\rho = -0,591$), абсолютною швидкістю плавання ($\rho = -0,894$) (див. рис. 3 – показники відображено за модулем числа), а також між кроком та коефіцієнтом ефективності техніки ($\rho = -0,876$).

Отримані результати кореляційного аналізу дозволили дійти висновку, що на спортивний результат у плаванні більшою мірою, з-поміж інших чинників, впливають рівень розвитку швидкості та витривалості як специфічних фізичних якостей, а також показники технічної підготовки (коефіцієнт ефективності техніки, крок, абсолютна швидкість плавання). Між ними спостережено тісні кореляційні взаємозв'язки.

З метою визначення динаміки змін під час експерименту було проведено оцінку рівня спеціальної фізичної та технічної підготовленості учнів старших класів, які навчаються в спортивно-педагогічних класах за спортивним напрямом плавання на початку та в кінці навчального року. Для встановлення відмінностей отриманих даних їх було опрацьовано методами математичної статистики (парний критерій Ст'юдента для залежних вибірок).

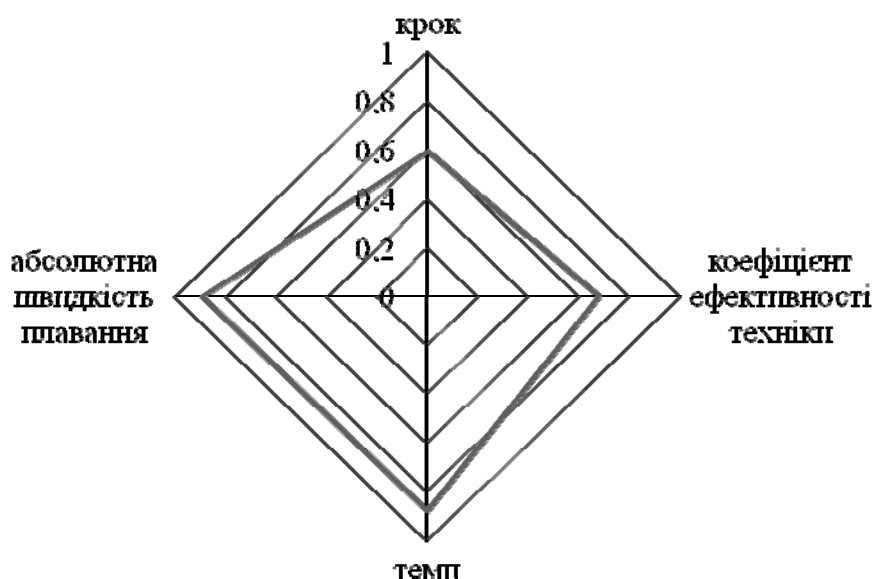


Рис. 3. Взаємозв'язок показників технічної підготовки та результату з плавання

Аналіз результатів тестування спеціальної фізичної підготовки на суші засвідчив, що за всіма показниками (жим штанги руками лежачі, жим ногами на спеціальному тренажері, „складка”, підтягування на високій перекладині за 10 с, робота на тренажері „х'ютель” за 10 с) відмічено позитивну динаміку зміни рівня розвитку сили, швидкісно-силової підготовки та спеціальної витривалості (див. рис. 4).

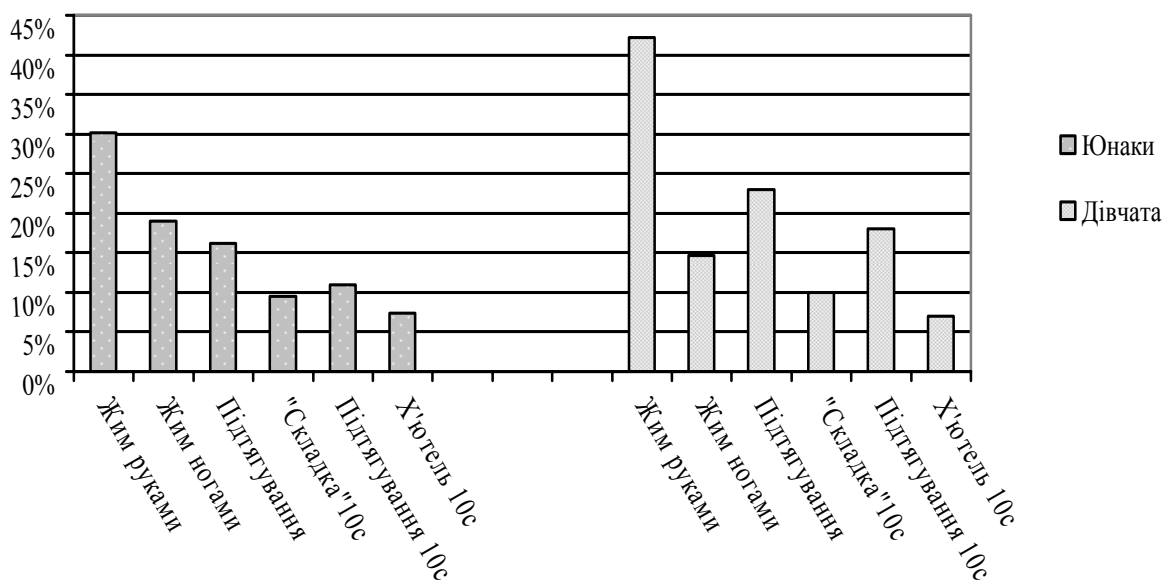


Рис. 4. Приріст показників спеціальної фізичної підготовки на суші юнаків та дівчат експериментальної групи

Убачаємо, що приріст показників спеціальної фізичної підготовки є результатом цілеспрямованих експериментальних занять на суші, спрямованих на вирішення домінуючих завдань розвитку сили та швидкісно-силової підготовки як чинника

підвищення швидкості дистанційного плавання. При цьому використовувались засоби і загальної, і спеціальної фізичної підготовки. Загалом доходимо висновку, що рівень спеціальної фізичної підготовленості на суші юнаків та дівчат експериментальної групи загалом підвищився на 17,35%.

Якщо порівняти показники фізичної підготовки на суші учнів експериментальної групи з показниками учнів контрольної групи – Комунальна установа „Краснодонська загальноосвітня школа I – III ступенів № 8 Краснодонської міської ради Луганської області”, які епізодично перевірялися, то можна засвідчити, що рівень загальної фізичної підготовки при виконанні тестів на суші підвищився на 10,2%, оскільки спортивно-педагогічні класи спеціалізуються за такими видами спорту, як баскетбол, черлідінг, футбол, східні одноборства. Заняття з плавання для учнів старших класів проводяться епізодично, один раз на тиждень та мають оздоровчий, а не спортивно-тренувальний характер, тому середні показники фізичної підготовки на суші значно нижчі.

Аналіз кількісних показників спеціальної фізичної підготовленості учнів експериментальної групи у воді засвідчив позитивну динаміку зростання результативності в подоланні дистанції в плаванні на відстань 25 м в/с на 0,35 с, на дистанції 1500 м в/с – 55 с у юнаків, у дівчат – 25 м в/с на 0,47 с, 1500 м в/с – на 36 с. Отримані результати є статистично значущими ($p < 0,001$) (див. табл. 1).

Таблиця 1

Динаміка змін рівня спеціальної фізичної підготовленості старшокласників експериментальної групи у воді за експериментальний період (n=48)

Тести	25 в/с (с)		1500 в/с (хв)		25 в/с		1500 в/с	
	\bar{X}	m	\bar{X}	m	t	p	t	p
Юнаки (n=29)								
Початок року	11,57	0,14	18,42	0,12	8,432	<0,001	10,874	<0,001
Кінець року	11,22	0,24	17,87	0,26				
Дівчата (n=19)								
Початок року	13,33	0,07	20,58	0,09	7,847	<0,001	7,474	<0,001
Кінець року	12,86	0,19	20,22	0,19				

Показники спеціальної фізичної підготовленості у воді учнів контрольної школи Комунальна установа „Краснодонська загальноосвітня школа I – III ступенів № 8 Краснодонської міської ради Луганської області” за навчальний рік є несуттєвими, ураховуючи вихідні показники (у дівчат на початок року подолання 25 м в/с складало 26 с, а на кінець – 25,30 с; 25 м н/сп – 27 с на початку року та 26 с в кінці). У юнаків на початок року 25 м в/с – 23 с, на кінець – 22 с; 25 м н/сп – 25 с на початку року та 24,40 с у кінці, що свідчить про те, що завдання навчання плавання різні в учнів експериментальної та контрольної груп.

Аналіз результатів тестування рівня технічної підготовленості учнів експериментальної групи (за методикою Р. Жукова) засвідчив, що в юнаків на початок експерименту час подолання дистанції 20 м різними способами плавання в середньому становив $t=12,08 \pm 0,14$, а наприкінці експерименту – $t=11,57 \pm 0,15$. У дівчат

відповідно на початку експерименту $t=13,06\pm 0,11$, по завершенні $t=12,74\pm 0,13$.

Кількість циклів на відрізьку 20 м плавання різними способами в середньому склав на початку року в юнаків $h=8,31\pm 0,12$, а в дівчат – $h=9,08\pm 0,11$, наприкінці в юнаків $h=8,27\pm 0,14$, у дівчат – $h=8,29\pm 0,13$.

Аналіз динаміки змін довжини кроку (К) при плаванні різними способами засвідчив, що середні показники на початок року становлять у юнаків $K=2,53\pm 0,04$, у дівчат $K=2,28\pm 0,03$, а на кінець року в юнаків – $K=2,93\pm 0,14$, у дівчат $K=2,52\pm 0,04$.

Абсолютна швидкість плавання (АШП) за експериментальний період у юнаків майже не змінилася й дорівнює на початок експерименту за середнім показником $АШП=1,70\pm 0,02$, а на кінець навчального року – $АШП=1,76\pm 0,02$. У дівчат відповідно – $АШП=1,54\pm 0,01$ та $АШП=1,58\pm 0,04$.

Значущість отриманих результатів свідчить про ефективність запропонованої експериментальної методики, що підтверджується підвищенням середнього значення коефіцієнту ефективності техніки (КЕТ) плавання на кінець експерименту і в юнаків, де $КЕТ=39,27\pm 0,74$ порівняно з початковими показниками – $КЕТ=35,82\pm 0,49$, і в дівчат на кінець експерименту $КЕТ=40,41\pm 0,67$ порівняно з вихідним показником $КЕТ=36,45\pm 0,44$.

Математичні розрахунки довели, що існує достовірна різниця за всіма показниками оцінювання результативності формування рухових навичок відтворення основних параметрів техніки плавання різними способами, а саме: при $p<0,001$ на рівні майже за всіма показниками, окрім h для брасу ($p>0,05$) та крок для батерфляю ($p>0,05$) у юнаків, t для батерфляю в дівчат ($p>0,05$), що суттєво не впливає на загальні показники.

Показники технічної підготовки школярів контрольної групи за результатами візуального оцінювання їхньої техніки плавання на відрізьку 25 метрів способами вільний стиль та на спині в середньому дорівнюють задовільному рівню. При цьому школярі мали певні недоліки у виконанні окремих елементів техніки зазначених способів плавання, зокрема неповний гребок руками, сильні похитування відносно осі тіла, неправильне дихання, скованість рухів за рахунок сильного м'язового напруження.

Аналіз результатів теоретичної підготовки засвідчив, що знання загального характеру підвищились в експериментальній групі з середнього репродуктивного рівня (6 балів) до достатнього конструктивно-варіативного (9 балів), а знання спеціальної спрямованості підвищились з середнього (репродуктивного) на рівні 6 балів до високого (творчого) на рівні 10 балів.

Отже, результати педагогічного експерименту засвідчили, що експериментальна методика навчання старшокласників плавання в школах спортивного профілю є ефективною й може бути рекомендована для застосування її в начально-тренувальному процесі учнів старших класів за спортивним напрямом плавання.

ВИСНОВКИ

У дисертації здійснено теоретичне узагальнення та запропоноване нове розв'язання проблеми навчання старшокласників плавання в школах спортивного профілю на основі розробки та експериментальної перевірки результативності

відповідної методики.

1. На основі аналізу науково-методичної літератури визначено теоретичні засади профільного навчання старшокласників за спортивним напрямом, що характеризуються посиленням тенденцій до забезпечення профільного рівня середньої (повної) освіти на засадах диференціації та безперервності фізкультурно-педагогічної освіти, професійної орієнтації учнів на педагогічну професію та якісної підготовки випускників профільних класів у ВНЗ.

За результатами теоретичного аналізу з'ясовано, що школа спортивного профілю – це форма реалізації профільного навчання, що дозволяє отримати освіту за спортивним напрямом залежно від спортивних інтересів, схильностей та здібностей учня й може бути реалізована в різних формах організації навчального процесу, що залежить від умов навчального закладу та регіону. Основною формою організації профільного навчання виступають спортивно-педагогічні класи, що надає можливості підготовки спортивного резерву з числа фізично обдарованих дітей. Основними завданнями, що вирішуються в спортивно-педагогічному класі є створення сприятливих умов для цілеспрямованого поєднання навчання з поглибленим навчально-тренувальним процесом розвитку індивідуальних здібностей старшокласників.

2. Установлено, що сутність навчання в школах спортивного профілю полягає в засвоєнні знань, рухових умінь і навичок відповідно до спеціалізації спортивно-педагогічної діяльності на засадах індивідуального, диференційованого та особистісно зорієнтованого підходів.

Зміст профільного навчання старшокласників спрямовано на опанування учнями різних сторін підготовки з обраного виду спорту: технічної, фізичної та теоретичної.

У дослідженні доведено, що процес профільного навчання старшокласників за спортивним напрямом плавання має бути спрямований на подальше вдосконалення спортивної майстерності з урахуванням анатоμο-фізіологічних особливостей старшого шкільного віку та сенситивних періодів розвитку фізичних якостей. Тому старший шкільний вік якнайкраще підходить для розвитку специфічних фізичних якостей, які безпосередньо впливають на спортивний результат у плаванні – швидкості, швидкісно-силових якостей та спеціальної витривалості.

3. Аналіз практичного досвіду шкіл спортивного профілю показав відсутність достатньої матеріально-технічної бази забезпечення плавання, особливо в невеликих містах, що ускладнює масовому навчання школярів плавання. Проте результати анкетування вчителів фізичної культури засвідчили, що 63% учителів спроможні проводити заняття з плавання способом кроль на грудях, кроль на спині, брас, батерфляй відповідно до модулю „Плавання” за умови створення відповідного програмно-методичного комплексу.

Результати дослідження стану загальної фізичної підготовленості старшокласників за спортивним напрямом плавання довели, що рівень розвитку фізичних якостей (сили, витривалості, гнучкості, швидкості, спритності, швидкісно-силових якостей) відповідає високому рівню досягнень відповідно до вимог шкільної програми з фізичної культури і в юнаків, і в дівчат, які спеціалізуються в плаванні.

Рівень спеціальної фізичної підготовки (за результатами виконання спеціальних тестів на суші та у воді) старшокласників спортивно-педагогічних класів за спортивним напрямом „плавання” відповідає достатньому рівню.

4. Методика навчання старшокласників плавання в школах спортивного профілю представлена як модель процесу, що ґрунтується на індивідуальному та диференційованому підходах. Вона передбачає наступність мети та завдань навчально-тренувального процесу, що спрямовано на підтримку високого рівня фізичної підготовленості; удосконалення технічної майстерності в усіх способах спортивного плавання; обрання способу плавання як основного в змагальній діяльності та його вдосконалення; спрямованість фізичної підготовки на розвиток специфічних фізичних якостей для плавання; отримання теоретичних знань з плавання; підтримання високого рівня спортивної мотивації та формування стійкого інтересу до професії вчителя фізичної культури або тренера з плавання. Запропонована модель процесу навчання старшокласників плавання в школах спортивного профілю здійснюється шляхом послідовної реалізації змістовного, операційно-діяльнісного та контрольного-діагностичного компонентів та забезпечується широким використанням специфічних методів та засобів.

Основними відмінностями експериментальної методики (домінуючих завдань) від існуючої типової (комплексної спрямованості) є: спрямованість на інтенсифікацію форм організації навчання, оптимізацію методів та засобів; акцентування на розвиток специфічних фізичних якостей для плавання; удосконалення технічної підготовленості на підставі розвитку рухового ритму, що передбачає використання специфічних та неспецифічних для плавання засобів; упровадження завдань індивідуального характеру та роботи в мікрогрупах; розподіл методів технічної підготовки на групи, урахуваючи канали сприйняття учнями інформації (аудіальні, візуальні та комплексні).

5. У процесі проведення формувального експерименту основну увагу було сконцентровано на: організації процесу навчання старшокласників плавання в школах спортивного профілю, що містила групові й індивідуальні заняття згідно з розробленим блоком домінуючих навчально-тренувальних завдань, які охоплювати підготовчий період, етап базового формування та етап реалізації плавальної підготовленості в спортивно-педагогічних класах; удосконаленні технічної підготовки за рахунок розвитку рухового ритму на конкретних дистанціях плавання, роботу в мікрогрупах; підвищенні рівня фізичної підготовленості з акцентом на поступовий розвиток специфічних фізичних якостей для плавання, що складає фундамент результативності змагальної діяльності; теоретичну підготовку в аспекті засвоєння учнями базових знань, що стосується різних способів спортивного плавання.

6. Перевірка результативності розробленої методики навчання старшокласників плавання в школах спортивного профілю засвідчила суттєве зростання рівня фізичної підготовленості на суші та у воді на рівні $p < 0,001$ і для юнаків, і для дівчат за рахунок інтенсифікації навчально-тренувального процесу з акцентом на розвиток специфічних фізичних якостей для плавання (швидкості, спеціальної витривалості).

Установлено позитивну динаміку підвищення результативності технічної підготовленості. Коефіцієнт ефективності техніки плавання у вільному стилі підвищився на 6,19% у юнаків та 5,26% у дівчат; у брасі в дівчат на 3,52%; у батерфляї в юнаків на 2,03%, у дівчат на 2,22%; у способі плавання на спині у юнаків на 5,56%, у дівчат на 4,85%. Найбільший приріст результатів юнаків за експериментальний період відбувся у показниках: t в/с на 4%; h брас на 19%; Крок батерфляй на 25,4%; V брас на 4,2%; КЕТ в/с на 15,3% порівняно з початковими показниками, а у дівчат – t в/с на 4%; h в/с на 11%; Крок в/с на 13%; V в/с на 4,2%; КЕТ в/с на 13%.

Аналіз показників спеціальної фізичної підготовленості у воді засвідчив зростання результатів в плаванні на дистанції 25 м в/с на 0,35 с, на дистанції 1500 м в/с – 55 с у юнаків, у дівчат – 25 м в/с на 0,47 с, 1500 м в/с – на 36 с. Отримані відмінності є статистично значущими ($p < 0,001$). Рівень фізичної підготовленості на суші як юнаків, так і дівчат експериментальної групи суттєво підвищився, а саме: жим штанги руками лежачі в юнаків на 30%, у дівчат – на 42,2%; жим ногами на спеціальному тренажері в юнаків – на 19%, у дівчат – на 14,6%; підтягування на високій перекладині широким хватом у юнаків – на 16,2%, у дівчат – на 23,4%; „складка” в юнаків – на 9,5%, у дівчат – на 9,4%; підтягування на високій перекладині за 10 с у юнаків – на 11,2 %, у дівчат – на 18,3%; робота на тренажері „х’ютель” за 10 с у юнаків на 7,4%, у дівчат – на 7%.

Показники теоретичної підготовленості засвідчили, що знання загального характеру підвищились в експериментальній групі з середнього рівня (6 балів) до достатнього (9 балів), а знання спеціальної спрямованості підвищились з середнього на рівні 6 балів до високого на рівні 10 балів.

7. За результатами дослідження було розроблено науково-методичне забезпечення навчання старшокласників плавання в школах спортивного профілю, а саме: методичний посібник; програма занять на навчальний рік; тести з визначення рівня фізичної та технічної підготовки, що сприяло підвищенню ефективності навчально-тренувального процесу учнів спортивно-педагогічних класів.

Проведена експериментальна робота не вичерпує всіх аспектів дослідження проблеми навчання старшокласників плавання в школах спортивного профілю. Перспективними напрямками подальших наукових досліджень, на наш погляд, є: удосконалення навчальних програм з плавання для учнів різних вікових груп шкіл спортивного профілю; методики навчання учнів на кожному етапі підготовки, методичного забезпечення підготовки студентів фізкультурних вищих навчальних закладів до викладання плавання в профільних школах України.

СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

Публікації в фахових виданнях:

1. Андросова А. П. Розробка моделі процесу фізичної підготовки в старших профільних класах за спортивним напрямком плавання / А. П. Андросова // Вісн. Луган. нац. ун-ту імені Тараса Шевченка. – 2010. – № 8. – С. 9 – 13.
2. Андросова А. П. Зміст профільного навчання старшокласників з плавання у загальноосвітніх навчальних закладах / А. П. Андросова // Наук. часоп. Нац. пед. ун-ту імені М. П. Драгоманова. Сер. № 15. „Науково-педагогічні проблеми фізичної культури: фізична культура і спорт” : зб. наук. пр. / за ред. Г. М. Арзютова. – К. : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2011. – Вип. 10. – С. 16 – 19.
3. Андросова А. П. Організація процесу навчання старшокласників плаванню в профільній підготовці в загальноосвітніх навчальних закладах [Електронний ресурс] / А. П. Андросова. – Режим доступу до ст. : http://alma-mater.luguniv.edu.ua/magazines/elect_v/NN13/11aapzpz.pdf. – Назва з екрана.
4. Андросова А. П. Технічна підготовка учнів за спортивним напрямком плавання у школах спортивного профілю / А. П. Андросова // Вісн. Черніг. нац. пед. ун-ту

імені Т. Г. Шевченка / гол. ред. Носко М. О. – Чернігів : ЧДПУ, 2011. – Т. 1. – Вип. 86. – С. 9. – 12.

5. Андросова А. П. Аналіз процесу навчання старшокласників плавання в школах спортивного профілю Луганської області / А. П. Андросова // Зб. наук. пр. Волин. нац. ун-ту імені Лесі Українки. – Луцьк, 2012. – № 2(18). – С. 97. – 100. Видання включено до міжнародної науково-метричної бази IndexCopernicus
6. Андросова А. П. Етапи навчання учнів плавання в школах спортивного профілю / А. П. Андросова // Вісн. Луган. нац. ун-ту імені Тараса Шевченка. – 2012. – № 7. – Ч. 1. – С. 6 – 12.

Публікації в інших виданнях:

7. Андросова А. Програма курсу за вибором у процесі профільного навчання за спортивним напрямком „Плавання” / А. Андросова // Збірник курсів за вибором у процесі профільного навчання за спортивним напрямком : метод. посіб. для вчителів фіз. культури загальноосвіт. навч. закл. та студ. Ін-ту фіз. виховання і спорту / уклад. : Ротерс Т. Т., Ливацький О. В., Драгнєв Ю. В. – Луганськ : СПД Резніков В. С., 2008. – С. 300 – 306. *Особистий внесок здобувача полягає у зборі матеріалу, розробці вказівок та рекомендацій.*
8. Андросова А. П. Фізична підготовка старшокласників за спортивним профілем плавання / А. П. Андросова, Т. Т. Ротерс // Актуальні проблеми фізичного виховання в Україні : зб. наук. ст. за матеріалами Регіональної наук.-практ. конф. (29 квіт. 2009, м. Старобільськ). – Луганськ : ДЗ „ЛНУ імені Тараса Шевченка”, 2009. – С. 8 – 12. *Особистий внесок здобувача полягає в зборі інформації.*
9. Андросова А. Фізична підготовка старшокласників за спортивним профілем плавання / А. Андросова, Т. Ротерс // Фізична підготовка старшокласників у процесі профільного навчання за спортивним напрямком : метод. посіб. для вчителів фіз. культури загальноосвіт. навч. закл. та студ. Ін-ту фіз. виховання і спорту / уклад. Ротерс Т. Т. – Луганськ : СПД Резніков В. С., 2009. – С. 16 – 23. *Особистий внесок здобувача полягає у зборі матеріалу, розробці вказівок та рекомендацій.*
10. Андросова А. П. Стан розвитку фізичних якостей старшокласників у процесі профільного навчання за спортивним профілем плавання / А. П. Андросова, Т. Т. Ротерс // Науковий пошук молодих дослідників : зб. наук. ст. – Луганськ, 2009. – С. 98. – 103. *Особистий внесок здобувача полягає у зборі наукового матеріалу, обробки результатів.*
11. Андросова А. П. Сутність та зміст навчання за спортивним напрямком плавання учнів шкіл спортивного профілю / А. П. Андросова // Актуальні питання фізичного виховання учнівської молоді: теорія та практика : монографія / за заг. ред. Т. Т. Ротерс ; ДЗ „Луган. нац. ун-т імені Тараса Шевченка”. – Луганськ : Вид-во ДЗ „ЛНУ імені Тараса Шевченка”, 2011. – С. 179 – 204.
12. Андросова А. П. Моделювання процесу навчання старшокласників плавання в школах спортивного профілю / А. П. Андросова // Сучасні проблеми фізичного виховання, спорту та здоров'я людини : зб. наук. пр. – Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Поділ. нац. ун-т імені Івана Огієнка, 2012. – Вип. 3. – С. 15 – 20.
13. Андросова А. Основні положення експериментальної методики навчання старшокласників плавання в школах спортивного профілю та її результативність / А. Андросова // Cultura fizică: probleme științifice ale învățământului și sportului : materialele conferinței științifice internaționale a doctoranzilor. – Chișinău : USEFS, 2012. – С. 307 – 311.

Методичний посібник:

14. Андросова А. П. Методика навчання учнів старших класів за спортивним напрямком „Плавання” : метод. посіб. / А. П. Андросова. – Луганськ : ПП Гнучев Ю. М., 2013. – 128 с.

АНОТАЦІЇ

Андросова А. П. Методика навчання старшокласників плавання в школах спортивного профілю. – Рукопис.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук за спеціальністю 13.00.02 – теорія та методика навчання (фізична культура, основи здоров'я). – ДЗ „Луганський національний університет імені Тараса Шевченка”. – Луганськ, 2014.

Дисертацію присвячено теоретико-методологічному обґрунтуванню, розробці та практичній реалізації методики навчання старшокласників плавання в школах спортивного профілю як пріоритетного напрямку розвитку сучасної освітньої системи України. На основі аналізу науково-педагогічної літератури висвітлено загальні теоретичні положення профільного навчання та зокрема спортивного профілю, розкрито сутність та зміст навчання за спортивним напрямом плавання. Розроблено модель процесу навчання старшокласників плавання в школах спортивного профілю як основи для експериментальної методики. Обґрунтовано та експериментально доведено ефективність запровадженої методики, що ґрунтується на акцентованому розвитку специфічних фізичних якостей для плавання, рухового ритму, роботі в мікрогрупах з розробленого блоку навчально-тренувальних занять, які мають поступово охоплювати весь підготовчий період, етап базового формування та етапи реалізації плавальної підготовленості учнів-плавців.

Ключові слова: профільне навчання, спортивний напрямок, плавання, домінуючі завдання, підготовка, навчання старшокласників, методика, модель, школа спортивного профілю.

Андросова А. П. Методика обучения старшекласников плаванию в школах спортивного профиля. – Рукопись.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.02 – теория и методика обучения (физическая культура, основы здоровья). – ГУ „Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко”. – Луганск, 2014.

Диссертация посвящена теоретико-методологическому обоснованию, разработке и практической реализации методики обучения старшекласников плаванию в школах спортивного профиля как приоритетного направления развития современной образовательной системы Украины. Внедрение профильного обучения является стратегически важным заданием образовательной политики Украины в условиях её интеграции в европейское образовательное пространство. Это требует от педагогической науки поиска решений возникающих противоречий на пути перехода к новой образовательной системе. Одним из таких противоречий является в недостаточной мере, на сегодняшний день, обеспеченность методическим сопровождением некоторых направлений профилизации, в частности спортивного профиля обучения. Данное диссертационное исследование направлено на разрешение указанного противоречия именно по спортивному направлению плавания.

На основе анализа научно-педагогической литературы освещены общие теоретические положения профильного обучения и в частности спортивного профиля, раскрыта сущность и содержание обучения по спортивному направлению плавания. Разработана модель процесса обучения старшеклассников плаванию в школах спортивного профиля в качестве основы для экспериментальной методики, которая состоит из целе-мотивационного, содержательного, операционно-деятельностного и контрольно-диагностического компонентов.

Экспериментально доказана, на основе корреляционного анализа, взаимосвязь результата в плавании и уровня развития таких физических качеств как: скорость и выносливость, а также взаимосвязь результата в плавании и таких технических характеристик для плавания как: коэффициент эффективности техники, шаг пловца, абсолютная скорость плавания.

Обоснована и экспериментально доказана эффективность предложенной методики, основанной на акцентированном развитии специфических физических качеств для плавания, двигательного ритма, работе в микрогруппах по разработанному блоку учебно-тренировочных занятий, которые могут постепенно охватывать весь подготовительный период, этап базового формирования и этапы реализации плавательной подготовленности учеников-пловцов.

По результатам констатирующего этапа эксперимента методика обучения старшеклассников плаванию имеет следующее содержание: организация процесса обучения, техническая, физическая, теоретическая подготовки и контроль за уровнем подготовленности учеников в плавании.

Ключевые слова: профильное обучение, спортивное направление, плавание, доминирующие задания, подготовка, обучение старшеклассников, методика, модель, школа спортивного профиля.

Androsova AP Methodology of Teaching Senior Students to Swim in Sport-Oriented Schools. – Manuscript.

A candidate of pedagogical sciences dissertation in 13.00.02 – „Theory and Methodology of Teaching (Physical Training, Health Basics)”. – Luhansk Taras Shevchenko National University, state establishment. – Luhansk, 2014.

The present paper is devoted to theoretical and methodological grounding, development and practical implementation of methodology of teaching senior students to swim in sport-oriented schools as a priority development direction of modern education system in Ukraine. On the basis of scientific pedagogical literature the principal theoretical theses of profile-oriented education (especially sport-oriented education) have been defined. There has been revealed the essence and matter of sport-oriented swimming teaching. There has been designed a model of teaching senior students to swim in sport-oriented schools that can serve as a basis to experimental methods. There has been grounded and proven by trial the efficiency of the implemented methods based on focused training of specific swimming-related physical abilities, motion rhythm, performing the author's set of educational and training lessons in micro-groups that scope the whole training period, a stage of basic formation and stages of implementing the acquired swimming skills by students.

Keywords: profile education, sport-oriented, swimming, prevailing tasks, training, teaching senior students, methodology, model, sport-oriented school.

Підп. до друку 24.03.2014. Формат 60x84 1/16.
Папір офсетний. Гарнітура Times New Roman. Друк ризографічний.
Ум. др. арк. 0,9. Наклад 100 прим. Зам. № 147

Видавець і виготовлювач
Видавництво Державного закладу
„Луганський національний університет імені Тараса Шевченка”
вул. Оборонна, 2, м. Луганськ, 91011. т/ф: (0642) 58-03-20.
e-mail: alma-mater@list.ru
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК №3459 від 09.04.2009 р.

