

МЕЖДУНАРОДНЫЙ НАУЧНЫЙ ЖУРНАЛ «НАУЧНЫЕ ВЕСТИ»

# СЕРТИФИКАТ О ПУБЛИКАЦИИ

подтверждает, что

**Васяева Марина Игоревна**

опубликовала статью

**НАЧАЛЬНОЕ ОБУЧЕНИЕ ПЛАВАНИЮ ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЕМ СЛУХА**

Международном научном журнале «Научные вестн» № 8(37)/2021 от 23.08.2021г.

Номер сертификата №7-8(37),2021

Проверить по ссылке <http://www.nvesti.ru/reestr/>

Главный редактор \_\_\_\_\_ М. В. Всяких

Свидетельство о регистрации средства массовой информации ПИ № ФС 77 - 73094 от 09.06.2018 г.





**УДК 796**

## **НАЧАЛЬНОЕ ОБУЧЕНИЕ ПЛАВАНИЮ ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЕМ СЛУХА**

**Васяева Марина Игоревна**

магистрант

Поволжский государственный университет  
физической культуры, спорта и туризма  
(Россия, г. Казань)

В статье рассматривается начальное обучение плаванию, которое является одним из наиболее действенных методов коррекции физического развития глухих и слабослышащих детей. Плавание способствует улучшению качества здоровья, коррекции психического развития, совершенствованию личностных качеств ребенка и освоению одного из основных жизненно важных навыков - передвижению в воде.

**Ключевые слова:** адаптивная физическая культура, начальное обучение плаванию, глухие и слабослышащие дети, двигательная активность, плавание

## **INITIAL TRAINING IN SWIMMING CHILDREN WITH HEARING IMPAIRED**

**Vasyaeva Marina Igorevna**

master's student

Volga State University  
physical culture, sports and tourism  
(Russia, Kazan)

The article discusses the initial training in swimming, which is one of the most effective methods for correcting the physical development of deaf and hard of hearing children. Swimming contributes to improving the quality of health, correcting mental development, improving the child's personal qualities and mastering one of the main vital skills - movement in the water.

**Keywords:** adaptive physical education, primary swimming training, deaf and hard of hearing children, physical activity, swimming

Плавание является наиболее гармоничной физической нагрузкой, так как оно тренирует максимальное количество его органов и систем. При этом плавание существенно отличается от всех других видов физкультурно-спортивной деятельности тем, что человек совершает циклическую работу при горизонтальном положении тела. Вместе с тем, плавание - один из не многих видов двигательной активности, который происходит в условиях водной среды, то есть не в среде обитания человека [1,2,3].

Учитывая психофизические особенности глухих и слабослышащих детей, необходима организационная система обучения плаванию. В связи с этим курс обучения плаванию необходимо условно делить на четыре этапа.

Первый этап - создание у новичков общего представления об изучаемом способе плавания, а также об их связи с ранее изученными упражнениями. Используются средства наглядной агитации: плакаты, кинофильмы и др.. Параллельно стимулируется активное отношение и интерес к занятиям.

Второй этап - происходит предварительное ознакомление с техникой изучаемого способа плавания (положение тела, дыхание, характер гребковых движений) на суше и в воде. Занимающиеся выполняют общеразвивающие и специальные физические упражнения, имитирующие технику плавания, также упражнения для освоения с водой. При этом исключаются те способы их выполнения, которые закрепляли бы отрицательные навыки с технической точки зрения.

Третий этап направлен на стабилизацию и совершенствование навыков выполнения упражнения в условиях повышения нагрузки и увеличения интенсивности занятий. Освоение каждого элемента техники проводится в постепенно усложняющихся условиях, предусматривающих в конечном счете выполнение упражнений в горизонтальном

безопорном положении (рабочая поза пловца). Поскольку техника каждого способа плавания осваивается отдельно, то последовательное согласование разученных элементов техники и объединение их в целостный способ плавания проводится в следующем порядке (таблица 1).

Таблица 1

**Закономерность изучения техники плавания**

Элемент техники плавания	Пример выполняемых упражнений		
	1) на суше	2) в воде с неподвижной опорой (на месте)	3) изучение движений в воде с подвижной опорой
1	2	3	4
Дыхание	выполнение специальных упражнений	выполнение дыхательных упражнений стоя на дне рядом с бортиком	добавление дыхания к последующим упражнениям по выполнению движений ногами и руками
Движения ног	выполнение имитационных упражнений на суше	при изучении движений ногами в качестве опоры используют бортик бассейна	при изучении движений ногами в качестве опоры используют плавательные доски
Движения рук	выполнение имитационных упражнений на суше	движения руками изучают стоя на дне по грудь или по пояс в воде	-изучаются во время медленной ходьбы по дну или лежа на воде в горизонтальном положении -упражнения выполняются в скольжении и плавании -с колобашкой в ногах

Окончание таб. 1

1	2	3	4
Плавание с полной координацией	выполнение имитационных упражнений на суше	в качестве опоры используют бортик бассейна	упражнения выполняются в скольжении с отталкиванием от бортика, либо с места без толчка

На четвертом этапе идет закрепление и совершенствование техники плавания. На этом этапе ведущее значение имеет плавание изучаемым способом с полной координацией.

К основному общепедагогическому методу, который использует тренер при обучении относится - метод наглядности. Все задания выполняются по показу тренера на суше, что способствует быстрому и прочному его освоению.

Практические методы, используемые тренером являются: 1) расчленено-конструктивный метод - применяют его на начальных этапах обучения. При обучении плаванию все упражнения сначала разучиваются по частям, а затем воспроизводятся в целостном виде. 2) метод непосредственной помощи применяются в том случае, если после объяснения и показа задания новичок все же не может его выполнить. Инструктор берет занимающегося в свои руки и помогает ему несколько раз правильно воспроизвести движение. 3) метод повторения - повторение заданий до полного понятия смысла и овладения.

#### Литература

1. Васильев В. С. Обучение детей плаванию / В. С. Васильев, Б. Н. Никитский. М.: Физкультура и спорт, 1973.
2. Смекалов, Я. А. Начальное обучение плаванию слабослышащих детей младшего школьного возраста : специальность 13.00.04 "Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры" :

диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Смекалов Ярослав Александрович. – Санкт-Петербург, 2000. – 161 с.

3. Фетисов, А. М. Методика начального обучения плаванию глухих детей 6-7 лет / А. М. Фетисов, Е. П. Лисицын // Теория и практика физической культуры. – 2007. – № 8. – С. 18-20.

© Васяева М.И., 2021