

УДК 796.077.5

**Критерии значимости базового вида спорта плавание
у студентов спортивных вузов**

Петряев Александр Владимирович, кандидат педагогических наук, профессор

Рыбьякова Татьяна Всеволодовна, кандидат педагогических наук, профессор

Орехова Алла Владимировна, кандидат педагогических наук, доцент

Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург

Аннотация. В статье представлено исследование по оценке значимости базового предмета «Плавание» для студентов университета физической культуры. Выявлено, что за время курса у студентов значительно увеличивается объем знаний и умений по оказанию помощи пострадавшим на воде, а также существенно улучшается навык плавания. Отмечен высокий вклад использования средств плавания в гармоничное развитие физических способностей, подтверждена важность предмета «Плавание» в формировании системы знаний по оздоровлению населения России средствами плавания.

Ключевые слова: высшее физкультурное образование, базовые виды спорта, навык плавания, первая помощь пострадавшему на воде, физические способности.

**The criteria for the significance of the basic sport of swimming
among students of sports universities**

Petriaev Aleksandr Vladimirovich, candidate of pedagogical sciences, professor

Rybyakova Tatyana Vsevolodovna, candidate of pedagogical sciences, professor

Orehkova Alla Vladimirovna, candidate of pedagogical sciences, associate professor

Lesgaft National State University of Physical Culture, Sports and Health, St. Petersburg

Abstract. The article presents a study on the significance of the core subject "Swimming" for university students majoring in physical education. It has been revealed that during the course, students significantly increase their knowledge and skills in providing assistance to water-related incidents, as well as significantly improve their swimming abilities. The high contribution of using swimming equipment to the harmonious development of physical abilities has been noted, confirming the importance of the subject "Swimming" in shaping the knowledge system related to health improvement through swimming in Russia.

Keywords: higher physical education, basic sports, swimming skills, first aid for water-related injuries, physical abilities.

ВВЕДЕНИЕ. Важность владения навыком плавания определяется в первую очередь способностью человека сохранить себе жизнь, а также оказать помощь пострадавшему на водном объекте. Значение плавания велико как для физического развития человека, так и для поддержания необходимых кондиций в зрелом возрасте, а также из-за широкого оздоровительного эффекта от занятий в воде.

Среди дисциплин в учебном плане физкультурных вузов выделяются базовые виды спорта, которые включены в блок дисциплин обязательной части. Базовый вид определяется как наиболее широко представленный в программе олимпийских и паралимпийских игр [1] и включает в себя создание основополагающих знаний, умений и навыков будущих специалистов в области физической культуры и спорта.

Общепрофессиональные компетенции программы бакалавриата включают способность проведения тренировочных занятий с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности. Также подчеркивается необходимость умения оказывать первую доврачебную помощь, проводить профилактику травматизма и обеспечивать технику безопасности при проведении занятий [2].

Особая актуальность для студентов вузов физической культуры предопределяет владение навыком плавания и необходимость организации занятий с занимающимися с использованием средств плавания в условиях спортивно-оздоровительных мероприятий на закрытых и открытых водных объектах, особенно в летний сезон.

ЦЕЛЬ ИССЛЕДОВАНИЯ – оценить значимость базового предмета плавания для студентов университета физической культуры.

МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ. Опрос в виде анкетирования, математическая обработка данных, полученных в ходе исследования.

В исследовании принимали участие студенты общего потока второго курса НГУ им. П.Ф. Лесгафта в количестве 61 девушки и 49 юношей во время прохождения базового курса «Плавание» в третьем и четвертом семестре.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ. Проведенное анкетирование студентов общего потока 2 курса НГУ им. П.Ф. Лесгафта позволило выявить их отношение к плаванию как к базовому виду спорта и оценить успешность овладения навыком плавания, а также способность применять свои умения в практической деятельности для оказания помощи пострадавшим на воде.

Дискретность оценки составляла один балл от 0 до 10: 0 – не умеет плавать, 10 – полностью выполняет требования программы (уверенно владеет четырьмя способами плавания, стартами и поворотами, преодолевает норматив 600 м быстрее пятнадцати минут).

Также студенты оценивали от 0 до 10 баллов значимость шести базовых видов спорта, профилирующих в университете (легкая атлетика, гимнастика, лыжи, спортивные игры, плавание, самбо), объем необходимых знаний для самостоятельного обучения плаванию, возможности развития и совершенствования физических способностей средствами плавания, а также использование плавания в оздоровительных целях.

Занятия проходили на протяжении учебного года с частотой раз в неделю.

За время занятий уровень плавательной подготовленности существенно увеличился на 30 % и возрос с шести до восьми баллов.

Среди базовых видов спорта в порядке значимости на первом месте у студентов оказалось плавание, далее по мере убывания — легкая атлетика, спортивные игры, гимнастика, лыжи и самбо (рис. 1).

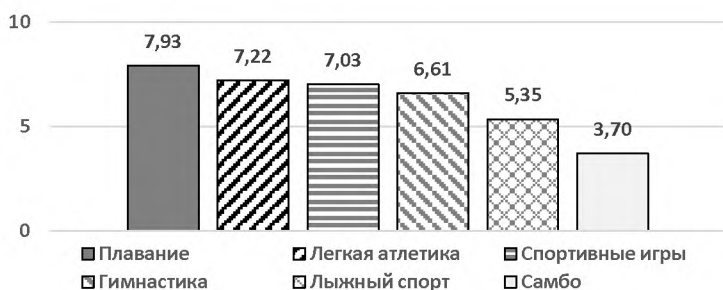


Рисунок 1 – Значимость базовых видов спорта в баллах для студентов НГУ им. П.Ф. Лесгафта

На рисунке 2 представлена динамика улучшения владения навыками прикладного плавания, а именно: нырянием, транспортировкой пострадавшего в воде, прикладными способами плавания, оказанием первой медицинской помощи пострадавшему на воде.

За время занятий было выявлено:

- улучшение способности эффективно перемещаться под водой (ныряние) возросло с 6,30 до 8,11 балла;
- значительное улучшение владения навыком транспортировки пострадавшего в воде с 2,76 балла до 6,95 баллов;
- улучшение навыка владения прикладными способами для преодоления водных преград (способы плавания на боку и брассом на спине);
- существенно возрос навык оказания первой доврачебной помощи.

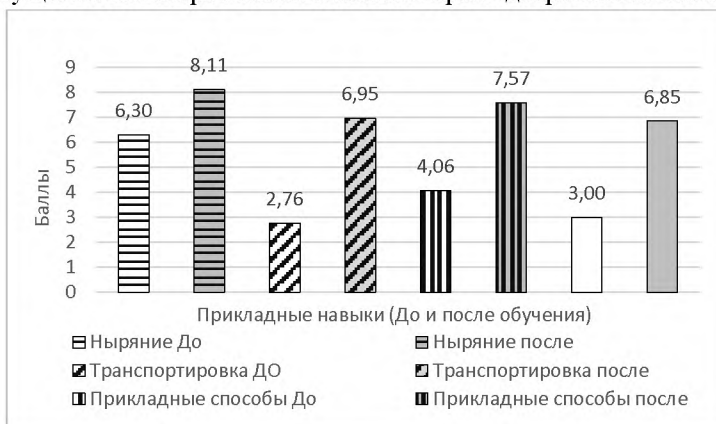


Рисунок 2 – Динамика улучшения владения навыками прикладного плавания за время занятий (по результатам опроса)

Следует отметить, что 100% опрошенных будут использовать плавание в целях оздоровления, 96% студентов смогут использовать полученные знания и навыки в практической деятельности, 82 % респондентов смогут использовать плавание при обучении других, а 66% будут применять его в своей спортивной специализации.

Особенности использования средств плавания для развития физических способностей и функциональной подготовки, необходимых в спортивной специализации, раскрываются через ответы респондентов на следующую группу вопросов (рис. 3).

Полученные данные показывают, что 79% респондентов считают целесообразным использовать плавание для развития функциональной подготовленности, 75% полагают, что с помощью плавания развивается выносливость, что подтверждается многочисленными исследованиями.

Специфика плавания — состояние гидроневесомости, отсутствие неподвижной опоры и наличие внешнего фактора воздействия воды — является существенным положительным моментом в развитии координационных способностей. Большая доля (74%) респондентов в ходе опроса подтвердила, что с помощью плавания можно развивать координационные способности.

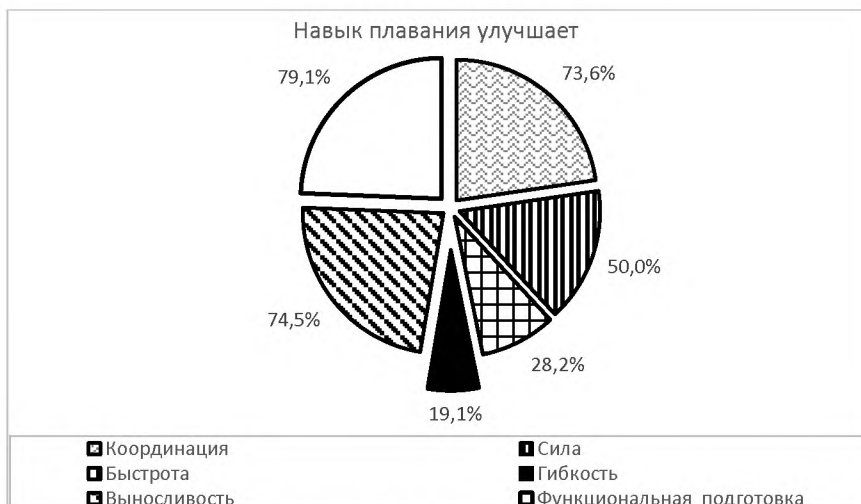


Рисунок 3 – Влияние средств плавания на развитие физических качеств респондентов и уровня функциональной подготовленности

Пятьдесят процентов респондентов отмечают, что при помощи плавания можно эффективно развивать и силовые способности.

Развитие быстроты и гибкости средствами плавания отметили только 28% и 19% опрошенных респондентов соответственно.

ВЫВОДЫ. Выявлено, что целесообразность включения плавания как базового вида спорта у студентов подтверждается его высокой значимостью в формировании будущего специалиста отрасли физической культуры и спорта. За время курса значительно увеличивается объем знаний и умений по оказанию помощи пострадавшим в воде, а также существенно улучшается навык плавания. Важен высокий вклад использования средств плавания не только в гармоничное развитие физических способностей, но и в целенаправленное совершенствование координационных способностей широкого спектра двигательных действий в специфических условиях гидроневесомости. Подтверждена важность предмета «Плавание» в формировании системы знаний по оздоровлению населения России средствами плавания.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Федеральный закон от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации. URL: <http://www.kremlin.ru/acts/bank/26631> (дата обращения: 08.04.2024).
2. Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 25.09.2019 № 886 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.04 Спорт" (зарегистрирован 21.10.2019 № 56284). URL: <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001201910220015?ysclid=luegyk677h394828546> (дата обращения: 07.04.2024).

REFERENCES

1. (2007), "Federal Law No. 329-FZ dated 04.12.2007 "On Physical Culture and Sports in the Russian Federation", URL: <http://www.kremlin.ru/acts/bank/26631> (date of application: 08.04.2024).
2. (2019), "Order of the Ministry of Science and Higher Education of the Russian Federation dated 09/25/2019 No. 886 "On approval of the Federal State educational standard of higher Education - Bachelor's degree in the field of training 49.03.04 Sports" (Registered on 10/21/2019 No. 56284), URL: <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001201910220015?ysclid=luegyk677h394828546> (date of application: 07.04.2024).

Информация об авторах: Петряев А.В., a.petryaev@lesgaft.spb.ru, ORCID: 0009-0009-8013-5549. Рыбьякова Т.В., t.rybyakova@lesgaft.spb.ru, ORCID: 0009-0006-8966-3987. Орехова А.В., a.orehova@lesgaft.spb.ru ORCID: 0000-0002-1566-8367.

Поступила в редакцию 11.04.2024.

Принята к публикации 08.05.2024.