

**УДК 796.062**

**Гендерные различия в оценке значимости предмета «плавание»  
у студентов физкультурных вузов**

**Рыбьякова Татьяна Всеволодовна, кандидат педагогических наук, доцент  
Петряев Александр Владимирович, кандидат педагогических наук, доцент  
Орехова Алла Владимировна, кандидат педагогических наук, доцент**

**Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и  
здравоохранения им. П.Ф. Лесгатта, Санкт-Петербург**

**Аннотация.** Авторами статьи установлено, что среди шести базовых видов спорта, входящих в программу обучения, плавание находится на первом месте по значимости, как у студентов, так и студенток физкультурного вуза. Гендерные различия проявляются в основном в оценке влияния плавания на развитие основных физических качеств. Подтверждено, что формирование навыка плавания и умения оказывать первую доврачебную помощь пострадавшему на воде имеет важное значение для будущих тренеров. Данные умения в конце прохождения курса плавания возросли с 25% до 66% у девушек и в два раза у юношей.

**Ключевые слова:** гендерные различия, студенты физкультурных вузов, предмет «плавание», прикладные навыки, развитие физических качеств, навык плавания.

**Gender differences in assessing the significance of the subject "swimming"  
among students of physical education universities**

**Ryb'yakova Tatyana Vsevolodovna, candidate of pedagogical sciences, associate professor**

**Petryaev Alexander Vladimirovich, candidate of pedagogical sciences, associate professor**

**Orehova Alla Vladimirovna, candidate of pedagogical sciences, associate professor**

***Lesgat National State University of Physical Education, Sport and Health, St. Petersburg***

**Abstract.** The authors of the article have established that among the six basic sports included in the curriculum, swimming is of utmost importance for both male and female students of the physical education university. Gender differences mainly manifest in the assessment of the impact of swimming on the development of fundamental physical qualities. It has been confirmed that the formation of swimming skills and the ability to provide first aid to an injured person on the water is important for future coaches. These skills increased from 25% to 66% for girls and doubled for boys by the end of the swimming course.

**Keywords:** gender differences, students of physical education universities, the subject "swimming," practical skills, development of physical qualities, swimming skill.

**ВВЕДЕНИЕ.** Плавание имеет большое оздоровительное и прикладное значение и является одним из наиболее популярных видов спорта во всем мире. Это связано с тем, что плавание — жизненно важный навык, владеть которым необходимо каждому современному человеку. По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), утопление ежегодно уносит около 236 000 жизней во всем мире [1]. Этот факт является тревожным сигналом, требующим внимания специалистов, общественных деятелей и политиков всего мира.

По данным Министерства спорта России, плавание относится к одному из самых массовых видов спорта в нашей стране, которым в 2023 году занималось 2 млн 764 тыс. человек [2]. Более того, второй год подряд, наряду с новыми видами спорта, плавание набирает все большую популярность в России.

Изучение гендерного равенства в современном олимпийском движении в водных видах спорта, а также проблемы формирования национальных сборных команд пловцов по представительству в них мужчин и женщин привлекает внимание специалистов [3, 4]. Однако вопросы значимости навыка плавания и его влияния на развитие физических качеств у мужчин и женщин остаются недостаточно изученными.

По данным исследователей, доля женщин среди занимающихся плаванием в нашей стране составляет около 45%, что все еще меньше, чем у мужчин [5].

С каждым годом увеличивается количество женщин, занимающихся плаванием, и наиболее активно эта тенденция проявляется в юношеском возрасте, совпадающем со студенческими годами.

В связи с этим определенный интерес представляет изучение значимости вида спорта плавание, его влияние на обретение жизненно важных навыков и развитие физических качеств посредством занятий плаванием для студентов и студенток Университета физической культуры.

ЦЕЛЬ ИССЛЕДОВАНИЯ – изучить гендерные различия в оценке значимости предмета «плавание» у студентов физкультурных вузов.

МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ. Анализ научно-методической литературы, опрос в виде анкетирования студентов младших курсов НГУ им. П.Ф. Лесгафта различных специализаций. В опросе принимало участие 110 студентов (61 женщина и 49 мужчин). Математическая обработка и графический анализ данных, полученных в ходе исследования.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ. Опрос, проведенный среди студентов НГУ им. П.Ф. Лесгафта, показал, что значимость предмета «плавание» для студентов и студенток оценивается высоко: 80% юношей и 78 % девушек поставили плавание на первое место среди остальных базовых видов спорта (рис. 1). Этот факт подтверждает, что будущие тренеры осознают важность плавания как необходимого навыка, поскольку умение плавать связано прежде всего с личной безопасностью на воде и способностью оказывать помощь тонущему человеку. Плавание также отмечено как эффективное средство развития физических качеств и укрепления здоровья. Легкая атлетика и спортивные игры также получили высокую оценку среди студентов и студенток, причем для вышеназванных дисциплин оценки практически совпали. Гимнастика набрала большее количество баллов у студенток, а юноши оценили ее на 10% ниже. Зато лыжный спорт получил более высокий балл у студентов — 57%, в то время как девушки недооценили его, отдав ему 49%. Менее 50% опрошенных назвали самбо значимым предметом в программе спортивного вуза.

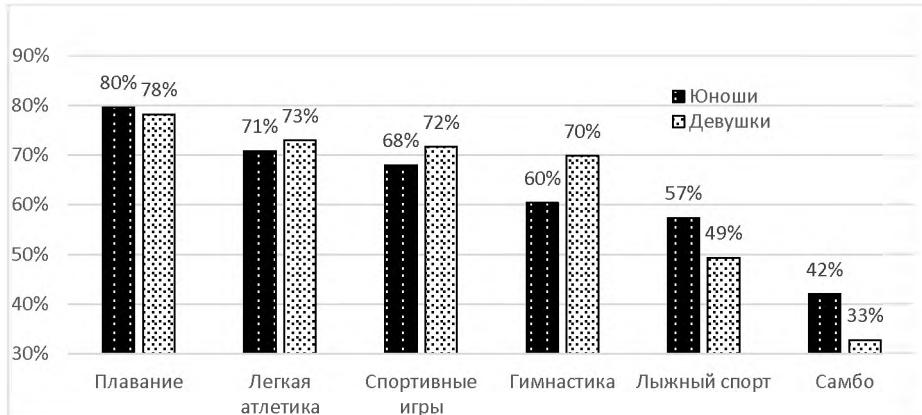


Рисунок 1 – Результаты опроса студентов по оценке значимости базовых видов спорта в программе Университета физической культуры

Студентам также предлагалось оценить свой уровень плавательной подготовленности и владения прикладными навыками до и после прохождения курса

«плавание». Существенный прогресс во владении навыками оказания помощи пострадавшим на воде отметили все студенты, как девушки, так и юноши, вовлеченные в опрос. Так, если в начале курса их плавательные способности оценивались в 50-60% от максимальной отметки, то в конце эта самооценка выросла до 80%. Безусловно, этот процент был бы выше, если бы не резко сократившийся объем плавательной подготовки студентов общего потока из-за закрытия собственного бассейна Университета и необходимости арендовать воду для практических занятий.

Важным аспектом образовательной программы подготовки специалистов-тренеров является получение прикладных навыков плавания, которые можно считать ключевыми для повышения безопасности при проведении занятий на воде.

На рисунке 2 представлены результаты опроса студенток и студентов по оценке их владения прикладными навыками плавания до и после прохождения курса «Плавание» в Университете физической культуры.



Рисунок 2 – Самооценка уровня владения прикладными навыками у девушек и юношей до и после прохождения курса «Плавание»

Как юноши, так и девушки указали на возросший уровень владения прикладными способами плавания. Следует отметить двукратный рост самооценки в освоении приемов транспортировки пострадавшего, ключевыми стилями в которых являются брасс на спине и на боку.

Также существенно развился такой навык, как оказание первой помощи пострадавшему на воде. По мнению женской части опрошенных, абсолютный прирост в оценке составил 41% — от 25% в начале до 66% в конце прохождения курса «плавание». У юношей, вследствие высокой начальной самооценки, этот рост меньше, но все равно заметный — 33%.

Таким образом, курс дисциплины плавание помог будущим тренерам, как юношам, так и девушкам, освоить жизненно необходимые навыки, имеющие важное значение как при проведении занятий с людьми на воде, так и при отдыхе у водоемов.

Сравнение результатов анкетного опроса по оценке развития физических качеств средствами плавания между юношами и девушками, показанное на рисунке 3, выявило гендерные различия.

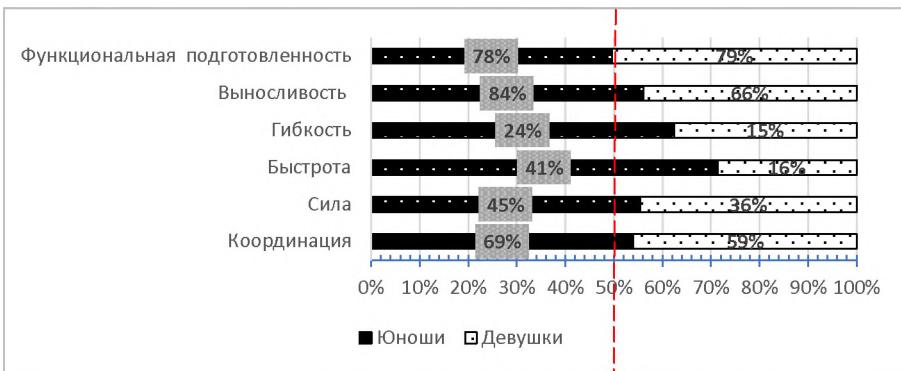


Рисунок 3 – Гендерное сравнение оценок влияния плавания на развитие основных физических качеств и функциональной подготовленности спортсменов

Так, основные отличия в оценке касались показателей развития гибкости и быстроты средствами плавания. Только 16% из опрошенных девушек указали на заметное влияние плавания на развитие быстроты; у юношей доля положительно оценивших плавание на развитие быстроты существенно выше — 41%. Развитие гибкости средствами плавания также не было высоко оценено девушками — только 15% отметили положительное влияние плавания на развитие гибкости; менее четверти участников в опросе юношей признали за плаванием развитие гибкости.

Столь значительные отличия в оценках могут быть объяснены более высокой степенью чувствительности и более тонкой дифференцировкой воздействия в условиях водной среды среди девушек, что выражается в ощущении большего сопротивления воды, которое не позволяет в полной мере реализовывать качество быстроты и ограничивает выполнение движений с большой амплитудой.

Вместе с тем девушки отмечают, хотя и в меньшей степени по сравнению с юношами, высокое воздействие средств плавания на развитие координационных способностей, выносливости и силы.

Единственное, в чем мнение девушек и юношей полностью совпало, — это в оценке положительного влияния плавания на развитие функциональной подготовленности: 79% опрошенных девушек и 78% опрошенных юношей отметили такое влияние плавания.

Полученные данные позволяют рекомендовать использование плавания как высокоэффективного средства для развития и совершенствования физических качеств в специфических условиях водной среды, таких как гидроневесомость и отсутствие жесткой опоры, что выражается в усложнении управления движениями; наличие внешнего сопротивления и необходимость проявления дополнительного силового компонента для передвижения; повышенные требования к производительности сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

**ЗАКЛЮЧЕНИЕ.** Проведенный опрос подтвердил, что программа дисциплины «плавание», реализуемая в Университете Лесгафта, позволяет существенно повысить уровень развития плавательных и прикладных навыков как у студентов, так и у студенток, а, следовательно, обеспечивает их безопасность на воде.

Респонденты отметили возросший уровень владения прикладными способами плавания, а также навыками, такими как транспортировка и оказание первой помощи пострадавшему на воде.

Гендерные различия проявляются в оценке развития основных физических качеств средствами плавания. Девушки склонны не замечать влияния плавания на гибкость и быстроту, что объясняется более высокой чувствительностью к воздействию внешней среды, затрудняющей выполнение движений с большой амплитудой и высокой скоростью. Вместе с тем, девушки, как и юноши, отмечают высокое воздействие средств плавания на развитие координационных способностей, выносливости и силы, а также на функциональную подготовленность.

**СПИСОК ИСТОЧНИКОВ**

- 1 Всемирная организация здравоохранения. Утопления. URL: <https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/drowning> (дата обращения: 10.04.2024).
2. Министерство спорта РФ. Статистическая информация. URL: <https://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/statisticheskaya-inf> (дата обращения: 16.04.2024).
3. Ганчар А., Ганчар И., Форостян О. Гендерные отличия уровня формирования навыков плавания у сильнейших команд пловцов на XVI чемпионате мира по водным видам спорта в Казани-2015 // Конгресс «Sport. Olimpism. Sanataate». Moldova, 2016. Vol. I. P. 178–184.
4. Рыбьякова Т. В. Особенности гендерного состава сильнейших национальных команд пловцов на Олимпийских играх // XI международный конгресс «Спорт, Человек, Здоровье». Санкт-Петербург : Политех-Пресс, 2023. С. 446–448.
5. Бобровский Е. А., Тельных Д. А. Влияние гендерного фактора на выбор вида спорта занимающихся в спортивных организациях // Карельский научный журнал. 2019. Т. 8, № 1 (26). С. 38–41.

**REFERENCES**

- 1 “World Health Organization. Drowning”, URL: <https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/drowning>.
2. “Russian ministry of sport. Statistical information”, URL: <https://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/statisticheskaya-inf>.
3. Ganchar A., Ganchar I., Forostyan O. (2016). “Gender differences in the level of swimming skills development among the strongest swim teams at the XVI World Aquatics Championships in Kazan-2015”, Congress “Sport. Olimpism. Sanataate”, Moldova, Vol. I, pp. 178–184.
4. Rybyakova T. V. (2023), “Features of the gender composition of the strongest national swimming teams at the Olympic Games”, XI International Congress “Sport, People, Health”, St. Petersburg, Polytech-Press, pp. 446–448.
5. Bobrovsky E. A., Telnykh D. A. (2019), “The gender factor influence on the choice of the type of sport made by exercisers of sports organizations”, *Karelian Scientific Journal*, V. 8, No. 1 (26), pp. 38–41.

**Информация об авторах:**

Рыбьякова Т.В., t.rybyakova@lesgaft.spb.ru, ORCID: 0009-0006-8966-3987.

Петряев А.В., a.petryaev@lesgaft.spb.ru, ORCID: 0000-0009-8013-5549.

Орехова А.В., a.orehova@lesgaft.spb.ru, ORCID: 0000-0002-1566-8367.

*Поступила в редакцию 20.05.2024.*

*Принята к публикации 17.06.2024.*