

Диференційний підхід в формуванні плавальних умінь та навичок студенток

Нікольський А. Ю.

Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова

Анотація:

Розглянуто напрямки організації і методики проведення навчальних занять зі студентками. В експерименті брали участь студентки 17-20 років. Представлено критерії формування типологічних навчальних груп на початковому етапі навчання плавання студенток. Визначено ступінь зв'язку спадково обумовленої плавальної координаційної схильності з показниками сформованості плавальних умінь та навичок студенток. Доведено, що процес оволодіння руховими навичками піддається беззаперечному впливу консервативної спадковості індивіда.

Нікольский А.Ю. Дифференцированный подход в формировании плавательных умений и навыков студенток. Рассмотрены направления организации и методики проведения учебных занятий со студентками. В эксперименте принимали участие студентки 17-20 лет. Представлены критерии формирования типологических учебных групп на начальном этапе обучения плаванию студенток. Определена степень связи наследственно обусловленной плавательной координационной склонности с показателями сформированности плавательных умений и навыков студенток. Доказано, что процесс овладения двигательными привычками подвергается безоговорочному влиянию консервативной наследственности индивида.

Nikolskiy A.U. The differentiated approach in forming swimming abilities and skills of students. It is considered the directions of organization and methods of conducting of lessons with students. In experiment took part students of the 17-20 years old. The criteria of forming of typological educational groups are presented on the initial stage of teaching swimming of students. The degree of connection of the hereditarily conditioned swimming coordinating inclination is certain with the indexes of formed swimming abilities and skills of students. It is well-proven that a process of capture motive habits is under unreserved influence of conservative heredity of individual.

Ключові слова:

диференційний підхід, координаційна схильність, навчання, плавання, уміння, навички, фактори.

дифференцированный подход, координационная склонность, обучение, плавание, умение, навыки, факторы.

differentiated approach, coordinating inclination, teaching, swimming, ability, skills, factors.

Вступ.

У практиці фізичного виховання, як і в педагогічно-му процесі навчання плавання, існують певні відмінності в організації і методиці проведення навчальних занять з різними категоріями людей. Ці розходження обумовлені педагогічними, соціально-психологічними факторами, а також анатомічними і психофізіологічними властивостями організму тих, які навчаються.

Однак, не зважаючи на достатню дослідженість питань впливу індивідуальних факторів на успішність навчання плавання, проблематика формування навчальних груп за морфо-функціональними та іншими критеріями залишається актуальною, оскільки для процесу оволодіння спеціальними вміннями і навичками є важливою і варіативною.

Процес наукового пошуку з характерними оптимізаторськими тенденціями, не залишив поза увагою і питання диференціації в початковому навчанні плаванню. Зокрема, особливостям диференційного підходу до процесу навчання присвячені роботи групи дослідників (Котляров А. Д., 1988; Жуков Р. С., 1995; Мельникова Ю.А., 1999; Мухина Е. А., 1999; Новиков А. О., 2000; Лобанова Ю.О., 2007; Мельникова О.А., 2007). Слід відмітити також, що останнім часом зростає кількість методологічних підходів, заснованих на застосуванні сучасних методів діагностики здібностей і подальшим диференціюванням учнів на групи для підвищення ефективності процесу оволодіння плавальними вміннями і навичками. Стає актуальним метод формування навчальних груп за принципом габаритного і компонентного варіювання [6].

Подібні тенденції є характерними для сучасного процесу формування плавальних умінь і навичок. Вони відображають загальногалузевий пошук шляхів оптимізації процесу навчання в початковому плаванні, в якому диференціація стає основним інструментом, оскільки поділ на тимчасові динамічні групи є засобом враху-

вання типового і відмінного в навчальних особливостях учнів. При цьому, критерієм диференціації контингенту виступають як загальноприйняті для теорії методики навчання фактори – стать і вік, так і інші фактори: тип будови тіла [2], різні морфофункціональні показники і фенотипічні ознаки [3, 6], індивідуальні здібності [4], з приводу використання яких у ролі критеріїв диференціації немає однозначної думки серед науковців.

Більшість дослідників вважають, що в організації навчального процесу у ВНЗ (вищому навчальному закладі) слід враховувати такі індивідуально-типологічні особливості студентів, від яких найбільше залежить якість навчального процесу (здібності), а також такі, які стимулюють внутрішні механізми саморозвитку особистості (мотиви).

Отже, зважаючи на те, що диференціація навчання в плаванні на основі схильностей до оволодіння плавальними навичками є однією з важливих і невирішених проблем, а також у зв'язку із щорічним зниженням рівня плавальної підготовки студенток, що вступають на I курс (Нікольська Н.Д., Нікольський А.Ю. 2006-2009), назріла проблема оптимізації навчально-виховного процесу в початковому навчанні плавання [4].

На сьогоднішній день в цій галузі накопився значний організаційний та методичний досвід. Історичні етапи становлення методики навчання руховим діям (Сеченов І.М., Павлов І.П., Бехтерев В.М., Крестовніков А.М., Бернштейн М.О., Анохін П.К., Гальперін П.Я., та ін.), а також роботи вчених-педагогів з навчання плавання (Васил'єв В.С., 1961; Маслов В.І. 1965; Бутович Н.А., 1965; Булгакова Н.Ж., 1974; Макаренко Л.П. 1974; та ін.) обумовили формування методики навчання спеціальних плавальних умінь і навичок.

Однак, слід відзначити, що існуючі методичні переваги, які беруться організаторами навчально-виховного процесу у ВНЗ за основу, дуже різняться [3]. При цьому, іноді при побудові навчальних занять викладачами, тренерами та іншими фахівцями галузі

навчання плавання механізми взаємодії і співвідношення спадкоємних і середовищних впливів на процес формування рухових вмінь і навичок людини взагалі не враховуються.

З нашої точки зору, знання і практичне використання закономірностей функціонування механізмів нейромоторної діяльності людини являється необхідною умовою для вдосконалення системи початкового навчання плавання. У зв'язку із цим, нами пропонується використовувати координаційну особливість моторики нижніх кінцівок, як критерій диференціації навчальних груп. Це зумовлено тим, що зазначена індивідуальна схильність онтогенетично проявляється у формі рухів, характерних одному зі спортивних способів плавання: брас або кроль і пов'язана з двома типами утворення рушійних сил у плаванні: коливальним хвилеподібним і поштовховим [5].

Тема дослідження входить до тематичного плану науково-дослідних робіт НПУ ім. М.П. Драгоманова. Науковий напрям: „Теорія і технологія навчання та виховання в системі освіти”.

Мета, завдання роботи, матеріал і методи.

Метою дослідження є доведення необхідності використання диференційного підходу в процесі початкового навчання плавання студенток 17-20 років, які не вміють плавати, з обов'язковим врахуванням спадково обумовленої координаційної схильності до плавальних рухів, як критерію формування типологічних навчальних груп.

Завдання дослідження:

1. Визначити ступінь зв'язку спадково обумовленої плавальної координаційної схильності з показниками сформованості плавальних умінь та навичок студенток в процесі початкового навчання плавання з використанням диференційованого підходу.
2. Обґрунтувати важливість використання спадково обумовленої схильності до плавальних локомоцій, характерних одному зі спортивних способів плавання (кроль або брас), як критерію формування типологічних навчальних груп на початковому етапі навчання плавання студенток 17-20 років, які не вміють плавати.

Об'єкт дослідження – педагогічний процес, спрямований на навчання плавання студенток 17-20 років, які не вміють плавати.

Предмет дослідження – методика навчання техніці плавання з урахуванням спадково обумовлених координаційних схильностей (на прикладі способу брас).

Методи дослідження:

1. *Теоретичні:* аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури і емпіричних матеріалів наукового дослідження.
2. *Емпіричні:* педагогічне спостереження, аналіз підводної відеозйомки та кінограм, метод експертних оцінок.
3. *Педагогічний експеримент* (формувальний).
4. *Статистичні:* кореляційний та середньостатистичний аналіз результатів дослідження, якісний і кількісний аналіз одержаних результатів дослідження.

Результати дослідження.

На основі проведених нами раніше педагогічних досліджень [5] ми використали вроджену кінематичну схильність до вживання учнем одного із двох видів плавальних координацій рухів ніг (поперемінний або одночасний поштовховий), як критерій формування типологічних навчальних груп. Таким чином, в ході експерименту весь контингент студенток, які не вміють плавати було умовно розподілено на контрольну і експериментальну групи. При цьому, до контрольної групи увійшли студентки зі схильністю до кроля (експериментальна група складалась зі студенток із схильністю до плавання стилем брас). Навчальний процес було побудовано у відповідності з загальноприйнятими положеннями методики початкового навчання плавання, а також плавання способом брас, на основі теорії навчання руховим діям, з урахуванням принципів дидактики.

Обидві групи навчалися за єдиною, послідовною методикою, але першочерговим способом вивчення було обрано стиль брас. Причиною вибору даного способу стала його більша прикладність і практичність. Заняття проводились за методикою, що вважається класичною (запропонована Н.Ж. Булгаковою). За модель способу брас, яка вивчалась було прийнято модель, запропоновану Р.Б. Хал'яндом (1984), адаптовану для студенток 17-20 років, які не вміють плавати. Заняття проводились з урахуванням методичних особливостей початкового навчання плавання, запропонованих деякими авторами (Погребной О.І., 1999, – принцип першочерговості вивчення „опорного гребка”; Васильєв В.С., 1988 – використання вправ по ознайомленню з водним середовищем, як підводних, – для засвоєння руху ніг у способі брас; Полевой Г.Ф., 1964 – виділення основного елементу при засвоєнні способу плавання)

Наприкінці експерименту були проведені контрольні педагогічні випробування, які склались з пропливання чотирьох контрольних дистанцій: 25 м. з дошкою і без дошки „на техніку” способом брас, 50 м. на швидкість і 12-хвилинного тесту. Техніка плавання з довільною швидкістю на відрізьку 25 м оцінювалася за 23 критеріями: граничними моментами фаз, довжиною плавального кроку, темпом, тривалістю фаз, кутовими показниками техніки, відповідністю моделі моментів фаз, відносних положень біолонок, характеристик рухів і траєкторій. Кожен критерій оцінювався за 3-бальною шкалою. Оцінці „три” відповідало технічно правильне виконання рухів. „Два” – не домішки і помилки в техніці рухів кінцівками. „Один” – відсутність уміння чи технічного показника.

За основу оцінювання було взято розроблену Ю.А. Александровим (Александров Ю.О., 2001) [1] і удосконалену нами таблицю, а за основу критеріїв оцінки використана методика та модель техніки плавання способом брас Р. Б. Хал'янда (Хал'янд Р. Б., 1984) [7]. Зазначені технічні параметри, а також числові результати пропливання контрольних дистанцій виступали показниками сформованості плавальних умінь та навичок студенток контрольної та експериментальної груп.

Відсоткова складова величин кореляції

Ступінь кореляції з відповідним діапазоном r_{xy}	Кількість результатів	Відсоток
Висока (0,7-1,0)	0	0%
Середня (0,3-0,69)	3	27%
Низька (0-0,29)	8	73%

Після проведення контролю, використовуючи методи статистики, нами було визначено коефіцієнт кореляції (r_{xy}) між одержаними числовими даними (x_{1-11}) і показниками спадково обумовленої плавальної координаційної схильності (y_i). Отримані результати були ранжировані і визначено процентну складову величин кореляції (табл. 1):

Результати дослідження не виявили високих кореляцій між компонентами сформованості плавальних вмій і координаційною схильністю. Невисоким також є загальний відсоток (27%) середньої кореляції. Слід відмітити середній рівень кореляційного зв'язку ($r_{xy}=0,39$) техніки (x_i) зі схильністю до рухових координацій нижніх кінцівок (y_i).

Такий розподіл результатів з першого погляду свідчить про середній та слабкий взаємозв'язок між показниками, які досліджувались. Однак, беручи до уваги багатофакторність процесу оволодіння плавальними вміннями і навичками, а також різницю в середніх показниках оцінки за техніку в експериментальній (51 бал) і в контрольній (44 бали) групах, можна констатувати, що у студенток з різною координаційною схильністю перебіг процесів формування плавальних вмій і навичок в руках нижніх кінцівок способом брас різниться. На основі отриманих результатів можна судити про більш якісну сформованість спеціальних плавальних вмій і навичок і засвоєність техніки способу брас у дівчат експериментальної групи. Це свідчить про необхідність врахування схильностей при формуванні типологічних груп з навчання плавання, і про необхідність вибору спортивного способу плавання для початкового навчання в залежності від спадково обумовленої координаційної схильності.

Висновки:

1. За результатами проведеного нами дослідження можна відмітити, що між технічними показниками сформованості плавальних вмій та навичок студенток (x_i) і спадково обумовленою плавальною координаційною схильністю (y_i) в процесі початкового навчання плавання з використанням диференційованого підходу існує середній рівень кореляційного зв'язку ($r_{xy}=0,39$). Однак, беручи до уваги індивідуальну багатофакторність процесу оволодіння плавальними вміннями і навичками, оцінити ступінь впливу окремого фак-

тора – спадкової координаційної схильності на ефективність навчального процесу виявляється ускладненим завданням.

2. В результаті проведеного дослідження було доведено, що процес оволодіння руховими навичками піддається беззаперечному впливу консервативної спадковості індивіда. Різниця в середніх показниках оцінки за техніку в експериментальній і в контрольній групах за результатами контрольно-педагогічних випробувань вказує на ефективність, а отже і на необхідність використання диференційного підходу в процесі початкового навчання плавання з використанням спадкових координаційних схильностей, як критерію формування типологічних навчальних груп.

Подальші дослідження планується провести в галузі навчання плавання для виявлення ефективності запропонованого підходу по навчанню способом кроль.

Література:

1. Александров А. Ю. Формирование умения плавать у мужчин 19—30 лет на основе „переноса” двигательных навыков и адаптации к водной среде: дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Александров Александр Юревич ; МГАФК. — Малаховка, 2001. — 125 с.
2. Лобанова Ю.О. Индивидуализация процесса обучения плаванию детей 5-6 лет различных типов телосложения: Автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Лобанова Ю.О. / ФГУ С.-Пб. н.-иссл. ин-т физ. культ – М., 2007. – 22 с.
3. Мельникова О.А. Методика дифференцированного обучения плаванию студентов специальной медицинской группы с учетом фенотипа: Автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Мельникова О.А. – Тюмень, 2007. – 24 с.
4. Мухина Е. А. Обучение плаванию детей 7-10 лет на основе предрасположенности к овладению плавательными навыками: дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Моск. Гос. акад. физ. культ. / Мухина Е. А. – Малаховка, 1999. – 137 с.
5. Нікольський А. Ю. Особливості навчання плаванню студенток вищих навчальних закладів нефізкультурного профілю / А. Ю. Нікольський // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: [наук. журнал] – Харків, 2010. – №2. – С. 96–99.
6. Новиков А.О. Соотношение генетического и физического потенциалов учащихся как основа создания вариативных программ обучения плаванию / А. О. Новиков // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2000. – №3. – С. 36–37.
7. Хальянд Р. Модели техники спортивных способов плавання с методикой совершенствования и контроля [учебный материал] / Хальянд Р. Б., Тамп Т. А., Каал Р. Р. – Таллин : Таллинский пед. ин-т им. Э. Вильде, 1984. – 52 с.

Надійшла до редакції 25.08.2010р.
Нікольський Анатолій Юрьевич
vtkachuk4@gmail.com