

ОСОБЛИВОСТІ РОБОТИ ІНСТРУКТОРОМ З ПЛАВАННЯ В ДИТЯЧОМУ ОЗДОРОВЧОМУ ТАБОРІ

Бурдюжа С. В.

Університет Ушинського, м. Одеса, Україна

Анотація. Проаналізована методика роботи інструктором з навчання плаванню в дитячому оздоровчому таборі.

Актуальність. Важливим засобом оздоровлення дітей у дитячому таборі є водні процедури і зокрема плавання. Правильно організоване дозвілля інструктором з плавання в майбутньому збереже дітей від прикрих випадків, які щорічно трапляються на відкритій воді.

Виклад основного матеріалу. При навчанні плаванню в дитячому оздоровчому таборі вирішуються наступні основні завдання: зміцнення здоров'я, загартовування організму людини, прищеплення стійких гігієнічних навичок; вивчення техніки плавання і оволодіння життєво необхідною навичкою плавання; всебічний фізичний розвиток і вдосконалення таких фізичних якостей, як сила, гнучкість, витривалість, швидкість, спритність; ознайомлення з правилами безпеки на воді [2].

Місцем для проведення занять з плавання в таборі може бути любе природне водоймище: річка, ставок, озеро, море. Для цього потрібно вибрати таку ділянку, яка б відповідала гігієнічним вимогам: вода була чистою, берег пологий, піщаний, звернений до півдня, щоб діти могли приймати сонячні ванни.

Перед початком занять дно водоймища необхідно перевірити, очистити від каміння, корчів, водоростей і інших речей, які представляють небезпеку для дітей. Вибрану ділянку необхідно огородити поплавцями або прапорцями, покращеними в яскраві кольори. Розміри ділянки залежать від глибини і ширини водоймища, але не повинні перевищувати по довжині (вздовж берега) 25 м, по ширині – 10-15 м [1].

Загальнотабірний розклад купання дітей складається в перші дні роботи табору. У цей же час діти проходять обов'язковий медичний огляд, а в загонах вихователі проводять роботу з підготовки дітей до занять з плавання та купання. Дітям повідомляються необхідні

відомості про значення плавання; правила поведінки під час занять та руху до водоймища; місце розміщення загону на березі.

Після того, як всі організаційні питання вирішено, приступають до проведення занять. Бажано проводити їх щоденно з 10⁰⁰ до 12⁰⁰ та з 17⁰⁰ до 19⁰⁰. Заздалегідь у ранкову гімнастику табору залучаються загально розвиваючі та спеціальні вправи, що підводять до основ засвоєння техніки плавання.

Комплектування груп навчання починається задовго до занять, його починають педагоги, які в перші дні заїзду ведуть прийом дітей. Вони опитують дітей про їх плавальну підготовленість і заносять ці дані в окрему графу. Потім вони складають список дітей, де вказують їх плавальну підготовленість і подають його інструктору з плавання.

Однак, на опитування не завжди слід покладатися. Необхідно самому провести перегляд дітей у воді. У таборах перевірку плавальної підготовленості дітей проводять начальник табору та інструктор з плавання, а вожаті і вихователі допомагають їм.

Проводиться вона таким чином. Загони шикуються в одну шеренгу біля води. Вішками відмічається дистанція 10 м (глибина до грудей). Вожатий, стоячи у однієї вішки, запрошує на старт двох дітей. Ставить їх праворуч і ліворуч в одному метрі від вішки. За сигналом вожатого діти плывуть до протилежної вішки. Ті, що не вміють плавати відразу повертаються на берег, ті, що вміють триматися на воді пропливають декілька метрів, а вміючим надається можливість проплисти 10-20 м туди і назад. Після тестування всі діти поділяються на чотири групи: хто не вміє триматися на поверхні води, хто погано плаває (близько 10-12 м), хто добре плаває «по-своєму», хто володіє технікою спортивних способів плавання [1; 3].

Однак, займаючись з групою, інструктор повинен враховувати індивідуальні особливості кожного учня як особистості, а також її здатності до плавання. У зв'язку з цим методика навчання плаванню будується на поєднанні групового та індивідуального підходу до дітей.

Під час навчання в дитячому оздоровчому таборі застосовуються наочні і практичні групи методів. До наочних методів належать показ вправ та техніки плавання, навчальне наочне приладдя, відео та кінофільми, застосування жестикуляції. Навчальні варіанти техніки на суші демонструє інструктор, у воді – діти, які краще засвоїли показану вправу. Демонстрація відбувається не тільки до початку

заняття (на суші), а й протягом його. Результативність показу визначається положенням інструктора стосовно групи, а саме:

1. інструктор повинен бачити кожного з тих, хто займається, щоб помічати їхні помилки;

2. діти повинні бачити показ вправи в площині, що відбиває його форму, характер та амплітуду [1; 5].

Практичні методи передбачають, що всі вправи спочатку вивчаються частинами, а потім відтворюються в цілому. Це полегшує освоєння техніки плавання, дає змогу уникати зайвих помилок, скорочує терміни навчання і підвищує якість [4].

Література

1. Булгакова Н. Ж. Плавание в пионерском лагере / Н.Ж. Булгакова // М. : ФИС, 1989. – 128 с.
2. Вайцеховский С. М. Физическая подготовка пловца / С. М. Вайцеховский // Изд. 2-е, перераб. – М. : ФИС, 1993. – 127 с.
3. Гончар И. Л. Теория преподавания плавания : технологии обучения и совершенствования (монография). – Ч. I. – Одесса : Астропринт, 2006. – 512с.
4. Пыжов В. Н. Средства повышения эффективности обучения плаванию в пионерских лагерях, расположенных в неблагоприятных климатических условиях / В. Н. Пыжов // Плавание : Сб. ст. – М., 1986. – 45 с.
5. Розпутняк Б. Д. Плавання з методикою викладання / Б. Д. Розпутняк. – Луцьк : «Вежа» Волин. держ. ун-ту ім. Лесі України, 2003. – 109 с.

ПОНЯТІЙНИЙ АПАРАТ ПРОБЛЕМИ ПРОФЕСІЙНОГО РОЗВИТКУ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В УМОВАХ ПІСЛЯДИПЛОМНОЇ ПЕДАГОГІЧНОЇ ОСВІТИ

Войтовська О. М.

Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова,
м. Київ, Україна

Анотація. В тезах на основі аналізу наукової літератури розглянуто понятійний апарат проблеми професійного розвитку учителів фізичної культури в умовах післядипломної педагогічної освіти.

Актуальність. Сучасний етап розвитку інформаційного глобалізованого суспільства зумовлює зміни підходів до професійного розвитку особистості. Це викликано тим, що на даному етапі розвитку нашої держави в умовах потреби поліфункціональної діяльності кожна людина має самореалізуватися, насамперед