

УДК 797.2

## **ОБУЧЕНИЕ ПЛАВАНИЮ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С НАРУШЕНИЕМ СЛУХА НА ОСНОВЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ТЕХНИЧЕСКИХ СРЕДСТВ**

**С.А. Солдатенков, А.Б. Куделин**

*Смоленский государственный университет спорта, Российская Федерация*

**Аннотация.** В статье рассматриваются вопросы особенностей формирования начальных плавательных навыков у детей младшего школьного возраста с нарушением слуха. Выявлена неготовность этой категории детей к освоению специальных подготовительных упражнений по освоению техники спортивного плавания вследствие несформированности жизненно важного двигательного навыка перемещения в водной среде. При выполнении упражнений занимающиеся допускают серьёзные ошибки. В связи с этим процесс обучения рациональной технике плавания требует большего времени. Таким образом, при начальном обучении плаванию детей младшего школьного возраста с нарушением слуха следует уделять особое внимание освоению и формированию техники плавания с активным привлечением технических средств обучения, что, в дальнейшем, будет способствовать освоению плавания за более короткий период и с наименьшими ошибками.

**Ключевые слова:** дети с нарушением слуха, техника плавания, специально-подготовительные упражнения, технические средства обучения.

## **TEACHING SWIMMING TO CHILDREN OF PRIMARY SCHOOL AGE WITH HEARING IMPAIRMENTS BASED ON THE USE OF TECHNICAL TOOLS**

**S. A. Soldatenkov, A. B. Kudelin**

*Smolensk State University of Sports, Russian Federation*

**Abstract** The article discusses the peculiarities of the formation of initial swimming skills in children of primary school age with hearing impairment. It was revealed that this category of children is not ready to master special preparatory exercises for mastering the technique of sports swimming due to the lack of development of the vital motor skill of moving in the aquatic environment. When performing exercises, practitioners make serious mistakes. In this regard, the process of learning rational swimming techniques requires more time. Thus, during the initial swimming training for children of primary school age with hearing impairment, special attention should be paid to the development and formation of swimming techniques with the active use of technical teaching aids, which, in the future, will contribute to the development of swimming in a shorter period and with the least errors.

**Keywords:** children with hearing impairment, swimming technique, special preparatory exercises, technical teaching aids.

Актуальность нашего исследования связана с недостаточной теоретической и практической разработанностью вопроса о начальном обучении плаванию детей с нарушением слуха, где спорт для глухих и слабослышащих детей - это особый мир отношений и переживаний, где внимание концентрируется на новых объектах, переключает психическую деятельность, создает разрядку, изменение эмоций и настроения [1,4].

Практика показывает, что если для здоровых людей двигательная активность является обычной потребностью, реализуемой в повседневной жизни, то для глухих и слабослышащих детей физические упражнения жизненно необходимы, так как они являются наиболее эффективным средством и методом физической, психическая

и социальная адаптация одновременно. Адаптивный спорт комплексно влияет на развитие духовного, творческого и физического потенциала детей с нарушением слуха. Это достаточно длительный процесс, аккумулирующий ценности, нормы, традиции, идеалы и правила спортивного поведения. Кроме того, это накопление индивидуального опыта общественной жизни в спорте. Само понятие «занятие» спортом уже тесно связано с социализацией, так как в процессе общения происходит приобретение и присвоение опыта людей данного сообщества, его сохранение и передача своим детям [4,5].

Плавание – традиционный вид оздоровления и укрепления организма. Занятия плаванием детей с нарушением слуха, наряду с их социальной адаптацией, позволяют в значительной степени развивать и совершенствовать двигательные функции. При занятиях плаванием в работу включаются все звенья опорно-двигательного аппарата. Костно-мышечная система развивается и укрепляется, улучшается подвижность в суставах, повышается их гибкость, что является хорошей профилактикой развития суставной патологии и образования контрактур. Занятия в воде являются хорошим способом развития двигательных навыков у детей, у которых мышечная сила и подвижность суставов ограничены, поскольку сопротивление воды служит опорой для движения [2].

*Цель исследования.* Формирование навыков обучения плаванию слабослышащих и глухих детей младшего школьного возраста на основе широкого применения технических средств.

**Материал и методы.** Исследование проводилось в период с сентября по январь 2022-2023 года на базе СДЮСШОР №3 г. Смоленска. В исследовании приняли участие младшие школьники с нарушением слуха 7-8 лет, спортивно-оздоровительной группы в количестве 16 человек (8 девочек и 8 мальчиков). Занятия проводились три раза в неделю. Продолжительность одного занятия составляла 60 минут. Всего было проведено 30 занятий.

**Результаты и их обсуждение.** Экспериментальная методика обучения плаванию детей младшего школьного возраста с нарушением слуха на основе использования технических средств была направлена на расширение спектра педагогического и физиологического воздействия, за счет включения целенаправленных, разнообразных, несложных для освоения и эмоционально насыщенных упражнений в воде. Занятия проводил тренер, владеющий жестовым языком. В качестве технических средств обучения широко использовались вспомогательные (поддерживающие), включающие: жилет-поплавок, поплавок набедренный, поплавок на предплечье. Кроме того, применялись вспомогательные средства: плавательные доски различного размера, ласты, колобашки, шесты, круги, гимнастические обручи.

На каждом уроке включались новые задания, направленные на последовательное освоение упражнений по работе с водой; элементов техники плавания спортивными способами; различных сочетаний движений руками, ногами и дыхания при плавании кролем на груди и спине, брассом; плавания в полной координации. Всего за курс обучения учащиеся выполняли более 70 различных специально-подготовительных упражнений, большинство из которых (55% от общего количества реализованных) выполнялись с использованием технических средств обучения [3].

В рамках педагогического эксперимента обучение плаванию с использованием технических средств характеризовалось следующими основными методическими положениями:

- был несколько сокращен период для применения упражнений на освоение с водой (1-2 занятия);

- на начальном этапе обучения в воде применялись упражнения с увеличенной интенсивностью движений, в объеме 12-20 % от общего количества выполненных упражнений;

- поддерживающие средства (ласты и колобашки), на начальном этапе обучения, применялись для обеспечения надежной страховки при формировании плавательного навыка;

- благодаря уменьшению времени, затрачиваемому на отдых, увеличению интенсивности и объема суммарной нагрузки, моторная плотность каждого урока составляла 75-80%.

По окончании курса начального обучения испытуемые подвергались экспертной оценке качества освоения курса начальной плавательной подготовки. В качестве экспертов выступали квалифицированные тренеры СДЮСШОР №3 г. Смоленска в количестве 4 человек. Экспертная оценка техники плавания на дистанции 25 м производилась по 5-балльной системе. Оценке подвергались следующие элементы техники плавания: положение туловища, положение головы, движение руки при гребке, пронос рук над водой, движение ног, сочетание движений рук, ног и дыхания при плавании кролем на груди и спине. Количество баллов за технику выставлялось по общепринятым критериям педагогических оценок (табл. 1).

Таблица 1

Результаты экспертной оценки техники спортивного плавания у детей младшего школьного возраста с нарушением слуха после курса начального обучения плаванию

Способ плавания	Кол-во детей, освоивших способ плавания, %	Оценка техники плавания в баллах
Кроль на груди	87,5	3,85 ±0,23
Кроль на спине	75	3,33 ±0,54

**Выводы.** Авторская методика с широким использованием технических средств, применяемых при обучении детей младшего школьного возраста с нарушением слуха начальным плавательным навыкам, наряду с повышением моторной плотности урока и сокращения этапа освоения с водной средой, обеспечивает и общее сокращение длительности всего курса обучения плаванию, при относительно высокой его результативности. Свидетельством тому являются результаты экспертной оценки техники спортивного плавания у испытуемых детей и опроса тренеров практиков детско-юношеской спортивной школы олимпийского резерва №3, имеющих многолетний опыт работы в плавании.

#### Литература

1. Боскис, Р.М. Учителю о детях с нарушениями слуха / Р.М. Боскис. – М.: Просвещение, 2001 – 215 с.
2. Водные виды спорта: учебник для студ. высш. учеб. заведений / Н.Ж. Булгакова и др.; под общ. ред. Н.Ж. Булгаковой. – М.: Академия, 2003.– 320 с.
3. Зернов, В.И. Прикладное плавание и 160 соревновательно-игровых упражнений в воде: метод. пособие / В.И.Зернов, Т.В.Зернова - Белполиграф: – Минск, 2001. – 124 с.
4. Королев, С.А. Двигательно-координационные способности и психомоторное развитие глухих и слабослышащих дошкольников 4-5 и 6-7 лет / С.А. Королев, С.А. Гониянц // Лечебная физкультура для дошкольников и младших школьников: профилактика, оздоровление и восстановление здоровья детей средствами физ. культуры. - 2005. - № 3(4). - С. 34-41.
5. Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: Учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений / Н.Ж. Булгакова и др.; под общ. ред. Н.Ж. Булгаковой М.: Академия, 2005. – 432 с.