

АНОТАЦІЯ

Образей О. Є. **Технологія прискореного навчання плавання молодших школярів в умовах літніх оздоровчих таборів.** – Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора філософії в галузі знань 01 «Освіта/Педагогіка» за спеціальністю 014 «Середня освіта (за предметними спеціальностями)». – Волинський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк, 2021.

У дисертації розроблено, теоретично обґрунтовано та експериментально перевірено технологію прискореного навчання плавання молодших школярів в умовах літнього оздоровчого табору з урахуванням психоемоційного стану дітей, зменшення впливу фрустрації на шляху досягнення поставленої мети, підвищення інтересу до занять з плавання.

З'ясовано, що актуальність розглянутої проблеми підтверджується відсутністю єдиної та обґрунтованої думки серед фахівців щодо врахування нестандартних умов та причин, які ускладнюють процес навчання плавання, викликають дискомфорт, страх і стресову ситуацію у відкритих водоймах. В сучасних технологіях навчання плавання дітей молодшого шкільного віку є суттєві розбіжності в підходах до формування техніки плавання, розв'язання завдань, які стосуються процесу навчання плаванню, дотримання основних принципів фізичного виховання, вікових меж початку та тривалості занять, створення емоційного фону.

Доповнено відомості про рівень фізичного розвитку, фізичної підготовленості, психоемоційний стан молодших школярів як передумови до прискореного навчання плаванню у відкритих водоймах. Визначено, що рівень фізичного розвитку та фізичної підготовленості молодших школярів суттєво не впливає на перспективність початкового навчання плаванню, а найбільшою перешкодою ефективного навчання плаванню є психічна неготовність, зокрема, наявність страху до води та умов відкритих водойм.

Розроблено систему контрольних вправ для визначення оцінки плавальної підготовленості дітей молодшого шкільного віку, що складається з визначення сформованості наступних вмінь: занурення обличчя в воду; присідання у воді; стрибки у воду; затримка дихання у воді; вміння виконувати «зірочку»; вміння відштовхуватися і ковзати; вміння ковзати і працювати ногами; вміння ковзати і працювати руками; вміння плавати в координації, а також врахуванню подолання страху до відкритої водойми. Згідно системи контрольних вправ диференційовано рівні (високий, середній, низький) плавальної підготовленості дітей молодшого шкільного віку.

Визначено можливість використання українських народних ігор, які створюють умови для формування у дітей інтересу до національної фізичної культури і потреби самостійно займатися фізичними вправами. Адаптовано українські народні ігри до прискореного навчання плаванню молодших школярів у відкритих водоймах. Основні рухи, що використовуються в змісті гри на суходолі, замінені на початкові плавальні рухи у воді (занурення обличчя в воду; присідання в воді; стрибки в воду; вміння відштовхуватися та ковзати; вміння плавати в координації тощо). Українські народні ігри розподілено відповідно до етапів навчання плаванню (освоєння водного середовища; навчання зануренню в воду з головою та видиху в воду; навчання ковзанню по воді; навчання роботи ногами та роботи руками; навчання плаванню в координації), що послідовно сформовані з урахуванням трьох періодів табірної зміни (організаційного, основного, підсумкового).

Ураховуючи результати аналізу наукової літератури, результатів констатувального етапу експерименту щодо прискореного навчання плавання в умовах літнього оздоровчого табору, визначено педагогічні умови: етапне формування вмінь плавання; відповідність змісту занять віковим та індивідуальним особливостям дітей молодшого шкільного віку; врахування знань та накопиченого рухового досвіду молодших школярів; створення емоційно збагаченого виховного простору з використанням ігрових засобів, що забезпечують варіативність та рефлексивність навчання.

Теоретично обґрунтовано авторську технологію прискореного навчання плаванню молодших школярів в умовах літнього оздоровчого табору у сукупності складових частин: цільового, концептуального, процесуального, змістового та критеріально-результативного блоків. Цільовий блок технології відображає мету діяльності й завдання, що її конкретизують; концептуальний блок включає передумови формування навички плавання, методологічні підходи та принципи успішної реалізації технологічного процесу; процесуальний блок окреслює алгоритм поетапної реалізації технології; змістовний блок розкриває основні форми, методи та засоби прискореного навчання плавання в умовах оздоровчого табору; критеріально-результативний блок включає критерії діагностування та рівні сформованості навички плавання, а також окреслює підсумковий результат. Визначення сформованості означених компонентів відбувається за допомогою коефіцієнту навченості, показники якого розподілені на три рівні (низький, середній та високий).

Розроблено алгоритмізовану програму навчання плаванню молодших школярів в умовах оздоровчого табору, що умовно розподілена на три етапи відповідно до етапів формування рухового вміння. Кожен етап поділений на певні кроки алгоритму, що містять інформацію щодо організаційно-методичних дій інструктора, дій дитини та програмні результати навчання. Перший етап умовно поділено на три кроки, підсумковим результатом яких є подолання страху, сформованість знань щодо техніки безпеки на воді, важливості занять плаванням тощо. Також важливим на даному етапі є формування груп відповідно до індивідуальних особливостей дітей. Другий етап містить два основних кроки, що спрямовані на формування вмінь основних плавальних елементів та рухів і, як наслідок, отримання акварозряду. Важливим є формування в дітей здібності до рефлексії, що сприяло досягненню більш швидкого результату. Третій етап містить два кроки, спрямовані на закріплення рухів у варіативних умовах, формування навички плавання та, як результат, отримання кінцевого акварозряду.

Відповідно до алгоритмізованої програми розроблено план-графік навчання плаванню молодших школярів з урахуванням: умов табору (наявність

відкритої водойми); тривалості табірної зміни (14 днів); періоду зміни (організаційного, основного, завершального); кількості запланованих занять (28 занять); розроблених п'яти акварозрядів («Краб», «Морська черепаха», «Рибка», «Дельфін», «Акула»); видів підготовки (теоретичної та практичної); спрямованості українських народних ігор (на суходолі, на воді); змісту навчального матеріалу (поетапне вивчення основних елементів від простого до складного); засобів контролю (у вигляді контрольних ігор та естафет). Для отримання акварозряду відводиться 3 дні (6 занять), окрім першого акварозряду «краб» на опанування якого відводиться 2 дні (4 заняття). Зміст матеріалу кожного блоку та спрямованість занять відповідає вимогам акварозряду щодо сформованості певного плавального вміння. Кожен блок завершується контрольною грою, за умовами якої необхідно виконувати певні контрольні елементи.

У алгоритмізованій програмі занять враховано необхідність створення «ситуації успіху», що обумовлює особистісно-орієнтоване навчання, яке сприяє подоланню психологічних бар'єрів, реалізації індивідуальних можливостей, розвитку активності та наполегливості, підвищенню самооцінки, впевненості у власних силах. Створення «ситуації успіху» в процесі навчання плаванню відбувалося в шість кроків: подолання страху (тривоги) через дихальні вправи, відволікання тощо; надання дітям перспективи успішного результату; постійна словесна підтримка та надання чітких інструкцій; формування стійкої мотивації (розкриття значення плавання, формування належних умов занять, підтримка інтересів дитини, використання фронтальних та групових методів); постійна підтримка активності через використання ігрового методу; підвищення активності через стимулювання, а саме отримання акварозрядів («Краб», «Морська черепаха», «Рибка», «Дельфін», «Акула»), що розглядаються як певна категорія, що характеризує показники вмінь дітей і надається при виконанні певних вимог (за результатами контрольних вправ).

Доведено, що впровадження технології прискореного навчання плавання молодших школярів в умовах літнього оздоровчого табору сприяє статистично значущим змінам. Перевірка статистичної гіпотези за значенням коефіцієнту

навченості та t-критерію Стьюдента підтвердила ефективність формування плавальних вмінь та навичок молодших школярів в умовах літнього оздоровчого табору через зниження психоемоційного напруження та подолання страху до водного середовища, підвищення інтересу до занять з плавання внаслідок адаптації та використання українських народних ігор.

Удосконалено навчально-методичне забезпечення технології прискореного навчання плавання молодших школярів в умовах літнього оздоровчого табору авторським курікулом «Пляжні пригоди або як граючись навчитись плавати». Отримані результати можуть використовувати педагоги, інструктори з фізичного виховання, науково-педагогічні працівники та студенти закладів вищої освіти у вирішенні завдань, пов'язаних з їх професійною діяльністю, зокрема, при навчанні плаванню дітей.

Ключові слова: прискорене навчання плавання, молодші школярі, педагогічні умови, літні оздоровчі табори, відкриті водойми, українські народні ігри, технологія, алгоритмізована програма.