

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ І СПОРТ

ОГЛЯДИ

DOI: 10.26693/jmbs05.04.406

УДК 796.3 : 005.584

Глухов І. Г.¹, Пітин М. П.², Дробот К. В.¹, Абрамов К. В.³

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМ ТА АКТУАЛЬНИХ НАПРЯМІВ НАВЧАННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ПЛАВАННЮ

¹ Херсонський державний університет, Україна

² Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського, Україна

³ Чорноморський Національний Університет імені Петра Могили, Миколаїв, Україна

pityn7@gmail.com

Значна кількість авторських наукових підходів та наукових досліджень з навчання студентів плаванню мають частковий характер та стосуються відокремлених завдань цього процесу. Вони спрямовані на загальні підходи, випереджувальне та пришвидшене навчання плаванню; методики подолання водобоязні, застосування рухливих ігор, варіативності засобів плавальної підготовки окремі аспекти організації навчання плаванню у фізичному вихованні студентів. Це актуалізує потребу теоретичного аналізу проблем та актуальних напрямів навчання студентської молоді плаванню.

Мета – узагальнити теоретичні та емпіричні дані з проблем та актуальних напрямів навчання студентської молоді плаванню в умовах фізичного виховання в закладах вищої освіти. Методи: теоретичний аналіз і узагальнення даних наукових і методичних джерел та інформації з ресурсів інформаційної мережі Інтернет; системного аналізу; історичний і логічний; аналізу та синтезу та моделювання.

Узагальнення наявної теоретичної та методичної інформації дає підстави виокремити проблемне поле пов'язане з оновленою структурою компетенцій майбутніх фахівців різних галузей діяльності, незадовільного рівня здоров'я сучасної студентської молоді, високого прикладного значення плавання, зниження обсягів фізичного виховання в закладах вищої освіти на тлі недооцінки ефективності засобів плавання, відсутності якісного організаційного та методичного забезпечення цього процесу, варіативності цільових установок і чинників мотивації студентів, обов'язковості прикладних умінь з плавання в структурі гармонійно розвинутої особи-

стості, потреби підтримання оптимального рівня фізичної активності.

Встановлено актуальну науково-прикладну проблему сучасного фізичного виховання у закладах вищої освіти щодо обґрунтування системного підходу до навчання студентів плаванню, що враховуватиме наявний досвід та сучасні вимоги, сутність та об'єктивність критеріїв забезпечення цього процесу.

Ключові слова: узагальнення, зміст, інформація, методика, дослідження.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дослідження виконане згідно теми 3.3 «Теоретико-методичні аспекти оптимізації рухової активності різних груп населення» зведеного плану науково-дослідної роботи Львівського державного університету фізичної культури.

Вступ. Фізичної культура і спорт входить до стратегічних напрямів реалізації завдань побудови здорового суспільства. У цьому сенсі провідна роль відводиться фізичному вихованню. Воно впроваджене та реалізує свої основні функції в державних та приватних освітніх закладах впродовж різних етапів становлення особистості [1, 2, 3].

Системоутворюючі завдання щодо забезпечення фізичного розвитку, підвищення функціональних можливостей, професійно-прикладної фізичної підготовленості, чинників формування та педагогічних умов забезпечення здоров'язбережувальних технологій, підтримання самовдосконалення та саморозвитку студентської молоді представлені на різних рівнях дослідницького пошуку [1, 4, 5].

Пріоритети покладені в основу процесу фізичного виховання студентської молоді передбачають обов'язкове оволодіння ними системою прикладних умінь та навичок. Їхній зміст визначається нормативними потребами здорового способу життя, історичними уявленнями про гармонійно розвинуту особистість [1, 2, 3, 4, 5]. Згідно традиційних, підтверджених практичними та науковими пошуками, серед таких є набуття студентами системою рухових умінь та навиків з плавання.

На сьогодні розроблено значну кількість авторських підходів до навчання плаванню та розв'язання низки науково-практичних завдань цього процесу серед студентської молоді. Зазначимо на змістовому наповненні наукових праць окремих авторів, спрямованих на загальні підходи навчання плаванню; випереджувальне та пришвидшене навчання плаванню; навчання плаванню студентів спеціальних медичних груп; методики подолання студентами водобоязні, застосування рухливих ігор, варіативності засобів плавальної підготовки студентів окремі аспекти організації безпосереднього процесу навчання плаванню у фізичному вихованні [6, 7, 8, 9, 10, 11].

Проте ці наукові дослідження мають частковий характер та стосуються відокремлених завдань з навчання плаванню студентів, проте це актуалізує потребу теоретичного аналізу проблем та актуальних напрямів навчання студентської молоді плаванню.

Мета дослідження – узагальнити теоретичні та емпіричні дані з проблем та актуальних напрямів навчання студентської молоді плаванню в умовах фізичного виховання в закладах вищої освіти.

Методи дослідження. На цьому етапі дослідження використані методи опрацювання наукової інформації: теоретичний аналіз і узагальнення даних наукових і методичних джерел та інформації з ресурсів інформаційної мережі Інтернет (визначено проблемне поле дослідження, основні тенденції формування змісту навчання плаванню; з'ясовано наявне науково-методичне підґрунтя використання засобів плавання у фізичному вихованні); системного аналізу (тенденцій організації навчання плаванню у фізичному вихованні, усвідомлення значення окремих компонент навчання плаванню студентської молоді); історичний і логічний (вивчено етапи становлення наукової думки з питань навчання плаванню студентів); аналізу та синтезу (вивчено основні проблеми наявних підходів до організації та забезпечення навчання плаванню студентів закладів вищої освіти України, розвитку методичного забезпечення цього процесу); синтезу та моделювання (визначення ієрархії

та взаємозв'язку компонентів та виявленні тактик навчання плаванню).

Результати дослідження та їх обговорення.

Традиційне трактування поняття «плавання» передбачає здатність людини утриматись на поверхні води без додаткових підтримуючих засобів [11, 12, 13].

Загально відомо, що більшість рухових дій, які несуть цільове організаційне спрямування, мають свою техніку виконання. В окремих випадках техніка виконання може не співпадати з вимогами виду спорту, проте вирішує певне завдання для людини, яка її застосовує [1, 7, 8].

Однією з найбільш актуальних проблем в навчально-виховному процесі З. І. Філатова називає недостатнє науково-методичне забезпечення навчання плавання студентів. Особливо щодо організації безпеки цього процесу у спеціальних медичних групах. Вона також відзначає зміну цільової направленості навчання плавання. Пріоритетним стає безпека життєдіяльності, покращення стану здоров'я, фізичного розвитку, фізичної підготовленості, психоемоційного стану студентів. Оволодіння початковими навичками плавання дає змогу зменшити захворюваність серед студентів, сприяти збільшенню рухової активності, заохочувати до занять фізичними вправами тощо [10].

Науковці Н. М. Баламутова, С. В. Ширяєва [14] наголошують, що наявні традиційні підходи сьогодні, через певні чинники, є недостатньо ефективними. Серед таких чинників відсутність урахування вихідного рухового досвіду студентів, ігнорування варіативності сучасної техніки спортивного плавання. Вирішального значення, на думку фахівців, набуває методично вивірена та сучасна система підвідних і спеціальних технічних вправ у воді. Це дає змогу створити комплекс необхідних відчуттів, сприйняти і рухових уявлень про оптимально підібраному варіанті рухів.

Основними чинниками, які визначають процес формування техніки плавання є такі: цільова спрямованість і основні завдання, які необхідно вирішити із застосуванням плавання (при рятуванні – надати допомогу, при пірнанні – виконати необхідну дію), умови плавання (спортивне плавання – правила змагань, оздоровче – вплив на організм), анатомічна будова тіла молоді людини; фізіологічні процеси організму, основні фізичні закони у водному середовищі [15].

Питанням навчання плавання студентів ЗВО присвячені численні наукові роботи. Думки щодо спрямованості навчання плаванню включають спортивну, прикладну, оздоровчо-реабілітаційну компоненти. Наявні відмінності й у загальних методичних поглядах стосовно вибору способу плавання щодо

першочергового вивчення. Особливо це актуально для початкового навчання студентів. Спостерігаються розбіжності у рекомендованих методиках навчання плаванню. А це має визначальну роль для ефективності засвоєння умінь і навичок із плавання [8].

На підставні інформаційного пошуку виявлено множинну варіантів та алгоритмів побудови процесу початкового навчання техніці плавання [11]. Це свідчить про відсутність можливого єдиного методичного підходу та потребу емпіричного пошуку оптимального співвідношення поєднання цілісного та розчленованого методів навчання та визначення критеріїв ефективності такого процесу.

Разом із тим, окремими фахівцями пропонується використати як критерії раціональності рухових дій, характеристики пози тіла у воді, кут атаки, ступінь коливання плечового пояса, амплітуду рухів руками і ногами, економічність рухової діяльності в процесі початкового навчання плаванню [16].

За певною сукупністю даних формування навчальних груп за морфофункціональними та іншими критеріями залишається малоефективним. Окремими авторами звертається увага на необхідність звернення уваги на спадкову нейромоторну діяльність для створення певного алгоритму навчання плавання. Пріоритетним напрямком досліджень є використання координаційно-моторної плавальної схильності як базового критерію диференціації навчальних груп [8].

Хоча на нашу думку підходів до організації навчання може бути багато, вони можуть включати як питання індивідуалізації, так і диференціації процесу навчання. Проте важливою вимогою на сьогодні є не лише якісні алгоритми навчання, але й організаційна система впровадження засобів плавання у фізичне виховання ЗВО з урахуванням об'єктивних та суб'єктивних умов.

Для прикладу, Я. М. Ніфака [17] розробив та експериментально довів ефективність методики формування професійно-педагогічних знань, умінь і навичок фізкультурно-оздоровчої роботи у студентів у процесі вивчення курсу «Плавання». Імітування виробничої діяльності відбувалося з використанням таких трьох видів ігрових занять: рольові ігри, для яких вихідною є роль; ситуаційні ігри, для яких вихідною є ситуація; комплексні ігри, що сполучають рольові та ситуаційні ігри.

Застосування диференційованого підходу до навчання плаванню, своєю чергою, вимагає ретельного підбору засобів та методів. При застосуванні цієї методики помічено, що за наявності незадовільного рівня функціонального стану, фізичної підготовленості й наявності певних захворювань під час занурення у воду в багатьох студентів значно підвищувалася частота серцевих скоро-

чень, дихання тощо. Це призводило до виникнення небезпечних ситуацій (випадки втрати рівноваги, падіння, захлинання) [10].

У дослідженні Н. М. Баламутової, С. В. Ширяєвої [14] запропонована схема пришвидшеного навчання техніці спортивного плавання. Подано п'ять обов'язкових елементів такого навчання: специфічні тренувальні засоби, тривалість та залежність етапів навчання відповідно до рівня засвоєння навчального матеріалу, обґрунтування системи навчання на комплексному та одночасному навчання усіх стилів плавання. Запропонована методична система навчання за переконаннями авторів за рахунок збільшення загальної (до 97%) та моторної (до 72%) щільності практичних занять дає змогу підвищити (до 45%) кількість застосованих засобів спрямованих на техніку плавання.

Окремими авторами запропоновано приватні мультимедійні програми, як наприклад «Акватренер». Його вважають засобом підвищення мотивації на основі розробленої класифікації «спортивних досягнень» з плавання та рейтингової системи оцінювання досягнень [18].

Інші науковці пропонують урахувати індивідуальні особливості представників різних груп населення при сприянні розвитку моторики, забезпеченні оволодіння плавальних рухів. Рекомендовано дотримуватись певної методичної схеми навчання елементів техніки плавання. Це передбачає ознайомлення з рухом загалом, демонстрація елементу техніки плавання з коротким аналізом техніки виконання руху, пояснення рухових завдань та можливих помилок, безпосереднє практичне виконання [19].

Адаптація до водного середовища може бути досить ускладненою. Тому в окремих дослідженнях пропонується цілісно-роздільний метод навчання за Г. Ф. Польовим (оволодіння окремими фазами руху). Вправи спочатку вивчаються разом із тренером, який допомагає оволодівати рухами. На заняттях має мати місце широке застосування звукового й мовного супроводу, що поліпшить психологічну діяльність зі сприйняття [19].

Доведено, що процес формування компетентностей повинен такі етапи: емоційно-мотиваційний (усвідомлення та засвоєння досвіду та створення орієнтовної основи для самопізнання та самопрограмування); теоретичний (засвоєння знань і вмінь, які становлять основу компетентності); практичний (отримання досвіду взаємодії у практичній діяльності); інтеграційний (інтеграція знань, умінь, досвіду та ціннісних установок) [20].

У власному дисертаційному дослідженні О. О. Безкопильний [12] обґрунтував диференційований підхід до формування рухових навичок осіб

із різними властивостями основних нервових процесів для навчання плаванню. Наголошується на потребі врахування зміни рівня фізичного розвитку, рухової підготовленості, сенсомоторних та вегетативних функцій, варіанту індивідуально-типологічних властивостями вищої нервової діяльності та міри впливу на них складнокоординаційних засобів плавання.

Це підтверджується іншими даними. Зазначено, що методично правильний педагогічний процес управління формуванням рухових умінь під час навчання плаванню повинен відбуватися відповідно до природних психофізіологічних процесів в організмі під впливом багаторазового повторення вправ [21].

Важливим чинником успішного навчання плаванню є оптимальний добір навчальної групи. Індивідуальний підхід у заняттях може бути забезпечено тим, що студенти матимуть приблизно схожий рівень здібностей та підготовленості. Це дасть змогу групові заняття наблизити до індивідуальних особливостей студентів, формувати завдання, що відповідають особливостям кожного студента в групі [22].

Науковцем В. Ю. Сізовою встановлена ефективність застосування методу випереджувального навчання при такій послідовності проявів фізичних якостей: координаційні можливості при визначеному положенні тіла в воді, координація рухів ногами при визначеному положенні тіла в воді, координація в руках руками при визначеному положенні тіла в воді в сукупності з ритмом дихальних актів, координаційні можливості під час диференціації швидкості рухів [21].

Значною кількістю методичної інформації розкрито основи техніки спортивних способів плавання. Проте до сьогодні серед дослідників техніки плавання відсутня єдина думка щодо найбільш оптимального варіанту гребка рукою. Здебільшого фахівці орієнтуються на моделі техніки плавання видатних плавців та подальшого впровадження в цих рухів у практику плавання [6, 7, 23].

Однак в системі фізичного виховання нагальна потреба вироблення умінь та навичок з оптимального для кожного студента володіння технікою плавання.

У праці М. І. Савченко [23] на підставі проведеного дослідження зроблено узагальнення, що в техніці плавання способом «кроль на грудях» акценти повинні бути на фазі напливу. Фаза напливу в певному способі плавання становить 10–28% циклу плавальних рухів і повинна враховуватися в тренувальному процесі. Зі збільшенням довжини планованої дистанції фаза напливу певним чином збільшується.

При навчанні плаванню широкого застосування отримали підтримуючі засоби. До основних належать ті, які допомагають тілу плавця спливати, утримуватись на поверхні води та пересуватися в певному напрямку чи впрями без просування. Серед них жердини, вудки, надувні кулі, рятувальні кола, плавальні дошки, обручі з пластику чи алюмінію, плавальні жердини, стаціонарні обмежувальні пристосування, розподільні доріжки тощо [24].

У методичних рекомендаціях І. О. Россипчук, Ю. В. Човнюк [25] запропонували низку вимог для запобігання нещасним випадкам і травмам на заняттях плавання. Це зокрема такі: дотримання суворої дисципліни, контроль самопочуття студентів та стану здоров'я, уникнення переохолодження організму студентів, заняття розпочинати через 1,5–2 години після прийому їжі. Ми вважаємо, що вони повинні бути обов'язково враховані незалежно від системи реалізації засобів плавання у фізичному вихованні ЗВО.

У іншому дослідженні знаходимо такі методичні рекомендації з навчання плаванню студентів без наявності достатньої підготовленості [22]: поступово збільшувати навантаження даючи можливість адаптуватися, збільшувати щільності занять (від 50 % на перших заняттях до 70–75 % загального часу заняття), збільшувати інтенсивність занять (темпу проливання) в оптимальних межах близьких 50 % від індивідуального максимуму, ускладнювати зміст тренувальних засобів та завдань.

Фахівець М. А. Редькіна [26] пропонує тривалість основної частини заняття в межах 25–30 хв. До змісту основної частини пропонується включати вправи біля опори для розвитку м'язів рук, плечового поясу, тулуба й ніг в динамічному режимі; вправи у воді для розвитку м'язів спини і живота у динамічному режимі; вправи з плавальними дошками для розвитку м'язів спини, плечового поясу, ніг, сідничних м'язів у динамічному режимі.

Певний комплекс підготовчих вправ для подолання страху перед водою рекомендований у іншому дослідженні [27]. Серед груп вправ такі: для ознайомлення з властивостями води (температура, опір, щільність), навчання вмінню «опиратись» на воду; занурення у воду з головою та розплющенням очей. За переконаннями автора ці вправи спрямовані на усунення інстинктивного страху перед водою. Їх освоєння дасть змогу здобути навичку орієнтування у воді.

Для навчання студентів ЗВО плаванню (стиль кролем) рекомендовано методику з кількома етапами [25]: ознайомлення з водою, навчання зануренню із затримкою дихання, навчання видиху у воду, лежання на воді та спливання, ковзання, рухи ногами кролем на грудях та на спині, рухи

руками кролем на грудях та на спині, координування дихання з рухами ніг кролем на грудях та на спині, навчання координуванню рухів ніг та рук при плаванні кролем на грудях та на спині, навчання координуванню дихання з рухами рук та ніг при плаванні кролем на грудях та на спині.

За дидактичною спрямованістю заняття плаванням зі студентами можуть мати таке змістове спрямування: навчальне, навчально-ігрове, ігрове, індивідуальне навчання, контрольне, масове купання. Усі вони мають свій визначений зміст та спрямованість [7, 11, 25, 26, 27].

Зауважимо, що в умовах реформування фізичного виховання варто передбачати варіанти, коли в навчальному процесі студенти інколи можуть самі пропонувати зміст та підбір засобів для організації заняття. Такі ініціативи слід заохочувати. Вони сприяють більш активному і самостійному ставленню до навчальної діяльності, сприяння проявам творчості тощо.

У сукупності інших досліджень зустрічаємо методичні вказівки щодо вдосконалення техніки та виправлення помилок [25, 28, 29, 30]:

- удосконалення техніки рекомендується починати з постановки раціональних гребків руками і дихання, в подальшому переходити до загального узгодження рухів;
- удосконалення технічної майстерності повинно нерозривно пов'язуватися з варіативністю техніки плавання, вправи об'єднуються в комплекси;
- при виправленні помилок спочатку визначають основні, які в найбільш впливають на ефективності плавання;
- в окремих випадках при виправленні помилок є потреба застосовувати метод контрастних завдань (виконання рухів за характером протилежні допущеній помилці).

У певній мірі орієнтовний зміст програми секційних занять «Спорт: плавання» [28] може бути пов'язаний з наступним. У групах початкової підготовки на першому році передбачено розгляд тематичних блоків із розвитку спортивного плавання, правил поведінки в басейні, гігієни фізичних вправ і профілактики захворювань, використання загальнорозвиваючих і спеціальних фізичних вправ на суші, вправи для освоєння з водою, навчальні стрибки у воду, елементарні гребкові рухи, ігри та розваги на воді, вправи для вивчення техніки кроля на грудях і на спині, вправи для вивчення старту і поворотів, застосування контрольних нормативів і випробувань. Другий рік навчання – впливу фізичних вправ на організм людини, лікарського контролю і самоконтролю; пропаганди здорового способу життя, формування мотивації до регулярних занять фізичними вправами, удосконалення техніки способів плавання, стартів та поворотів, розвитку

силових можливостей, загальної. Третій рік навчання – основ техніки плавання і методики тренування; правил, організації і проведення змагань; спортивного інвентарю та обладнання, розвиток аеробної витривалості, виховання економічності, автономності та варіативності рухів в основних способах плавання, рухливості в суглобах тощо.

Також при розробці навчального комплексу рекомендовано враховувати й адаптувати до індивідуальних особливостей такі особливості системи рухових дій у плаванні [19]: багато стилів плавання пов'язані з обмеженим діапазоном рухомості у суглобах; необхідність уникнення швидких та раптових рухів кінцівок; уникати несподіваного та раптового занурення обличчя у воду; використовувати стилі плавання на спині, які виключають необхідність контролю положення голови при ритмічному диханні; при виконанні вправ чи плавання в положенні на животі слід одягати підтримуючий пояс на грудну клітку під руки; перерозгинання шиї чи поворот голови в бік може вплинути на контроль кінцівок; для сигналізування рекомендовано застосовувати раптові звуки, рухи чи сплеск.

Таким чином узагальнення наявної теоретичної та методичної інформації дає підстави виокремити проблемне поле пов'язане з оновленою структурою компетенцій майбутніх фахівців різних галузей діяльності, незадовільного рівня здоров'я сучасної студентської молоді, високого прикладного значення плавання, зниження обсягів фізичного виховання в закладах вищої освіти на тлі недооцінки ефективності засобів плавання, відсутності якісного організаційного та методичного забезпечення цього процесу, варіативності цільових установок і чинників мотивації студентів, обов'язковості прикладних умінь з плавання в структурі гармонійно розвинутої особистості, потреби підтримання оптимального рівня фізичної активності.

Заключення. Пріоритети покладені в основу процесу фізичного виховання студентської молоді визначають обов'язковість оволодіння системою прикладних умінь та навичок з плавання та безпосередньої плавальної підготовки, що є нормативними потребами здорового способу життя, історичними уявленнями про гармонійно розвинуто особистість.

Узагальнення даних вказує на значну кількість інформації та наявність авторських підходів вибіркового спрямування щодо навчання плаванню. Їх змістове наповнення безпосередньо пов'язане із загальними рекомендаціями навчання плаванню, методикам випереджувального навчання, особливостей роботи з різними категоріями населення та подолання практичних ситуацій, загальної сутності оздоровчого впливу плавання на організму студентів тощо.

Нагальною науковою та прикладною проблемою сучасного фізичного виховання у закладах вищої освіти є обґрунтування системного підходу до навчання студентів плаванню, що враховуватиме наявний досвід та сучасні вимоги, сутність та об'єктивність критеріїв забезпечення цього процесу.

Перспективи подальших досліджень передбачають встановлення базових показників фізич-

ного розвитку, фізичної підготовленості, функціонального стану та мотивації до студентів занять плаванням, з'ясування досвід організації навчання плаванню та встановлення рівня плавальної підготовленості студентів й, на цій основі, обґрунтування системи навчання плаванню у фізичному вихованні студентів закладів вищої освіти.

References

1. Krutsevich TYu. *Teoriya i metodika fizichnoho vikhovannya*. In: *Metodika fizichnoho vikhovannya riznikh hrup naseleniya* [Theory and methods of physical education: In: Methods of physical education of different groups of the population]. Pidruchn. Vol 2. Kyiv; 2008. 368 s. [Ukrainian]
2. Pristupa Ye, Melnyk M, Pityn M. *Obgruntuvannya napryamkiv rozvitku studentskoho sportu Ukraini v XXI stolitti* [Substantiation of directions of development of student sports of Ukraine in the XXI century]. *Sportivna nauka Ukraini*. Lviv: LDUFK; 2016. 1. [Ukrainian]
3. Tsos AV, Shevchuk AY, Kasarda OZ. *Rukhova aktivnist u motivatsiyno-tsinnisnikh oriyentatsiyakh studentiv* [Motor activity in motivational and value orientations of students]. *Fizichne vikhovannya, sport i kultura zdorov'ya u suchasnomu suspilstvi*. 2014; 4(28): 83-7. [Ukrainian]
4. Volkov VL. *Teoretiko-metodichni zasadi rozvitku fizichnikh zdbnostey studentiv u sistemi fizichnoi pidhotovki* [Theoretical and methodological principles of development of physical abilities of students in the system of physical training]. *Abstr. Dr. Sci. (Ped.)*. Kyiv; 2011. 42 s. [Ukrainian]
5. Dovhan NYu. *Teoretichni osnovi vikhovannya fizichnoi kulturi studentiv vishchikh navchalnikh zakladiv u protsesi pozaauditornoj sportivno-masovoi roboti* [Theoretical bases of education of physical culture of students of higher educational institutions in the course of out-of-class sports and mass work]. *Abstr. Dr. Sci. (Ped.)*. Kyiv; 2018. 39 s. [Ukrainian]
6. Honchar IL. *Teoriya prepodavaniya plavaniya: tekhnologii obucheniya i sovershenstvovaniya* [Theory of Swimming Teaching: Learning and Improving Technologies]. *Monohraf*. Odessa: Astroprint; 2005. 524 s. [Russian]
7. Hlushchenko NV. *Korektsiya fizichnoho stanu studentiv 19-20 rokviv zasobami plavannya v protsesi konditsiynoho trenuvannya* [Correction of the physical condition of students aged 19-20 by means of swimming in the process of fitness training]. *Pedahohika, psikhohiia ta mediko-biologichni problemi fizichnoho vikhovannya i sportu*. 2012; 5: 41-6. [Ukrainian]
8. Nikolskiy AYu. *Formuvannya spetsialnikh umin ta navichok studentok vishchikh navchalnikh zakladiv u protsesi pochatkovoho navchannya plavannya* [Formation of special abilities and skills of female students of higher educational institutions in the process of primary swimming education]. *Abstr. PhD. (Ped.)*. Kyiv; 2011. 20 s. [Ukrainian]
9. Petrenko NV. *Optimizatsiya fizichnoi ta rozumovoi pratsezdatsnosti studentiv ekonomichnikh spetsialnostey zasobami akvafitnesu* [Optimization of physical and mental capacity of students of economic specialties by means of aquafitness]. *Abstr. PhD. (Physical Ed&Sport.)*. Kyiv; 2015. 20 s. [Ukrainian]
10. Filatova ZI. *Diferentsiyuvannya navchannya plavannya studentiv spetsialnikh medichnikh hrup* [Differentiation of swimming training for students of special medical groups]. *Abstr. PhD. (Ped.)*. Lutsk; 2015. 20 s. [Ukrainian]
11. Khimich IYu. *Formuvannya spetsialnikh umin ta navichok studentiv vishchikh navchalnikh zakladiv u protsesi navchannya ozdorovchoho plavannya* [Formation of special skills and abilities of students of higher educational institutions in the process of teaching health swimming]. *Abstr. PhD. (Ped.)*. Kyiv; 2011. 19 s. [Ukrainian]
12. Bezkopilnyy OO. *Faktorna struktura pokaznikiv fizichnoho rozvitku, vlastivostey osnovnikh nervovikh protsesiv, rukhovoi pidhotovlenosti ta vehetativnikh funktsiy v umovakh navchannya plavannyu ditey molodshoho shkilnoho viku* [Factor structure of indicators of physical development, properties of the basic nervous processes, motor readiness and vegetative functions in the conditions of training of children of primary school age to swimming]. *Slobozhanskiy naukovno-sportivnyy visnik*. 2009; 2: 114-6. [Ukrainian]
13. *Robocha prohrama navchalnoi distsiplini «Plavannya z metodikoyu vikladannya» dlya studentiv spetsialnosti 6.010201 «Fizichne vikhovannya»* [Working program of the discipline "Swimming with teaching methods" for students majoring in 6.010201 "Physical Education"]. Zaporizhzhya: Zaporizkiy natsionalniy tekhnichniy universitet; 2014. 18 s. [Ukrainian]
14. Balamutova NM, Shirayeva SV. *Optimizatsiya uskorennoho obucheniya tekhnike sportivnoho plavannya studentok vysshikh uchebnykh zavedeniy* [Optimization of accelerated training in sports swimming technique for female students of higher educational institutions]. *Slobozhanskiy naukovno-sportivnyy visnik*. 2015; 2(46): 24-7. [Russian]
15. Kruk MZ, Bikanov SR, Kruk AZ. *Teoriya i metodika vikladannya plavannya* [Theory and methods of teaching swimming]. *Navch-metod mater dlya stud f-tu fiz vikhovannya i sportu*. Zhitomir: Vid-vo ZhDU im I Franka; 2010. 108 s. [Ukrainian]

16. Abu Zam'a Ali. *Metodika razvitiya koordinatsionnykh sposobnostey detey mladsheho shkolnoho vozrasta v protsesse nachalnoho obucheniya plavannyu* [Methodology for the development of coordination abilities of primary school children in the process of primary swimming training]. Abstr. PhDr. (Physical Ed&Sport.). Kiev; 1997. 24 s. [Russian]
17. Nifaka YaM. *Pidhotovka studentiv fakultetu fizichnoi kulturi do fizkulturno-ozdorovchoi roboti (na prikladi plavannya)* [Preparation of students of the Faculty of Physical Culture for physical culture and health work (on the example of swimming)]. Abstr. PhDr. (Physical Ed&Sport.). Lutsk; 2000. 21 s. [Ukrainian]
18. Skaliy OV. *Komp'yuterni tekhnolohiyi diferentsiatsiyi protsesu fizichnoho vikhovannya shkolyariv (na prikladi navchannya plavannya)* [Computer technologies of differentiation of process of physical education of schoolboys (on an example of training of swimming)]. Abstr. PhDr. (Physical Ed&Sport.). Lviv; 2002. 24 s. [Ukrainian]
19. Bosko VM. *Navchannya tekhnitsi sportivnikh sposobiv plavannya ditey 8-10 rokiv z urazhennyami oporno-rukhooho aparatu (na prikladi dityachoho tserebralnoho paralichu)* [teaching the technique of sports methods of swimming for children 8-10 years old with lesions of the musculoskeletal system (on the example of cerebral palsy)]. Abstr. PhDr. (Physical Ed&Sport.). Kharkiv; 2018. 22 s. [Ukrainian]
20. Ponomarov VO. *Formuvannya profesiyno-pedahohichnoi kompetentnosti maybutnoho trenera z atletichnoi himnastiki u protsesi fakhovoi pidhotovki* [Formation of professional and pedagogical competence of the future coach in athletic gymnastics in the process of professional training]. Abstr. PhDr. (Ped.). Zaporizhzhya; 2010. 20 s. [Ukrainian]
21. Sizova VYu. *Formuvannya rukhovikh umin studentiv u protsesi zanyat plavannyam z vikoristannyam metodu vi-peredzhuvalnoho navchannya* [Formation of motor skills of students in the process of swimming lessons using the method of advanced training]. Abstr. PhDr. (Ped.). Kyiv; 2016. 18 s. [Ukrainian]
22. Blavt OZ. *Plavannya yak metod pozbavleniya khvorobi ozhirinnya studentiv spetsialnoho medichnoho viddilennya v umovakh vuzu* [Swimming as a method of getting rid of obesity in students of a special medical department in a university]. *Pedahohika, psikholohiya ta mediko-biologichni problemi fizichnoho vikhovannya i sportu*. 2010; 1: 17-25. [Ukrainian]
23. Savchenko MI. *Plavannya* [Swimming]. Navch-metod posib dlya stud f-tiv fiz vikhovannya vishchikh navch zakladiv. Kirovohrad: RVV KPDU im Volodimira Vinnichenka; 2004. 272 s. [Ukrainian]
24. Chaplinskiy M, Sidorko O, Ostrovskiy M, Lisikh O. *Efektivnist zasobiv pri pochatkovomu navchanni plavannyu ditey shkilnoho viku* [Effectiveness of means at initial training of swimming of school children]. *Sportivniy visnik Pridni-prov'ya*. 2008; 2: 17-20. [Ukrainian]
25. Rossipchuk IO, Chovnyuk YuV. *Plavannya – stimulyuyuchiy faktor dlya vsebichnoho rozvitku i zdorov'ya studentskoi molodi* [Swimming is a stimulating factor for the comprehensive development and health of student youth]. *Pedahohika, psikholohiya ta mediko-biologichni problemi fizichnoho vikhovannya*. 2006; 10: 134-40. [Ukrainian]
26. Redkina MA. *Zmist zanyat z ozdorovchoho plavannya dlya studentiv u protsesi fizichnoho vikhovannya* [The content of health swimming lessons for students in the process of physical education]. *Naukoviy chasopis Natsionalnoho pedahohichnoho universitetu imeni MP Drahomanova. Seriya 15: Naukovo-pedahohichni problemi fizichnoi kulturi (fizichna kultura i sport)*. 2016; 1(70): 154-7. [Ukrainian]
27. Koryahin VM, Blavt OZ, Tsovkh LM. *Vodoboyazn studentiv pochatkivtsiv, yaki navchayutsya plavati, ta metodi yiyi podolannya* [Fear of novice students learning to swim and methods of overcoming it]. *Pedahohika, psikholohiya ta mediko-biologichni problemi fizichnoho vikhovannya*. 2009; 12: 95-9. [Ukrainian]
28. Chetchikova OI. *Plavannya yak zasib keruvannya profesiynoyu pratsezdatsnistyu* [Swimming as a means of managing professional performance]. Metod vkazivki dlya praktichnikh zanyat z distsiplini «Fizichne vikhovannya» (dlya studentiv dennoi formi navchannya vsikh spetsialnostey Universitetu). Kharkiv: KhNUMH; 2014. 28 s. [Ukrainian]
29. Skaliy OV. *Azbuka plavannya* [Swimming alphabet]. Navch posib. Ternopil: Aston; 2002. 102 s. [Ukrainian]
30. Fanihina OYu. *Orhanizatsiyno-metodichni osnovi ozdorovchoho plavannya* [Organizational and methodical bases of health swimming]. Metod rekomend. K: Naukoviy svit; 2000. 31 s. [Ukrainian]

УДК 796.3 : 005.584

ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ПРОБЛЕМ И АКТУАЛЬНЫХ НАПРАВЛЕНИЙ ОБУЧЕНИЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ ПЛАВАНИЮ

Глухов И. Г., Питын М. П., Дробот К. В., Абрамов К. В.

Резюме. Значительное количество авторских научных подходов и научных исследований по обучению студентов плаванию имеют частичный характер и касаются отдельных задач этого процесса. Они направлены на общие подходы, опережающее и ускоренное обучение плаванию; методики преодоления водобоязни, применение подвижных игр, вариативности средств плавательной подготовки, отдельные аспекты организации обучения плаванию в физическом воспитании студентов. Это актуализирует необходимость теоретического анализа проблем и актуальных направлений обучения студенческой молодежи плаванию.

Цель – обобщить теоретические и эмпирические данные по проблемам и актуальным направлениям обучения студенческой молодежи плаванию в условиях физического воспитания в учреждениях высшего образования.

Методы: теоретический анализ и обобщение данных научных и методических источников и информации из ресурсов информационной сети Интернет, системного анализа, исторический и логический, анализа, синтеза и моделирования. Обобщение имеющейся теоретической и методической информации позволяет выделить проблемное поле, связанное с обновленной структурой компетенций будущих специалистов различных отраслей деятельности, неудовлетворительным уровнем здоровья современной студенческой молодежи, высоким прикладным значением плавания, снижением объемов физического воспитания в учреждениях высшего образования на фоне недооценки эффективности средств плавания, отсутствия качественного организационного и методического обеспечения этого процесса, вариативности целевых установок и факторов мотивации студентов, обязательности прикладных умений плавания в структуре гармонично развитой личности, потребности поддержания оптимального уровня физической активности. Установлено актуальную научно-прикладную проблему современного физического воспитания в учреждениях высшего образования по обоснованию системного подхода к обучению студентов плаванию, которая будет учитывать имеющийся опыт и современные требования, сущность и объективность критериев обеспечения этого процесса.

Ключевые слова: обобщение, содержание, информация, методика, исследования.

UDC 796.3 : 005.584

Theoretical Analysis of Problems and Prospective Directions of Teaching Swimming in Student Youth

Hluhov I., Pityn M., Drobot K., Abramov K.

Abstract. Today there is a great number of authors' approaches to teaching and training swimming as well as to solving a number of scientific and practical tasks of this process. But they are partial in nature and relate to individual tasks of this process. They are aimed at general approaches, leading and accelerated swimming training; techniques for overcoming the fear of water, the use of outdoor games, the variability of swimming training facilities, certain aspects of the organization of swimming training in the physical education of students. This actualizes the need for a theoretical analysis of the problems and relevant areas of teaching students swimming.

The purpose of the study was to summarize theoretical and empirical data on problems and relevant areas of training students in swimming in physical education in higher education institutions.

Material and methods: theoretical analysis and generalization of data from scientific and methodological sources and information from the Internet; system analysis; historical and logical methods; analysis, synthesis and modeling.

Results and discussion. Generalization of the available theoretical and methodological information gives grounds to highlight the problematic field related to the updated structure of future specialists' competencies in different fields of activity, unsatisfactory health level of modern student youth, high applied value of swimming, volume reduction of physical education in higher education institutions based on an underestimation of the swimming means efficiency, lack of quality in organizational and methodological support for this process, variability of target units and students' motivation factors, needs of practical swimming skills in the structure harmoniously developed personality, needs to maintain an optimal level of physical activity.

Conclusion. The study showed an acute scientific and applied problem of modern physical education in higher education institutions to substantiate a systematic approach of students swimming training, which takes into account the existing experience and current requirements, the nature and objectivity of the criteria for this process ensuring.

Keywords: generalization, content, information, methodic, research.

The authors of this study confirm that the research and publication of the results were not associated with any conflicts regarding commercial or financial relations, relations with organizations and/or individuals who may have been related to the study, and interrelations of coauthors of the article.

Стаття надійшла 02.04.2020 р.

Рекомендована до друку на засіданні редакційної колегії після рецензування