УДК 796

Влияние соревновательно - игровой методики на темпы освоения навыков плавания у младших школьников

Федорова Е.Ю.[1]*, Гриднева Е.В.[2], Кудрявев П.А.[2]
[1] Московский городской педагогический университет
г. Москва, Россия
*ORCID: 0000-0002-6992-4282, elefedor@yandex.ru**
[2] Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации
г. Москва, Россия
ORCID: 0009-0001-1096-8248, gridneva-ev@ranepa.ru
ORCID: 0009-0003-0034-6650, kudryavtsev-pa@ranepa.ru

Аннотация: Исследование посвящено влиянию соревновательно-игрового подхода на обучение младших школьников плаванию. ***Актуальность*** обусловлена необходимостью повышать безопасность детей в водной среде и совершенствовать методики физического воспитания в условиях ограниченной доступности бассейнов. В работе сравнивается эффективность традиционных и соревновательно-игровых технологий обучения, включающих игровые элементы и соревновательные задания. Эксперимент проведен с учащимися 7–10 лет одной из спортивных школ Москвы. ***Научная новизна***. Впервые исследовано влияние соревновательно-игровой методики на обучение плаванию у школьников. Показано, что данный подход сокращает срок обучения на 10–15% и значительно повышает вовлечённость за счёт позитивного эмоционального фона и усиления внутренней мотивации. ***Практическая значимость.*** Разработанный соревновательно-игровой подход представляет собой эффективный инструмент повышения результативности занятий плаванием. Его использование позволит образовательным и спортивным учреждениям оптимизировать процесс подготовки, повысить пропускную способность инфраструктуры и охватить большее количество учащихся. ***Методы исследования***. Эксперимент позволил сравнить традиционную методику обучения плаванию и соревновательно-игровой подход. Эффективность оценивалась по срокам освоения навыков, технике плавания, вовлечённости и эмоциональному состоянию, с использованием t-критерия Стьюдента. ***Результаты***. Применение соревновательно-игровой методики показало значительное снижение времени, затраченного на освоение плавательных навыков (на 10–15%) по сравнению с традиционным подходом. Учащиеся экспериментальной группы продемонстрировали улучшение качества техники плавания, лучшую координацию движений и повышение уверенности в водной среде. Кроме того, позитивный эмоциональный настрой и игровая форма занятий значительно повысили мотивацию детей. ***Заключение***. Соревновательно-игровая методика доказала свою эффективность и рекомендована для широкого применения в образовательной и спортивной практике. Перспективы дальнейших исследований включают изучение её влияния на физическое развитие школьников и возможности сочетания с цифровыми технологиями.

Ключевые слова: плавание, соревновательно-игровая методика, младшие школьники, эмоциональная вовлеченность.

Для цитирования: Федорова Е.Ю.*, Гриднева Е.В., Кудрявцев П.А. Влияние соревновательно - игровой методики на темпы освоения навыков плавания у младших школьников. Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. 2025; 20(1): 217-221.

Influence of competitive-game methodology on the rate of learning swimming skills in junior schoolchildren

Elena Yu. Fedorova[1]*, Elena V. Gridneva[2], Pavel A. Kudryavtsev[2]
[1] Moscow City Pedagogical University
Moscow, Russia
*ORCID: 0000-0002-6992-4282, elefedor@yandex.ru**
[2] Russian Presidential Academy of National Economy and Public Administration
Moscow, Russia.

ORCID: 0009-0001-1096-8248, gridneva-ev@ranepa.ru
ORCID: 0009-0003-0034-6650, kudryavtsev-pa@ranepa.ru

Abstract: The study is devoted to the influence of competitive-play approach on teaching junior schoolchildren swimming. ***The relevance is*** conditioned by the need to improve the safety of children in the aquatic environment and to improve the methods of physical education in conditions of limited availability of swimming pools. The paper compares the effectiveness of traditional and competitive-game teaching technologies, including game elements and competitive tasks. The experiment was conducted with pupils of 7-10 years old of one of the sports schools of Moscow. ***Scientific novelty.*** For the first time the influence of competitive-game methodology on swimming training of schoolchildren was investigated. It is shown that this approach reduces the training period by 10-15% and significantly increases involvement due to positive emotional background and strengthening of intrinsic motivation ***Practical significance***. The developed competitive-game approach is an effective tool to improve the effectiveness of swimming lessons. Its use will allow educational and sports institutions to optimize the training process, increase the capacity of infrastructure and reach more students. ***Research Methods.*** The experiment allowed us to compare the traditional swimming teaching methodology and the competitive-game approach. The effectiveness was evaluated by the time of skills mastering, swimming technique, involvement and emotional state, using Student's t-criterion. ***Results.*** The application of competitive-game methodology showed a significant decrease in the time spent on mastering swimming skills (by 10-15%) compared to the traditional approach. Students in the experimental group demonstrated improved quality of swimming technique, better coordination of movements and increased confidence in the aquatic environment. In addition, the positive emotional attitude and the game form of the lessons significantly increased the children's motivation. ***Conclusion.*** Competitive-play methodology proved its effectiveness and is recommended for wide application in educational and sports practice. Prospects for further research include the study of its influence on the physical development of schoolchildren and the possibility of combining it with digital technologies.

Keywords: swimming, competitive-play methodology, junior schoolchildren, emotional involvement.

For citation: Elena Yu. Fedorova*, Elena V. Gridneva, Pavel A. Kudryavtsev. Influence of competitive-game methodology on the rate of learning swimming skills in junior schoolchildren. Russian Journal of Physical Education and Sport. 2025; 20(1): 217-221.

Введение

Проблема длительности процесса обучения плаванию младших школьников остается одной из ключевых в системе физического воспитания, поскольку этот вид двигательной активности способствует гармоничному физическому развитию, укреплению здоровья и повышению безопасности детей в водной среде. Несмотря на отдельные положительные тенденции, статистика несчастных случаев на воде среди детей и подростков в Российской Федерации указывает на необходимость повышения качества и эффективности обучения плаванию в образовательных учреждениях.

Недостаточная доступность специализированной инфраструктуры усложняет задачу, что требует разработки современных методик, направленных на оптимизацию сроков обучения и более рациональное использование имеющихся ресурсов. Актуальные исследования подтверждают эффективность инновационных подходов, таких как игровые технологии, интерактивное обучение и видеомоделирование, которые ускоряют процесс формирования плавательных навыков и повышают вовлеченность обучающихся [1, 3].

Между тем традиционные методики, основанные на механическом выполнении упражнений, не учитывают уровень физической подготовленности детей, что снижает их результативность при формировании сложных двигательных навыков. Это подтверждается работами Н.Ж. Булгаковой (2004), В.П. Васильченко (2020), А.В. Викулова (2004), Н.В. Чертова (2011), Т. Лафлина (2012) и других исследователей [2].

В этой связи возрастает актуальность изучения соревновательно-игровых технологий, которые могут способствовать не только ускорению процесса обучения, но и повышению мотивации и вовлеченности младших школьников. Системное исследование этих технологий обеспечивает теоретическую и практическую основу для улучшения результативности обучения плаванию, оптимизации использования спортивных объектов и увеличения охвата детей, владеющих основами плавания. Реализация подобных подходов будет содействовать повышению водной грамотности, снижению риска несчастных случаев на воде и формированию базовых навыков самоспасения.

Целью настоящего исследования является изучение влияния соревновательно-игровой методики на ускорение процесса формирования навыков плавания у младших школьников.

Материалы и методы

В исследовании приняли участие 31 ребёнок младшего школьного возраста (7–10 лет), не имевших предварительного опыта плавания, учащихся спортивного объединения «Самбо-70» (г. Москва). Участники были разделены на контрольную группу (16 чел.), которой преподавали традиционным методом, и экспериментальную группу (15 чел.), обучаемую по соревновательно-игровой методике. Контрольная группа занималась по стандартному подходу, включающему выполнение упражнений и заданий без игровых элементов. В экспериментальной группе применялась методика, основанная на игровых и соревновательных элементах, направленных на повышение вовлечённости, мотивации и создание позитивного эмоционального фона.

Группы формировались с учётом возраста, пола и первоначального уровня физической подготовки, что обеспечило их однородность и объективность сравнительного анализа. Исследование проводилось в течение учебного года (34 урока по 45 минут раз в неделю) и включало последовательные этапы: адаптацию к воде (3–6 уроков), освоение базовых движений (7–12 уроков), изучение плавательных стилей (10–18 уроков) и закрепление навыков (6–10 уроков). Тренировки осуществляли три квалифицированных тренера с опытом работы свыше 15 лет, обеспечившие высокую систематичность подачи материала и объективность оценки прогресса.

Оценка эффективности включала анализ скорости освоения этапов обучения, уровня вовлечённости детей (по специальной шкале наблюдений) и качества плавательной техники, которую оценивали три эксперта. Статистический анализ данных (t-критерий Стьюдента) подтвердил значимые отличия между группами и высокую эффективность соревновательно-игровой методики.

Результаты и обсуждение

В исследовании была проведена оценка средних сроков формирования навыков плавания у младших школьников, обучавшихся по традиционной методике. Для этого в течение учебного года проводилось наблюдение за контрольной группой детей 7–10 лет, посещавших спортивное объединение «Самбо-70» (г. Москва). Установлено, что освоение базовых плавательных навыков при традиционном подходе занимало примерно 34 урока (25,5 часов занятий в воде), что послужило базовым ориентиром для сравнения с альтернативной методикой.

На следующем этапе была разработана экспериментальная программа, основанная на соревновательно-игровом подходе, направленная на сокращение сроков обучения и повышение его результативности (табл. 1). В рамках программы были определены ключевые компоненты: последовательность упражнений, формы игровых заданий, соревновательные элементы и критерии оценки прогресса учеников.

Таблица 1

Организационно-содержательные компоненты соревновательно-игрового подхода к обучению плаванию младших школьников

№ этапа	Этап обучения	Кол-во уроков	Содержание уроков	Формы организации занятий
1	Адаптация к воде	3–5	Игры на воде, дыхательные упражнения, погружения	Игровая, групповая
2	Освоение базовых движений	6–8	Упражнения на скольжение, удержание на воде	Игровая, соревновательная
2	Освоение элементов техники плавания	8–10	Игровые эстафеты, упражнения с элементами состязаний	Групповая, соревновательная
3	Изучение основных стилей плавания	8–10	Соревнования, командные игры, игровые задания	Состязательная, групповая

4	Закрепление навыков и уверенности	4–6	Соревновательные упражнения, эстафеты, игровые тесты	Командная, соревновательная

Проведённый сравнительный анализ освоения плавательных навыков подтвердил явное преимущество соревновательно-игровой методики по сравнению с традиционным подходом. Установлено, что учащиеся контрольной группы, обучавшиеся по традиционной программе, освоили базовые плавательные навыки за 34 занятия общей длительностью 25,5 часа. В то же время участники экспериментальной группы, занимавшиеся по соревновательно-игровой программе, достигли аналогичных результатов за 25–28 занятий, что составило 19–21 час. Таким образом, применение соревновательно-игрового подхода сократило средние сроки обучения на 10–15%.

Эффективность данной методики обусловлена её способностью вызывать у детей устойчивый интерес и формировать внутреннюю мотивацию. Игровые элементы и соревновательный формат способствуют снижению водобоязни, ускоряют адаптацию к работе в водной среде и облегчают овладение сложными двигательными навыками. Кроме того, усиленная эмоциональная вовлечённость обучающихся и систематическое повторение упражнений способствовали не только ускоренному освоению навыков, но и их более качественному закреплению.

Результаты исследования также продемонстрировали превосходство экспериментальной группы по показателям технической подготовки. Среднее время преодоления контрольной дистанции в этой группе оказалось на 7,8% ниже, чем в контрольной группе, что указывает на более эффективное освоение техники спортивных способов плавания. Экспертная оценка, проведённая тренерами, подтвердила улучшение ключевых компонентов техники плавания, координации, а также повышение уверенности детей в водной среде.

Таким образом, соревновательно-игровой подход проявил себя не только как инструмент для оптимизации сроков освоения плавательных навыков, но и как средство повышения их качества, что позволяет рекомендовать данную методику как перспективный элемент образовательного процесса.

Заключение

В ходе исследования установлена высокая эффективность соревновательно-игрового подхода при обучении плаванию младших школьников. Учащиеся экспериментальной группы освоили основные навыки на 10–15% быстрее и продемонстрировали более качественную техническую подготовку. Показано, что игровой и соревновательный формат занятий способствует повышению мотивации, формированию уверенности, а также преодолению водобоязни – одного из основных барьеров в обучении плаванию.

Перспективы дальнейших исследований включают разработку многоуровневых педагогических технологий, сочетающих соревновательные элементы с интерактивными методами. Особый интерес представляет изучение влияния таких подходов на развитие физических качеств, включая силу, выносливость и скорость. Важным направлением является также сравнительный анализ эффективности соревновательно-игровых методов в комбинации с цифровыми платформами, что может расширить применение современных технологий в образовательной практике.

Список литературы

1. Егорова А. М., Ибраева Р.Ж. Использование технологии игрового взаимодействия в процессе обучения детей младшего школьного возраста плаванию. *Человек. Спорт. Медицина*. 2016; 16(4): 54–63.

2. Симагина А.А., Иванова М.А. Марьин И.С. Алгоритм обучения плаванию спортивными способами на основе моторного онтогенеза и становления функциональности мышечных лент для детей и взрослых. *Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта*. 2024; 19(4): 175–185.

3. Шакирова О.В. Горбунова О.В. Павловская О.А. Козявина Н.В. Начальное обучение плаванию слабослышащих младших школьников с использованием сюжетно-ролевых игр. *Адаптивная физическая культура*. 2020; 4(84): 19–21.

References

1. Egorova A.M., Ibraeva R.J. The use of technology of game interaction in the process of teaching children of primary school age to swim. *Chelovek. Sport. Medicina = Human. Sport. Medicine*. 2016; 16(4): 54-63 [In Russ., In Engl.].

2. Simagina A.A., Ivanova M.A. Maryin I.S. An algorithm for teaching swimming in sports based on motor ontogenesis and the formation of muscle band functionality for children and adults. *Pedagogiko-psihologicheskie I mediko-biologicheskie problemy fizicheskoj kul'tury I sporta = Russian Journal of Physical Education and Sport*. 2024; 19(4): 175-185

[In Russ., In Engl.].

3. Shakirova O.V. Gorbunova O.V. Pavlovskaya O.A. Kozyavina N.V. Initial swimming training for hearing-impaired younger schoolchildren using story-role-playing games. *Adaptivnaya fizicheskaya kul'tura*. 2020; 4(84): 19-21 [In Russ.].

Статья поступила в редакцию: 20.02.2025

Федорова Елена Юрьевна *– доктор биологических наук, доцент, Московский городской педагогический университет, 129226, Россия, г. Москва, 2-й Сельскохозяйственный проезд, дом 4, корпус 1, e-mail: elefedor@yandex.ru*

Гриднева Елена Владимировна *– старший преподаватель, Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации, 119571, Россия, г. Москва, проспект Вернадского, дом 82, e-mail: gridneva-ev@ranepa.ru*

Кудрявцев Платон Александрович *– преподаватель, Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации, 119571, Россия, г. Москва, проспект Вернадского, дом 82, e-mail: kudryavtsev-pa@ranepa.ru*