

К вопросу изучения раздела учебной программы «Прикладное плавание»

¹Данилевич Н.В., ²Барановская Д.И.

¹Белорусский государственный педагогический университет им. М.Танка

²Белорусский национальный технический университет

Формирование у студентов умений и навыков безопасного поведения является одной из важнейших задач высшей школы. При изучении дисциплины «Плавание и методика преподавания» для студентов специальности 1-03 02 01 Физическая культура в Белорусском государственном педагогическом университете им. М.Танка учебной программой предусмотрено освоение раздела «Прикладное плавание». Задачами обучения студентов при изучении данного раздела является приобретение необходимых знаний, умений и навыков по предупреждению травм и несчастных случаев, спасению тонущих и оказанию доврачебной помощи пострадавшим на воде, использованию навыков плавания и ныряния в прикладных целях.

Чтобы решить задачи прикладного плавания используют технику спортивных способов плавания. В основном это брасс и кроль на груди, а также кроль на спине. Кроме того, применяются различные элементы спортивных способов плавания, к примеру, плавание брасом или кролем лишь при движении ног и комбинации элементов спортивных методов, таких как ноги кроль и руки брасс одновременно. Поскольку происходит использование сочетанных способов (комбинация разных стилей) плавания их освоение студентами происходит быстрее. К чисто прикладным способам плавания можно отнести плавание на боку и брасс на спине. По характеру используемых упражнений прикладное плавание заметно вариативнее и предполагает освоение большего количества умений и навыков по сравнению со спортивным. Это в свою очередь ведет к изучению различных видов деятельности на занятиях и снижению монотонности, что иногда наблюдается при изучении плавания. Сравнительный анализ прикладного и спортивного плавания приведён в таблице 1.

Таблица 1 – Сравнительный анализ прикладного и спортивного плавания

Прикладное плавание	Спортивное плавание
Широко используются самобытные, сочетанные или спортивные способы плавания	4 спортивных способа
Передвижения под водой или ныряния в длину и глубину	Не используется
Прикладные прыжки в воду вниз ногами, вниз головой, с различной высоты	Используется стартовый прыжок
Спасение утопающего и помощь уставшим пловцам	Контакты и помощь запрещены
Плавание в экстремальных условиях	Не используется
Преодоление преград в воде	Не используется