

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Факультет фізичного виховання та спорту
Кафедра теорії та методики фізичного виховання**

**ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОГО
ПРОЦЕСУ ЗАНЯТЬ З ПЛАВАННЯ ДІТЕЙ З ОБМЕЖЕНИМИ
МОЖЛИВОСТЯМИ**

Кваліфікаційна робота

на здобуття ступеня вищої освіти бакалавр

Виконав: студент 4 курсу, 14-411
групи заочної форми навчання

Спеціальності: 014.11 Середня
освіта (Фізична культура)

Освітня програма «Середня освіта
(Фізична культура)»

Мазурок Ігор Леонідович

Керівник: канд. пед. наук, доцент
Глухов І.Г.

Рецензент: к.фіз.вих., доцент
Харченко-Баранецька Л.Л.

Херсон, 2020

ЗМІСТ

ВСТУП	5
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ	
ФУНКЦІОНУВАННЯ ДІТЕЙ З ОБМЕЖЕНИМИ	
МОЖЛИВОСТЯМИ В СПОРТИВНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ.....	7
1.1. Соціальні та наукові підходи до поняття «діти з обмеженими можливостями».....	7
.....	
1.2. Плавання, як параолімпійський вид спорту	9
1.3. Роль плавання в житті дитини з обмеженими можливостями .	15
.	
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ ...	19
2.1. Методи дослідження	19
2.2. Організація дослідження	21
.	
РОЗДІЛ 3. МЕТОДИЧНІ АСПЕКТИ ОРГАНІЗАЦІЇ ЗАНЯТЬ	
З ПЛАВАННЯ ДЛЯ ДІТЕЙ З ОБМЕЖЕНИМИ	
МОЖЛИВОСТЯМИ	23
3.1. Організація навчально-тренувального процесу з спортивного плавання дітей з обмеженими можливостями згідно нормативних вимог (аналіз програм ДЮСШ інвалідів).....	23
3.2. Основи організації та проведення занять зі спортивного плавання з дітьми з обмеженими можливостями	26
3.2.1. Результати анкетування батьків дітей з обмеженими можливостями щодо організації навчально-тренувального процесу з плавання	26
3.2.2. Основи методики організації і проведення занять з плавання з дітьми з порушенням опорно-рухового апарату	30
.....	

3.2.3. Основи методики організації і проведення занять з плавання з дітьми з Синдромом Дауна.	36
.....	
3.3. Методичні рекомендації щодо організації та проведенні занять з плавання з дітьми з обмеженими можливостями.	39
.....	
ВИСНОВКИ	42
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	43
ДОДАТКИ	47

ВСТУП

Актуальність. На сьогоднішній день актуальним є напрямок спеціальної організації фізкультурно-спортивних занять з дітьми з обмеженими можливостями. Як зазначає Яковенко А.О. [32] частота народження дітей з особливими потребами складає 10,8% від загальної кількості новонароджених. Головними причинами в структурі інвалідності дітей займають вроджені аномалії - 2,7%, хвороби нервової системи - 28,1% і розлади психіки та поведінки - 14,4% [32]. Варто зазначити, що тривалий час неповносправні діти в Україні були ізольовані від суспільства, порівнюючи з рядом європейських країн, а як зазначає автор Мігалуш А.О. [11] питання раннього включення людей з особливими потребами в повноцінне життя суспільства та створення необхідних умов для їхньої соціальної адаптації є не лише актуальними, а й першочерговими [11]. Важливе місце у вирішенні даного напрямку постає саме спортивна діяльність. Аналізуючи роботи ряду дослідників Томенко О.А., Босько В.М. [25], Чеботарьова О.В., Гладченко І.В. [29], Шнайдер В.І. [17] та інші, ми можемо зазначити лише епізодичність інформаційних матеріалів щодо впровадження спорту в життя неповносправних дітей. Плавання не є виключенням. Враховуючи те, що плавання займає вагоме місце в корекції певних нозологічних проблем, несе значний не лише тренувально-корегуючий ефект, а й високу психо-емоційну значущість на всіх етапах підготовленості для неповносправних дітей-спортсменів ми фіксуємо брак матеріалів в

даному напрямку, що підтверджує актуальність обраного нами дослідження.

Мета дослідження – дослідити теоретико-методичні основи організації навчально-тренувального процесу плавання з дітьми з обмеженими можливостями.

Об'єкт дослідження – навчально-тренувальний процес з плавання дітей з обмеженими можливостями.

Предмет дослідження – методичні основи організації занять з плавання дітей з обмеженими можливостями.

Виходячи з мети, об'єкта і предмета дослідження були поставлені наступні завдання дослідження:

1. Проаналізувати теоретичні основи обраного напрямку дослідження.

2. Розкрити практичні аспекти організації навчально-тренувального процесу в плаванні для дітей з порушеннями опорно-рухового апарату та вадами інтелекту.

3. Розробити методичні рекомендації щодо організації та проведення занять з плавання для дітей з порушеннями опорно-рухового апарату та вадами інтелекту.

В роботі використані наступні **методи дослідження**: вивчення і аналіз науково-методичної літератури та Internet джерел, метод анкетування, метод педагогічного спостереження, методи математичної статистики.

Практичне значення дослідження – матеріали дослідження бакалаврської роботи можуть використовувати в практичній діяльності тренери-викладачі ДЮСШ для інвалідів відділення спортивне плавання для оформлення методичної роботи. До практичних результатів бакалаврської роботи належать авторські методичні рекомендації щодо організації та проведення тренувальних занять з плавання з дітьми з обмеженими можливостями. Окрім того, результати роботи (як

теоретична частина дослідження так і практична) можуть використовувати студенти факультету фізичного виховання та спорту для написання наукових студентських робіт, рефератів, конспектів тощо.

Апробація результатів дослідження. Певні аспекти бакалаврського дослідження доповідалися на засіданнях кафедри теорії та методики фізичного виховання в звітних доповідях, а також за результатами певних проведених досліджень була написана та подана у друк наукова стаття до збірки II Всеукраїнської науково-практичної конференції «Актуальні проблеми громадського здоров'я та раціональна рухова активність різних верств населення» 2020 рік, м. Херсон.

Бакалаврська робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел, додатків. Робота викладена на 43 сторінках друкованого тексту (до списку використаних джерел) та містить 4 рисунки й 5 таблиць налічує 32 літературних джерела.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ФУНКЦІОНУВАННЯ ДІТЕЙ З ОБМЕЖЕНИМИ МОЖЛИВОСТЯМИ В СПОРТИВНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

1.1. Соціальні та наукові підходи до поняття «діти з обмеженими можливостями»

На сьогодні, у суспільстві відносно дітей неповносправних ми можемо чути різні понятійні вислови: інваліди, недорозвинені, з порушеннями, асоціальні, дефектні, нетипові, аномальні, діти з особливими потребами і ряд інших. Слід зазначити, що поняття “діти з особливими потребами”, це більш гуманне і недискримінаційне визначення особливо вразливої групи дітей, яких в нашій країні звикли називати “діти-інваліди” або “діти з порушенням у психофізичному розвитку”. В літературних джерелах зустрічаються ряд тлумачень даного поняття. Так, діти з особливими потребами – це діти, які потребують спеціальних умов навчання для отримання життєвих вмінь та навичок які відповідають їх психофізичним можливостям [18]. Сам термін “особливі потреби” означає, що “робота з такою дитиною вимагає особливого навчального плану, необхідні особливі вказівки, технології, підходи, обладнання, модифікації навчального середовища тощо”[17, С.4]. Тобто поняття людина з особливими потребами підкреслює більше існування соціальних бар’єрів і недоліків середовища, аніж наявності у людини вади або порушення.

Дослідниця Корнієнко С. [9] у своїй науковій статті також ретельно проаналізувала підходи до тлумачення понять, які застосовуються відносно неповносправних дітей і зазначила, що саме автор В. Тарасенко запропонував замість різних термінів, які вживаються у нормативних документах ввести єдиний термін - "дитина, людина з обмеженими можливостями", яке найчастіше вживається саме в країнах Європи "persons with disabilities" [9]. Також, авторкою вказується що в жодній європейській країні, в жодному документі ООН не вказується поняття «інвалід», оскільки воно вважається образливим [9].

Діти з обмеженими можливостями в будь-якій правовій державі є захищені, Україна не є виключенням. Правосуб'єктність дітей з обмеженими можливостями визначається Конституцією України. Автор Нагорна В.В. [12] зазначає, що після прийняття Закону України «Про охорону дитинства», дитина з обмеженими можливостями визнана самостійним суб'єктом права [12].

На законодавчому рівні створюються умови для сприяння соціальній інтеграції людей із обмеженими фізичними можливостями [14] на основі наступних законодавчих документів:

- Закон України "Про основи соціальної захищеності інвалідів в Україні" (станом на 12 червня 2007 року);

- Наказ МОН України: № 691 від 2 грудня 2005 року „Про створення умов щодо забезпечення права на освіту осіб з інвалідністю”;

- Указ Президента України № 900/2005 від 1 червня 2005 року „Про першочергові заходи щодо створення сприятливих умов життєдіяльності осіб з обмеженими фізичними можливостями”;

- Указ Президента України № 1228/2007 від 18 грудня 2007 року „Про додаткові невідкладні заходи щодо створення сприятливих умов для життєдіяльності осіб із обмеженими фізичними можливостями” [14].

До дітей з обмеженими можливостями в соціально-корекційній педагогіці, відносяться нозологічні групи, які характеризуються рядом основних обмежень відносно дитячої життєдіяльності, що пов'язані з певними порушеннями і захворюваннями [7, С. 65]:

1. Діти з порушенням слуху і мови (глухі; ті, що слабочують, логопати);
2. Діти з порушенням зору (сліпі; ті, у кого слабкий зір);
3. Діти з порушенням інтелектуального розвитку (розумова відсталість; із затримкою психічного розвитку);
4. Діти з порушенням опорно-рухового апарату;
5. Діти з комплексним порушенням психофізіологічного розвитку (сліпоглухонімі; із дитячим церебральним паралічем, поєднаним з розумовою відсталістю);
6. Діти з хронічними соматичними захворюваннями;
7. Діти з психоневрологічними захворюваннями [7, С. 65].

Відносно нозологічних груп соціально-педагогічна робота з дітьми з обмеженими можливостями передбачає три основні напрямки [14]:

1. Підвищення рівня соціальної адаптації особистості дитини з обмеженими можливостями.
2. Профілактика явищ дезадаптації.
3. Соціокультурна реабілітація та розвиток дитини.

Для дітей з обмеженими можливостями на сьогодні відкриті двері освітніх закладів в рамках інклюзивної освіти, спеціально-освітніх закладів, позашкільних закладів освіти, інклюзивні студії, інклюзивно-тетральні класи, не є виключенням і спортивна діяльність. Активно, відносно нозологічних категорій, діти з обмеженими можливостями залучаються до багатьох видів спорту в яких вони спроможні показати значні результати. Стимулом для багатьох батьків дітей з обмеженими можливостями є існування Параолімпійського спорту. Відносно цього, на теренах України створені і функціонують ряд Дитячо-юнацьких

спортивних шкіл для інвалідів в яких працюють досвідчені тренери-викладачі з таких видів спорту як: легка атлетика, настільний теніс, боротьба, плавання та інші.

1.2. Плавання, як параолімпійський вид спорту

Спортсмени з обмеженими можливостями мають змогу продемонструвати свою спортивну майстерність на головних змаганнях: Параолімпійські ігри і Спеціальні Олімпіади. Проте, між ними є як спільні, так і суттєво відмінні риси і характеристики.

Так, професор Бріскін Ю.А. [3] у монографії детально вивчав і виклав певні особливості, вимоги, аналітичні основи як Параолімпійського руху так і руху Спеціальних Олімпіад. Зазначимо, загальновідомі факти, що Параолімпійський спорт розрізняють зимовий і літній. Відповідно Міжнародним олімпійським комітетом організовуються і проводяться літні і зимові Параолімпійські ігри. Відносно зазначеного понятійного апарату і визначень у монографії зазначимо що:

Зимові Параолімпійські ігри – комплексні змагання з зимових видів спорту серед спортсменів з вадами зору та пошкодженнями опорно-рухового апарату. Проводяться кожні чотири роки. Перші зимові Параолімпійські ігри відбулися у 1976 році [3].



Рис.1.1. Офіційна емблема Параолімпійських ігор

Літні Параолімпійські ігри – найбільші всесвітні комплексні змагання серед спортсменів з вадами зору та пошкоджень опорно-рухового апарату з літніх параолімпійських видів спорту. Проводяться з 1960 року кожні чотири роки.

Спеціальні Олімпіади (**Special Olympics**) – це спортивне, культурно-громадське явище у міжнародному спортивному русі інвалідів [10]. Основний організатор Спеціальних Олімпійських ігор, які проводяться раз на кожні 4 роки. Перша літня спеціальна олімпіада відбулася у 1968 році в Чикаго (США), а перша зимова спеціальна Олімпіада у 1977 році в Стімбоат-Спрінгс (США) [10].



Рис. 1.2. Офіційна емблема Спеціальних Олімпіад [3]

Зазначимо, що керівним управлінським органом організації і проведення змагань серед людей з обмеженими можливостями є Міжнародний параолімпійський комітет (Іпієгпаїіопаї Рагаїутріс Соттїее, ІРС), який був заснований у 1989 році, засновниками його виступили: Міжнародна спортивна асоціація для осіб з розумовими вадами, Міжнародна спортивна і рекреаційна асоціація осіб з церебральним паралічем, Міжнародний спортивний комітет глухих, Міжнародна федерація Сток-Мандевільських ігор, Міжнародна спортивна організація інвалідів, Міжнародна спортивна асоціація сліпих [3].

У науковій статті автор Кучер В. [10] достеменно вивчив відмінності між вищезазначеними видами міжнародних змагань. Так, він

вказує, що рух Спеціальних олімпіад і Параолімпійський рух суттєво відрізняються один від одного єдиною спільною рисою є те, що вони є масовим міжнародним змаганням, святом участь в яких приймають спортсмени з обмеженими можливостями з усіх континентів. На Параолімпійських іграх ми можемо побачити спортсменів ряду нозологій, на Спеціальних Олімпіадах – спортсмени з вадами інтелектуального розвитку [10].

Нозологічний склад спортсменів, які включалися поступово до участі в Параолімпійських іграх кожне чотиріріччя збільшувався. Професори Пітин М.П і Брискін Ю.Л. в своїх роботах вивчали дане питання і послідовність включення спортсменів різних нозологічних груп відображений в таблиці 1.1. [3]

Таблиця 1.1.

Нозологічні групи в параолімпійських іграх [3]

Параолімпійські ігри	Нозологічні групи					
	1	2	3	4	5	6
Рим, 1960 р.	+	-	-	-	-	-
Токіо, 1964 р.	+	-	-	-	-	-
Тель-Авів, 1968 р.	+	-	-	-	-	-
Гейдельберг, 1972 р	+	Д	-	-	-	-
Торонто, 1976 р.	+	+	+	-	-	-
Арнем, 1980 р.	+	+	-	+	+	-
Нью-Йорк, Сток-Мандевіл, 1984 р	- +	+ -	+ -	+ -	+ -	- -
Сеул, 1988 р.	+	+	+	+	+	-
Барселона, 1992 р.	+	+	+	+	+	Д
Атланта, 1996 р.	+	+	+	+	+	+
Сідней, 2000 р.	+	+	+	+	+	+
Атени, 2004 р.	+	+	+	+	+	Д

Примітка: 1 – спортсмени з пошкодженням спинного мозку, 2 – спортсмени з вадами зору, 3 –інші порушення опорно-рухового апарату «Les Autres», 4 - ампутації, 5 – церебральний параліч, 6 – вади інтелекту. Д – демонстраційна (пробна) участь

Відносно видів спорту для спортсменів з обмеженими можливостями МОК спочатку виключив з програми усі контактні види спорту, лише з 1988 року дозволив функціонування дзюдо. Дослідник, професор Брискін Ю.Л. [3] у своїй монографії систематизував відносно Ігор Олімпіад види спорту, в яких приймали участь спортсмени різних нозологій. Так, 1960 року спортсмени-інваліди змагалися вже у таких видах спорту як: стрільба з луку, легка атлетика, баскетбол, метання дротиків, фехтування, більярд, плавання, настільний теніс. У 1964 році до даного переліку додався пауерліфтинг. До 2004 року спектр видів спорту розширився, так додалися поступово голбол, стрільба, волейбол, боротьба, бочі, велоспорт, кінний спорт, футбол, веслувальний спорт, вітрильний спорт, теніс, мініфутбол, боротьба.

Зазначимо, що спортивне плавання було включено в параолімпійську програму першочергово з 1960 року в Римі і жодного разу не виключалося з програми параолімпійських ігор. У змаганнях з плавання на Параолімпійських іграх беруть участь спортсмени всіх груп нозологій. У 1996 і 2000 роках приймали участь вже і спортсмени з вадами інтелекту [3].

Зазначимо, що плавання є однією з головних дисциплін Паралімпіади. Нозологічних категорій для змагань з плавання дуже багато. Спортсмени-паралімпійці змагаються в плаванні, починаючи з перших Ігор 1960 року у Римі. Змагання проходять у таких дисциплінах: вільний стиль, кроль на спині, батерфляй, брас і комплексне плавання. Змагання відбуваються в 50-метровому басейні.

Плавці на параолімпійських іграх поділяються на такі категорії [13]:

- 1.10 ласів (S1-S10) вільним стилем, на спині і батерфляєм,
- 2.10 ласів (SM1-SM10) індивідуальне комплексне плавання,
- 3.9 класів (SB1-SB9) брасом.

Чим вищий номер класу, тим нижчий ступінь ураження, наприклад, клас 1 відповідає великій нездатності й клас 10 – мінімальній нездатності.

У попередніх змаганнях в кожному класі беруть участь по 8 спортсменів у кожному запливі. Потім кращі 8 у своєму класі змагаються у фіналі.

Спортсмени з різними нозологіями стартують різними способами в залежності від свого класу – прямо з води, зі спеціальної платформи у воді або звичайний старт зі стартової тумби.

В паролімпійських змаганнях можна стартувати з використанням допомоги асистента для слабкозорих, як, наприклад, стоячи біля тумби, з положення сидячи, з води зі спеціальних платформ або з допомогою помічника, який допомагає тримати баланс на тумбі [3, 13].

Слабкозорі спортсмени зобов'язані змагатися в непрозорих плавальних окулярах, іншим плавцям заборонено використання протезів та інших допоміжних засобів. Атлети зі слабким зором поділяються на три категорії в залежності від ступеня втрати зору. У цій категорії змагання проводяться на таких дистанціях: 50, 100 і 400 метрів вільним стилем, 100 м на спині, 100 м брасом, 100 м батерфляєм, 200 м індивідуальне комплексне плавання, естафета 4x100 м вільним стилем та естафета 4x100 м комплексним плаванням [13].

Для спортсменів з вадами опорно-рухового апарату існує інша класифікація, вона ґрунтується на силі м'язів, координації, рухливості суглобів або довжині пошкодженої кінцівки. Атлети проходять класифікацію у воді всіма стилями плавання.

Серед українських спортсменів-параолімпійців ми можемо зазначити ряд відомих імен: Євгеній Богодайка (рекордсмен, Олімпійський чемпіон, чемпіон світу, чемпіон Європи), Вікторія Савцова (Олімпійська чемпіонака, нозологія порушення опорно-

рухового апарату), Оксана Хруль, (Олімпійська чемпіонка, багаторазова чемпіонка Європи, нозологія порушення опорно-рухового апарату).

Зазначимо, що спортсмени з обмеженими можливостями можуть приймати участь ще і в Дефлімпійських іграх, але лише окрема нозологія.

Так, **Дефлімпійські ігри** – це змагання серед спортсменів-інвалідів, які мають порушення мовленнєво-слухового апарату і проводяться кожні чотири роки. Розрізняють як літні так і зимові дефлімпійські ігри. Проведення і організація даних ігор міжнародного рівня для глухих санкціоновані Міжнародним олімпійським комітетом. Ігри на початку історії функціонування мали назву «мовчазні ігри». Перші такі ігри відбулися у 1924 році в Парижі в них приймали участь 145 спортсменів з 9 країн світу. Вже у 2005 році на іграх в Мельбурні вже прийняли участь понад 3000 спортсменів з 85 країн [21]. На рисунку 1.3. відображена офіційна емблема дефлімпійських ігор.



Рис.1.3. Емблема дефлімпійських ігор

Варто зазначити, що збірна команда України на іграх 2005 року посіла перше місце в загальнокомандному заліку, а на іграх 2013 року (Софія, Болгарія) посіла друге загальнокомандне місце. У 2017 році Дефлімпійські ігри відбулися у Туреччині (м. Самсун).

В Україні кураторством видів спорту для спортсменів з порушенням мовленево-слухового апарату здійснює Спортивна федерація глухих України, яка була створена у 1992 році.

Так, ми бачимо доволі значний спектр можливостей реалізації потенціалу дітей з обмеженими можливостями в різних напрямках спортивної діяльності з перспективністю досягнення ними результатів вищої спортивної майстерності.

1.3. Роль плавання в житті дитини з обмеженими можливостями

У світі дитячий спорт розглядається, як потужний фактор загального розвитку організму і зміцнення здоров'я дітей та підлітків. Для дітей з обмеженими можливостями спорт є не лише сферою для певної корекції, зміцнення організму, а й безумовно, додатковою сферою спілкуванні і реалізації комунікативних функцій.

Плавання, один з домінуючих видів спорту серед дітей з обмеженими можливостями, оскільки сприятливі дії води на організм людини відомі ще з давніх-давен. Вмінні плавати необхідно кожній людині, а з обмеженими можливостями особливо. Плавання, при вірному використанні засобів і методів спортивного тренування несе ряд ефектів: оздоровчий, корекційний, зміцнюючий, розвиваючий, ефект удосконалення, ефект загартування, формуючий та інші.

Варто зазначити, що заняття з плавання формують у дітей навички гігієни, а для неповносправних людей це дуже важливо в напрямку самообслуговування.

Дослідження значної кількості науковців, зокрема Л.Я. Іващенко, Н.Ж. Булгакова, В.М. Платонова, В.А. Парфенова та інші, доводять позитивний вплив плавання на організм людини. При впливі занять плаванням на функціональні системи ми не можемо робити межі між здоровими і дітьми з обмеженими можливостями, оскільки даний ефект

подібний. У зв'язку з цим, зазначимо основні факти позитивного ефекту від занять плаванням на ряд систем організму:

1. Вплив на дихальну систему. Заняття плаванням прекрасно розвивають дихальну мускулатуру й органи дихання. Як відомо, під час плавання кролем, брасом, батерфляєм вдих і видих ускладнені – під час вдиху відбувається подолання тиску води на тіло, при видиху – супротив води. Тому, дихальні м'язи, які приймають посилену участь в роботі, з часом зміцнюються і розвиваються. Як результат – відбувається зміцнення життєвої ємкості легень і екскурсія грудної клітини. Плавання покращує вентиляцію легень, закріплює навичку глибокого і ритмічного дихання [5].

2. Вплив на серцево-судинну систему. Заняття плаванням сприятливо впливають на серцево-судинну систему. Дослідники Вагапова А.М., Кошелєв Б.В. та інші визначили позитивний вплив занять плаванням саме на серцево-судинну систему. Механічний вплив тиску води на поверхню тіла допомагає відтоку крові від периферії й полегшує переміщення її до серця. Плавання зміцнює й розвиває серцеву діяльність. Як зазначає Дікалова О.О. [6] під час занурення у воду і плавання створюються певні умови для функціонування серцево-судинної системи, адже тіло занурене у воду подібно знаходженню його як в невагомості при цьому серце збільшується в об'ємі і перекачує більшу кількість крові [6]. У осіб, які займаються плаванням доведено, що серце є більш витривалішим і економічним. При оптимальному навантаженні під час плавання спостерігається уповільнення ЧСС у спокої і зниження артеріального тиску, що свідчить про більш економічну роботу серця, яка формується під впливом систематичних тренувальних навантажень [6].

3. Вплив на опорно-руховий апарат. У дітей, особливо шкільного віку, доволі часто з'являються різноманітні порушення постави. Причиною цього є не лише неправильне сидіння за партою, а й

слабко розвинений «м'язовий корсет». «Плавання» - значний і домінуючий засіб для створення даного «корсету». Завдяки симетричним рухам і горизонтальному положенню, які розвантажують хребет від тиску на нього всього тіла, плавання є прекрасним і ефективним засобом, який корегує і виправляє порушення постави у дітей – сутулість, сколіоз, кіфоз. Спеціально підготовчі вправи для плавців як на суші, так і у воді сприяють розвитку спеціальної гнучкості хребта, суглобів, оскільки вода пригнічує чутливість і сприяє збільшенню амплітуди рухів тих проблемних зон, що характеризуються контрактурою дій. Тому, ряд лікарів першочергово і рекомендують плавання дітям, у яких виявлені певні проблеми чи порушення опорно-рухового апарату [5, 6].

4. Вплив плавання на нервову систему. Плавання позитивно впливає і на центральну нервову систему: усуває зайву і надмірну збудливість і дратівливість. Доведено, що вода регулює процеси збудження і гальмування центральної нервової системи, знімає втому, налагоджує кровопостачання мозку. Відбувається формування зосередженості, уважності, сконцентрованості. Плавання викликає позитивні емоції, додає життєвої енергії, сприяє позитивному настрою [20].

Висновок до Розділу 1

Вивчення теоретичного аспекту обраного напрямку дослідження дозволило виявити соціально-наукові підходи до поняття «діти з обмеженими можливостями»; дослідити плавання, як параолімпійський вид спорту, який домінуюче фігурує в програмі як Параолімпійських, Дефлімпійських ігор, так і Спеціальних олімпіад; проаналізована роль плавання в житті дітей з обмеженими можливостями і виявлена беззаперечна користь плавання для організму дітей з обмеженими можливостями.

РОЗДІЛ 2

МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1. Методи дослідження.

Для вирішення поставленої мети і завдань бакалаврського дослідження, нами використовувалися ряд науково-педагогічних методів дослідження:

1. Аналіз та узагальнення матеріалів літературних та Internet джерел.
2. Анкетування.
3. Педагогічне спостереження.
4. Методи математичної статистики.

1. Вивчення і аналіз науково-методичної літератури.

Метод вивчення, аналізу та узагальнення літературних та Internet джерел було застосовано для детального вивчення базових теоретичних аспектів обраного напрямку дослідження. Нами вивчалися теоретичні основи функціонування в спортивній діяльності дітей з обмеженими можливостями, а саме: досліджувалося питання термінологічного використання основних понятійних визначень в теорії та соціумі; проаналізували види головних міжнародних змагань для спортсменів з різними нозологіями, як перспективність реалізації неповносправних осіб в спортивному напрямку; проаналізували роль плавання, як виду спорту в житті дітей з обмеженими можливостями.

Нами також, були проаналізовані нормативні вимоги щодо організації навчально-тренувального процесу з спортивного плавання для дітей з обмеженими можливостями відносно нормативних програм для дитячо-юнацьких спортивних шкіл інвалідів. Нами були вивчені загальноприйняті теоретико-методичні підходи і рекомендації для організації занять спортивним плаванням з дітьми різних нозологій.

Аналіз науково-методичної літератури дозволив ширше ознайомитися з проблемою, визначити напрямки роботи, виявити основні положення, намітити шляхи дослідження.

2. Анкетування.

Анкетування – це метод одержання інформації шляхом письмових відповідей респондентів на систему стандартизованих питань анкети [31]. Анкетування дає можливість дізнатися думки респондентів з приводу певної тематичної проблематики і зробити певні замітки і висновки. В нашому дослідженні застосовувалося групове анкетування.

У зв'язку з офіційним карантинном в Україні за способом спілкування наше анкетування проводилося заочно за допомогою електронних адрес та Viber системи. Даний спосіб анкетування передбачає відповіді респондентами на запитання у відсутності дослідника.

Для отримання більш надійної інформації питання анкети були детальними. Анкета передбачала 10 запитань (Див. Додаток). Форма запитань в запропонованих анкетах – закрита, тобто кожне питання передбачала варіанти відповіді.

3. Педагогічне спостереження.

Педагогічне спостереження, як метод дослідження уявляє собою цілеспрямоване сприйняття будь-якого явища, за допомогою якого дослідник озброюється певним фактичним матеріалом чи даними [19]. В нашій бакалаврській роботі ми використовували за стилем внутрішнє (включене) спостереження, оскільки ми були безпосередніми учасниками навчально-тренувального процесу, який є об'єктом дослідження, вивчення, оцінки. Також ми проводили перегляд відео тренувань фахівців з плавання, які працюють з дітьми з обмеженими можливостями. Нами велось опосередковане спостереження з метою наочного дослідження методичних особливостей проведення тренувальних занять.

4. Методи математичної статистики.

Математичній обробці в нашому бакалаврському дослідженні підлягали відповіді батьків дітей з обмеженими можливостями на запитання в анкетах, які були нами розроблені і запропоновані. Зразок анкети відображений у Додатку роботи. Отримані відповіді підлягали обчисленню середньоарифметичного значення та відсоткового співвідношення за загальноприйнятою методикою.

2.2. Організація дослідження

Мета і поставлені завдання дослідження визначили необхідність його проведення в три етапи:

На першому етапі дослідження (вересень-жовтень 2019 р.) проводився вибір напрямку тематики бакалаврського дослідження. Проводився аналіз і узагальнення даних науково-методичної літератури. Аналіз літературних джерел, дозволив обґрунтувати мету, завдання, предмет і об'єкт дослідження. Нами вивчалися загальне уявлення про категорію дітей з особливими потребами, як складову суспільства; проаналізували основи, спільне і відмінне між Параолімпійськими, Дефлімпійськими іграми і Спеціальними олімпіадами; на основі проведених теоретико-практичних досліджень ряду науковців, дослідили плавання, як позитивну складову впливу на фізичний і психологічний розвиток дітей з обмеженими можливостями.

На другому етапі (грудень 2019 р. - березень 2020 р.), на основі аналізу літературних джерел, нами був розроблений методичний апарат дослідження. Обрана база дослідження та контингент. Проводилося педагогічне спостереження за навчально-тренувальними заняттями з спортивного плавання з дітьми з обмеженими можливостями в плавальному басейні на базі ДЮСШ № 4, м. Херсон (вересень 2019 р. – березень 2020 р.). Розроблена анкета опитування для батьків дітей з обмеженими можливостями, які відвідують спортивну секцію плавання. Проведене анкетування. У зв'язку з тим, що опитування припало на Всеукраїнський карантин, опитування було організовано дистанційно за допомогою Viber системи. Були оброблені, проаналізовані отримані відповіді, зроблені висновки.

На третьому етапі дослідження (березень-квітень 2020 р.) були проаналізовані отримані результати, оброблені авторські методичні рекомендації щодо організації і проведення тренувальних занять з плавання з дітьми з обмеженими можливостями, зроблені висновки і оформлена бакалаврська робота згідно вимог.

РОЗДІЛ 3

МЕТОДИЧНІ АСПЕКТИ ОРГАНІЗАЦІЇ ЗАНЯТЬ З ПЛАВАННЯ ДЛЯ ДІТЕЙ З ОБМЕЖЕНИМИ МОЖЛИВОСТЯМИ

3.1. Організація навчально-тренувального процесу з спортивного плавання дітей з обмеженими можливостями згідно нормативних ВИМОГ

Основним нормативним документом, що визначає спрямованість навчально-тренувального процесу з видів спорту ДЮСШ, ДЮКФП є навчальна програма. Даний документ включає основні складові

тренувального процесу, які забезпечують його послідовність і безперервність, визначає нормативний аспект присвоєння масових спортивних розрядів та присвоєння спортивних звань. Автор Ганчева В.І. [4] у своїй статті дослідила детально використання спортивними школами типових навчальних програм. Автором також було зазначено, що питанням програмно-методичного забезпечення діяльності ДЮСШ в науково-методичній літературі приділено не достатньо уваги. Так, дослідницею було зазначено, що відділення з плавання в переважній більшості користуються програмами за 2005 і 2009 роки [4].

Відносно власного практичного досвіду, та проведеного аналізу навчально-методичної літератури та Internet джерел, ми можемо констатувати, що діяльність плавання, як виду спорту в ДЮСШ для інвалідів в Україні регламентується офіційними наказами і додатками до наказів Міністерства молоді та спорту України. Нажаль, типовою програмою з плавання для спортсменів-інвалідів ДЮСШ не володіють і не забезпечені, на відміну від, наприклад, Росії [26].

Так, порівнюючи основи, що викладені в нормативних документах роботи ДЮСШ інвалідів ми можемо відмітити, що початковий етап спортивної підготовки за нормативним документом Міністерства молоді та спорту (2015 рік) несе назву - група фізкультурно-реабілітаційної підготовки, тоді як в інших програмах дана група називається фізкультурно-оздоровча або фізкультурно-корекційна. На даному етапі передбачено залучення дітей з певними порушеннями до занять плаванням і створення в них стійкої мотивації до тренувань. На даному етапі можна залучати дітей лише певного віку і певну кількість, яка обумовлена нормативними вимогами.

Так, Відповідно Додатку 3 до наказу Міністерства молоді та спорту України від 17.01.2015 № 67 нормативними вимогами обумовлені: кількість годин на тиждень відносно спортивної групи і року спортивної

підготовки в тій чи іншій групі, дозовані мінімальна кількість спортсменів відносно нозологій в групах (відносно зазначеної кількості в групах допускається лише +1 спортсмен в кожену нозологічну групу), також враховується мінімальний вік вихованців, які зараховуються до груп відділень з видів спорту інвалідів залежить від нозології. Так, на відділення спортивне плавання можуть з 7 років бути зараховані діти з вадами слуху, вадами зору, з ураженням опорно-рухового апарату; з 8 років – діти з вадами розумового і фізичного розвитку [8].

В таблиці 3.1 відображені режим навчально-тренувальної роботи та наповнюваність груп відносно нормативних вимог, яких дотримуються дирекція і тренери Дитячо-юнацьких спортивних шкіл інвалідів України загалом і м. Херсон безпосередньо.

Варто зазначити, що за нормативними вимогами зарахування дітей до секції спортивне плавання лише на попередній етап підготовки відбувається за рекомендацією та дозволом лікарсько-медичної комісії. На всі наступні етапи спортивного тренування, спортсмени з обмеженими можливостями зараховуються на основі результатів виконання спеціальних нормативів, які перед цим пройшли спеціальну підготовку не менше двох років.

Таблиця 3.1.

Норми тижневого режиму навантаження та складу навчально-тренувальних груп відділень з видів спорту дитячо-юнацьких шкіл інвалідів [8]

Група підготовки	Рік навчання	Години (тиждень)	Мінімальна кількість осіб у групі							
			Вади слуху	Вади зору			Вади розум. розвитку	Ураження ОРА		
				В-1	В-2	В-3		З ампутац	З ураж. спинного мозку	З насл. ДЦП
			Групи							
І ІІ	І ІІ	І ІІ	І ІІ	І ІІ	І ІІ	І ІІ	І ІІ			
ФРП	Весь термін	6	8/10	4/6	5/8	8/8	6/8	6/7	4/5	4/5

ГПП	1	6	6/10	3/5	3/6	5/8	5/6	5/6	3/5	3/5
	Більше року	8	6/10	3/5	3/6	5/8	5/6	4/6	3/5	3/5
ГБП	1	12	5/8	3/4	3/5	3/6	4/6	4/6	3/5	3/5
	2	14	5/8	2/4	3/5	3/6	4/6	3/6	3/5	3/5
	3	16	5/8	2/4	3/5	3/6	4/6	3/6	3/5	3/5
	Більше 3	20	4/6	2/4	2/5	3/5	3/5	3/5	2/4	2/4
ГСП	1	24	3/5	2/4	2/5	3/5	3/5	2/4	2/4	2/4
	2	26	2/5	2/4	2/4	2/5	3/5	2/4	2/4	2/4
	Більше 2	28	2/5	2/4	2/4	2/4	2/5	2/4	2/4	2/4
ГПВСМ	Весь термін	32	2/4	2/4	2/4	2/4	2/4	2/4	2/4	2/4

Примітка: ФРП – група фізкультурно-реабілітаційної підготовки, ГПП – група початкової підготовки, ГБП – групи базової підготовки, ГСП – група спеціалізованої підготовки, ГПВСМ – група підготовки до вищої спортивної майстерності.

Відносно засобів, методів, підходів щодо спортивного тренування в плаванні з дітьми з обмеженими можливостями, тренер може орієнтуватися як на нормативну, офіційно затверджену документацію, так і на власно розроблені методичні підходи, які вирішуватимуть основні поставлені мету і завдання кожного етапу підготовки відносно нормативних вимог.

3.2. Основи організації та проведення занять зі спортивного плавання з дітьми з обмеженими можливостями

3.2.1. Результати анкетування батьків дітей з обмеженими можливостями щодо організації навчально-тренувального процесу з плавання

З метою виявлення відношення батьків дітей з обмеженими можливостями до навчально-тренувального процесу з плавання, нами була їм запропонована анкета з сформованими 15 запитаннями. Надані відповіді, дали нам змогу проаналізувати основні моменти, які батьків

влаштовують чи ні, а також стануть в нагоді під час організаційно-методичної корекції проведення навчально-тренувальних занять.

У зв'язку з тим, що власна тренерська діяльність спрямована на роботу з дітьми з порушеннями опорно-рухового апарату, а саме діти з проявами ДЦП нами були опитані батьки саме дітей нашої групи, у склад якої входить 6 дітей 2007-2013 р.н.. Також, для опитування і нашого дослідження ми обрали ще нозологію – діти з вадами інтелекту (синдром Дауна), які тренуються в групах фізкультурно-реабілітаційної підготовки першого року навчання під керівництвом тренера Херсонської дитячо-юнацької спортивної школи інвалідів Людмили Х.-Б. В опитуванні приймали участь батьки 4 дітей 2006-2009 р.н. Зазначені групи дітей тренуються в басейні на базі ДЮСШ № 4. Відповіді, надані батьками юних спортсменів нами проаналізовані.

Так, батьки (10 осіб) дітей з порушенням опорно-рухового апарату і дітей з синдромом Дауна 100 % прийняли участь в опитуванні і надали власні відповіді.

Так, на перше питання анкети «Що спонукало Вас записати дитину до секції спортивного плавання?» домінуючою відповіддю був варіант А – бажання корегувати фізичний розвиток (60 %), варіант В – бажання зміцнити здоров'я (30 %), варіант Д – бажання здобувати спортивний результат (10 %), варіант Е – бажання навчати плавати без здобуття спортивного результату (10 %).

На друге запитання анкети «Чи влаштовує Вас басейн де проводяться спортивні тренування», 90 % респондентів відповіли на запитання позитивно, 10 % - обрали відповідь «не зовсім», акцентуючи увагу на прохолодну температури води. Хоча температура води в басейні відповідає нормі.

На запитання анкети «Чи в достатній кількості заняття оснащені спеціально-плавальним інвентарем?» 70 % респондентів влаштовує

наявний інвентар, 20 % - не зовсім влаштовує, 10 % - не влаштовує наявна кількість інвентарю.

Одностайну відповідь 100 % позитивного характеру «Так» ми отримали на четверте запитання анкети «Чи влаштовує кількість дітей 6-7 осіб на тренуванні?».

При виборі форми організації занятті 80 % відповіли, що влаштовує групова, а 20 % - бажали б індивідуальну.

Хоча персональні заняття (тренер і спортсмен) хотіли б включати в тренувальний процес 70 % респондентів, а 30 % мають сумніви.

Здивування, у зв'язку з сучасними тенденціями, викликали в нас відповіді на сьоме запитання анкети «Хотіли б Ви, щоб тренер під час заняття перебував з дітьми безпосередньо у воді» 80 % респондентів надали відповідь «Ні» (не хотіли), 20 % - позитивно відповіли на дане питання і розглядають такий варіативний підхід.

Актуальним на сьогодні напрямком залучення дітей з обмеженими можливостями до колективу і соціалізації є інклюзивний підхід, у зв'язку з цим постало питання «Як Ви відноситеся до інклюзивного тренування?». Тобто якщо дитину з обмеженими можливостями, яка пройшла попередній етап спортивної підготовки, за рекомендацією тренера включити до звичайної спортивної групи з дітьми без певних порушень. Батьки 80 % позитивно до цього відносяться, 20 % респондентів – за рекомендацією тренера погодилися б спробувати.

Одностайними 100 % респондентів були у відповідях на дев'яте запитання анкети «Чи вважаєте Ви за потрібним заняття у спортивному залі (сухе плавання)?». Також надані відповіді є несподіваними, оскільки переважна більшість батьків приводять дітей переважно на тренування у басейн, ніж у спортивний зал, інколи обумовлюючи це зайнятістю батьків.

На десяте запитання анкети «Чи потрібно додати на тренування ще одного тренера?» 90 % респондентів не вважають за потрібним, оскільки

діти мають знати і звикати лише до одного наставника, 10 % - відповіли, що потрібно, оскільки буде більше можливості для реалізації індивідуального підходу на спортивному тренуванні.

Такий самий відсоток за наданими відповідями розподілився і на одинадцяте запитання анкети «Тренер тренувальні заняття має проводити більш в ігровій формі?», 90 % респондентів вважають, що інколи лише після виконання основного тренувального навантаження, 10 % - категоричне «Ні», оскільки це спортивне тренування і дитина має розуміти, що вона прийшла не бавитися, а тренуватися і вчитися. Цікаво, що думка батьків різниться з думкою багатьох фахівців, що ігровий метод спортивного тренування має бути одним із домінуючих на початкових етапах спортивного тренування з дітьми з обмеженими можливостями.

На дванадцяте запитання анкети «Чи потрібно тренеру проводити наради з батьками?» розподілилися таким чином: 50 % - вважають, що не потрібно, адже тренер може сказати після кожного тренування власний відгук чи рекомендацію, зауваження відносно дитини; 30 % - вважають за потрібним, адже не завжди є час поспілкуватися з тренером, через те, що батьки залучені до організаційних пост тренувальних заходів (допомогти дитині прийняти душ після тренування, одягнутися, висушити волосся, зібрати форму), 20 % респондентів вважають, що якщо батьків чи тренера щось хвилює, цікавить і є певна розмова – можна вирішити в дистанційному режимі.

Відносно питання щодо присутності батьків на тренуванні відповіді розподілилися таким чином: 20% - вважають за потрібним власну присутність, оскільки хочуть спостерігати за поведінкою дитини; 10 % - вважають не потрібно, адже за реакцією дитини батьки зрозуміють чи сподобалось їй на тренуванні і 70 % повністю довіряють тренеру і вважають за непотрібним власну присутність на тренувальному занятті.

Як розподілилися відповіді на чотирнадцяте запитання «Чи хоті ли б Ви бачити Вашу дитину, як спортсмена-плавця?» відображені на Рисунку 3.1., оскільки для секції спортивне плавання ми вважаємо дану відповідь батьків однією з домінуючих, відносно прояву налаштування батьків їх мотиваційного потенціалу до занять і звичайно віри у сили власних дітей і професійність тренерів.



Рис.3.1. Відповіді респондентів (у відсотковому співвідношенні) на запитання анкети «Чи хоті ли б Ви бачити власну дитину, як спортсмена-плавця?»

Як ми бачимо на рисунку 3.1., відповіді респондентів надані в доволі позитивному аспекті: 80 % батьків хоті ли б бачити власну дитину у спортивній діяльності, а 20 % були б не проти, якщо їх дитина захоче стати спортсменом і обере саме плавання для прояву і здобуття певної спортивної майстерності.

Останнє питання анкети передбачало бажання батьків до залучення саме спортивного психолога в навчально-тренувальний процес з їх дітьми. Відповіді розподілились таким чином: 20 % не вважають за потрібним залучати психолога, оскільки тренер і є психолог; 20 % - вважають це дуже корисним і не були проти, 60 %

респондентів вважають, що інколи якщо тренер вважає за потрібним можна було б пробувати залучати спортивного психолога.

Загалом, виходячи з проведеного аналізу наданих відповідей, ми можемо констатувати ряд положень: по-перше, налаштування батьків саме на спортивне тренуванні в плаванні власних дітей; по-друге, відчувається повна довіра власних дітей тренерському складу і по-третє, відчувається налаштування батьків на функціонування власних дітей в плаванні, як спортсменів.

3.2.2. Основи методики організації і проведення занять з плавання з дітьми з порушенням опорно-рухового апарату

У зв'язку з практичною діяльністю ми дослідили методичні основи організації і проведення тренувальних занять з плавання з дітьми з ураженням опорно-рухового апарату, а саме діти з дитячим церебральним паралічем. По-перше, «параліч» - (від. грецьк.) це розслаблення. Дитячий церебральний параліч (ДЦП) – це ураження рухової системи головного мозку. Основним клінічним симптомом ДЦП є рухові порушення, які обумовлені спазмом мускулатури. ДЦП виникає в результаті недорозвинення або ураження мозку в ранньому онтогенезі. При ДЦП спостерігаються проблеми з руховою функцією, мовою, психікою. Ступінь тяжкості ДЦП широко варіюється. Розрізняють ступінь прояву рухових порушень: важку ступінь, при якій дитина не зможе оволодіти навиками ходьби і маніпулятивною діяльністю; середню ступінь, діти оволодівають ходьбою, але здійснюють це з допомогою і невпевнено; легка ступінь, діти ходять самостійно, розвинені навички самообслуговування [2].

Дуже розповсюдженою є класифікація Семенової К.А. відносно форм ДЦП [2]:

1. Спастична диплегія (зазвичай це тетрапарез, але ноги більш уражені ніж руки);
2. Подвійна гемиплігія (найважка форма ДЦП, важке порушення як верхніх, так і нижніх кінцівок);
3. Гіперкенетична форма (рухи дискоординовані, розмашисті);
4. Гемипоретична форма (уражені руки і ноги з однієї сторони, прогноз сприятливий, діти вдало вчаться самообслуговуванню і здатні самостійно ходити);
5. Атонічно-астатична форма (низький м'язовий тонус, порушення при ходьбі, порушення рівноваги).

Дитина з ДЦП, кожен випадок унікальний і вимагає від батьків і тренерів терпіння, професійного відношення і індивідуального підходу.

Варто зазначити, що відносно нормативних вимог діти до спортивної секції з плавання зараховуються з дозволу медичної комісії з проходженням повного медичного огляду дитини і медичними висновками спеціалістів. Протягом періодів спортивних тренувань діти підлягають етапному медичному контролю не лише педіатра, а й спортивного лікаря.

Організовуючи спортивне тренування з плавання з дітьми з ДЦП тренеру-викладачу на початковому етапі обов'язково потрібно дотримуватися ряду принципів спортивного тренування: принципу поступовості, принципу систематично, принципу наочності, принципу вербального впливу, принципу безперервності.

Дослідники Томенко О.А., Босько В.М. [25] дослідили підходи щодо методичної організації навчально-тренувального процесу з плавання з дітьми з порушеннями ОРА загалом і з ДЦП безпосередньо. Так, вони зазначають, що ряд дослідників вивчали дану проблематику у наступних напрямках: так дослідники Мосунов Д.В., Сазикін В.Г. в процесі початкового навчання плаванню виділяють ряд послідовних етапів формування рухових дій дитини з наслідками ДЦП. Так, етап 1 – етап концентрації, етап 2 – етап пізнання, 3 – етап реалізації можливостей, 4 –

етап вдосконалення [25]. Також зазначалося, що в дослідженнях Молоткової Н.В., Уромової С.Е. було досліджено, що методика навчання плаванню дітей з наслідками ДЦП має передбачати наступну послідовність дій від тренера: покроковий показ рухів з відпрацюванням кожної окремої дії, з'єднання їх в єдину тимчасову послідовність, і тільки після цього словесне пояснення дій, акцент має робитися на наочність і тактильне відчуття дитина-тренер [25].

Тренеру-викладачу з спортивного плавання і батькам не треба плутати поняття спортивне тренування з заняттям із гідро реабілітації для дитини з ДЦП. По – перше, тренер з спортивного плавання має оцінити ступень пошкодження і вид відносно спортивно-нозологічних видів пошкоджень в Параолімпійському плаванні і тільки після цього зорієнтуватися чи залишати дитину в спортивній секції чи порекомендувати, наприклад, оздоровчо-корекційне плавання.

Тренеру-викладачу з плавання, який працює з дітьми з ДЦП варто звичайно враховувати форми прояву ДЦП і відповідно цього робити підбір засобів і методів, їх форм реалізації на спортивному тренуванні.

В нашому дослідженні ми зацентруємо увагу на організаційно-методичні основи організації занять зі спортивного плавання на початковому етапі спортивного тренування.

Перші заняття з спортивного плавання мають бути ознайомчого характеру, як для батьків так і для дітей – на це можна відвести тижневий цикл тренувального процесу. Згодом, тренер розпочинає пробні тренувальні заняття, на яких перевіряє здатність дитини триматися на воді та ступінь оволодіння даним вмінням (адже до тренувальних занять з плавання мають залучатися діти, які вміють триматися на воді, в протилежному випадку тренер вправі порекомендувати батькам певний клуб, групу де зможуть дитину навчити триматися на воді). Наступний етап – проведення циклу вступних тренувальних занять, на яких відбувається тренером розподіл спортсменів по групам на плавальних доріжках по ряду

критеріїв: ступені ураження ОРА, ступені вміння триматися на воді і виконувати елементарні плавальні дії. Зрозуміло, що чим менш підготовлені діти, тим на більш ближчій до тренера плавальній доріжці вони будуть здійснювати тренування.

Тривалість перебування дітей у воді 40 хвилин., проте, якщо тренер бачить прояви переохолодження дитини, він має її попросити вийти з басейну, або зробити це за допомогою батьків і одягнути на дитину теплий халат, чи запропонувати їй прийняти теплий душ.

Варто зазначити, що після адаптаційних тренувальних занять з плавання, тренер може розпочинати повноцінний тренувальний процес з дотриманням загальноприйнятих вимог спортивного тренування. А саме, кожне тренування, навіть з дітьми з обмеженими можливостями, має передбачати чотири основні частини тренування: вступну, підготовчу, основні і заключну з дотриманням загальноприйнятих в теорії спорту, завдань кожної з передбачених частин.

Перед кожним заняттям в басейні, тренер має проводити комплекс ЗРВ і СПВ на суші, залежно від порушення ОРА дитини тренером може в диференційованій формі відбуватися підбір і відповідно розподіл вправ, відповідно вимоги до техніки виконання і дозування.

Варто зазначити, що деяким спортсменам під час виконання спеціально-розвиваючих і спеціально-підготовчих вправ може знадобитися допомога тренера чи батьків дитини. Тому, присутність батьків на спортивному тренуванні з плавання є можливою, а іноді і обов'язковою для ефективного вирішення поставлених тренером завдань.

В таблиці 3.2. ми відобразили можливі різновиди вправ на суші (бортику басейна) для проведення в вступній частині тренувального заняття з спортивного плавання.

Таблиця 3.2.

Різновиди вправ спеціально розвиваючого і спеціально підготовчого характеру для проведення в підготовчій частині тренування з спортивного плавання

№	Різнovid вправи	Методичні вказівки
1.	Вправи на утримання голови	Виконуються самостійно дитиною, або за допомогою тренера чи батьків
2.	Вправи на формування правильної постанови (різні В.п.)	
3.	Вправи на формування виконання колових рухів в суглобах	
4.	Вправи на формування правильної ходьби	
5.	Вправи на формування правильного присідання	
6.	Вправи на формування правильних поворотів, нахилів, обертів тулубом	
7.	Вправи на формування постави	
8.	Вправи на формування правильного дихання	
9.	Вправи імітаційного характеру	Вправи імітують основи техніки спортивних стилів плавання
10.	Вправи з інвентарем	Вправи на суші з наприклад плавальними дошками, діти імітують рухи на суші ті, які згодом будуть виконувати у воді.

Звичайно, важливими є вправи спеціально підготовчого характеру у воді, різноплановість яких не відрізняється суттєво від вправ, які тренери застосовують у воді із здоровими дітьми. Проте, є певна відмінність з методичними аспектами їх виконання. Фронтальний метод виконання спортсменами з ДЦП не буде реалізований, оскільки складно сформувати групу з однаковим типом ураження ОРА. Тому, запропоновані тренером засоби і методи тренування у воді будуть нести більш індивідуальний або диференційований підходи. В таблиці 3.3. ми відобразили різновиди спеціально-підготовчих вправ у воді для дітей з ДЦП.

Таблиця 3.3.

Різновиди вправ спеціально підготовчого характеру для проведення в підготовчій частині тренування з спортивного плавання

№	Різнovid вправи	Методичні вказівки
---	-----------------	--------------------

1.	Занурювання	З утримуванням за поручень в басейні
2.	Лежання на воді	Формування вміння розслаблятися у воді
3.	Скольжіння в різних положеннях.	Вправа адаптується відносно типу порушення
4.	Вправи на формування правильного дихання	Затримка дихання під водою, формування видиху у воду.
5.	Пересування у воді з плавальним інвентарем	Нудли, плавальні дощечки, надувні м'ячики.
6.	Комплексне виконання набутих плавальних навичок	Виконання серії вправ в поєднанні

Варто зазначити, що навіть спроможність виконання спеціально підготовчих вправ у воді дітьми з ДЦП – це велика і тривала праця тренера, дітей і батьків.

На початкових етапах підготовки вправи спеціально підготовчого характеру можуть бути тривалий час складовою основної частини тренувального заняття. Із набуттям дітьми основних плавальних навичок, ми можемо поступово переходити до навчання спортивним стилям плавання, засоби і методи формування яких згодом будуть складати основу основної частини тренувального заняття з плавання.

Заключна частина спортивного тренування з дітьми з ДЦП передбачає вправи на розслаблення тіла у воді, вправи ігрового характеру низької інтенсивності, довільне плавання.

Варто зазначити, що тренеру потрібно володіти сучасними методичними підходами в спортивному тренуванні з плавання з дітьми з різними формами ДЦП.

3.2.3. Основи методики організації і проведення занять з плавання з дітьми з Синдромом Дауна

В навчальному посібнику Бородуліної С.Ю. [2] вказується, що питання педагогічної роботи, які пов'язані з дітьми з вадами інтелекту є одними з найважчих. В нашій навчально-тренувальній практичній діяльності передбачена робота з дітьми з Синдромом Дауна. Автори Чеботарьова О.В., Гладченко І.В. [29] у власних працях зазначають, що Синдром Дауна – одне з розповсюджених генетичних порушень(замість 46 хромосом в кожній клітині знаходиться 47 хромосом). Своєю назвою синдром зобов'язаний англійському лікарю Джону Дауну. Він в 1866 році вперше описав даний синдром: причини виникнення, форми прояву, зовнішні характеристики дітей [29].

Теоретико-методичних досліджень в сфері спортивного плавання з дітьми з Синдромом дауна є незначна. В основу методичного вивчення проведення занять з даною нозологією є перегляд документальних відео тренувань та співпраця з рядом тренерів, які працюють з такими спортсменами. В Херсоні до спортивно-тренувальної роботи в плаванні з дітьми та юнаками з Синдромом Дауна залучені два тренери: Павло Ф., Людмила Х.-Б., які працюють в Херсонській дитячо-юнацькій спортивній школі для інвалідів. Варто зазначити, що за відгуками батьків цих дітей, дуже складно було знайти фахівців, які б погодилися працювати з дітьми з Синдромом Дауна, що спеціалізуються в спортивному плаванні.

В науковій праці дослідниці Харченко-Баранецька Л.Л. [27] вказує, що ефективно розв'язання навчально-тренувальних занять залежить від співпраці тренера з батьками. Нею зазначено, що на етапі початкової підготовки передбачене поступове розв'язання наступних завдань:

1. Адаптація організму дитини до незвичних і несприятливих для дитини зовнішніх впливів.
2. Загартування дітей за принципом поступовості.
3. Корекція опорно-рухового апарату.
4. Зміцнення та розвиток функціональних систем.
5. Гармонійний розвиток фізичних якостей дітей.

6. Корекція психологічного стану дітей.
7. Формування вміння триматися на воді, виконання елементарних спеціальних вправ у воді, оволодіння основними технічними діями спортивного плавання.

Нами, протягом зимового періоду відбувалися спостереження і безпосередня участь у навчально-тренувальному процесі юних плавців з Синдромом Дауна. Які особливості в організації та проведенні тренувань з дітьми даної нозології ми вбачаємо.

По-перше, групи дітей мають формуватися відносно вікового фактору. В переважній більшості, батьки знаходяться разом із своїми дітьми у воді і тренер надає пояснення і команди до виконання саме батькам, які виконують вже їх зі своїми дітьми. Тренер, корегує чи видозмінює поставленні завдання, якщо вбачає проблему під час виконання. Такий підхід з дітьми з Синдромом Дауна обумовлюється їх психологічною нестійкістю, наявними острахами, відсутністю мотиваційних факторів до виконання. І саме батьки є поштовхом для своїх дітей в виконанні навчально-тренувальних завдань в плаванні.

По-друге, в навчально-тренувальному процесі з дітьми з Синдромом Дауна, особливо на етапі початкової підготовки, тренерами реалізується більш індивідуальний підхід відносно пари «батьки-дитина».

В силу особливостей саме психо-розумового рівня розвитку, який є незначний, дітей з синдромом Дауна, поставлена кількість завдань на тренуванні не може бути великою. Так, наприклад, тренером може бути поставлене лише одне тренувальне завдання, яке вирішується протягом спортивного тренування різними засобами, методами, за допомогою різноманітного плавального інвентарю.

Оскільки в розвитку ОРА у дітей з синдромом Дауна, не спостерігається значних відхилень, перш значним завданням для тренера з плавання постає саме створення розумового спрямування дітей на сприйняття й реалізацію дій у незвичному для більшості з них середовищі

– басейн, вода. Варто зазначити, що у зв'язку з особливостями психологічного розвитку, тренерами рекомендується саме на етапі початкової підготовки застосовувати ігровий метод спортивного тренування. В таблиці 3.4. ми зазначили групи ігор, які можуть бути застосовані тренером, для формування перших вмінь з плавання, якими мають оволодіти діти з синдромом Дауна на етапі початкової підготовки.

Таблиця 3.4.

Групи ігор, які можуть застосовуватися в тренувальному процесі з плавання з дітьми з Синдромом Дауна

№	Групи ігор	Перелік
1	Група ігор з подоланням супротиву води	«Хто вище?», «Переправа», «Хто швидше?», «Хвилі на морі» та інші.
2	Група ігор з зануренням у воду з головою	«Хто швидше сховається під воду з головою», «Хоровод», «Тунель», «Сховайся» та інші.
3.	Ігри з видихом у воду	«В кого більше бульбашок?», «Сдути водичку», «Буря» та інші
4	Ігри з відкриванням очей під водою	«Хто швидше дістане скарб?», «Дивись уважніше», «Брод» та інші.
5.	Ігри з впливанням й лежанням на воді	«Поплавок», «Медуза», «Пятнашки» та інші.
6.	Ігри із скольжінням	«Хто далі?», «Русалонька», «Торпеди» та інші.

Діти з синдромом Дауна, навіть одного віку, можуть суттєво відрізняються один від одного в фізичній підготовленості, тому на етапі початкової підготовки одним із завдань передбачено підвищення рівня фізичної підготовленості до рівня, який дозволить оволодівати вже згодом технікою спортивних стилів плавання. Загальним правилом при навчально-тренувальній роботі є методична послідовність. Вивчення кожного руху в плаванні розпочинається з його показу, це відносно пояснення є домінантом. Причому, якщо дитина в воді із дорослим, то саме він має на 100 % засвоїти показану вправу тренером, щоб відпрацювати її у басейні з дитиною.

Також для ефективної організації і проведення тренувальних занять з плавання з дітьми з синдромом Дауна, тренер має використовувати засоби і методи для подолання остраху перед водою. Якщо в дитині присутній страх, то виконання навіть найпростіших тренувальних завдань буде неможливим. В цьому мають бути зацікавлені в першу чергу батьки, а тренер за допомогою професійно-психологічних підходів зможе налаштувати дитину на те що «вода- це її друг». Одним з важливих правил спортивного тренування в плаванні з дітьми даною нозологією ми вважаємо не поспішати, й дотримуватися принципу послідовності, навіть якщо буде відведений значний час і значна кількість тренувальних занять.

3.3. Методичні рекомендації щодо організації та проведенні занять з плавання з дітьми з обмеженими можливостями

Виходячи з проведеного теоретичного аналізу літературних джерел, практичного досвіду, нами сформовані ряд методичних рекомендацій, які можуть стати в нагоді тренерам-викладачам з плавання, які працюють з дітьми з обмеженими можливостями.

1. Залучати дітей певного віку для занять з спортивного плавання, якщо температурний режим води і повітря, глибина басейну відповідає нормам відносно вікового фактору.
2. Оцінити нозологічну ступінь ураження дитини відносно перспективності залучення до Параолімпійського спортивного плавання;
3. Басейн має бути обладнаний спеціальними поручнями;
4. Тренувальні заняття з спортивного плавання розпочинати з ознайомлення дітей з спеціальним плавальним інвентарем;
5. Діти з обмеженими можливостями з перших занять мають працювати с спеціальним плавальним інвентарем, адаптованим до

нозології: плавальні дошки, плавальні пояси, плавальні нарукавники, нудли, плавальні жилети.

6. Проводити бесіди з батьками дітей про самопочуття після тренувального заняття та можливий пост тренувальний ефект від отриманого навантаження.
7. Забезпечувати тренером повноцінну страховку дітей з обмеженими можливостями, під час виконання кожного тренувального завдання.
8. Планувати навчально-тренувальний процес з дітьми з наслідками ДЦП відносно класифікації форм ДЦП.
9. Підбирати засоби і методи спортивного тренування з плавання відносно класифікації форм ДЦП.
10. У зв'язку з наявними патологічними проблемами з дихальною системою дітям з ДЦП на етапі початкової підготовки не варто застосовувати вправи на тривалу затримку дихання.
11. Створення мотивації батьків до тренувань спортивним плаванням.
12. Вивчити на перших тренуваннях психо-розумовий рівень дітей з синдромом Дауна.
13. Надати рекомендації батькам щодо їх перебування з дітьми у басейні під час тренування.
14. На етапі початкової підготовки застосовувати переважно ігровий метод спортивного тренування.
15. Забезпечувати сприятливий емоційний фон тренувального процесу.
16. До занять з плавання допускаються діти з синдромом Дауна тільки після проведення УЗД серця і дозволу лікаря-кардіолога, у зв'язку з наявністю у 90 % дітей з даною нозологією вад серцево-судинної системи.
17. Формувати дисципліну, правила поведінки на спортивному тренуванні не лише у дітей з обмеженими можливостями, а й і у їх батьків.

Методичні рекомендації, які ми зазначили – це лише певний відсоток, які ми можемо надати для етапу початкової підготовки в плаванні з дітьми з обмеженими можливостями. Характеристика методичних особливостей навчально-тренувального процесу в плаванні з дітьми з обмеженими можливостями на інших етапах спортивного тренуванням стануть напрямком наших подальших досліджень.

Висновок до Розділу 3

В третьому розділі нашої бакалаврської роботи ми розкрили методико-практичний аспект обраного дослідження. Було проведене анкетування батьків дітей з обмеженими можливостями, на основі якого ми виявили існуючу довіру до тренера й бажання бачити власних дітей в спортивному плаванні. Нами проаналізовані важливі методичні підходи в організації навчально-тренувального процесу дітей з порушенням опорно-рухового апарату й дітей з синдромом Дауна. Надані ряд методичних рекомендацій, які можуть бути корисними для тренерів-практиків з плавання.

ВИСНОВКИ

1. На основі аналізу науково-методичної літератури та інтернет джерел ми виявили, що до визначення поняття «діти з обмеженими можливостями» застосовувалися різноманітні підходи. Ми виявили, що в жодній європейській країні, в жодному документі ООН не вказується

поняття «інвалід», оскільки воно вважається образливим. Саме в країнах Європи вперше почало фігурувати поняття "persons with disabilities" і здобуло всесвітнє схвалення. Нами встановлено, що в Україні діти з особливими потребами є право захищеними, їх права і обов'язки регламентуються рядом законів та постанов.

Вивчення теоретичного напрямку дослідження дозволило нам чітко встановити перспективність плавання, як виду спорту для дітей з обмеженими можливостями в параолімпійській системі, а також вивчили беззаперечний позитивний вплив плавання на організм дітей з обмеженими можливостями.

2. Організація навчально-тренувального процесу з плавання з дітьми з обмеженими можливостями регламентується рядом нормативних документів. Для окремої нозологічної групи дітей передбачені загальноприйняті нормативні вимоги.

Так, по-перше групи початкової підготовки за нозологіями є відносно невеликими і складають 6-7 осіб. По-друге, діти мають право перебувати у басейні з батьками, які будуть активними учасниками навчально-тренувального процесу. Відносно практичної організації тренувального процесу з дітьми з обмеженими можливостями тренеру потрібно добре володіти інформативними знаннями щодо характерних особливостей дітей кожної нозології підопічних і, відповідно цього аспекту, підбирати засоби, методи і психологічні підходи при організації навчально-тренувального процесу з плавання.

3. На основі вивченого арсеналу теоретико-методичної літератури, власне практичного досвіду, ми розробили сімнадцять методичних рекомендацій, які є одними з ґрунтовних, на нашу думку, для дітей з обмеженими можливостями при організації навчально-тренувального процесу з спортивного плавання.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бондарев И.П. Руководство по спортивной классификации пловцов с поражением опорно-рухового аппарата / И.П. Бондарев. – М.: Советский спорт, 2011. – 80 с.

2. Бородулина С.Ю. Коррекционная педагогика: психолого-педагогическая коррекция отклонений в развитии и поведении школьников / С.Ю. Бородулина. – Ростов н/Д: «Феникс», 2004. – 352 с.
3. Бріскін Ю.Л. Спорт інвалідів у міжнародному олімпійському русі / Ю.Л. Бріскін. - Л.: Край, 2006. – 346 с.
4. Ганчева В.І. Аналіз діючого програмно-методичного забезпечення ДЮСШ у системі освіти / В.І. Ганчева // Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології. – 2013. - № 7 (33). – С. 61-69.
5. Гончар И.Л. Методика преподавания плавания: технологии обучения и совершенствования / И.Л. Гончар. – Ч.БЫ: Учебник. – Одесса: Друк, 2006. – 696 с.
6. Дікалова О.О. Вплив занять плаванням на здоров'я молодших школярів / О.О.Дікалова // Науковий часопис НПУ ім. М.П. Драгоманова. – 2014. – Вип. 3 К (44). – С. 206-208.
7. Дитинство в Україні: права, гарантії, захист. (Збірник документів): Ч. 2, К.: АТ Видавництво «Столиця», 1998. – С. 63-66.
8. Законодавство України. Додаток 3 в редакції Наказу Міністерства молоді та спорту. – № 4706 від 10.11.2017. – Режим доступу: // <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0119-15>
9. Корнієнко С. Теоретичний аналіз спеціального понятійного апарату на відповідність завданням забезпечення прав дітей-інвалідів в Україні / С. Корнієнко // Вісник національної академії державного управління при Президентіві України. – 2011. - № 3. – С. 271-277. – Режим доступу: // http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnadu_2011_3_8.
10. Кучер В. Відмінності ігор Спеціальних олімпіад від Олімпійських та Параолімпійських ігор / В. Кучер // Концепція розвитку галузі фізичного виховання і спорту в Україні: Збірник наукових праць. Рівне: РВЦ Міжнародного університету «РЕГІ» імені Степана Дем'янчука. – 2003. – Ч. II. – С.166-171.

11. Мігалуш А.О Проблема соціальної адаптації людей з особливими потребами та шляхи їх вирішення / А.О. Мігалуш // Вісник НТУУ «КПІ». Політологія. Соціологія. Право: збірник наукових праць. – 2010. - № 2 (6). – С. 53-59.
12. Нагорна В.В. Правосуб'єктність дітей з особливими потребами за законодавством України / В.В. Нагорна // Університетські наукові записки. – 2016. - № 59. – С. 265-274.
13. Параолімпійські види спорту: Плавання. – Режим доступа: <https://ua.112.ua/statji/paralimpiiski-vydy-sportu-plavannia-336174.html>
14. Пономаренко О.В. Соціально-правовий захист дітей та молоді з особливими потребами в Україні / О.В. Пономаренко, А.Д. Носов // Вісник Запорізького національного університету. – 2011. - № 2(13). – С. 113-120.
15. Плавание. Библия тренера / Под. ред. Е. Кононова. – М.: Эксмо, 2014. – 418 с.
16. Плавання: Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності. – К.: Молодь. – 1995. – 93 с.
17. Про світ дітей з особливими потребами: Порадник керівникам освітніх установ, вчителям, вихователям дошкільних закладів, шкіл-інтернатів та груп продовженого дня, батькам щодо роботи з дітьми з порушенням психофізичного розвитку / [упоряд. Шнайдер В.І.]. – Кам'янець-Подільський: Абетка-НОВА, 2003. – 140 с.
18. Путівник для батьків дітей з особливими освітніми потребами: Навчально-методичний посібник / За заг. ред. Колупаєвої А.А. – К.: – ТОВ ВПЦ «Літопис –ХХ», 2010. – 363 с.
19. Пятницька-Позднякова І.С. Основи наукових досліджень у вищій школі: Навчальний посібник / І.С. Пятницька-Позднякова. – К.: 2003. – 116 с.

20. Раевский Р.Т. Плавание: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Р.Т. Раевский, В.Ф. Петелкаки. – О.: Наука и техника, 2005. – 326 с.
21. Римар О. Спорт неповносправних: Історія та сучасність / О.Римар. – Л., 2001. – 56 с.
22. Сахновський К.П. Плавання. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності / К.П. Сахновський. – К. : «Молодь», 1995. – 50 с.
23. Спортивное плавание: путь к успеху / Под ред. В.Н. Платонова. – К.: Олимпийская литература, 2011. – 480 с.
24. Терминология спорта. Толковый словарь спортивных терминов / Сост. Ф.П.Суслов, Д.А. Тышлер. – М.: СпортАкадемПресс, 2001. – 480 с.
25. Томенко О.А. Сучасний стан проблеми навчання плаванню дітей з наслідками дитячого церебрального паралічу / О.А. Томенко, В.М. Босько // Сучасні проблеми здоров'я та здорового способу життя у фізкультурній освіті. – № 129. – Т.3. – С. 309-312.
26. Типовая программа спортивной подготовки спортсменов-инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по плаванию. М.: «Советский спорт», 2012. – 120 с.
27. Харченко-Баранецька Л.Л. Мотиваційний компонент батьків дітей з синдромом дауна до занять спортивним плаванням // Wielokierunkowosc Jako Gwarancja Postepu Naukowego - Т.2, (21). – 2020. – Warszawa, Polska: Europejska platforma naukowa. – С. 97-100.
28. Харченко Л.Л. Національні ігри, як один з засобів фізичного виховання дітей з вадами інтелекту / Л.Л. Харченко // Педагогічні науки: Зб.наук.праць. Вип. 28. – Херсон, 2002. – С.156-158.
29. Чеботарьова О.В. Дитина із синдромом Дауна / О.В. Чеботарьова, І.В. Гладченко, Н.І. Ліщук. - Харків: Ранок. ВГ. Кенгуру, 2018. – 48 с.

30. Шульга Л.П. Плавання: методика навчання: Навчальний посібник / Л.П. Шульга. – К.: Олімпійська література, 2019. – 216 с.
31. Шиян Б.М. Теорія і методика наукових педагогічних досліджень у фізичному вихованні та спорті: Навчальний посібник / Б.М. Шиян, О.М. Вацеба. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2010. – 276 с.
32. Яковенко А.О. Шкільна інтеграція, як необхідність організації сучасного освітнього процесу / А.О. Яковенко // Науковий часопис. Корекційна педагогіка. – 2014. – С. 281 - 285.

Додаток

Анкета для батьків

Шановні, батьки! Вам пропонується надати відповіді на ряд запитань. В кожному запитанні Ви можете обрати запропонований варіант відповіді, а можете надати власну. Можете поєднати і обрану і власну відповіді в певних питаннях. Ваші відповіді є важливими, оскільки вони сприятимуть удосконаленню організаційно-методичних

аспектів спортивного тренування з плавання. Просимо Вас надавати чесні відповіді, ми поважаємо думку кожного!

Яку нозологію має Ваша дитина? _____

1. Що спонукало Вас записати Вашу дитину до секції спортивного плавання?

- а) бажання корегувати фізичний розвиток;
- б) бажання корегувати психологічний стан;
- в) бажання зміцнити здоров'я;
- г) бажання розширити коло спілкування дитини;
- д) бажання здобувати спортивний результат;
- е) бажання навчити плавати без здобуття спортивних результатів;

Ваша відповідь _____

2. Чи влаштовує Вас басейн де проводяться спортивні тренування?

- а) так; б) ні; в) не зовсім.

Ваша відповідь _____

3. Чи в достатній кількості заняття оснащені спеціально-плавальним інвентарем?

- а) так; б) ні; в) є, але не в достатній кількості;

Ваша відповідь _____

4. За програмою в Ваших групах в басейні під час тренувань передбачено 6-7 осіб, чи влаштовує Вас така кількість дітей?

- а) так; б) ні; г) не зовсім;

Ваша відповідь _____

5. Яка форма тренувального заняття Вам більш до вподоби?

- а) групова; б) індивідуальна;

6. Чи хотіли б Ви включати в тренувальний процес персональні заняття (тільки Ваша дитина і тренер)?

- а) так; б) ні; в) можливо;

Ваша відповідь _____

7. Хотіли б Ви, щоб тренер під час заняття перебував з дітьми безпосередньо у воді?

- а) так; б) ні;

8. Як Ви відноситеся до інклюзивного тренування (Ваша дитина за мірою підготовленості, тренуватиметься з іншими, без певних порушень, дітьми)?

- а) позитивно; б) негативно; в) якщо тренер рекомендує, можна було б спробувати; г) якщо тренер рекомендує, все одно відмовлюсь.

Ваша відповідь _____

9. Заняття у спортивній залі (сухе плавання) чи вважаєте Ви за потрібним?

- а) так, потрібні такі тренувальні заняття;
- б) не потрібні, краще більше були б заняття в басейні.

10. Як Ви вважаєте чи потрібно додати ще 1 тренера на заняття?

- а) ні, не потрібно (діти повинні звикати до одного наставника);
- б) так, потрібно (щоб у тренерів було більше можливості реалізувати індивідуальний підхід);
- в) інколи (за мірою необхідності)

Ваша відповідь _____

11. Як Ви вважаєте тренувальні заняття з плавання тренер має проводити більш в ігровій формі?

- а) Так, адже діти краще будуть набувати необхідних плавальних вмінь;
- б) Ні, це спортивне тренування і дитина має розуміти що вона прийшла не бавитися, а тренуватися і вчитися.
- в) Інколи, після виконання дитиною основних завдань.

Ваша відповідь _____

12. Як Ви вважаєте, чи потрібно тренеру проводити наради з батьками дітей, обговорюючи їх успіхи і даючи певні рекомендації, після певного періоду тренувань;

- а) Так, вважаю за потрібним;
- б) Ні, все що потрібно тренер скаже після кожного тренування.
- в) Ні, все можна дізнатися в дистанційному режимі.

Ваша відповідь _____

13. Якщо стан дитини дозволяє, чи потрібна присутність батьків на кожному спортивному тренуванні?

- а) так, я спостерігаю за поведінкою дитини;
- б) так, я спостерігаю за роботою тренера;
- в) так, мені цікаво спостерігати і зробити селфі;
- г) ні, я повністю довіряю тренеру;
- д) ні, все одно дитина розкаже;
- е) ні, за реакцією дитини я зрозумію чи сподобалось їй на тренуванні.

Ваша відповідь _____

14. Чи хоті ли б Ви бачити Вашу дитину, як спортсмена-плавця;

- а) ні, достатньо щоб дитина навчилася плавати;
- б) ні, розглядаю плавання для загального розвитку дитини;
- в) так, розглядаю плавання, як вид спортивної діяльності для здобутку значних спортивних результатів;
- г) за бажанням дитини.

Ваша відповідь _____

15. Чи хотіли б Ви, щоб в навчально-тренувальний процес залучали спортивного психолога?

- а) так, було б цікаво і корисно для дітей.
- б) ні, тренер і є психолог;
- в) інколи, можна було б практикувати;
- г) ні, це робота батьків;
- д) ні, це робота шкіл;

Ваша відповідь _____

Дякуємо за надані відповіді!