

## РОЛЬ АНКЕТИРОВАНИЯ В ПРОЦЕССЕ ПОДГОТОВКИ ПЛОВЦОВ ГРУППЫ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

Гончарова О.В.

к.п.н., доцент кафедры «Теории и методики физической культуры, спорта» УзГУФКС

Ашурков Я.В.

магистрант Узбекско-белорусского факультета «Физическая культура, спорт и туризм»,  
гр. М 01-23, кандидат в мастера спорта по плаванию.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.10899991>

**Аннотация.** В статье проведен анализ анкетирования пловцов группы начальной подготовки спортивной школы №2 Юнусобадского района города Ташкент. Анализ результатов анкетирования выявил желание заниматься плаванием не только как оздоравливающим компонентом, но и с достижением высоких результатов на уровне Олимпийских игр. Предполагается, в результате анализа анкетирования, внести изменения в структуру подготовки пловцов данной группы.

**Ключевые слова:** плавание, группа начальной подготовки, виды плавания, здоровье, соревнования.

## THE ROLE OF THE QUESTIONNAIRE IN THE PROCESS OF TRAINING SWIMMERS OF THE INITIAL TRAINING GROUP

**Abstract.** The article analyzes a survey of swimmers from the initial training group of sports school No. 2 of the Yunusobod district of the city of Tashkent. Analysis of the survey results revealed a desire to engage in swimming not only as a health component, but also to achieve high results at the level of the Olympic Games. It is expected, as a result of the analysis of the survey, to make changes to the structure of training of swimmers of this group.

**Key words:** swimming, initial training group, types of swimming, health, competitions.

**Актуальность.** В современном мире, где все больше внимания уделяется достижению высоких результатов и улучшению здоровья, плавание становится одним из наиболее эффективных средств. Это не только способствует физическому развитию, улучшая гибкость, выносливость и координацию движений, но и помогает укрепить сердечно-сосудистую систему. В представленной работе мы рассмотрим результаты анкетирования пловцов группы начальной подготовки и актуальность, и важность занятий плаванием для детей.

Занятия плаванием для детей являются актуальными и важными по нескольким причинам [3,5,7,8,12]:

1. Физическое развитие: Плавание способствует развитию всех групп мышц, улучшает гибкость, выносливость и координацию движений. Регулярные занятия плаванием помогают укрепить сердечно-сосудистую систему и улучшить общую физическую форму ребенка.

2. Укрепление иммунитета: Во время плавания дети находятся в воде, что способствует закаливанию организма и укреплению иммунной системы. Это снижает риск заболеваний верхних дыхательных путей и улучшает общее здоровье ребенка.

3. Развитие дыхательной системы: Дыхательные упражнения в воде помогают развивать легкие и улучшать вентиляцию дыхательных путей. Это особенно важно для часто болеющих детей и детей с хроническими заболеваниями дыхательных путей.

4. Улучшение психоэмоционального состояния: Плавание помогает снять стресс и напряжение, улучшить настроение и сон. Занятия в воде способствуют развитию социальных навыков, так как дети учатся взаимодействовать с другими пловцами и тренерами.

5. Профилактика сколиоза и других нарушений осанки: Плавание является одним из лучших видов спорта для профилактики и коррекции нарушений осанки. Занятия в воде снижают нагрузку на позвоночник и суставы, позволяя ребенку свободно двигаться и заниматься без риска травм.

**Метод исследования.** Одним из методов исследования работы является анкетирование. Анкетирование как метод исследования в педагогике определяет возможность измерения отношений и способов решения задач развития личности в системе детализации особенностей социализации и самореализации через определённый вид деятельности, в нашем случае – через спорт, через плавание [1,2,4,6,8,9,10,11].

Анкетирование в структуре научно-педагогического исследования – одно из популярных средств измерения отношения к той или иной возможности или особенности развития личности и общества, по характеристикам и измерениям которых можно определять и качество социализации и самореализации личности [1,2,4,6,8,9,10,11].

Анкетирование обучающихся в исследовании качества социализации и самореализации личности обеспечивает реализацию условий включения обучающегося в систему самоанализа деятельности и потребностей, формируемых смыслов и ценностей, предопределяющих успешность и конкурентоспособность в модели современной культуры, общения и труда [1,2,4,6,8,9,10,11].

**Результаты исследования.** Анкетирование проводилось на спортсменах группы начальной подготовки плавания, занимающихся по утверждённой программе в спортивной школе №2 Юнусобадского района города Ташкент. В анкетировании принимали участие пловцы от 7 до 12 лет в количестве 20 человек. Тема анкетирования “Определение значимости занятия плаванием”. В программу анкетирования были включены вопросы, позволяющие изучить представления респондентов о сущности выдвигаемой темы. Было предложено 20 вопросов на которые были определены два варианта ответов: “ДА” и “НЕТ”

Результаты анкетирования приведены в таблице №1.

Из таблицы видно, что на многие вопросы спортсмены дали положительный 100% ответ, а именно: Нравится ли вам плавание?, При занятиях плаванием вы приобретаете здоровье?, Можно заниматься плаванием в юном возрасте?, говорит нам о том, что дети в настолько юном возрасте осведомлены о пользе плавания.

Таблица 1 - Результаты анкетирования респондентов – пловцов группы начальной подготовки спортивной школы №2 Юнусобадского района города Ташкент (n=20)

| №  | Вопрос                    | ответы |     |
|----|---------------------------|--------|-----|
|    |                           | Да     | нет |
| 1. | Нравится ли вам плавание? | 20     | 0   |

|     |   |    |    |
|-----|---|----|----|
| 2.  | При занятиях плаванием вы приобретаете здоровье?                    | 20 | 0  |
| 3.  | Можно заниматься плаванием в юном возрасте?                         | 20 | 0  |
| 4.  | Развивается ли у спортсмена сила при занятиях плаванием?            | 20 | 0  |
| 5.  | Улучшается результат у пловца при увеличении количества тренировок? | 20 | 0  |
| 6.  | Вам нравится плавать «кролем»?                                      | 19 | 1  |
| 7.  | Вам нравится плавать «баттерфляем»?                                 | 13 | 7  |
| 8.  | Вам нравится плавать «кролем на спине»?                             | 18 | 2  |
| 9.  | Вам нравится плавать «брассом»?                                     | 13 | 7  |
| 10. | Вам нравится участвовать в соревнованиях?                           | 20 | 0  |
| 11. | Вам нравится занимать 1-2-3 места на соревнованиях?                 | 20 | 0  |
| 12. | Нужно ли проводить разминку на суше?                                | 19 | 1  |
| 13. | Нужны ли тренировки на суше?  | 19 | 1  |
| 14. | Вы хотите быть олимпийским чемпионом?                               | 16 | 4  |
| 15. | Нравятся ли вам плавать короткие дистанции 50м., 100м.?             | 16 | 4  |
| 16. | Нравятся ли вам плавать средние дистанции 200м., 400м.?             | 11 | 9  |
| 17. | Нравятся ли вам плавать длинные дистанции 800м., 1500м.?            | 3  | 17 |
| 18. | Нужно ли вести дневник тренировок?                                  | 15 | 5  |
| 19. | Нужно ли обращать внимание на замечания тренера?                    | 20 | 0  |
| 20. | Тренер всегда прав?   | 20 | 0  |

А уже следующие вопросы, которые показали 100 процентный результат:

Развивается ли у спортсмена сила при занятиях плаванием?, Улучшается результат у пловца при увеличении количества тренировок? Вам нравится участвовать в соревнованиях?, Вам нравится занимать 1-2-3 места на соревнованиях?, Нужно ли обращать внимание на замечания тренера?, Тренер всегда прав?, говорят нам о приоритете занятия плаванием именно как спортсменами, они уже понимают всю важность тренировок и деятельности тренера. Хотя на вопрос: Хотите быть олимпийским чемпионом? всего 16 опрошенных спортсменов дали положительный ответ, что составляет 80%, но всё равно это показывает мотивацию профессиональным занятием плаванием, желание прогрессировать и добиваться высших результатов.

Вам нравится плавать «кролем»? и Вам нравится плавать «кролем на спине»? – положительные ответы на данные вопросы дали 19 и 18 спортсменов, и составило 95% и 90% спортсменов. А на вопросы: Вам нравится плавать «баттерфляем»? и Вам нравится

плавать «брассом»? всего 65% пловцов ответили «Да», и данная ситуация с разницей в 30% говорит о том, что баттерфляй и брасс являются скоростно-силовыми и сложно координационными по сравнению с видами кроля.

Положительные ответы на вопросы № 12, 13 о разминке и работе на суше дали 19 человек и тоже показали отличный результат в 95%, а также на вопрос о ведении дневника тренировок 75% дали ответ «Да», что говорит об осознанном подходе спортсменов к процессу тренировки.

Опрос респондентов выявил желание соревноваться на коротких дистанциях 50 м., 100 м., положительный ответ составил 80%, и с увеличением дистанции заплывов отрицательные ответы также увеличивались: на 200 и 400 метров хотят плавать уже 11 спортсменов, это составляет 55% от занимающихся в группе начальной подготовки, а на 800 и 1500 метров только трое пловцов (15%) дали положительный ответ. Варианты ответов на последние вопросы прогнозировался тренером группы, так как по графику тренировок группа начальной подготовки проходит обучение всего 3 раза в неделю, и у данных пловцов еще нет приобретенных навыков плавания на длинные дистанции.

**Выводы.** Из предоставленных графиков (рисунок 1,2) можем смело констатировать тот факт, что из 20 поставленных вопросов, юные спортсмены дали положительные ответы с максимальными показателями в 80-100% на 15 вопросов. 4 вопроса составляют средние показатели 55-65%, и только один вопрос с максимальным отрицательным показателем в 85%, это вопрос о длинных дистанциях.

- Данные результаты проведенного анкетирования говорят нам о том, что пловцы столь юного возраста имеют как теоретическую, так и функциональную подготовку.

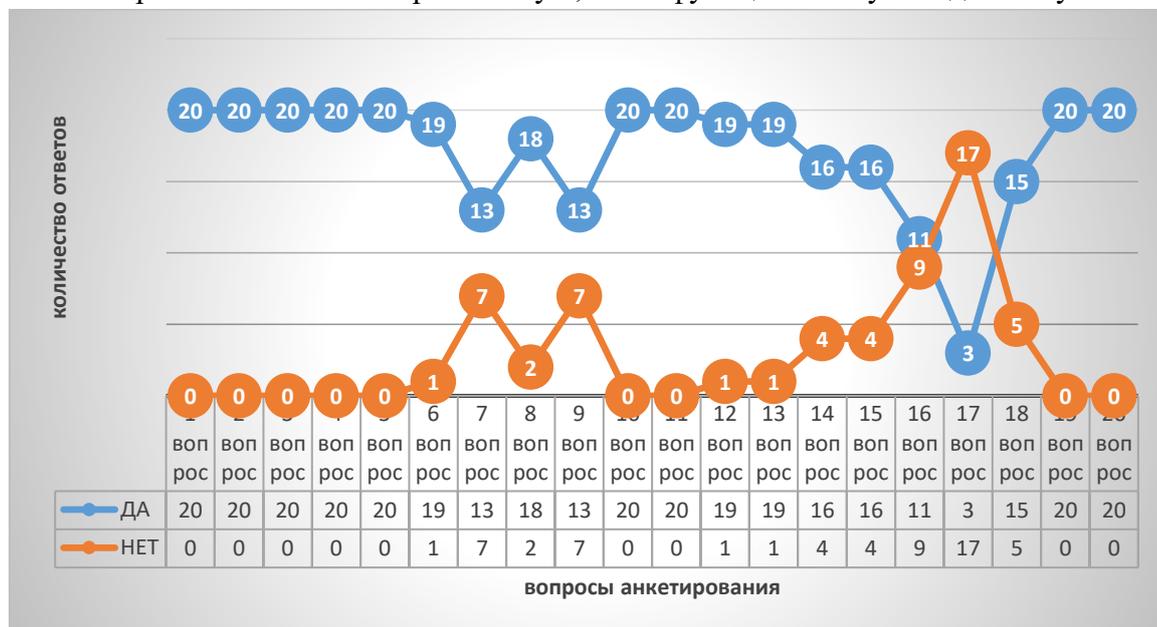


Рисунок 1. Результаты анкетирования пловцов группы начальной подготовки

- Имеют знания о видах плавания: вольный стиль, кроль на спине, баттерфляй, брасс – их координационной сложности технического выполнения.

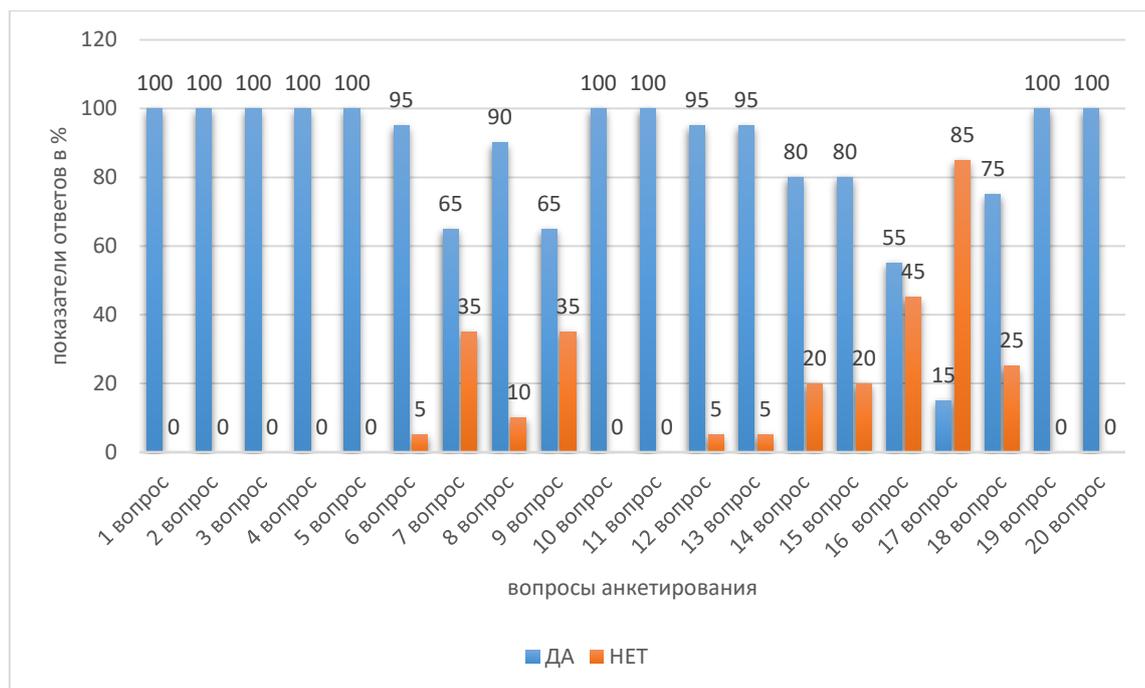


Рисунок 2. Процентное соотношение результатов анкетирования пловцов группы начальной подготовки.

- Учащиеся группы начальной подготовки уже не плохо разбираются в работе на суше и обязательной разминке.

- Также по результатам анкетирования мы констатируем тот факт, что юным пловцам больше импонирует соревноваться в скорости нежели в выносливости.

- Очень большой процент обучаемых замотивирован на достижение высоких результатов, что побуждает их тренера анализировать методики специалистов международного уровня и разрабатывать свою методику подготовки молодых чемпионов.

## REFERENCES

1. Абрамова, Т. Ф. Анкетирование как метод исследования в области физической культуры и спорта / Т. Ф. Абрамова, А. Ю. Рябухина. - Текст: непосредственный // Наука-2020. – 2017. - № 4(19). – С. 25-30.
2. Акулич Л. И., Пулатов А.А., Ашуркова С.Ф. Теория и методика спортивной подготовки в избранном виде спорта (волейбол) // Учебник, Т.: O`ZKITOBSAVDONASHRIYOTI, 2023. – 640с
3. Алексеев, С. В. Анкетирование пловцов в процессе подготовки / С. В. Алексеев, А. В. Еганов. - Текст: электронный // Теория и практика физической культуры. – 1983. – № 11. – С. 33-34. – URL: [https://lib.vsu.by/jspui/bitstream/123456789/2288/1/Алексеев\\_С.В.,%20Еганов\\_А.В.\\_Анкетирование\\_пловцов\\_в\\_процессе\\_подготовки.pdf](https://lib.vsu.by/jspui/bitstream/123456789/2288/1/Алексеев_С.В.,%20Еганов_А.В._Анкетирование_пловцов_в_процессе_подготовки.pdf) (дата обращения: 03.06.2021).
4. Ашуркова С.Ф., Шодмонов М.М. Методика развития прыгучести у высококвалифицированных волейболистов на примере атакующих действий, Фан-спортга, 2022, №6,14-17с

5. Бачин, Д. А. Анкеты для определения мотивации и отношения к занятиям спортом юных пловцов / Д. А Бачин, Е. В. Буркова, К. Ю. Чернышева. - Текст: электронный // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2020. - №5(183). - С. 42-46. – URL: [http://lesgaft-notes.spb.ru/files/3-138-2020/3\\_138\\_2020\\_Бачин\\_Буркова\\_Чернышева.pdf](http://lesgaft-notes.spb.ru/files/3-138-2020/3_138_2020_Бачин_Буркова_Чернышева.pdf) (дата обращения 03.06.2021).
6. Борисов, Р. С. Анкетный опрос в педагогическом исследовании / Р. С. Борисов. - Текст: непосредственный // Актуальные вопросы современной науки. – 2009. - №11. - С.199-204.
7. Васильев Д.С., Козырева О.А. Возможности анкетирования в исследовании специфики социализации и самореализации обучающегося в плавании // Современные научные исследования и инновации. 2016. № 4 [Электронный ресурс]. URL: <https://web.snauka.ru/issues/2016/04/66127> (дата обращения: 14.03.2024).
8. Гильмутдинов, Т. С. Применение анкетирования для оценки уровня подготовленности пловцов / Т. С. Гильмутдинов. - Текст : непосредственный // Материалы научно-практической конференции "Физическая культура и спорт: актуальные вопросы теории и практики". - 2016. - С. 120-124.
9. Керимов Ф.А., Гончарова О.В. Анализ анкетирования учителей физического школьников. // Фан-спортга. Илмий-назарий журнал. Т., 2007. С. 16-19.
10. Мырзабек Л., Гончарова О.В. Использование анкетирования при исследовании скоростно-силовой подготовленности футболистов. //Педагогик таълим. Илмий-назарий ва методик журнал. Т., 2005. - № 4, С. 86-90.
11. Шарипов А.К., Гончарова О.В. Анкетирование как метод исследования профессиональной подготовленности студентов к педагогической практике. //Педагогик таълим. Илмий-назарий ва методик журнал. Т., 2006, № 3, С. 93-96.
12. Шлыков, М. С. Роль анкетирования при определении спортивной предрасположенности юных пловцов / М. С Шлыков. - Текст : прямой // Сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Физическая подготовка и спорт». – 2018. - С.68-71.