

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.

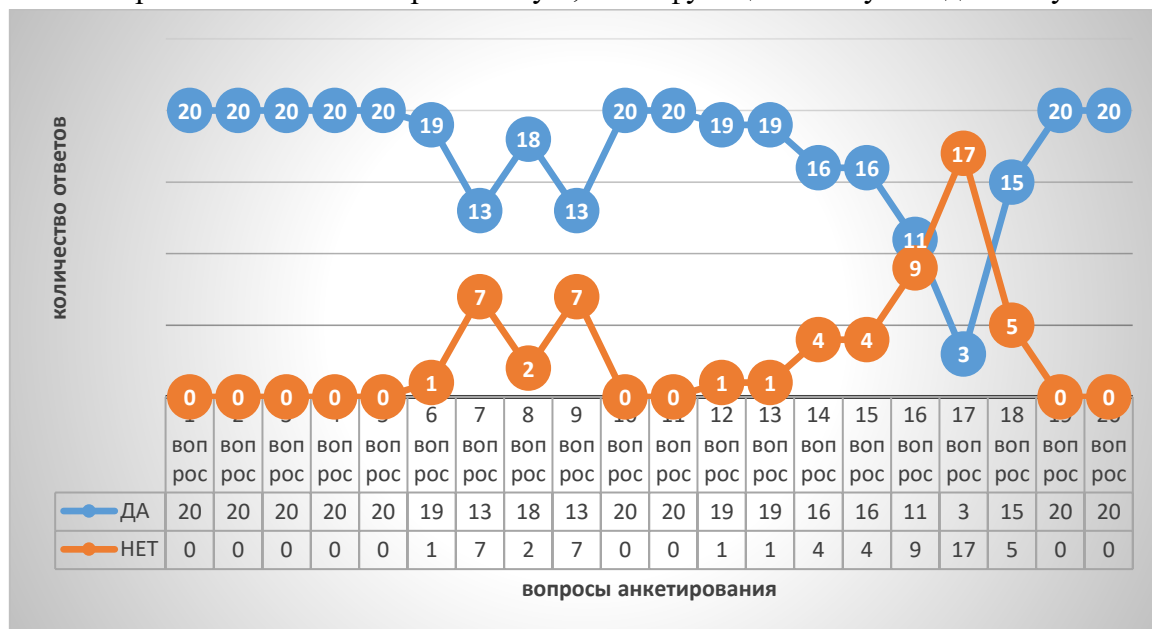


Рисунок 1. Результаты анкетирования пловцов группы начальной подготовки

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

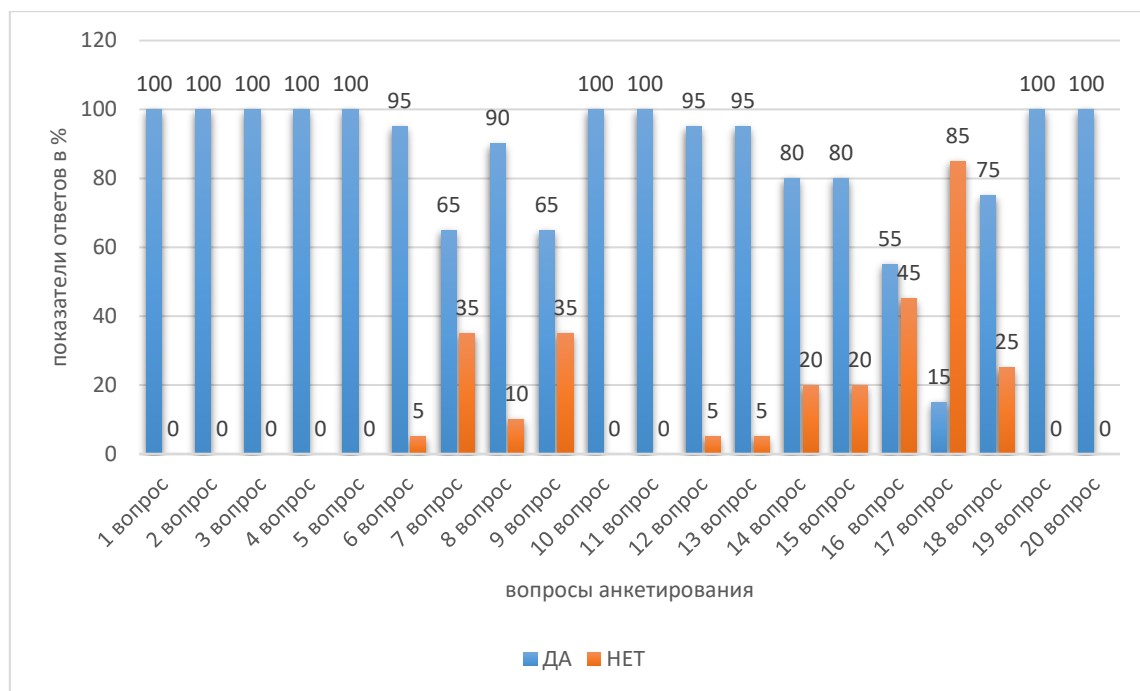


Рисунок 2. Процентное соотношение результатов анкетирования пловцов группы начальной подготовки.

- 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 (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 (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.