

УДК 797.2

О. Б. Томашевская

ИСТОРИОГРАФИЯ ПРОБЛЕМЫ НАЧАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ ПЛАВАНИЮ

110

В историческом аспекте освещаются предпосылки создания методик начального обучения плаванию с различным контингентом занимающихся прежде всего на российском материале. Прослеживаются тенденции в опыте организации обучения в период развития данного направления плавания в деятельности прогрессивных людей и специалистов в области плавания.

This article considers the prerequisites for the development of methodologies of teaching basic swimming skills to different student groups in the historical aspect predominantly on the basis of Russian materials. The author describes the trends in the organisation of training in the period of development of this area of swimming within the activity of progressive people and swimming experts.

Ключевые слова: обучение плаванию, развитие плавания.

Key words: swimming training, development of swimming.

Плавание является одним из базовых видов спорта, эффективным оздоровительным средством развития человека. Обучение человека плаванию позволяет сформировать у него жизненно необходимый навык. Исследования специалистов [2; 3] показывают, что умение плавать было необходимо человеку с древних времен. С возникновением государственного строя умение плавать стало особенно востребовано в труде и военном деле. Постепенно, с развитием цивилизации, плавание стало применяться в целях физического воспитания.

Широкое распространение плавание получило в Древней Греции и античном Риме. Его использовали как средство военного дела, развлечений, гигиены. В Римской империи плавание выступало также средством закаливания и врачевания. Кроме того, плавание применялось в различных массовых зрелищах в виде хороводов на воде, водного балета. Позднее в странах Западной Европы плавание использовалось в системе физического воспитания военного дворянства, однако не имело в ней определенного места.

На Руси развитие плавания относится к древнейшим временам и прежде всего связано с появлением определенных видов трудовой деятельности на воде. Славяне умели плавать и использовали это умение в



военном деле. Занятия по обучению плавательному навыку стали организовываться значительно позже.

Созданию в России первых групп по обучению плаванию способствовали прогрессивные взгляды Петра I. Первые советы [1] по обучению солдат плаванию были опубликованы в 1647 г. в книге «Умение и хитрость ратного строения пехотных людей». Петр I ввел организованное обучение плаванию в боевую подготовку как в армии, так и на флоте. Плавание вошло также в число учебных дисциплин морской академии.

Во второй половине XVIII в. в России отмечается значительный расцвет науки, культуры и искусства. Начали претворяться в жизнь педагогические идеи о соединении физического воспитания с умственным образованием. В учебных заведениях того времени плавание вводилось как самостоятельный предмет. Появлялись публикации, в которых говорилось о необходимости обучения плаванию населения, приводились примеры различных упражнений по технике плавания, методики обучения. Значительный вклад в развитие плавания внес А. В. Суворов, который стал использовать его как прикладной вид физической подготовки солдат. Заслуга Суворова состоит в том, что он рассматривал плавание как средство физического воспитания и физической подготовки воинов. Им были введены обязательные купания солдат в быстрых реках, причем Суворов сам принимал в них участие.

Большую роль в развитии плавания сыграли публикации в «Экономическом месяцеслове», где был впервые описан применявшийся в то время метод обучения плаванию, а также состояние плавучести и т. д. Эти публикации неизвестного русского автора в дальнейшем получили важное место в обучении плаванию под названием естественного метода изучения плавательных движений. За рубежом этот метод обучения был описан в публикациях лишь 18 лет спустя. В 1792 г. в том же издании появилось первое описание следующей техники плавания: «...человек должен принять на поверхности воды горизонтальное положение, которое создает большую площадь опоры, далее следуют одновременные движения ног, которые рекомендуется умеренно сгибать, а затем вытягиванием обеих рук вперед производить движения, загребая оными под себя воду» (цит. по: [1, с. 17]). Особое внимание уделялось координации движений: указывалось, что «проворство в плавании» зависит от согласования движений руками и ногами. Следует отметить, что описанная техника движений по характеру напоминала движения в плавании брассом.

Таким образом, во второй половине XVIII в. были заложены научные основы плавания и сформулированы первые практические рекомендации для освоения плавательного навыка.

В начале XIX в. в России открываются первые плавательные школы, которые оказали определенное влияние на развитие и совершенствование методики начального обучения плаванию и способствовали появлению частных подходов по вопросам обучения плаванию.



Педагогические идеи и взгляды деятелей того времени (Г. Паули, Гризье, Гейнц, А. Ганике) нашли свою реализацию в разработке методов обучения и подборе соответствующих средств обучения плаванию. В этот период получил свое первоначальное оформление метод раздельного обучения плаванию, основным способом обучения являлся брасс, были предложены к использованию различные средства для облегчения выполнения упражнений в условиях водной среды.

В публикациях того времени педагоги обсуждают различные вопросы обучения плаванию. Так, в своих трудах А. Ганике выделил и описал основные группы подготовительных упражнений в воде. Впервые в истории развития плавания было рекомендовано использовать скольжение как один из приемов обучения ученика выполнению уверенных движений на воде [1]. Данный прием применяется и на современном этапе обучения плаванию населения. Была рекомендована также определенная последовательность разучивания движений на суше, а потом в воде. Данный подход в обучении явился прообразом современной целостно-раздельной системы обучения плаванию.

В конце XIX — начале XX в. в Петербурге и Москве открываются плавательные школы, которые способствовали развитию начального плавания населения страны. Большая заслуга принадлежит Шуваловской школе плавания, основанной в 1908 г. В школе была организована работа по следующим направлениям: обучение плаванию взрослых и детей; подготовка магистров плавания для армии и флота; проведение соревнований и водноспортивных праздников.

Теоретическая и практическая подготовка специалистов школы позволила обобщить накопленный опыт в развитии обучения плаванию и предложить к использованию эклектическую систему обучения данному виду физической активности, которая объединила известные на тот период методы обучения физическим упражнениям: естественный метод, метод раздельного изучения движений и метод целостного изучения движений.

Развитию отечественного плавания также способствовало открытие выпускниками Шуваловской школы двенадцати школ плавания по всей Российской империи.

Новый этап в развитии плавания начался после создания в 1918 г. в Москве, а в 1919 г. в Петрограде институтов физической культуры с кафедрами плавания. В учебных планах появилась дисциплина «плавание» как самостоятельный учебный предмет. Это обеспечило становление научных основ плавания и такого важного его раздела, как начальное обучение плаванию.

Преподаватель плавания Московского института физкультуры Л. В. Геркан издал учебное пособие, которое стало первым после революции крупным научным трудом по этой тематике. В нем были обобщены существующие теоретические основы плавания и прак-



тический опыт того времени, изложена система обучения плаванию. Наиболее перспективным способом обучения автор считал кроль на груди.

Предложенная Л. В. Герканом методика предусматривала разучивание плавательных упражнений на суше, выполнение подготовительных упражнений в воде, изучение плавательных движений сначала руками, а затем ногами, а также использование различных поддерживающих средств — лямок, удочек, поясов и т. д. Заслуга Л. В. Геркана состояла в том, что он первым акцентировал внимание на вопросах планирования процесса обучения плаванию детей и подростков.

Творческий подход в работе позволил преподавателям кафедры плавания Ленинградского института физической культуры разработать комплексный метод обучения плаванию. Данный метод, по мнению Б. Н. Никитского, следует рассматривать как значительный шаг вперед по пути развития методики обучения плаванию [3]. Обучение плаванию предусматривалось с детского возраста, первоначальным способом освоения предлагался кроль на груди. В основе метода лежала программа параллельного обучения нескольким способам плавания: кроль на груди, брасс, кроль на спине. В комплексном методе исключили применение поддерживающих средств. Большое внимание уделялось освоению скольжения.

Разработку методик начального обучения плаванию стимулировало издание инструктивных документов. Так, например, введение комплекса ГТО обеспечило создание специальной системы обучения плаванию, которая была разработана ленинградскими педагогами в 1932 г. и получила название метода трех ступеней. На каждой ступени последовательно решался комплекс задач: изучение техники двух способов плавания, совершенствование техники освоенных способов плавания и тренировка в них. Следует отметить, что авторы методики предложили проводить для учащихся теоретические занятия, которые знакомили бы их с основами методики обучения плаванию.

Открытие в Советском Союзе детских спортивных школ по плаванию активизировало учебно-спортивную работу с детьми. Педагогический опыт учителей плавания тех лет — А. М. Шумина, К. И. Алешиной, Г. П. Черновой, В. Г. Якубенко, А. П. Жаринова и других — позволил разработать первые программы и учебные пособия по вопросам обучения плаванию. Занятия с детьми требовали другого подхода к обучению. Так, педагоги впервые стали использовать игровую форму проведения уроков по плаванию, что обеспечивало успешное освоение детьми воды и приобретение ими плавательных навыков, таких, как лежание на воде, скольжение, выполнение выдохов в воду.

В 1935 г. была разработана целостно-раздельная система обучения плаванию, в которой предусматривалось более целесообразное использование научных основ плавания и комплексное применение методов обучения плавательным упражнениям. Технику способа плава-



ния занимающиеся последовательно изучали на суше, затем разучивали элементы техники в воде и далее осваивали целостное движение. В данный период продолжают появляться публикации советских специалистов по обучению плаванию (Н.А. Бутович, А.М. Шумина, Г.П. Черновой и др.), что, безусловно, повлияло на становление плавания как научной дисциплины.

В начале 50-х гг. в публикациях, в том числе в работах И.В. Вржесневского, М.Я. Набатниковой, широко обсуждается проблема возрастной методики обучения плаванию [3]. В 1964 г. Г.Ф. Полевой разработал новую систему обучения плаванию. Из всех элементов, составляющих технику спортивных способов плавания, он выделил три, чье изучение, по его мнению, способствует быстрому и прочному освоению того способа, который этот элемент представляет. Остальные элементы техники спортивных способов плавания отнесены Г.Ф. Полевым к второстепенным. Процесс обучения включал пять этапов. Первый учебник по плаванию для студентов спортивных факультетов институтов физической культуры (под редакцией Н.А. Бутович), по мнению Б.Н. Никитского, способствовал приобретению определенных знаний и вместе с тем формировал у студентов интерес к научно-исследовательской, творческой работе, которая во многом определяет лицо тренера [3].

Новый этап в развитии плавания связан с выявленными недостатками и критическими замечаниями по работе детско-юношеских спортивных школ, нашедшими свое отражение в постановлении Комитета по физической культуре и спорту при Совете министров СССР в 1969 г. Был предложен план реорганизации работы спортивных школ по плаванию, который предусматривал прежде всего значительное увеличение численности занимающихся детей и подростков, обучение плаванию детей дошкольного возраста, введение уроков по плаванию для учащихся 1–4-х классов в общеобразовательных школах, массовое обучение плаванию в летний период в пионерских лагерях.

Увеличилось количество водных станций, бассейнов, в 1975 г. была введена должность инструктора по плаванию в пионерских лагерях, что способствовало появлению эффективных подходов к начальному обучению плаванию как детей, так и подростков. Практический опыт работы специалистов, тренеров, инструкторов по плаванию нашел свое место при создании учебных программ и методических материалов для эффективной работы по обучению плаванию детей и подростков в системе физического воспитания [1].

Итак, мы видим, что большинство начинаний по развитию плавания в дореволюционной России являлось результатом инициативы прогрессивных деятелей того времени, носило частный характер и не обеспечило массового распространения этому виду физической активности. Создание кафедр плавания в открытых после революции институтах физической культуры способствовало систематизации накоплен-



ного опыта в вопросах обучения плаванию, а научно-теоретическое становление основ плавания привело к появлению различных подходов в обучении плаванию.

Список литературы

1. *Плавание* : учебник для ин-тов физ. культуры / под ред. Н. Ж. Булгаковой. М., 1984.
2. *Козлов А. В.* Плавание доступно всем. Л., 1986.
3. *Никитский Б. Н.* Плавание : учебник для студентов ф-тов физ. воспитания пед. ин-тов. М., 1981.

Об авторе

Ольга Борисовна Томашевская — канд. пед. наук, доц., Балтийский федеральный университет им. И. Канта, Калининград.

E-mail: obtu@rambler.ru

About author

Dr Olga Tomashevskaya, Associate Professor, I. Kant Baltic Federal University, Kaliningrad.

E-mail: obtu@rambler.ru