

# МАССОВАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И ОЗДОРОВЛЕНИЕ НАСЕЛЕНИЯ

## ПЛАВАНИЕ КАК ВОЗМОЖНОСТЬ ФОРМИРОВАНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ СТУДЕНТОВ ВУЗОВ НАПРАВЛЕНИЯ «АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

**В.В. ПЕТРОВА, Е.Н. БОБКОВА,  
СГУС, г. Смоленск, Россия**

### **Аннотация**

*В статье рассматривается возможность формирования дополнительных профессиональных компетенций бакалавров адаптивной физической культуры в сфере адаптивного спорта на занятиях по дисциплинам плавания. В ходе исследования проведен анализ объема учебной нагрузки, выделяемый на дисциплины плавания, выявлено, что практическая плавательная подготовка присутствует во всех университетах физкультурного профиля, имеющих соответствующую материальную базу. Установлено отсутствие единого подхода при распределении учебной нагрузки, выделяемой на дисциплины плавания, адаптивного плавания и гидрореабилитации. Обозначены необходимые дополнительные профессиональные компетенции (тренерская деятельность в адаптивном плавании) для формирования у студентов-бакалавров направления «Адаптивная физическая культура». Работа направлена на совершенствование процесса профессиональной и прикладной подготовки студентов в рамках реализации учебных дисциплин по плаванию.*

**Ключевые слова:** адаптивное плавание, здоровьесбережение, высшее образование, плавание в вузе, прикладное плавание, профессиональные компетенции.

## SWIMMING AS AN OPPORTUNITY FOR FORMING ADDITIONAL PROFESSIONAL COMPETENCIES OF UNIVERSITY STUDENTS IN THE DIRECTION “ADAPTIVE PHYSICAL CULTURE”

**V. V. PETROVA, E. N. BOBKOVA,  
SSUS, Smolensk city, Russia**

### **Abstract**

*The article discusses the possibility of developing additional professional competencies for bachelors of adaptive physical culture in the field of adaptive sports through swimming disciplines. During the study, an analysis of the academic workload allocated to swimming disciplines was conducted, revealing that practical swimming training is present in all physical education universities that have the necessary facilities. However, a lack of a unified approach was identified in the distribution of academic workload for swimming disciplines, adaptive swimming, and hydro-rehabilitation. The level of students' swimming readiness was determined, and the necessary additional professional competencies (coaching in adaptive swimming) were identified for the formation of bachelor students' skills in the field of “Adaptive Physical Education”. The work aims to improve the process of professional and applied training of students within the framework of implementing swimming-related academic disciplines.*

**Keywords:** adaptive swimming, health preservation, higher education, swimming in university, applied swimming, professional competencies.



## Введение

В условиях быстро меняющейся геополитической и экономической обстановки в нашей стране государственное регулирование высшего образования в значительной степени направлено на совершенствование и реализацию учебных программ, обеспечивающих возможность получения обучающимися одновременно нескольких квалификаций и развития индивидуальных образовательных технологий обучающихся [1].

В связи с требованиями сохранения конкурентоспособности в системе образования возникает определенное противоречие между насущной необходимостью в сохранении физического здоровья у студенческой молодежи и значительным увеличением объемов учебной нагрузки, ложащейся на плечи обучающихся. По мнению ученых, осуществлять модернизацию отечественной системы образования необходимо в условиях повышенных требований к развитию профессиональных компетенций, в том числе и в области здоровьесбережения, одновременно сохраняя актуальную значимость инклюзивного и адаптивного образования [2].

Выпускнику направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» (далее – «Адаптивная физическая культура») предпочтительно иметь не только глубокие знания и умения в избранной им области деятельности, но и обладать достаточной компетентностью для ведения трудовой деятельности по дополнительной квалификации.

Важным компонентом в системе подготовки студентов направления «Адаптивная физическая культура», дающим возможность развивать дополнительные профессиональные компетенции в сфере адаптивного спорта, является применение индивидуальных образовательных траекторий. Ключевым элементом уникального пути обучения студентов может выступать раздел по изучению специальных дисциплин теории и методики базовых видов двигательной деятельности, в том числе плавания.

В связи с поручением Президента Российской Федерации по итогам заседания Совета при Президенте Российской Федерации по развитию физической культуры и спорта от 30.04.2019 № Пр-759 (абзац шестой подпункта «д» пункта 1) в нашей стране разработана и внедрена межведомственная программа «Плавание для всех» в рамках федерального проекта «Спорт – норма жизни». Главной целью программы является создание условий для обучения и занятий плаванием различных возрастных и социальных групп населения Российской Федерации, в том числе инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

В то же время анализ научных публикаций и данных Федерального статистического наблюдения за деятельностью учреждений по адаптивной физической культуре и спорту по форме 3-АФК с 2019 по 2022 г. позволили выявить острый дефицит специалистов в области адаптивной физической культуры и спорта, в частности адаптивного плавания [3].

Социальный запрос на формирование у выпускников направления подготовки «Адаптивная физическая культура»

тренажерских компетенций в области адаптивного плавания определяет актуальность и важность проводимого исследования.

**Цель исследования** – обоснование условий формирования дополнительных профессиональных компетенций (тренажерская деятельность в адаптивном плавании) студентов, обучающихся по профилю «Физическая реабилитация» направления «Адаптивная физическая культура», в процессе практической подготовки по плаванию.

## Материал и методы исследования

Исследование проводилось с сентября 2020 г. по июнь 2022 г. на базе кафедры водных видов спорта ФГБОУ ВО «Смоленский государственный университет спорта».

Были проанализированы имеющиеся в открытом доступе основные образовательные программы, в том числе рабочие программы дисциплин и учебные планы направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» профиль подготовки «Физическая реабилитация» (уровень – бакалавриат) университетов физкультурного профиля России. Для анализа учебной нагрузки отобраны дисциплины (модули), имеющие в своем названии слова «плавание», «гидрореабилитация».

Педагогическое наблюдение велось на занятиях по дисциплине «Физическая культура (плавание)». В социологическом опросе с последующим интервьюированием принимали участие студенты 17–19 лет ( $n = 47$ ), из них – 24 девушки и 23 юноши. Опрос содержал вопросы открытого типа, затрагивающие темы плавательной подготовленности студентов и желаемого направления индивидуальной образовательной траектории и профессионального развития.

## Результаты исследования и их обсуждение

Анализ учебных планов университетов физкультурного профиля и программ дисциплин свидетельствует, что практическая плавательная подготовка в том или ином виде присутствует во всех высших учебных заведениях, имеющих соответствующую материальную базу.

Однако выявлено отсутствие единого подхода при распределении учебной нагрузки, выделяемой на дисциплины, связанные с плаванием и гидрореабилитацией. Так, дисциплина по теории и методике базового вида спорта – плавание – присутствует не во всех университетах. В ФГБОУ ВО СГУС плавание реализуется в рамках дисциплины «Физическая культура». В остальных вузах распределение контактной работы с преподавателем варьируется от 32 до 88 часов.

Дисциплины гидрореабилитации реализуются в рамках части учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений в ФГБОУ ВО СибГУФК и НГУ им. П.Ф. Лесгафта. Но следует отметить, что в последнем за счет дисциплин по выбору при реализации индивидуальных образовательных траекторий обучающийся может углубить свои профессиональные компетенции в направлении гидрореабилитации при изучении дисциплин «Технологии гидрореабилитации» и «Основы гидрореабилитации».



Таблица 1

**Распределение учебной нагрузки дисциплин плавания  
в университетах физкультурного профиля направления подготовки  
«Адаптивная физическая культура» (физическая реабилитация) (ак. час)**

Дисциплина учебного плана	Вид работы		ВУЗ*					
			1	2	3	4	5	6
<b>Базовые виды спорта (двигательной деятельности)</b>								
<i>Обязательная часть учебного плана</i>								
Теория и методика обучения плаванию	Контактная работа	лекции	10	16	6	–	6	8
		практика	22	62	66		50	80
	Самостоятельная работа		40	39	72	–	48	44
	Контроль		–	27	–	–	4	12
Итого			72	144	144		108	144
Физическая культура (плавание)	Контактная работа	лекции	–	–	–	–	–	–
		практика	–	–	–	72	–	–
	Самостоятельная работа		–	–	–	–	–	–
	Контроль		–	–	–	–	–	–
Итого			–	–	–	72	–	–
Технологии физкультурно-спортивной деятельности (модуль «Оздоровительное плавание»)	Контактная работа	лекции	14	–	–	–	–	–
		практика	14	–	–	–	–	–
	Самостоятельная работа		53	–	–	–	–	–
	Контроль		25	–	–	–	–	–
Итого			108	–	–	–	–	–
<i>Часть плана, формируемая участниками образовательных отношений</i>								
Гидрореабилитация	Контактная работа	лекции	–	–	–	–	20	–
		практика	–	–	–	–	22	–
	Самостоятельная работа		–	–	–	–	58	–
	Контроль		–	–	–	–	8	–
Итого			–	–	–	108	–	
<i>Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту</i>								
Модуль «Плавание» / «Адаптивное плавание»	Контактная работа	лекции	–	–	–	–	–	–
		практика	–	–	–	50	44	–
	Самостоятельная работа		–	–	–	–	44	–
	Контроль		–	–	–	–	4	–
Итого			–	–	–	50	92	–
<i>Дисциплины (модули) по выбору</i>								
Технологии гидрореабилитации	Контактная работа	лекции	–	–	–	–	–	38
		практика	–	–	–	–	–	56
	Самостоятельная работа		–	–	–	–	–	95
	Контроль		–	–	–	–	–	27
Итого			–	–	–	–	216	
Основы гидрореабилитации	Контактная работа	лекции	–	–	–	–	–	38
		практика	–	–	–	–	–	56
	Самостоятельная работа		–	–	–	–	–	95
	Контроль		–	–	–	–	–	27
Итого			–	–	–	–	216	
<b>ИТОГО:</b> дисциплины плавания (спортивное, адаптивное, оздоровительное) и гидрореабилитации	Контактная работа	лекции	24	16	6	–	26	84
		практика	36	62	66	122	116	192
	Самостоятельная работа		93	39	72	–	150	234
	<b>ИТОГО</b>			180	144	144	122	308

\* 1 – ФГБОУ ВО «УралГУФК»

2 – ФГБОУ ВО «Поволжский ГУФКСИТ»

3 – ФГБОУ ВО КГУФКСТ

4 – ФГБОУ ВО «СГУС»

5 – ФГБОУ ВО СибГУФК

6 – НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург



В рамках элективной дисциплины по физической культуре и спорту в Смоленском и Сибирском университетах реализуется модуль «Адаптивное плавание».

Таким образом, представляется возможным формирование дополнительных компетенций при реализации индивидуальных образовательных траекторий за счет модулей элективных дисциплин по физической культуре и дисциплин по выбору в рамках учебного плана направления подготовки «Адаптивная физическая культура» (физическая реабилитация).

В процессе изучения научно-методических источников и практического опыта работы тренеров по плаванию было установлено, что для ознакомления со свойствами воды, формирования предварительного представления о технике плавания и разучивания основ различных способов плавания необходимо не менее 36 часов практических занятий [4]. Однако для закрепления и совершенствования техники плавания спортивными стилями (кроль на груди, кроль на спине, брасс, баттерфляй) требуется значительно больше времени – от 136 до 200 часов [5, 6, 7].

В процессе педагогического наблюдения установлено, что 15% студентов, поступивших на первый курс, не умеют уверенно держаться на воде, еще 20% умеют плавать только самобытными способами. Следует отметить, что среди девушек процент не умеющих плавать заметно выше – 24%. Регистрируется низкий уровень общей и прикладной плавательной подготовленности студентов первого курса. С нормативом ВФСК «ГТО» не справляются 25% девушек и 42% юношей. Полученные нами данные сопоставимы с результатами исследований, полученными другими специалистами [8, 9].

Результаты анкетирования и интервьюирования студентов показали, что они различают между собой понятия «умею плавать» и «умею держаться на воде». Кроме того, выявлено, что 32% опрошенных не умеют плавать, при этом 92% из них выразили желание научиться плавать с использованием спортивных стилей («как спортсмен», «кролем», «дельфином»). Значительная часть студентов (75%) выразила желание получить дополнительные знания и практический опыт в тренерской деятельности в адаптивном спорте. Особое внимание было уделено предпочтениям относительно конкретных видов адаптивного спорта. Большинство студентов – 45% – проявили интерес к адаптивному плаванию, 35% студентов проявили интерес к адаптивной легкой атлетике, 15% – к силовым видам, остальные 5% – к другим видам адаптивного спорта. Это указывает на высокий уровень заинтересованности студентов в формировании дополнительных компетенций, связанных с тренерской деятельностью в адаптивном плавании и легкой атлетике.

В то же время для формирования у студентов дополнительных профессиональных компетенций предусмотрено формирование следующих способностей: «Способен планировать и проводить мероприятия (занятия) по физкультурно-спортивному воспитанию и подготовке по виду адаптивного спорта детей и взрослых с ограниченными возможностями здоровья, в том числе инвалидов (далее – ОВЗИ), с учетом современных концепций воспитания и инклюзивного подхода»; «Способен обеспечивать контроль результатов занятий по физкультурно-спортивному воспитанию и подготовке по виду

адаптивного спорта детей и взрослых с ОВЗИ с целью коррекции разработанных планов».

Для осуществления деятельности по подготовке спортсменов в адаптивном спорте (адаптивное плавание) на различных этапах спортивной подготовки необходимо сочетание теоретических знаний, полученных на основе изучения: теории и методики физической культуры; теории и организации адаптивной физической культуры; базовых видов двигательной деятельности (плавание); адаптивного плавания; теории и методики предотвращения несчастных случаев на воде и практических навыков, которые закрепляются на занятиях в плавательном бассейне. Однако для эффективного освоения знаний, овладения умениями и получения практического опыта студенты должны иметь высокий уровень собственной плавательной подготовленности, так как это обеспечит им лучшее усвоение теоретического и практического материала.

### Выводы

1. Дефицит квалифицированных тренеров в адаптивном спорте, в частности в адаптивном плавании, является актуальной проблемой. Специалисты, работающие в адаптивной физической культуре, не владеют необходимыми прикладными умениями и навыками. Для решения данной проблемы необходимо разрабатывать и реализовывать образовательные программы, позволяющие увеличить количество квалифицированных тренеров в адаптивном спорте.

2. Выявлено, что во всех университетах физкультурного профиля реализуются дисциплины плавания, однако определено отсутствие единого подхода при распределении учебной нагрузки, выделяемой на дисциплины базовых видов спорта (плавания), адаптивного плавания и гидрореабилитации. Данное обстоятельство на сегодняшний момент не позволяет сформировать у студентов необходимые профессиональные компетенции для получения дополнительной квалификации «Тренер адаптивного спорта (плавание)» без увеличения объема теоретической и практической подготовки.

3. Учитывая возможность получения обучающимися одновременно нескольких квалификаций, очевидно, при разработке образовательных программ необходимо вносить существенные коррективы в образовательный процесс студентов направления 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)». Эти коррективы должны быть ориентированы на повышение уровня общей и прикладной плавательной подготовленности, а также на развитие профессиональных компетенций в области адаптивного спорта (плавание).

4. В качестве варианта оптимизации учебного процесса, с целью формирования дополнительных профессиональных компетенций в области адаптивного плавания у студентов по профилю подготовки «Физическая реабилитация» направления «Адаптивная физическая культура» предлагается использование индивидуальных образовательных траекторий, дополнив учебный план дисциплинами по выбору: «Теория и методика базовых видов двигательной деятельности (плавание)», «Адаптивное плавание» и «Теория и методика предотвращения несчастных случаев на воде».



### Литература

1. Постановление Совета Федерации Федерального собрания РФ от 23.12.2022 № 728-СФ «О развитии науки и высшего образования в новых условиях» [Электронный ресурс] / Совет Федерации Федерального Собрания Российской Федерации: [официальный сайт]. – Москва. – 2023. – URL: <http://council.gov.ru/activity/documents/141585/> (дата обращения: 24.03.2023).
2. Степанова, И.Н. Здоровьесберегающая концепция в рамках системы образования / И.Н. Степанова. – [Электронный ресурс] // Педагогическое мастерство и педагогические технологии. – 2016. – № 3 (9). – С. 40–42. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=26598000> (дата обращения: 25.05.2023).
3. Статистическая информация по форме № 3 АФК «Сводные отчеты». – [Электронный ресурс] // Министерство спорта Российской Федерации [официальный сайт]. – Москва. – 2023. – URL: <http://www.minsport.gov.ru/sport/paralympic/42/28346/> (дата обращения: 11.07.2023).
4. Примерная рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» (модуль «Плавание») для образовательных организаций, реализующих образовательные программы начального общего и основного общего образования, включающая 36-часовую программу обучения плаванию. – [Электронный ресурс] // Реестр примерных основных образовательных программ: [официальный сайт]. – URL: <https://fgosreestr.ru/oor/plavanie-1-11> (дата обращения: 24.03.2023).
5. Ретроспективный анализ основных программных документов по обучению плаванию учащихся общеобразовательных школ современной России / О.Ю. Савельева, Т.М. Воеводина, В.Ю. Карпов, Е.Д. Бакулина [официальный сайт] // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2016. – № 10 (140). – С. 144–150.
6. Прикладная физическая культура как резерв формирования плавательных умений у бакалавров-педагогов физкультурного вуза / О.Ю. Савельева, В.Ю. Карпов, Т.М. Воеводина [и др.] // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2018. – № 1 (155). – С. 196–200.
7. Распопова, Е.А. Методика формирования устойчивого навыка плавания на основе использования средств водных видов / Е.А. Распопова, Ю.А. Постольник // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – 2016. – Т. 11. – № 1. – С. 57–63.
8. Бакшанский А.Р. Сравнительный анализ плавательной подготовленности студентов факультета физической культуры / А.Р. Бакшанский. – [Электронный ресурс] // ADVANCED SCIENCE: сборник статей XVI Международной научно-практической конференции, Пенза, 12 апреля 2021 года. – Пенза: Наука и Просвещение. – 2021. – С. 87–89. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=45688834> (дата обращения: 25.05.2023).
9. Александров А.Ю. Мнения специалистов о плавательной подготовленности студентов вузов России и ближнего зарубежья / А.Ю. Александров, А.М. Грошев. – [Электронный ресурс] // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2022. – № 8 (210). – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/mneniya-spetsialistov-o-plavatelnoy-podgotovlennosti-studentov-vuzov-rossii-i-blizhnego-zarubezhya> (дата обращения: 27.01.2023).

### References

1. Council of the Federation of the Federal Assembly of the Russian Federation (2022), *Resolution of the Council of the Federation of the Federal Assembly of the Russian Federation of December 23, 2022 No. 728-SF "On the Development of Science and Higher Education in New Conditions"* [Online], Moscow, Retrieved from <http://council.gov.ru/activity/documents/141585/> (access date: March 24, 2023).
2. Stepanova, I.N. (2016), Health-saving concept within the education system, *Pedagogicheskoe masterstvo i pedagogicheskie tehnologii*, no. 3, (9), pp. 40–42.
3. Ministry of Sports of the Russian Federation (2023), *Statistical Information on Form No. 3 AFC – Consolidated Reports* [Online], Available at: <http://www.minsport.gov.ru/sport/paralympic/42/28346/> (access date: 11<sup>th</sup> July 2023).
4. Anisimova, M.V., Gorin, I.V., Popov, O.I. and Salakhutdinov, R.N. (2020), *Approximate work program of the educational subject "Physical Culture" (module "Swimming") for educational organizations implementing educational programs of primary and basic general education, including a 36-hour swimming training program*, In: V.V. Salnikov and N.S. Fedchenko (eds.) Federal Center for Organizational and Methodological Support of Physical Education [Online], Available at: <https://fgosreestr.ru/oor/plavanie-1-11> (access date: 24 March 2023).
5. Savelyeva, O.Yu., Voevodina, T.M., Karpov, V.Yu. and Bakulina, E.D. (2016), Retrospective analysis of the main program documents on teaching swimming to students in secondary schools in modern Russia / O.Yu. Savelyeva, T.M. Voevodina, V.Yu. Karpov, E.D. Bakulina, *Uchyonnye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta*, no. 10 (140), pp. 144–150.
6. Savelyeva, O.Yu., Karpov, V.Yu., Voevodina, T.M., Sharagin, V.I. and Shakirov, M.R. (2018), Applied physical culture as a reserve for the formation of swimming skills among bachelor teachers of a physical education university, *Uchyonnye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta*, no. 1 (155), pp. 196–200.
7. Raspopova, E.A. and Postolnik, Yu.A. (2016), Methodology for the formation of a sustainable swimming skill based on the use of aquatic species, *Pedagogiko-psikhologicheskie i mediko-biologicheskie problemy fizicheskoy kul'tury i sporta*, vol. 11, no. 1, pp. 57–63.
8. Bakshanskiy, A.R. (2021), Comparative analysis of swimming proficiency of students of the Faculty of Physical Education, In: *ADVANCED SCIENCE: Proceedings of the 16th International Scientific and Practical Conference. Penza, April 12, 2021*, Penza: Nauka i Prosveshchenie, pp. 87–89.
9. Aleksandrov, A.Yu. and Groshov, A.M. (2022), Opinions of specialists on the swimming training of university students in Russia and neighboring countries, *Uchyonnye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta*, no. 8 (210), Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/mneniya-spetsialistov-o-plavatelnoy-podgotovlennosti-studentov-vuzov-rossii-i-blizhnego-zarubezhya> (access date: 27 January 2023).

