

ISSN 2414-0244

Научно-периодический журнал «Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта». - 2018. - № 1 (8). - С. 27-38

Раздел. Педагогические и социально-философские вопросы духовной и физической культуры

Semenyakina E.M., Dylkina T. V., Frolov M. I. 2018. Methodology of elementary education of students in conditions of a deep-water basin. Health, Physical Culture and Sports, 1 (8), pp. 27-38 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>

УДК 796.011

Методика начального обучения студентов в условиях глубоководного бассейна

Елена Михайловна Семенякина, ст.преподаватель кафедры физического воспитания, Алтайский государственный университет, г. Барнаул, Россия. E-mail: Semenyakina87@mail.ru

Татьяна Викторовна Дылкина, ст.преподаватель кафедры физического воспитания, Алтайский государственный университет, г. Барнаул, Россия. E-mail: tdylkina@mail.ru

Михаил Иванович Фролов, ст.преподаватель кафедры спортивных игр, Алтайский государственный педагогический университет, г.Барнаул, Россия. E-mail: olga_frolova_56@mail.ru

Аннотация. Плавание как учебный предмет – одна из важнейших дисциплин курса физического воспитания в высших учебных заведениях. Однако не всегда содержание обучения, по этому предмету находится в соответствии с современной теорией плавания.

Следует цитировать / Citation:

Ботагариев Т. А., Кубиева С. С., Федоров А. И. Исследование влияния применения электронного пособия по предмету «физическое воспитание» в вузе на эффективность овладения материалом / Научно-периодический журнал // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. – 2018. – №1(8). – С. 27-38. URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>

Semenyakina E.M., Dylkina T. V., Frolov M. I. 2018. Methodology of elementary education of students in conditions of a deep-water basin. Health, Physical Culture and Sports, 1 (8), pp. 27-38 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>

Поступило в редакцию / Submitted 29.01.2018

Принято к публикации / Accepted 24.02.2018

Раздел. Педагогические и социально-философские вопросы духовной и физической культуры

Semenyakina E.M., Dylkina T. V., Frolov M. I. 2018. Methodology of elementary education of students in conditions of a deep-water basin. Health, Physical Culture and Sports, 1 (8), pp. 27-38 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>

Непрерывно совершенствуются формы и методы преподавания, систематизируются упражнения в плавании, изучается техника спортивных способов плавания, стартов и поворотов ведущих пловцов планеты. Общеизвестно, что основы техники движений закладываются в детском возрасте. Эффективность процесса обучения во многом зависит от совпадения с естественным ритмом развития моторики. Реализация возможностей организма наиболее успешна в том случае, когда генетически обусловленная программа развития совпадает с программой обучения. Обучение плаванию определяется многими факторами: возрастом обучаемых, целью и задачей курса обучения, методикой преподавания и условиями проведения занятий, а также продолжительностью обучения на воде. Большое значение для дальнейшего расширения возможностей применения средств плавания, в практике работы со студентами, имеет оптимизация преподавания этой дисциплины. Так, например, включение в учебный процесс новых методик проведения занятий. Некоторую сложность для преподавателей вузов представляет организация занятий со студентами не умеющими плавать в условиях глубоководного бассейна. При прохождении курса плавания студентами не умеющими плавать в условиях глубоководного бассейна особую остроту приобретает проблема практического освоения двигательных навыков. Эти студенты требуют к себе внимание и особой методики обучения плаванию. Поиск рациональных путей начальному обучению плаванию студентов не умеющих плавать в условиях глубоководного бассейна обозначил направление и тему нашего исследования. Цель исследования заключается в совершенствовании методики начального обучения плаванию студентов не умеющих плавать в условиях глубоководного бассейна на основе рационального соотношения средств и методических приемов. В статье представлена методика начального обучения плавания студентов не умеющих плавать. рассматриваются вопросы организации и построения процесса начального обучения плаванию студентов не умеющих плавать в условиях глубоководного бассейна. Выделяются ключевые аспекты начального обучения плаванию. Описываются методические приемы обучения, логическая последовательность подготовительных упражнений для освоения с водой.

Ключевые слова: методика начального обучения; студенты; подготовительные упражнения; дыхание; всплытие; скольжение.

Semenyakina E.M., Dylkina T. V., Frolov M. I. 2018. Methodology of elementary education of students in conditions of a deep-water basin. Health, Physical Culture and Sports, 1 (8), pp. 27-38 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>

Methodology of elementary education of students in conditions of a deep-water basin

Semenyakina Elena Mikhajlovna, lecturer of department of physical education, Altaian State University, Barnaul, Russia

E - mail: Semenyakina87@mail.ru

Dylkina Татьяна Victorovna, lecturer of department of physical education, Altaian State University, Barnaul, Russia

E - mail: tdylkina@mail.ru

Frolov Mikhail Ivanovich, lecturer of department sporting games, Altaian State Pedagogical University. Barnaul, Russia

E - mail: olga_frolova_56@mail.ru

Abstract. Swimming as a school subject, one of the most important disciplines of the course of physical education in higher education institutions. However, the training content on this subject is in accordance with modern theory of swimming. Constantly improving forms and methods of teaching, sistematizirovat exercise in swimming, technique is taught in a sporting methods of swimming, starts and turns leading swimmers of a planet. It is well known that the foundations of the technique of movements is developed in childhood. The effectiveness of the learning process depends on the coincidence with the natural rhythm of the development of motor skills. The implementation capacity of the organism is most successful in the case where the genetically determined program of development coincides with the training program. Learning to swim is determined by many factors: age of the trainees, purpose of training, methods of teaching and conditions of work and duration of training on the water. Of great importance for further expansion of possibilities of use of means of navigation, in practice, work with students, is to optimize the teaching of this discipline. For example, the inclusion in the learning process of new techniques of training. Some difficulty for academics is the organization of lessons with students who could not swim in the conditions . the deep pool. During the course of the voyage, students who cannot swim in the deep pool of conditions special sharpness is got by a problem of practical development of motor skills. These students require the attention and special methods of teaching

Раздел. Педагогические и социально-философские вопросы духовной и физической культуры

Semenyakina E.M., Dylkina T. V., Frolov M. I. 2018. Methodology of elementary education of students in conditions of a deep-water basin. Health, Physical Culture and Sports, 1 (8), pp. 27-38 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>

swimming. The search for rational ways initial swimming training of students who could not swim.. in terms of the deep pool. outlined the direction and theme of our research. The purpose of the study is to improve the methodology of primary teaching swimming students who cannot swim in a deep swimming pool on the basis of the rational relation of means and instructional techniques. The article presents methodology of elementary education swimming students who could not swim. deals with the organization and build the initial process of swimming training of students who could not swim. in terms of the deep pool. The author highlights the key aspects of primary teaching swimming. Describes methods of training a logical sequence of preparatory exercises for mastering the water.

Key words: methodology of primary education, students who cannot swim, preparatory exercises, breathing, floating, lying, slide.

Плавание - жизненно важный навык одно из основных средств всестороннего развития человека. Занятия плаванием повышает уровень здоровья студентов [1].

Умение самостоятельно держаться на воде и перемещаться в нужном направлении необходимо для детей и взрослых, для людей многих профессий. Тот, кто не умеет плавать, не только находится в постоянной опасности при встрече с водой, ему недоступно целебное действие природных факторов - воздуха и воды. Плавание оказывает положительное влияние на сердечно - сосудистую и центральную нервную системы, способствует улучшению осанки, закаливает организм [2]. Обучение плаванию определяется многими факторами: возрастом обучаемых, целью и задачей курса обучения, методикой преподавания и условиями проведения занятий, а также продолжительностью обучения на воде [3].

Раздел «Плавание» обязательный в программе по физическому воспитанию в вузах. Занятия проходят в форме учебных занятий (обязательных и факультативных).

Оценка усвоения теоретического и практического учебного материала проводится по выполнению установленных в программе контрольных требований и нормативов при условии регулярного посещения занятий.

Проблема практического освоения двигательных навыков возникает при прохождении курса плавания студентами не умеющими плавать. Занятия по плаванию со студентами в не физкультурном вузе проводят преподаватели

Раздел. Педагогические и социально-философские вопросы духовной и физической культуры

Semenyakina E.M., Dylkina T. V., Frolov M. I. 2018. Methodology of elementary education of students in conditions of a deep-water basin. Health, Physical Culture and Sports, 1 (8), pp. 27-38 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>

разных спортивных специализаций, которые испытывают затруднения при подборе средств, выборе методов и методических приемов обучения, со студентами не умеющими плавать.

Поиск рациональных путей начальному обучению плаванию студентов не умеющих плавать в условиях глубоководного бассейна приобретает в настоящее время особую остроту. Существуют попытки разработать инновационные методы дифференциации спортивного обучения плаванию студентов в вузах [4], педагоги постоянно работают над вопросом совершенствования процесса оздоровительного плавания студентов [5], учитывая специфические особенности формирования двигательных навыков [6], мотивацию [7], факторы физкультурно-спортивной активности студенческой молодежи [8].

Полевые и педагогические практики, комплексные экспедиции, постоянный контакт с детьми в условиях лагерей отдыха и туристических походах требует от студентов умения плавать, делают его необходимым профессиональным навыком.

Несмотря на большое количество работ, посвященных обучению плаванию различного возрастного контингента [9], методике начального обучения студентов, в том числе в условиях глубоководного бассейна, не уделяется должного внимания [10].

Актуальность темы исследования обусловлена тем, что по многолетним наблюдениям в начале каждого учебного года мы встречаем большое количество плохо плавающих студентов или не умеющих плавать. Эти студенты требуют к себе внимание и особой методики обучения плаванию. Можно учитывать, что эта методика может быть схожа с начальным обучением плаванию детей 5-7 лет в условиях глубоководного бассейна [4].

При обучении плаванию взрослых возникают сложности, которых нет при обучении детей: физиологические особенности взрослого организма и психологические проблемы, возникающие при попадании в водную среду [2]. Применение при обучении плаванию данной категории людей обычной методики, как показывает практика, малоэффективна, т.к. глубина арендуемого ВУЗОМ бассейна не позволяет реализовать программу обучения плаванию студентов не умеющих плавать без специальной методики начального обучения плавания студентов не умеющих плавать.

Semenyakina E.M., Dylkina T. V., Frolov M. I. 2018. Methodology of elementary education of students in conditions of a deep-water basin. Health, Physical Culture and Sports, 1 (8), pp. 27-38 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>

Цель исследования заключается в совершенствовании методики начального обучения плаванию студентов не умеющих плавать в условиях глубокого плавательного бассейна на основе рационального соотношения средств и методических приемов.

При этом решались следующие **задачи**: изучить опыт работы по обучению студентов плаванию, выявить особенности при обучении студентов не умеющих плавать и разработать методику начального обучения плаванию студентов не умеющих плавать.

Научная новизна исследования заключается в том, что:

разработана методика начального обучения плаванию студентов не умеющих плавать в условиях глубокого плавательного бассейна, способствующая быстрейшему освоению плавательного навыка;

В исследованиях, проводившихся на протяжении 2016–2017 учебного года, приняло участие 18 студентов 1,2 курса Экономического и Географического факультета АлтГУ, курс обучения - один семестр (16- 18 занятий,) два раза в неделю (10 минут «сухого плавания», 30 минут на воде),

Методы исследования: обзор и анализ научно-методической литературы, анализ учебного процесса обучения плаванию студентов, обобщение авторского опыта обучения плаванию детей и взрослых, педагогическое наблюдение, опрос, логическое моделирование.

Методология обучения плаванию является одним из наиболее разработанных разделов теории плавания. Традиционно сформировавшаяся и применяемая методика обучения адаптируется и совершенствуется с учетом обучающегося контингента [12].

Однако практически отсутствуют данные методики начального обучения плаванию студентов не умеющих плавать в условиях глубокого плавательного бассейна

Проблеме совершенствования методики обучения плаванию во всех ее аспектах уделялось и уделяется в настоящее время большое внимание

В практической деятельности руководствуются положением, что под не умеющими плавать следует понимать тех, кто не может держаться на воде [4].

Навык плавания - это процесс формирования нового типа взаимодействия нервных центров и мышечных групп в условиях безопорного положения тела. Применение упражнений на расслабление в начале обучения ускоряет овладение навыком плавания, положительно влияет на исправление

Semenyakina E.M., Dylkina T. V., Frolov M. I. 2018. Methodology of elementary education of students in conditions of a deep-water basin. Health, Physical Culture and Sports, 1 (8), pp. 27-38 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>

ошибок и при совершенствовании техники движений. Умение регулировать нервно-мышечное напряжение и расслаблять мышцы в плавательных движениях имеет прямую связь с наличием «чувства воды», под которым подразумевается способность занимающихся ощущать изменение сопротивления воды [4]. Навыки плавания могут успешно формироваться и в возрасте 16-18 лет. На небольшой глубине они формируются быстрее, чем на большой. У юношей на глубокой воде это происходит раньше, чем у девушек, причем лучше на спине, чем всеми способами одновременно, которые требуют значительного времени на их овладение. Адаптация также происходит по разному при обучении плаванию на начальном этапе [13].

Изучив научно-исследовательские работы по проблемам обучения плаванию на глубокой, открытой воде, а также обобщив отечественный и зарубежный опыт тренеров-практиков, мы пришли к выводу, что существующие методики и программы обучения в данной области представлены для детей. Методики начального обучения плаванию студентов не умеющих плавать в условиях глубокого плавательного бассейна практически отсутствуют.

В связи с чем, нами была разработана методика начального обучения плаванию в условиях глубоководного бассейна студентов не умеющих плавать, которая доказала свою эффективность и результативность.

Процесс обучения плаванию студентов не умеющие плавать, должен состоять из двух основных видов: начального обучения и обучения спортивным способам плавания.

Начальное обучение предусматривает овладение комплексом подготовительных упражнений для освоения с водой. Большое количество подготовительных упражнений в процессе начального обучения плаванию создает благоприятную основу для дальнейшего обучения. Подготовительные упражнения позволяют постепенно увеличивать сложность упражнений. Например, сначала на суше, потом на воде, потом в движении [14].

Большое количество подготовительных упражнений делают уроки плавания более разнообразными, а процесс обучения более интересным. Освоение простейших движений приносит моральное удовлетворение обучающимся, воспитывает уверенность в своих силах, что особенно важно на первых уроках по начальному обучению. Подготовительные упражнения для освоения с водой помогают преодолеть чувство страха перед водой, научиться

Раздел. Педагогические и социально-философские вопросы духовной и физической культуры

Semenyakina E.M., Dylkina T. V., Frolov M. I. 2018. Methodology of elementary education of students in conditions of a deep-water basin. Health, Physical Culture and Sports, 1 (8), pp. 27-38 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>

принимать в воде горизонтальное положение и выполнять простейшие движения.

К подготовительным упражнениям относят упражнения на суше и упражнения для освоения с водой. Подготовительные упражнения для освоения с водой изучаются в такой последовательности: элементарные движения рук и ног, имитация работы ног передвижения по дну, погружения, упражнения для дыхания, всплывания, лежания, скольжения.

Результаты исследования. Методика начального обучения плаванию студентов не умеющих плавать включает: имитацию технических элементов на суше, методику адаптации к водной среде с обучением особенностей дыхания в воде, усвоения навыков лежания и скольжения на воде. Предложенный алгоритм способствует систематизации, уточнению и использованию ранее разработанных методик и компонента технологии обучения плаванию. Осмысленный индивидуальный подбор средств обеспечивает целенаправленность процесса и сокращает время обучения студентов, не умеющих плавать.

Итоги обучения всех студентов показали, эффективность и результативность методики начального обучения плаванию студентов не умеющих плавать через формирования навыков лежания и скольжения на воде и готовности перейти к следующему этапу обучения - облегченным способам плавания

Перспектива дальнейшего исследования. Совершенствования методики обучения облегченным способам плавания студентов, не умеющих плавать.

Библиографический список

1. Цеслицка М. З. Занятия плаванием в повышении уровня здоровья студентов // ППМБПФВС. - 2013. - №12. URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/zanyatiya-plavaniem-v-povyshenii-urovnya-zdorovya-studentov> (дата обращения: 26.01.2018).
2. Баламутов Н. М., Шейка Л. В., Олейников И. П. Оздоровительная тренировка по плаванию для студентов гуманитарных вузов // ППМБПФВС. - 2007. - №2. URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/ozdorovitel'naya-trenirovka-po-plavaniyu-dlya-studentov-gumanitarnyh-vuzov> (дата обращения: 26.01.2018).

Раздел. Педагогические и социально-философские вопросы духовной и физической культуры

Semenyakina E.M., Dylkina T. V., Frolov M. I. 2018. Methodology of elementary education of students in conditions of a deep-water basin. Health, Physical Culture and Sports, 1 (8), pp. 27-38 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>

3. Савельева Ольга Юрьевна Контроль теоретической подготовленности студентов по дисциплине «Теория и методика плавания» // Известия ТулГУ. Физическая культура. Спорт. - 2015. - №2. URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/kontrol-teoreticheskoy-podgotovlennosti-studentov-po-distsipline-teoriya-i-metodika-plavaniya> (дата обращения: 26.01.2018).

4. Андрианов А. К. Инновационные методы дифференциации спортивного обучения плаванию студентов в вузах // Социально-экономические явления и процессы. - 2012. - №1. URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/innovatsionnye-metody-differentsiatsii-sportivnogo-obucheniya-plavaniyu-studentov-v-vuzah> (дата обращения: 26.01.2018).

5. Химич Игорь Юрьевич Совершенствование процесса оздоровительного плавания студентов технических вузов // ППМБПФВС. - 2010. - №1. URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/sovershenstvovanie-protsesta-ozdorovitel'nogo> (дата обращения: 26.01.2018).

6. Раевский Д. А. Специфические особенности формирования двигательных навыков у студентов при освоении техники спортивных способов плавания // Новые исследования. - 2012.- №3 (32). URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/spetsificheskie-osobennosti-formirovaniya-dvigatelnyh-navykov-u-studentov-pri-osvoenii-tehniki-sportivnyh-sposobov-plavaniya> (дата обращения: 26.01.2018).

7. Romanowska-tołoczko Anna , Marks Mirosława , Tomczak Rafał Achievement motivation and self-esteem of students practising swimming in sport sections of AZS (Academic sport Association) at universities in Wrocław // ППМБПФВС. 2007. - №10. URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/achievement-motivation-and-self-esteem-of-students-practising-swimming-in-sport-sections-of-azs-academic-sport-association-at-universities> (дата обращения: 26.01.2018).

8. Химич Игорь Юрьевич Физкультурно-спортивная активность студенческой молодежи и определяющие ее факторы // ППМБПФВС. - 2010. - №3. URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/fizkulturno-sportivnaya-aktivnost-studencheskoy-molodezhi-i-opredelyayushie-ee-factory> (дата обращения: 27.01.2018).

9. Томашевская О. Б. Историография проблемы начального обучения плаванию // Вестник Балтийского федерального университета им. И. Канта. Серия: Филология, педагогика, психология. - 2012. - №11. URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/istoriografiya-problemy-nachalnogo-obucheniya> (дата обращения: 28.01.2018).

Раздел. Педагогические и социально-философские вопросы духовной и физической культуры

Semenyakina E.M., Dylkina T. V., Frolov M. I. 2018. Methodology of elementary education of students in conditions of a deep-water basin. Health, Physical Culture and Sports, 1 (8), pp. 27-38 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>

10. Перепелица Е.Е. Особенности обучения плаванию на глубокой воде // Современные проблемы физической культуры и спорта: Материалы IV научной конференции молодых ученых Дальнего Востока – Хабаровск ДВГАФК, 2001. –с. 43-45

11. Волосковая Г. В., Дьячков Д. В., Максимова С. А., Полунькова И. С., Лукашов П. А. Особенности начального обучения плаванию детей 5-7 лет в условиях глубоководного бассейна // Ученые записки университета Лесгафта. - 2015. - №1 (119). URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-nachalnogo-obucheniya-plavaniyu-detey-5-7-let-v-usloviyah-glubokovodnogo-basseyna> (дата обращения: 29.01.2018).

12. Будка Е. В., Ефимова И. В., Ковалев Н. К. Влияние занятий плаванием на физическую подготовленность и адаптационные возможности студентов, // Новые исследования. - 2009. - №4 (21). URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-zanyatiy-plavaniem-na-fizicheskuyu-podgotovlennost-i-adaptatsionnye-vozmozhnosti-studentov> (дата обращения: 29.01.2018).

13. Туркин Ю. К. Адаптационно-методические принципы при обучении плаванию на начальном этапе // Известия МГТУ. - 2011. - №1. URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/adaptatsionno-metodicheskie-printsipy-pri-obuchanii-plavaniyu-na-nachalnom-etape> (дата обращения: 29.01.2018).

14. Миргородская Е. В., Котляров А. Д. Методические особенности проведения занятий по плаванию с детьми младшего дошкольного возраста // Человек. Спорт. Медицина. - 2007. - №2 (74). URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/metodicheskie-osobennosti-provedeniya-zanyatiy-po-plavaniyu-s-detmi-mladshego-doshkolnogo-vozrasta> (дата обращения: 29.01.2018).

REFERENCES

1. Tseslitska M. Z. 2013. Zanyatiya plavaniem v povyshenii urovnya zdorov'ya studentov. PPMBPFVS, 12. (In Russian). URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/zanyatiya-plavaniem-v-povyshenii-urovnya-zdorovya-studentov> (Accessed: 26.01.2018).

2. Balamutov N. M., Sheika L. V., Oleinikov I. P. 2007. Ozdorovitel'naya trenirovka po plavaniyu dlya studentov gumanitarnykh vuzov. PPMBPFVS, 2. (In Russian).

Раздел. Педагогические и социально-философские вопросы духовной и физической культуры

Semenyakina E.M., Dylkina T. V., Frolov M. I. 2018. Methodology of elementary education of students in conditions of a deep-water basin. Health, Physical Culture and Sports, 1 (8), pp. 27-38 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>

URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/ozdorovitel'naya-trenirovka-po-plavaniyu-dlya-studentov-gumanitarnyh-vuzov> (Accessed: 26.01.2018).

3. Savel'eva O. Y. 2015. Kontrol' teoreticheskoi podgotovlennosti studentov po distsipline «Teoriya i metodika plavaniya». Izvestiya TulGU. Fizicheskaya kul'tura. Sport, 2. (In Russian). URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/kontrol-teoreticheskoy-podgotovlennosti-studentov-po-distsipline-teoriya-i-metodika-plavaniya> (Accessed: 26.01.2018).

4. Andrianov A. K. 2012. Innovatsionnye metody differentsiatsii sportivnogo obucheniya plavaniyu studentov v vuzakh // Sotsial'no-ekonomicheskie yavleniya i protsessy, 1. (In Russian). URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/innovatsionnye-metody-differentsiatsii-sportivnogo-obucheniya-plavaniyu-studentov-v-vuzah> (Accessed: 26.01.2018).

5. Khimich I. Y. 2010. Sovershenstvovanie protsessa ozdorovitel'nogo plavaniya studentov tekhnicheskikh vuzov. PPMBPFVS, 1. (In Russian). URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/sovershenstvovanie-protsessa-ozdorovitel'nogo> (Accessed: 26.01.2018).

6. Raevskii D. A. 2012. Spetsificheskie osobennosti formirovaniya dvigatel'nykh navykov u studentov pri osvoenii tekhniki sportivnykh sposobov plavaniya // Novye issledovaniya, 3 (32). (In Russian). URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/spetsificheskie-osobennosti-formirovaniya-dvigatel'nykh-navykov-u-studentov-pri-osvoenii-tehniki-sportivnykh-sposobov-plavaniya> (Accessed: 26.01.2018).

7. Romanowska-tołłoczko Anna , Marks Mirosława , Tomczak Rafał. 2007. Achievement motivation and self-esteem of students practising swimming in sport sections of AZS (Academic sport Association) at universities in Wroclaw. ППМБПФВС, 10. (In English). URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/achievement-motivation-and-self-esteem-of-students-practising-swimming-in-sport-sections-of-azs-academic-sport-association-at-universities> (Accessed: 26.01.2018).

8. Khimich I. Y. 2010. Fizkul'turno-sportivnaya aktivnost' studencheskoi molodezhi i opredelyayushchie ee factory. PPMBPFVS, 3. (In Russian). URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/fizkulturno-sportivnaya-aktivnost-studencheskoy-molodezhi-i-opredelyayushchie-ee-factory> (Accessed: 701.2018).

9. Tomashevskaya O. B. 2012. Istoriografiya problemy nachal'nogo obucheniya plavaniyu. Vestnik Baltiiskogo federal'nogo universiteta im. I. Kanta. Seriya: Filologiya, pedagogika, psikhologiya, 11. (In Russian). URL:

Раздел. Педагогические и социально-философские вопросы духовной и физической культуры

Semenyakina E.M., Dylkina T. V., Frolov M. I. 2018. Methodology of elementary education of students in conditions of a deep-water basin. Health, Physical Culture and Sports, 1 (8), pp. 27-38 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>

<http://cyberleninka.ru/article/n/istoriografiya-problemy-nachalnogo-obucheniya> (Accessed: 28.01.2018).

10. Perepelitsa E.E. 2001. Osobennosti obucheniya plavaniyu na glubokoi vode // *Sovremennye problemy fizicheskoi kul'tury i sporta: Materialy IV nauchnoi konferentsii molodykh uchenykh Dal'nego Vostoka*. Khabarovsk DVGAFK, pp. 43-45 (In Russian).

11. Voloskovaya G. V., D'yachkov D. V., Maksimova S. A., Polun'kova I. S., Lukashov P. A. 2015. Osobennosti nachal'nogo obucheniya plavaniyu detei 5-7 let v usloviyakh glubokovodnogo basseina. *Uchenye zapiski universiteta Lesgafta*, 1 (119). (In Russian). URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-nachalnogo-obucheniya-plavaniyu-detey-5-7-let-v-usloviyah-glubokovodnogo-basseyna> (Accessed: 28.01.2018).

12. Budka E. V., Efimova I. V., Kovalev N. K. 2009. Vliyanie zanyatii plavaniem na fizicheskuyu podgotovlennost' i adaptatsionnye vozmozhnosti studentov, // *Novye issledovaniya*, 4 (21). (In Russian). URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-zanyatii-plavaniem-na-fizicheskuyu-podgotovlennost-i-adaptatsionnye-vozmozhnosti-studentov> (Accessed: 28.01.2018).

13. Turkin Yu. K. 2011. Adaptatsionno-metodicheskie printsipy pri obuchenii plavaniyu na nachal'nom etape. *Izvestiya MGTU*, 1. (In Russian). URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/adaptatsionno-metodicheskie-printsipy-pri-obuchenii-plavaniyu-na-nachalnom-etape> (Accessed: 29.01.2018).

14. Mirgorodskaya E. V., Kotlyarov A. D. 2007. Metodicheskie osobennosti provedeniya zanyatii po plavaniyu s det'mi mladshego doshkol'nogo vozrasta // *Chelovek. Sport. Meditsina*, 2 (74). (In Russian). URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/metodicheskie-osobennosti-provedeniya-zanyatii-po-plavaniyu-s-detmi-mladshego-doshkolnogo-vozrasta> (Accessed: 29.01.2018).