Реферат

на тему

**«Создание устойчивого интереса к плаванию у детей школьного возраста»**

|  |  |
| --- | --- |
|  | Выполнил: Кадин Константин Иванович  ОГАУ «Академия плавания»  Белгородская область, г. Старый Оскол |

2025 г.

# Содержание

[Содержание](#_Toc0)

[Введение](#_Toc1)

[Проблема формирования интереса к плаванию](#_Toc2)

[Причины интереса детей к плаванию](#_Toc3)

[Мотивация как ключевой фактор](#_Toc4)

[Экспериментальная программа по обучению плаванию](#_Toc5)

[Результаты внедрения программы](#_Toc6)

[Социальное воздействие на занятия плаванием](#_Toc7)

[Выводы о целесообразности программ](#_Toc8)

[Заключение](#_Toc9)

[Список литературы](#_Toc10)

# Введение

В последние десятилетия плавание стало не только важным элементом физического воспитания, но и неотъемлемой частью здорового образа жизни. В условиях современного общества, где уровень физической активности детей значительно снижается, а время, проведенное за экранами электронных устройств, растет, создание устойчивого интереса к плаванию у детей школьного возраста становится особенно актуальным. Плавание, как вид спорта, обладает множеством преимуществ: оно развивает физическую силу, выносливость, координацию движений, а также способствует формированию навыков безопасного поведения на воде. Однако, несмотря на все эти положительные аспекты, наблюдается тенденция к снижению интереса к занятиям плаванием среди школьников, что подчеркивает необходимость разработки и внедрения эффективных методов и подходов, направленных на формирование и поддержку этого интереса.

В данной работе будет рассмотрена проблема формирования интереса к плаванию у детей школьного возраста, что является основным фокусом нашего исследования. Мы проанализируем причины, по которым дети могут проявлять или не проявлять интерес к этому виду спорта. Важным аспектом нашего исследования станет мотивация, которая играет ключевую роль в привлечении детей к занятиям плаванием. Мы будем рассматривать различные факторы, влияющие на мотивацию, включая социальные, психологические и образовательные аспекты.

Одной из центральных тем работы станет экспериментальная программа по обучению плаванию, которая будет разработана на основе инновационных методов обучения. Мы будем исследовать, как внедрение новых методических приемов и средств физического воспитания может способствовать формированию устойчивого интереса к плаванию. В рамках этой программы мы планируем использовать разнообразные подходы, включая игровые элементы, командные соревнования и индивидуальные тренировки, что позволит сделать занятия плаванием более привлекательными и увлекательными для детей.

Кроме того, в работе будет представлен анализ результатов внедрения экспериментальной программы. Мы будем рассматривать, как изменения в подходах к обучению плаванию влияют на уровень интереса и вовлеченности детей в занятия, а также на их физическую подготовленность и общее состояние здоровья. Важно отметить, что результаты нашего исследования будут подкреплены данными о социальном воздействии на занятия плаванием, что позволит глубже понять, как окружение и поддержка со стороны родителей, учителей и сверстников могут способствовать формированию устойчивого интереса к этому виду спорта.

В заключение, мы подведем итоги нашего исследования и сделаем выводы о целесообразности программ, направленных на формирование интереса к плаванию у детей школьного возраста. Мы надеемся, что результаты нашей работы смогут послужить основой для дальнейших исследований в этой области и помогут разработать эффективные стратегии для повышения привлекательности плавания среди детей, что, в свою очередь, будет способствовать их физическому и психическому развитию, а также формированию здорового образа жизни.

# Проблема формирования интереса к плаванию

Создание устойчивого интереса к плаванию у детей школьного возраста представляет собой сложную задачу, требующую комплексного подхода. Исследования свидетельствуют, что среди наиболее важных факторов, влияющих на интерес детей к плаванию, выделяются как социальные аспекты, так и особенности обучения и тренировочного процесса [1]. Динамика формирования интереса к плаванию у детей зависит от их мотивации, которая, в свою очередь, может быть непосредственно связана с эффективностью образовательных и тренировочных программ [2].

Корректная организация занятий играет ключевую роль в активации интереса. Дети, как правило, более заинтересованы в тех видах спорта, которые дают ощущение успеха, дружелюбную атмосферу и позитивные эмоции [3]. Применение современных методик, включая мультимедийные технологии и игровые элементы, делает занятия более увлекательными и значительно повышает мотивацию. Для успешного формирования интереса к плаванию необходимо учитывать индивидуальные особенности детей,а также вовлечение родителей и создание поддерживающей среды вокруг процесса обучения.

Важным аспектом является гендерное различие в интересах. Исследования показывают, что мальчики, как правило, демонстрируют больший интерес к плаванию, чем девочки [2]. Это может быть связано с различиями в восприятии физической активности и спорта в целом. Для повышения интереса девочек к плаванию тренеры могут использовать такие подходы, как создание групповых упражнений, которые способствуют дружеской атмосфере и взаимной поддержке. Важно позаботиться о том, чтобы каждая девочка чувствовала себя комфортно, поскольку это может существенно повлиять на её желание заниматься плаванием [4].

Также следует рассмотреть влияние окружающей среды и системы поддержки. Эффективная координация между тренерами, родителями и образовательными учреждениями способствует созданию устойчивого интереса у детей. Непрерывное взаимодействие и поддержка со стороны родителей могут повысить мотивацию детей к регулярным занятиям. Исследования показывают, что поддержка семьи является одним из критических факторов, способствующих удержанию детей в спорте на длительный срок [1].

Динамика интереса к плаванию также подвержена изменениям в зависимости от внешних факторов, таких как социальная среда, уровень доступности тренировок и акцент на здоровье и физическую активность в обществе. В условиях повышения осведомленности о значении физической активности для здоровья, формирование устойчивого интереса к плаванию может не только улучшить качество жизни детей, но и положительно сказаться на их общем физическом состоянии [5].

Система тренировок должна включать элементы геймификации и различные формы соревнований, что повысит интерес к процессу. Дети часто проявляют энтузиазм, когда имеется возможность участвовать в соревнованиях, получать признание и видеть свои достижения [3]. Важно, чтобы тренеры разрабатывали индивидуальные программы, учитывающие не только физические, но и психологические потребности детей.

Современные тренды в сфере оздоровления подчеркивают значимость плавания как одного из наиболее полезных видов спорта для детей. Плавание, как вид физической активности, способствует укреплению здоровья, развитию координации и повышению уверенности в себе [5]. Кроме того, занятия плаванием формируют правильную осанку, что является особенно актуальным в условиях современных образовательных систем, где дети проводит много времени за учебой и в статичном положении.

Для формирования устойчивого интереса к плаванию необходимо разрабатывать инновационные образовательные программы, которые учитывают современные тренды, гендерные различия и индивидуальные особенности детей [4]. Это требует не только профессионального подхода со стороны тренеров, но и активного вовлечения семей. Создание сообщества вокруг плавания, активные инициативы и участие в мероприятиях могут играть важную роль в удержании интереса школьников к этому виду спорта.

Обирая на данные аспекты, программы, направленные на формирование интереса к плаванию, могут стать более эффективными и доступными для детей разного возраста, что, в свою очередь, будет способствовать популяризации плавания как важного элемента здорового образа жизни.

# Причины интереса детей к плаванию

Интерес детей к плаванию обуславливается рядом факторов, способствующих их физическому и эмоциональному развитию. Одной из основных причин является физическое развитие организма. Плавание способствует укреплению мышечной системы, улучшению координации движений и формированию правильной осанки. Этот вид активности оказывается особенно полезным для детей, так как он развивает сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную системы [6]. Участие в плавательных занятиях позволяет детям избегать различных проблем, таких как искривление позвоночника, поскольку плавание является высокоэффективным и безопасным способом тренировки.

Заботясь о здоровье и закаливании, плавание также играет важную роль в укреплении иммунной системы. Достижения в плавании ведут к улучшению общего состояния здоровья, что непосредственно влияет на качество жизни ребенка. Способствует формированию здоровых привычек, которые сохраняются в подростковом и взрослом возрасте. Холодная вода, с которой контактируют дети, значительно повышает их устойчивость к различным заболеваниям, улучшает аппетит и качество сна [1]. Плавание становится не только увлекательным занятием, но и элементом оздоровительной практики, что формирует у детей устойчивый интерес к этому виду активности.

Социальные аспекты занятий плаванием также играют важную роль в привлечении детей к этому виду спорта. Занятия в команде или группе создают не только соревновательную атмосферу, но и способствуют развитию социальных навыков, таких как коммуникация и сотрудничество. Дети учатся работать в команде, что положительно сказывается на их социальном взаимодействии [7]. Особенно важно это для детей, которые могут быть стеснительными или испытывающими трудности в общении.

Одним из ключевых аспектов формирования интереса к плаванию у детей является умение тренеров и родителей создать подходящую мотивацию. Плавание может быть не только серьезным, но и интересным занятием, если занятия организованы в игровой форме и с разнообразными задачами. Отзывчивый подход тренера и подход, учитывающий индивидуальные потребности ребенка, могут значительно повысить интерес к занятиям плаванием [8].

Дети часто воспринимают занятия плаванием как игру, что делает обучение более увлекательным и приятным. Использование игровых упражнений и интерактивных подходов может помочь сократить страх и неуверенность детей [3]. Благодаря этому плавательные занятия становятся доступными для более широкого круга детей, что содействует формированию устойчивого интереса к этому виду спорта.

Родители также играют важную роль в формировании интереса к плаванию. Отношение родителей к занятием их ребенка имеет значительное влияние на мотивацию. Если родители активно участвуют в занятиях, показывают положительный пример и поддерживают интерес своего ребенка к плаванию, он скорее всего будет проявлять большую активность и увлеченность [6].

Создание позитивной атмосферы, поощрения и дружелюбия вокруг плавания создает базу для того, чтобы ребенок смог развить стойкий интерес к этому виду физической активности. Например, можно организовать участие всей семьи в плавательных мероприятиях, что создаст дополнительные возможности для общения и укрепления семейных связей [8].

Интерес к плаванию можно сформировать через положительный опыт, который ребенок получает во время занятий. Поэтому комплексный подход, учитывающий как физические, так и эмоциональные аспекты, является необходимым для привлечения детей к этому полезному и увлекательному виду спорта. Успешная интеграция интересов, возможностей и потребностей детей родителей и тренеров создает оптимальные условия для формирования устойчивого интереса к плаванию, что в конечном итоге улучшает физическое и психологическое состояние ребенка в целом.

# Мотивация как ключевой фактор

Мотивация детей к плаванию является важнейшим аспектом для формирования устойчивого интереса к этому виду спорта. Успех в обучении и вовлечении детей в плавание зависит от множества факторов, среди которых личные предпочтения и окружение играют значительную роль. Психологические исследования показывают, что дети склонны копировать поведение взрослых и сверстников, что можно использовать для развития у них интереса к плаванию [9]. Когда ребёнок видит, как кто-то из его окружения преуспевает в плавании или проявляет к нему интерес, он может быть вдохновлён попробовать сам.

Важными моментами в мотивации детей к занятиям плаванием являются возрастные особенности. Согласно статистике, наиболее активные дети в возрасте 7-10 лет втягиваются в спортивные секции и проявляют высокий уровень заинтересованности — до 60% [10]. Однако после 14 лет этот показатель резко падает до 33%, что свидетельствует о необходимости поддержки мотивации в подростковом возрасте. Применение различных методов мотивации, учитывающих возраст и уровень подготовки, помогает поддерживать этот интерес и предотвращает его угасание [11].

Создание комфортной атмосферы для занятий плаванием также имеет немаловажное значение. К сожалению, иногда у детей пропадает интерес из-за давления со стороны родителей, тренеров или сверстников. Важно, чтобы мотивация исходила от самого ребёнка, а не навязывалась извне. Положительная обратная связь и поощрение не только способствуют системе обучения, но и создают положительный опыт, что, в свою очередь, формирует устойчивый интерес к плаванию [12].

Различные методы мотивации могут включать использование игровых элементов в процессе обучения, а также вовлечение детей в дружеские соревнования, где они могут продемонстрировать свои достижения. Социальный фактор, особенно для подростков, становится весомым. Желание принадлежать к группе или команде может увеличить интерес к занятиям плаванием. Поэтому создание комфорта и поддержки в коллективе является ключевым моментом. Родителям стоит внимательно относиться к желаниям своих детей, стараться создавать позитивный подход к занятиям спортом и в частности — к плаванию [13].

Дети учатся через опыт, и поэтому положительная практика и успешные результаты в плавании могут значительно улучшить их желание заниматься этим видом спорта. Методы мотивации следует подбирать индивидуально, чтобы учесть личные особенности каждого ребёнка. Это может быть как ориентирование на успехи других детей, так и создание условий для самосовершенствования. Например, участие в соревнованиях не только развивает интерес, но и способствует целеполаганию, когда ребёнок ставит перед собой конкретные задачи и стремится к их достижению [9].

Устойчивый интерес к плаванию у детей формируется через создание положительных эмоций и успешного опыта. Занятия должны приносить радость и удовлетворение, а участие в групповых активностях всегда будет способствовать укреплению мотивации, особенно в подростковом возрасте. Спорт, как часть общей культуры, также создает социальные связи, которые могут усиливать желание детей заниматься плаванием и другими видами физической активности [10].

Таким образом, устойчивый интерес к плаванию у детей можно формировать, используя подходы, сочетая элементы игры, положительного подкрепления и создания комфортной среды. Это позволяет движениям не только привнести радость и удовольствие, но и развить важные навыки, которые останутся с ребёнком на протяжении всей жизни.

# Экспериментальная программа по обучению плаванию

В рамках разработки экспериментальной программы, направленной на обучение плаванию детей школьного возраста, организован контрольный и экспериментальный этапы. Контрольная группа использовала традиционные методики, тогда как в экспериментальной применялись игровые элементы и дополнительные физические упражнения. Основное внимание было уделено тому, как игровые подходы могут повысить интерес детей к занятиям плаванием и улучшить усвоение техник. Демонстрация на практике показала, что включение игр в занятия способствовало более быстрому освоению плавательных навыков, в то время как стандартная программа часто не обеспечивала желаемых результатов [14].

Сроки проведения эксперимента длились с сентября 2019 года по март 2020 года. В обеих группах занятия проходили по две сессии в неделю, и продолжительность каждой из них составляла 45 минут. Экспериментальная группа занималась по методике, разработанной тренерами, которая подкреплялась теоретическими знаниями о детской психологии и особенностях восприятия материала младшими школьниками [15].

Значимым аспектом программы стало использование игровых элементов, которые не только делали тренировки более увлекательными, но и способствовали улучшению социального взаимодействия между детьми. В процессе игры учащиеся могли развивать командный дух, что в свою очередь повышало мотивацию к занятиям плаванием. Результаты показали, что дети проявляли больший интерес и активно участвовали в упражнениях, когда они выглядели как игры, а не как строгие тренировки. Это подтверждает выводы о необходимости адаптации образовательного процесса под потребности и интересы детей [16].

Параллельно с экспериментом проводилось исследование, направленное на оценку методик, используемых в рамках программы обучения плаванию. Важным моментом стало выявление, что многие ученики не усваивают элементарные плавательные техники, даже после завершения обязательной программы. Итоги исследования подчеркивают необходимость динамического подхода в педагогике, который будет учитывать возрастные особенности, интересы и мотивацию учащихся [17].

Обратная связь от педагогов и родителей также подтвердила, что игровая составляющая занятий положительно сказалась на детях. Родители заметили, что их дети стали более уверенными в воде, лучше понимали правила безопасности и проявляли желание уделять время плаванию не только на занятиях, но и самостоятельно [18]. Важно отметить, что при проведении занятий, направленных на обучение плаванию, необходимо учитывать индивидуальные особенности каждого ребенка, что позволяет избегать травм и страхов, связанных с водой.

На основании полученных результатов можно утверждать, что внедрение игровых элементов в обучение плаванию значительно влияет на формирование устойчивого интереса у детей. Важно, чтобы методики и программы подготовки были гибкими и адаптируемыми, учитывая изменения в интересах и предпочтениях детей. Такой подход позволит не только сформировать навыки плавания, но и развивать у детей любовь к активному отдыху и вниманию к своему здоровью, что в свою очередь может положительно сказаться на их общем развитии [14][15].

Таким образом, экспериментальная программа, внедренная в процессе изучения плавания, подтверждает свою эффективность и открывает новые горизонты в области детского плавания, ориентироваясь на увлеченность и заинтересованность детей в процессе обучения.

# Результаты внедрения программы

Исследование устойчивого интереса к плаванию у детей школьного возраста имеет важное значение для их общего развития. Программа обучения плаванию, предназначенная для детей от 8 до 14 лет, охватывает три года и включает в себя 36 часов занятий в год, что способствует формированию основных навыков плавания и осознанного поведения на воде [19]. Успешное внедрение этих программ демонстрирует возможность достижения высоких результатов в снижении числа несчастных случаев на воде среди детей, что является одной из ключевых целей.

Занятия проводятся два раза в неделю по два часа, что обеспечивает стабильность тренировочного процесса и позволит детям не только развивать физические навыки, но и формировать уверенность в себе [21]. Важным аспектом работы педагогов является создание атмосферы поддержки и непринужденности, что способствует более эффективному усвоению материала. Дети изучают технику плавания, включая кроль на груди, на спине, брасс и баттерфляй, что расширяет их навыки и возможности передвижения в воде [22].

Программы плавания не только ориентированы на обучение техническим аспектам, но и включают в себя различные формы физической активности, что является важным для формирования общего уровня физического развития детей. Данная программа, рекомендованная для обучающихся, включает и дополнительные занятия по физической культуре, что позволяет развивать не только индивидуальные навыки, но и их командные качества [20]. В результате дети получают возможность участвовать в спортивных соревнованиях и достичь высоких результатов в плавании, тем самым повышая свою вовлеченность и интерес к этому виду спорта [23].

Для прививания интереса к плаванию крайне важно сочетание теоретических знаний и практической подготовки, что способствует пониманию детьми необходимости безопасного поведения на воде [20]. Программа направлена на формирование культуры безопасности, которая будет сохраняться на протяжении всей их жизни. Это дает возможность значительно снизить риск несчастных случаев на воде, так как водные навыки, приобретенные в детстве, могут сохраняться на протяжении долгих лет [19].

Методическое обеспечение программы играет не менее важную роль. Учебные планы и план-конспекты занятий разработаны с учетом возрастной специфики и интересов детей, что позволяет поддерживать их мотивацию на высоком уровне [21]. Кроме того, интерес к плаванию можно эффективно стимулировать за счет участия в конкурирующих мероприятиях, где дети смогут продемонстрировать свои достижения и получить положительную оценку от тренеров и родителей.

Создание устойчивого интереса к плаванию также требует включения элементов игры, что делает занятия более увлекательными и менее формальными. Использование игровых методов в процессе обучения позволяет развивать отношения между детьми, формирует групповые навыки и значительно повышает уровень вовлеченности участников [22]. Таким образом, дети не только осваивают технику плавания, но и формируют связи с ровесниками, что важно для их социального развития.

Ключевым моментом является общий подход к формированию интереса к плаванию, который включает в себя не только обучение, но и широкий спектр дополнительных мероприятий, направленных на популяризацию водных видов спорта. Эти мероприятия могут варьироваться от уроков по безопасности на воде до организации семейных спортивных праздников, что создает положительное отношение к плаванию среди детей и их родителей [20].

Внедрение программы плавания требует постоянного мониторинга и корректировки. Оценка результатов, полученных в процессе обучения, позволяет вносить изменения и улучшения. Так, важно учитывать достижения каждого ребенка и адаптировать программу под его личные потребности и интересы, что создает возможность для индивидуального подхода и позволяет каждому ребенку найти свою нишу в занятиях плаванием [23].

Таким образом, создание устойчивого интереса к плаванию у детей школьного возраста – это многогранный процесс, который включает в себя различные аспекты и методы, от материально-технического обеспечения до создания атмосферы комфорта и доверия в группе. Результаты внедрения данной программы подчеркивают необходимость комплексного подхода к обучению, который может значительно повысить уровень вовлеченности и интереса к плаванию среди детей.

# Социальное воздействие на занятия плаванием

Социальное влияние на занятия физической активностью, в том числе плаванием, представляет собой очень важный аспект. В частности, на детей школьного возраста сильно воздействуют мнения, привычки и образ жизни их сверстников, а также примеры, подаваемые взрослыми. Исследования показывают, что желание быть примером для друзей и родных может значительно повысить интерес к занятиям спортом. Это проявляется не только в стремлении к самосовершенствованию, но и в выборе видов активности, таких как плавание, которое с одной стороны имеет множество преимуществ для здоровья, а с другой – формирует положительные социальные связи [24].

Плавание как вид спорта воспринимается молодыми людьми не только как возможность улучшить физическую форму, но и как способ общения и совместного времяпрепровождения. Дети, часто находясь в группе, чувствуют поддержку друг друга, что значительно увеличивает их мотивацию к занятиям. Важно отметить, что в их сознании спортивные достижения значительно уступают важности социальных связей. Например, желание проводить время с друзьями и получать коллективное одобрение выступает более значимым мотивом, чем стремление к победе [25].

Социальные сети и компании могут быть как положительными, так и отрицательными факторами. Участие в плавательных группах или секциях может значительно улучшить социальное окружение ребенка. Однако негативное влияние также возможно, если дети сталкиваются с простыми формами унижения со стороны сверстников, которые могут оказывать давление, искажая их восприятие своего тела и уверенности в себе [26]. Поэтому важно создавать атмосферу поддержки и принятия, в которой каждый ребенок сможет чувствовать себя комфортно и преуспевать в плавании, независимо от его первоначального уровня подготовленности.

Спорт, включая плавание, также символизирует социальное единство и солидарность. На уровне общества спортивные успехи или участие в состязаниях могут способствовать формированию идентичности и патриотизма. Дети, видя успехи своих соратников, могут развивать чувство гордости и принадлежности к команде, что, в свою очередь, может создать устойчивый интерес к занятиям плаванием [27].

Существуют исследования, показывающие, что организация спортивных мероприятий, на которых дети могут участвовать вместе с родителями или под наблюдением тренеров, создает положительный эффект. Такие события способны повысить уровень вовлеченности и интереса к плаванию, а также помогут развить навыки общения и взаимодействия в коллективе [28]. Важно, чтобы тренеры и педагоги осознавали значимость данных социальных механизмов и активно Integrating их в образовательные и тренинговые программы.

Стимулирование интереса к плаванию также неразрывно связано с культурными аспектами. В некоторых странах плавание является неотъемлемой частью национальной культуры, что подчеркивает важность этого вида спорта. Дети, растущие в обществах, где плавание имеет культурную ценность, имеют тенденцию воспринимать занятия плаванием как обязательную часть своего образа жизни. Это сравнение заметно в системах образования, где занятия плаванием укоренены в учебных планах, что также подчеркивает его значимость и благотворное влияние на здоровье [24][27].

Кратко подводя итог, социальное влияние играет ключевую роль в формировании устойчивого интереса к плаванию у детей школьного возраста. Будучи вовлеченными в социальную среду с поддерживающей атмосферой, эти дети имеют больше шансов для развития интереса и усердия в плавании. Необходимо создать условия, которые способствуют развитию этих социальных связей, чтобы способствовать его популяризации и расширению вовлеченности нового поколения в этот вид спорта.

# Выводы о целесообразности программ

Создание устойчивого интереса к плаванию у детей школьного возраста требует продуманного подхода, который включает не только физическое развитие, но и масштабные педагогические аспекты. В числе основных задач таких программ значится укрепление здоровья, овладение плавательной техникой и воспитание чувства безопасности на воде. Успех реализации подобных программ напрямую зависит от мотивации детей, что в свою очередь требует креативных и инклюзивных методик преподавания [17].

Один из факторов, способствующих формированию интереса к плаванию, — это использование игирующих методов обучения. Программа начального обучения плаванию, предложенная К.В. Дылдиной, акцентирует внимание на игровом подходе, что способствует повышению заинтересованности детей в занятиях [30]. Игровая форма не только делает занятия более увлекательными, но и способствует развитию физических навыков через нестандартные задания, что делает процесс обучения более эффективным и естественным для детей [31].

Программы, направленные на обучение плаванию, должны быть адаптированы к возрастным особенностям детей. Например, в результате анализа программ образовательных учреждений, таких как МАОУ «СОШ № 83» в Перми и ГБОУ «СОШ № 612» в Санкт-Петербурге, стало очевидным, что подход, который сочетает обучение на суше и в воде, повышает уровень вовлеченности учащихся. Занятия проводятся на протяжении 72 занятий в течение шести месяцев, что позволяет детям постепенно осваивать необходимые навыки [29].

Использование вспомогательного оборудования также подтверждает свою эффективность в обучении детей 6-7 лет. Такой подход обеспечит безопасное и уверенное взаимодействие с водой, что, в свою очередь, создает комфортную атмосферу для обучения [32]. Разработка программ, таких как «Дельфиненок», который базируется на современных образовательных стандартах, проверяет необходимость профессиональной подготовки инструкторов, что, конечно, имеет большое значение для успешного обучения детей [17].

Ключевым моментом является сочетание обучения плаванию с воспитанием устойчивой мотивации у детей. Ребята должны видеть не только удовольствие от процесса плавания, но и осознавать собственный прогресс, а также его влияние на здоровье и физическое состояние. Поэтому важно, чтобы каждая тренировочная сессия была разнообразной и включала элементы соревнования и игры. Это необходимо для формирования активной позиции школьника, что приведет к росту самостоятельности и ответственности во время занятий [31].

Анализ педагогических методик показывает, что выполнение упражнений с элементами креативности, развитию физической ловкости и подвижности могут эффективно формировать устойчивый интерес к плаванию у детей [17]. Программы, которые ориентируются на создание дружественной и поддерживающей атмосферы, способствуют не только техническому обучению, но и развитию социальных навыков, таких как работа в команде и взаимопомощь, что имеет большое значение для формирования общей культуры плавания [32].

Таким образом, создание устойчивого интереса к плаванию у детей школьного возраста может оказать долгосрочный положительный эффект на их физическое и психическое здоровье. Каждый элемент программы обучения, начиная от игровой методики до использования специализированного оборудования, должен быть тщательно продуман и адаптирован к реальным условиям. Таким образом, программы не только помогут детям развить навыки плавания, но и будут выгодно отличаться своей адаптивностью и инклюзивностью к разнообразию интересов и способностей учащихся [29].

# Заключение

В заключение данной работы можно подвести итоги, касающиеся создания устойчивого интереса к плаванию у детей школьного возраста, а также рассмотреть значимость и перспективы дальнейших исследований в этой области. Плавание, как вид физической активности, не только способствует физическому развитию детей, но и играет важную роль в формировании их личности, укреплении здоровья и социализации. Однако, несмотря на все преимущества, проблема формирования устойчивого интереса к плаванию остается актуальной и требует комплексного подхода.

Анализ причин интереса детей к плаванию показал, что на этот процесс влияют как внутренние, так и внешние факторы. Внутренние факторы включают в себя индивидуальные предпочтения, уровень физической подготовки и личные достижения, в то время как внешние факторы могут быть связаны с окружением, поддержкой со стороны родителей и педагогов, а также доступностью инфраструктуры для занятий плаванием. Важно отметить, что интерес к плаванию у мальчиков, как показал проведенный анализ, выше, чем у девочек. Это подчеркивает необходимость разработки целевых инициатив, направленных на повышение привлекательности плавания для всех детей, независимо от их пола.

Мотивация, как ключевой фактор, играет центральную роль в формировании интереса к плаванию. В ходе работы было выявлено, что использование различных методов мотивации, таких как игровые элементы, соревнования, а также положительное подкрепление, значительно увеличивает вовлеченность детей в занятия плаванием. Экспериментальная программа, разработанная в рамках исследования, включала в себя инновационные методы обучения, которые способствовали не только улучшению техники плавания, но и повышению интереса к этому виду спорта. Результаты внедрения программы показали положительную динамику: дети стали более активно участвовать в занятиях, проявляя интерес и желание развиваться в плавании.

Социальное воздействие на занятия плаванием также не следует недооценивать. Плавание может стать не только индивидуальным видом спорта, но и средством для формирования командного духа, развития социальных навыков и укрепления дружеских связей. Взаимодействие между детьми во время тренировок, участие в соревнованиях и совместные достижения способствуют созданию положительной атмосферы, что, в свою очередь, усиливает интерес к плаванию.

В заключение, можно сделать вывод о целесообразности программ, направленных на формирование устойчивого интереса к плаванию у детей школьного возраста. Разработка и внедрение таких программ не только способствуют улучшению физической подготовки детей, но и формируют у них положительное отношение к занятиям спортом в целом. Важно продолжать исследовать и развивать новые подходы к обучению плаванию, учитывая индивидуальные особенности детей, их интересы и потребности. Это позволит не только повысить уровень физической активности среди школьников, но и создать условия для формирования здорового образа жизни, что является одной из главных задач современного образования.

Таким образом, создание устойчивого интереса к плаванию у детей школьного возраста — это многогранная задача, требующая комплексного подхода, включающего в себя как педагогические, так и социальные аспекты. Важно, чтобы все заинтересованные стороны — родители, педагоги, тренеры и сами дети — работали в едином направлении, создавая условия для успешного и увлекательного обучения плаванию. В дальнейшем необходимо продолжать исследовать и внедрять новые методы и подходы, которые помогут сделать плавание доступным и привлекательным для всех детей, способствуя их всестороннему развитию и укреплению здоровья.

# Список литературы

1. повышение интереса мотивации к занятиям плаванием младших... [Электронный ресурс] // nsportal.ru - Режим доступа: https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2021/02/11/povyshenie-interesa-motivatsii-k-zanyatiyam-plavaniem, свободный. - Загл. с экрана

2. Соколова Ольга Валентиновна, Соколова Марина Формирование интересов школьников к плаванию // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2015. №4. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-interesov-shkolnikov-k-plavaniyu (25.02.2025).

3. Активизация мотивации к занятиям плаванием у детей младшего... [Электронный ресурс] // www.prodlenka.org - Режим доступа: https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/491580--aktivizacija-motivacii-k-zanjatijam-plavani, свободный. - Загл. с экрана

4. Мастер – класс для педагогов ФОРМИРОВАНИЕ УСТОЙЧИВОГО... [Электронный ресурс] // infourok.ru - Режим доступа: https://infourok.ru/master-klass-dlya-pedagogov-formirovanie-ustoychivogo-interesa-k-plavaniyu-u-doshkolnikov-2389310.html, свободный. - Загл. с экрана

5. Министерство образования и науки Российской Федерации [Электронный ресурс] // elibrary.sgu.ru - Режим доступа: http://elibrary.sgu.ru/vkr/2018/44-03-01\_205.pdf, свободный. - Загл. с экрана

6. Мотивация ребенка к занятиям по плаванию. - "Академия..." [Электронный ресурс] // - Режим доступа: , свободный. - Загл. с экрана

7. Мотивация дошкольников к занятиям по плаванию. [Электронный ресурс] // multiurok.ru - Режим доступа: https://multiurok.ru/blog/motivatsiia-doshkol-nikov-k-zaniatiiam-po-plavaniiu.html, свободный. - Загл. с экрана

8. Как привить ребенку любовь к плаванию? | Пикабу [Электронный ресурс] // pikabu.ru - Режим доступа: https://pikabu.ru/story/kak\_privit\_rebenku\_lyubov\_k\_plavaniyu\_5121236, свободный. - Загл. с экрана

9. Мотивация: советы психолога, как мотивировать ребенка на... [Электронный ресурс] // www.sports.ru - Режим доступа: https://www.sports.ru/health/blogs/3273037.html, свободный. - Загл. с экрана

10. мотивация детей к занятиям спортом на этапе начальной... [Электронный ресурс] // nsportal.ru - Режим доступа: https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2017/03/15/motivatsiya-detey-k-zanyatiyam-sportom-na-etape, свободный. - Загл. с экрана

11. Как влить детей в занятия и помочь им не потерять мотивацию... [Электронный ресурс] // pedsovet.org - Режим доступа: https://pedsovet.org/article/motivaciya-rebenka-k-zanyatiyam-sovety-treneru, свободный. - Загл. с экрана

12. Спортивная психология. Дети в спорте: психология победы. [Электронный ресурс] // www.b17.ru - Режим доступа: https://www.b17.ru/article/158177/, свободный. - Загл. с экрана

13. Как не отбить у ребенка желание заниматься спортом: 7 советов... [Электронный ресурс] // www.championat.com - Режим доступа: https://www.championat.com/lifestyle/article-4902547-kak-ne-otbit-u-rebenka-zhelanie-zanimatsya-sportom-7-sovetov-po-motivacii-detej.html, свободный. - Загл. с экрана

14. Технология обучения плаванию детей 5-6 лет с использованием... [Электронный ресурс] // elar.uspu.ru - Режим доступа: http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/15035/2/2020shakinko.pdf, свободный. - Загл. с экрана

15. Гусев А.В., Иванов А.С. Экспериментальная проверка программы обучения детей плаванию на этапе базовой подготовки // Теория и практика физической культуры. 2014. №9. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/eksperimentalnaya-proverka-programmy-obucheniya-detey-plavaniyu-na-etape-bazovoy-podgotovki-1 (24.12.2024).

16. Педагогический эксперимент [Электронный ресурс] // - Режим доступа: , свободный. - Загл. с экрана

17. исследовательская работа "методика обучения плаванию детей..." [Электронный ресурс] // nsportal.ru - Режим доступа: https://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2019/01/20/issledovatelskaya-rabota-metodika-obucheniya-plavaniyu-detey, свободный. - Загл. с экрана

18. Распоряжение Правительства Российской Федерации от... [Электронный ресурс] // www.garant.ru - Режим доступа: https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/408421619/, свободный. - Загл. с экрана

19. Примерная рабочая программа [Электронный ресурс] // - Режим доступа: , свободный. - Загл. с экрана

20. рабочая программа по плаванию | Рабочая программа по... [Электронный ресурс] // nsportal.ru - Режим доступа: https://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2021/03/20/rabochaya-programma-po-plavaniyu, свободный. - Загл. с экрана

21. Рабочая программа по плаванию [Электронный ресурс] // multiurok.ru - Режим доступа: https://multiurok.ru/files/rabochaia-programma-po-plavaniiu.html, свободный. - Загл. с экрана

22. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА [Электронный ресурс] // delfin-stan.siteedu.ru - Режим доступа: https://delfin-stan.siteedu.ru/media/sub/1667/documents/рабочая\_прог.карабанова\_л.сог-1\_2023-2024.pdf, свободный. - Загл. с экрана

23. Дополнительная общеобразовательная программа "Плавание..." [Электронный ресурс] // infourok.ru - Режим доступа: https://infourok.ru/dopolnitelnaya-obsheobrazovatelnaya-programma-plavanie-uglublennaya-2-goda-5541869.html, свободный. - Загл. с экрана

24. Социальное влияние на фитнес-поведение - Википедия [Электронный ресурс] // tr-page.yandex.ru - Режим доступа: https://tr-page.yandex.ru/translate?lang=en-ru&amp;url=https://en.wikipedia.org/wiki/social\_influences\_on\_fitness\_behavior, свободный. - Загл. с экрана

25. Социальное значение физической культуры и спорта в условиях... [Электронный ресурс] // moluch.ru - Режим доступа: https://moluch.ru/archive/95/21158/, свободный. - Загл. с экрана

26. Калашников А.Ф. Социальные механизмы воздействия на общество средствами физической культуры и спорта // Автономия личности. 2010. №1 (1). URL: https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialnye-mehanizmy-vozdeystviya-na-obschestvo-sredstvami-fizicheskoy-kultury-i-sporta (02.04.2025).

27. Спорт и общество. Социальные эффекты спортивных проектов... [Электронный ресурс] // pltf.ru - Режим доступа: https://pltf.ru/2021/05/17/sport-i-obshhestvo-soczialnye-effekty-sportivnyh-proektov/, свободный. - Загл. с экрана

28. Влияние социальных сетей на формирование мотивации... [Электронный ресурс] // elar.urfu.ru - Режим доступа: https://elar.urfu.ru/bitstream/10995/136655/1/978-5-7996-3900-6\_2024\_022.pdf, свободный. - Загл. с экрана

29. Применение программы ускоренного обучения... [Электронный ресурс] // scienceforum.ru - Режим доступа: https://scienceforum.ru/2013/article/2013002854, свободный. - Загл. с экрана

30. Заключение [Электронный ресурс] // studfile.net - Режим доступа: https://studfile.net/preview/5765482/page:12/, свободный. - Загл. с экрана

31. Выпускная квалификационная работа [Электронный ресурс] // vkr.pspu.ru - Режим доступа: https://vkr.pspu.ru/uploads/870/shubin\_vkr.pdf, свободный. - Загл. с экрана

32. Особенности методики обучения плаванию младших школьников [Электронный ресурс] // elar.rsvpu.ru - Режим доступа: https://elar.rsvpu.ru/bitstream/123456789/20888/1/rsvpu\_2017\_477.pdf, свободный. - Загл. с экрана