

**ДИАГНОСТИКА ПЛАВАТЕЛЬНЫХ НАВЫКОВ
МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ КАК КЛЮЧЕВОЙ ЭЛЕМЕНТ ФОРМИРОВАНИЯ
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ СРЕДЫ В ШКОЛЕ**

Глазунов В. И.,

Белякова Е. И.

*Гомельский государственный технический университет
имени П.О. Сухого, г. Гомель, Республика Беларусь*

Аннотация. *Анализируется важность диагностики плавательных навыков у младших школьников для стимулирования интереса к занятиям плаванием и вклада в создание здоровьесберегающей образовательной среды. Исследование акцентирует внимание на поиске эффективных методов диагностики и обучения плаванию.*

Используя методику «Тест фактических водных навыков для детей младшего школьного возраста», разработанную Гомельским региональным центром тестирования, исследование охватило 146 учащихся начальных классов школ города Гомеля для оценки их плавательных навыков через самооценку и оценки тренеров. Результаты выявили положительную корреляцию ($r_s = 0,54$) между самооценками учащихся и оценками тренеров, что подчеркивает согласованность в восприятии уровня навыков и подтверждает объективность диагностики. Высокий уровень надежности методики ($\alpha = 0,854$) подтверждает ее пригодность для оценки плавательных навыков у младших школьников. Это подчеркивает необходимость комплексного подхода к обучению плаванию, включая диагностику для развития водных навыков и безопасности на воде, способствуя формированию у детей устойчивой мотивации к занятиям спортом и активному образу жизни.

Ключевые слова: *диагностика плавательных навыков, водная компетентность, безопасность на воде, здоровьесберегающая среда, младшие школьники.*

Актуальность. В современном мире вопросы сохранения и укрепления здоровья детей в образовательном пространстве становятся все более значимыми. Формирование здоровьесберегающей среды в школах является ключевым направлением, направленным на поддержку физического и психоэмоционального благополучия учащихся. В этом контексте особое внимание заслуживает развитие и диагностика плавательных навыков младших школьников, поскольку умение плавать

не только способствует физическому здоровью и безопасности детей, но и играет важную роль в их социальной адаптации и общем развитии.

Важность диагностики плавательных навыков в младших классах обусловлена несколькими факторами. Во-первых, ранняя оценка и коррекция этих навыков позволяют предотвратить возможные трагедии, связанные с водой, и обеспечить безопасность детей в водной среде. Во-вторых, систематическое обучение плаванию и его интеграция в учебный процесс способствуют формированию положительного отношения к физической активности, что является основой здорового образа жизни. В-третьих, мотивация к занятиям плаванием через диагностику навыков влияет на эмоциональное состояние учащихся, укрепляет их самооценку и социальные связи.

Таким образом, актуальность темы обусловлена необходимостью разработки и внедрения эффективных методов диагностики плавательных навыков среди младших школьников, что способствует созданию безопасной и стимулирующей образовательной среды, ориентированной на здоровье и активное развитие каждого ребенка. Это направление требует дальнейших исследований и практического применения для оптимизации образовательных программ, и стратегий, направленных на формирование здоровьесберегающей среды в школах.

Организация и методы исследования. В исследовании применялась методика «Тест фактических водных навыков для детей младшего школьного возраста», разработанная в Гомельском региональном центре и профессиональной ориентации учащейся молодежи на основании «Рисуночной шкалы воспринимаемых водных компетенций» (Pictorial Scale of Perceived Water Competence – PSPWC) [1]. PSPWC является проектом группы по интересам Международной ассоциации физического воспитания в высших учебных заведениях (Association Internationale des Écoles Supérieures d'Éducation Physique – AIESEP). Диагностический процесс основывается на комплексном методе обучения плаванию, который разделяет обучение на отдельные движения для развития умений и общей способности к плаванию. Эта методика позволяет точно оценить владение водными навыками учеников и определить их водную компетентность.

В актуальной версии PSPWC представлены 17 ситуаций в водной среде, описывающих различные уровни подготовленности тремя вариантами поведения на воде. Каждое умение представлено тремя рисунками, демонстрирующими его выполнение от начального к продвинутому уровню.

Среди диагностируемых следующие умения: движение в воде как крокодил, заход в глубокую воду, создание пузырей под водой, стояние и погружение в воду; ловля предмета под водой и т.д.

Для получения достоверных и надежных показателей воспринимаемой плавательной компетентности PSPWC был адаптирован к целевой группе детей 4–8 лет включением двигательных навыков, которые дети могут развивать в водной среде.

Восприятие компетентности оценивается с помощью иллюстраций. Такой подход облегчает понимание детьми задания, сохраняет их внимание и сопровождается более надежными ответами. Представленная графическая шкала включает рисунки плавательного умения с выполнением ситуации, которое можно рассматривать как «не совсем компетентное» до «очень компетентное» в данной конкретной задаче. Этот формат позволяет ребенку выбрать рисунок, с которым он больше всего себя идентифицирует.

При адаптации «Рисуночной шкалы воспринимаемых водных компетенций» PSPWC региональным центром тестирования был выполнен перевод на русский язык согласно процедуре для межкультурного использования, рекомендованной авторами методики PSPWC. Адаптированная методика «Тест фактических водных навыков для детей младшего школьного возраста» включает главную обложку (рисунок 1), инструкцию (рисунок 2) и 17 иллюстраций с выбором ответа, т.е. с выбором ситуации из трех предложенных на рисунке. Тест, использованный в исследовании оформлен в виде красочного цветного буклета (см. рисунок 1), что делает процесс оценки привлекательным и понятным для детей.

Участниками исследования стали 146 учащихся младших классов из школ города Гомеля, равномерно распределенных по полу (73 мужского и 73 женского пола) и возрасту (от 7 до 9 лет) с опытом факультативных занятий плаванием от одного года до трех лет.

Перед началом диагностики было получено разрешение от родителей или законных представителей учащихся, что подчеркивает этапы подготовки и этические аспекты проведения исследования. Тестирование проводилось квалифицированным психологом центра, что обеспечило адекватность и точность процесса оценки.

Диагностика проводилась через самооценку учащихся и параллельную оценку учителей по плаванию. Для сбора данных о плавательных навыках от тренеров использовалась специально разработанная анкета. Ни учащиеся, ни учителя не были осведомлены о взаимных оценках друг друга.

Надежность шкал опросника оценивалась с помощью коэффициентов внутренней согласованности Кронбаха. Корреляционный анализ между самооценками учащихся и оценками учителей проводился с использованием коэффициентов ранговой корреляции Спирмена, применяя программное обеспечение IBM SPSS Statistics.

Результаты подчеркивают значимость умения плавать для физического воспитания, улучшения двигательных способностей и качества жизни. Анализ внутренней надежности методики теста демонстрирует высокую надежность, а корреляционный анализ подтверждает согласованность самооценок учащихся и оценок учителей, указывая на эффективность методики для диагностики плавательных навыков.



Рисунок 1. – Главная обложка теста



Рисунок 2. – Инструкция теста

Результаты исследования. Исследование с применением методики «Тест фактических водных навыков для детей младшего школьного возраста» выявило умеренно положительную корреляцию ($r_s = 0,54$) между самооценками учащихся и оценками их плавательных навыков, данных тренерами. Это подтверждает, что

восприятие уровня плавательных способностей между учениками и их преподавателями в целом согласовано, хотя и наблюдаются отклонения в зависимости от конкретного навыка. Вариативность корреляции между самооценками учащихся и оценками учителей, колеблющаяся от $r_s = 0,34$ до $r_s = 0,75$, отражает разную степень точности самооценок учащихся по различным плавательным умениям.

Наивысшая корреляция обнаружена для умения «Двигаться в воде как крокодил» ($r_s = 0,75$), что может указывать на высокую осведомленность учащихся о своих базовых плавательных навыках. С другой стороны, наименьшая корреляция замечена при выполнении умения «Выбираться из воды, опираясь на край бассейна» ($r_s = 0,34$), что подчеркивает сложность для учащихся в самостоятельной оценке способностей в более комплексных и тонких аспектах плавания.

Заметно, что с увеличением сложности умений корреляция между самооценками учащихся и оценками учителей имеет тенденцию к снижению. Это демонстрирует, что при выполнении более сложных задач ученики могут сталкиваться с проблемами в объективной оценке своих возможностей.

Коэффициент надежности методики, равный $\alpha = 0,854$, подтверждает высокую надежность используемой оценочной шкалы и ее эффективность для анализа плавательных навыков младших школьников. Такие результаты не только выделяют важность методики «Тест фактических водных навыков для детей младшего школьного возраста» в оценке плавательных умений, но также подчеркивают ее значимость для физического воспитания и системы обучения плаванию в школьной программе.

Выводы. Приведенные результаты исследования с использованием методики «Тест фактических водных навыков для детей младшего школьного возраста» демонстрируют значимость самооценки учащихся в контексте их водных компетенций, подчеркивая, как сильные, так и слабые стороны плавательных навыков. Основываясь на полученных данных, можно утверждать, что самооценка является важным инструментом не только для саморефлексии учащихся, но и для их учителей и родителей, предоставляя ценную информацию о водной компетентности детей. Это позволяет тренерам по плаванию сопоставить самооценки учеников с их реальными навыками, а родителям – лучше понять самовосприятие своего ребенка и соответствующим образом адаптировать уровень водной активности.

Однако исследование также выявило, что как излишняя самоуверенность, так и недооценка своих способностей могут представлять определенные риски. Учащиеся, переоценивающие свои возможности, могут подвергаться большему риску из-за недостатка бдительности, в то время как те, кто недооценивает свои умения, лишаются возможности полностью реализовать свой двигательный потенциал.

Таким образом, использование методики «Тест фактических водных навыков для детей младшего школьного возраста» предоставляет уникальную возможность не только оценить реальные плавательные умения, но и раскрыть уровень

самоуверенности, самооценки и способность к объективной саморефлексии у детей. Рассматривая данную методику как инструмент для промежуточного контроля и самопроверки, можно более эффективно совершенствовать плавательные навыки, обучаться безопасным методам плавания, минимизировать риски и, в итоге, способствовать более безопасному и продуктивному обучению в водной среде. Это подчеркивает важность комплексного подхода к обучению плаванию, включая как физическую подготовку, так и развитие навыков самооценки и рефлексии.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Morgado, L.D.; Martelaer, K.; D'Hondt, E.; Barnett, L.M.; Costa, A.M.; Howells, K.; Jidovtseff, B. Pictorial Scale of Perceived Water Competence (PSPWC). In Testing Manual; University of Liege: Liège, Belgium, 2020. – P. 1–26.