

Оценка техники плавания способами кроль на груди и кроль на спине
на итоговом контрольном занятии

| № | Наименование упражнения и ошибки | Кол-во ошибок, % | |
|----|---|---------------------------------|------------------------------------|
| | | Контрольная (бесплатная) группа | Экспериментальная (платная) группа |
| 1. | Движения руками при плавании кролем на груди: | | |
| | «глажение» рукой | 15 | 8 |
| | широкий гребок | 20 | 11 |
| | неполный гребок | 23 | 14 |
| | рука идет в воду с локтя | 31 | 13 |
| 2. | Движения ногами при плавании кролем на груди: | | |
| | сильное сгибание в коленях | 33 | 18 |
| | ноги глубоко; широко расставлены | 18 | 12 |
| | большая амплитуда движений | 21 | 10 |
| 3. | Согласование движений рук, ног, дыхания при плавании кролем на груди: | | |
| | отклонение от средней линии | 18 | 4 |
| | неполный выдох, ранний вдох | 40 | 11 |
| | низкое, высокое положение головы | 15 | 3 |
| 4. | Движения руками при плавании кролем на спине: | | |
| | неполный гребок | 30 | 11 |
| | поворот туловища за рукой | 22 | 5 |
| 5. | Движения ногами при плавании кролем на спине: | | |
| | ноги низко, высоко | 32 | 15 |
| | перекатывание с боку на бок | 24 | 6 |
| 6. | Согласование движений рук, ног, дыхания при плавании кролем на спине: | | |
| | остановка руки у бедра | 23 | 8 |
| | широкое вкладывание рук | 38 | 10 |

Данные таблицы 5 позволяют сделать вывод о том, что дети экспериментальной группы лучше освоили технику плавания способами кроль на груди и кроль на спине, чем дети контрольной группы, о чем свидетельствует меньший процент ошибок по всем оцениваемым показателям.

VI. Выводы

Полученные результаты позволяют сделать следующие выводы:

1. В ходе анализа научно-методической литературы было выявлено, что в ряде случаев подготовительные упражнения на суше по плаванию могут проводиться в спортивном зале на уроках физической культуры. В наших же группах, обучающихся на бесплатной основе, проведение таких упражнений в спортивном зале предусмотрено не было, что в значительной степени, как