

## VII. Заключение

Во Дворце творчества детей и молодежи «Хорошево» организовано начальное обучение плаванию, которое проводится с детьми как в рамках занятий по физической культуре, так и на абонементной основе.

В настоящей работе описана организация обучения плаванию детей, занимающихся в абонементных (платных) группах. В частности, представлена программа обучения, включающая упражнения по общей и специальной физической подготовке на суше, подготовительные упражнения в воде, плавательную подготовку и свободное плавание (игры в воде). Для изучения эффективности проводимых занятий по предлагаемой программе было организовано специальное исследование. Для целей исследования были сформированы экспериментальная (платная) и контрольная (бесплатная) группы, у которых изучались следующие параметры: мотивация к обучению, уровень физической подготовленности, успешность прохождения тестовых испытаний. Также в контрольной группе из содержания занятий была исключена общая и специальная подготовка на суше, которая в соответствии с высказанной в работе гипотезой, позволяет существенно повысить эффективность освоения техники плавания.

В работе было показано, что дети, обучающиеся в абонементных группах, имеют более высокую мотивацию к занятиям по плаванию, у них отмечалась также большая заинтересованность уроками по сравнению с детьми контрольной группы. Также по окончании первого этапа обучения (8-ое занятие) уровень физической тренированности этих детей был выше, чем в контрольной группе. В то же время на итоговых испытаниях дети экспериментальной группы демонстрировали лучшую координацию плавательных движений и в подавляющем большинстве полностью преодолевали контрольную дистанцию. По нашему мнению это может быть связано с тем, что занятия детей экспериментальной группы по своему содержанию благодаря проведению упражнений на суше более разнообразны, что в конечном итоге способствует прочному закреплению двигательных навыков. Полученные результаты полностью подтверждают высказанную в работе гипотезу.