

Выводы

- 1) Особенность физической культуры обучающихся среднего школьного возраста действительно имеется. Поэтому необходимо учесть классификацию уроков и использовать их грамотно при процессе обучения. Урок должен быть построен на основе требований ФГОС ООО.
- 2) Плавание же в свою очередь имеет множество пользы, из них: гармоничное развитие организма, профилактическое воздействие на осанку, так как во время плавания снимается нагрузка с позвоночника, прогресс некоторых физических показателей и тд. Спортивное плавание содержит в себе четыре стиля: кроль на груди, кроль на спине, баттерфляй и брасс.
- 3) Что же касается практики обучения виду плавания «кроль на груди», после изучения литературы было выявлено что: в методики Петровой, Н. Л., Барановой, В. А. отсутствует часть обучения технике плавания на суше. Однако довольно хороша последовательность упражнений и общее содержание методики. У Литвинова А.А. в своей методике не полностью дает упражнения, однако у него четкие и понятные этапы. У Чертова Н.В. слишком много этапов но хороший арсенал упражнений с множеством различных методов.

Так как у учащихся в классе разноуровневая подготовленность, предлагается:

Разделить класс на две группы: опережающих и отстающих. После применять каждому из них методику в два варианта, как у Петровой, Н. Л., Барановой, В. А., однако добавляя часть в суше как у Литвинова А.А. с арсеналом упражнений Чертова Н.В. Активно использовать в процессе обучения игровой метод, чтоб предотвратить монотонию.

□

