

Міністерство освіти і науки України  
Комітет з фізичного виховання і спорту МОН України  
Сумська обласна державна адміністрація  
Управління молоді та спорту Сумської обласної державної адміністрації  
Національний університет фізичного виховання і спорту України  
Тартуський університет (Естонія)  
Сумський державний університет



**ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ В СИСТЕМІ  
ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ ФАХІВЦІВ  
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ**

ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ  
IV МІЖНАРОДНОЇ НАУКОВО-МЕТОДИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ  
(Україна, Суми, 13–14 квітня 2017 року)

Суми  
Сумський державний університет  
2017

## ОСОБЛИВОСТІ ТЕХНІКИ БЕЗПЕКИ ПІД ЧАС ПРОВЕДЕННЯ НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНИХ ЗАНЯТЬ У БАСЕЙНІ З ДІТЬМИ З НАСЛІДКАМИ ДЦП

Босько В. М., аспір., викл.  
*Сумський державний педагогічний університет  
імені А. С. Макаренка  
bosv@mail.ru*

**Вступ.** У процесі проведення дослідження з проблеми навчання дітей з наслідками дитячого церебрального паралічу (ДЦП) спортивним способом плавання на етапі початкової підготовки ми виявили ряд проблем організації та проведення занять з плавання з такими дітьми [1]. Відзначимо, що заняття з плавання з дітьми з наслідками ДЦП відрізняються своєрідністю та вимагають застосування особливих методів та засобів. У результаті аналізу науково-методичної літератури та досвіду роботи тренерів з таким контингентом дітей було виявлено відсутність чітких рекомендацій щодо дотримання правил техніки безпеки під час проведення навчально-тренувальних занять у спортивній залі та у плавальному басейні з дітьми з наслідками ДЦП. Саме це зумовило вибір напряду нашого дослідження.

**Мета:** розробити рекомендації щодо особливостей техніки безпеки під час проведення навчально-тренувальних занять у басейні з дітьми з наслідками ДЦП.

**Виклад матеріалу дослідження.** Спираючись на результати проведеного експерименту, нами сформульовано рекомендації щодо техніки безпеки під час проведення навчально-тренувальних занять плавання з дітьми з наслідками ДЦП.

До загальних вимог техніки безпеки відносимо такі:

1) до занять з плавання слід допускати дітей, які пройшли медичний огляд та інструктаж з техніки безпеки з реєстрацією в журналі, у спортивній формі та взутті (купальний костюм або плавки, шапочка для плавання, плавальні окуляри, гумові сланці), також дітям без дозволу та нагляду тренера

забороняється заходити до басейну, перебувати в басейні, а у разі поганого самопочуття, появи больових відчуттів діти з наслідками ДЦП зобов'язані сповістити тренера;

2) тренер повинен здійснювати постійний контроль за виконанням правил безпеки, мати дані про стан здоров'я кожної дитини (аналізувати медичні картки дітей, проводити бесіди з батьками), бути компетентним щодо особливостей рухових порушень дітей з наслідками ДЦП різних форм та володіти методикою навчання спортивного плавання дітей;

3) заняття мають проходити згідно розкладу, встановленого адміністрацією, та відповідати плану роботи тренера, перед початком заняття тренер повинен перевірити температуру води, повітря, освітлення басейну тощо, на заняттях дітям не дозволяється вживати їжу, напої, жувальну гумку, носити ланцюжки, обручки та годинники, торкатися або переносити спортивний інвентар без дозволу тренера.

*Перед початком занять* діти мають вишикуватися в фойє басейну для контролю відвідувань занять, якщо дитина почуває себе погано, то вона відстороняється від занять. Дітям забороняється вживати їжу впродовж двох годин перед тренуванням. Діти зобов'язані мати при собі водонепроникний пакет з милом, мочалкою та рушником, але заборонено приносити в душ мильні засоби в скляному посуді, залишати мило на підлозі. Тренер має супроводжувати дітей до роздягальні, душових та плавальної зали, стежити, щоб кожна дитина вміла відкривати душ, тренеру або батькам дозволяється допомогти дитині виконати всі санітарно-гігієнічні процедури. Обов'язково слід виконати розминку, підготувати всі групи м'язів та функціональні системи організму до роботи.

*Під час проведення занять* тренер має бути готовим до можливих критичних ситуацій з дітьми з наслідками ДЦП, йому слід до початку заняття підібрати вправи для кожного плавця та індивідуально дозувати навантаження, тренер завжди повинен бачити всю групу. На доріжках має бути не більше 5 дітей з наслідками ДЦП на одного тренера. Дітям заборонено

стрибати, бігати, штовхатися на бортиках, заходити у воду без дозволу тренера, наносити шкоду майну. Діти мають дотримуватися максимальної обережності при ходьбі та санітарно-гігієнічних вимог щодо поведінки в басейні (справляти природні потреби у строго відведених для цього місцях, не смітити й не забруднювати басейн). Кожне заняття розпочинається та закінчується за сигналом тренера. Вхід і вихід з води має виконуватись спиною до води сходами (слід передбачити спеціальне обладнання для спуску у воду таких дітей). На водних доріжках необхідно дотримуватися правостороннього руху. Вихід з приміщення басейну під час занять допускається тільки з дозволу тренера. Не можна допускати, щоб діти подавали неправдиві крики про допомогу.

*Після закінчення занять повертатися в чашу басейну дітям заборонено, а тренер має виконати організований вихід дітей з води сходами, їх шикування та розрахунок, також зобов'язаний перебувати у плавальній залі, доки вся група не покине її, та має перевірити та прибрати інвентар.*

*У надзвичайних ситуаціях* тренер зобов'язаний вміти надавати кваліфіковану першу допомогу потерпілому на воді та надавати першу медичну допомогу при утопленні або травмуванні дітей та припиняти заняття у воді, якщо у дітей з'явилися ознаки сильного охолодження (озноб, «гусяча шкіра», посиніння губ). Діти з наслідками ДЦП зобов'язані сповістити тренера у разі появи болю, судом чи травмування.

**Висновки.** Отже, вищесказане дозволяє тренеру ефективно організувати та провести заняття з плавання, уникаючи надзвичайних ситуацій з таким особливим контингентом дітей.

## **Література**

1. Босько В. М. До проблеми проведення занять початкового навчання плаванню дітей з наслідками ДЦП / В. М. Босько // Фізичне виховання в контексті освіти : матеріали X міжнар. науково-метод. конференції. За заг. ред. І. І. Вержеснєвського. – К. : НАУ, 2015. – С. 17–19.