

М 64

**НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ М.П. ДРАГОМАНОВА**

НІКОЛЬСЬКИЙ АНАТОЛІЙ ЮРІЙОВИЧ

УДК 378.016:797.212-055.2(043.3)

**ФОРМУВАННЯ СПЕЦІАЛЬНИХ УМІНЬ ТА НАВИЧОК
СТУДЕНТОК ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ
У ПРОЦЕСІ ПОЧАТКОВОГО НАВЧАННЯ ПЛАВАННЯ**

13.00.02 - теорія та методика навчання
(фізична культура, основи здоров'я)

Автореферат
дисертації на здобуття наукового ступеня
кандидата педагогічних наук



Київ – 2011

8176

НБ НПУ ім. М.П. Драгоманова

Дисертацією є рукопис.

Роботу виконано у Національному педагогічному університеті імені М.П. Драгоманова, Міністерство освіти і науки, молоді та спорту України.

Науковий керівник – доктор педагогічних наук, професор
Похоленчук Юрій Тимофійович,
Національний педагогічний університет
імені М.П. Драгоманова, Інститут
фізичного виховання та спорту, завідувач
кафедри олімпійського та професійного
спорту.

Офіційні опоненти:

доктор педагогічних наук, професор
Ганчар Іван Лазарович,
Одеська Національна морська академія,
професор кафедри фізичного виховання і
спорту;

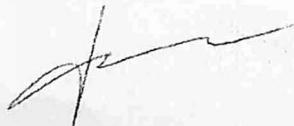
кандидат педагогічних наук, професор
Канішевський Станіслав Михайлович,
Київський Національний університет
будівництва і архітектури,
завідувач кафедри фізичного виховання і
спорту.

Захист відбудеться „25„ жовтня 2011 року о 16⁰⁰ годині на засіданні спеціалізованої вченої ради Д.26.053.14 у Національному педагогічному університеті імені М.П. Драгоманова за адресою: 01601, м. Київ-30, вул. Пирогова, 9.

З дисертацією можна ознайомитись у бібліотеці Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова (01601, м. Київ-30, вул. Пирогова, 9).

Автореферат розіслано „23” вересня 2011 р.

Вчений секретар
спеціалізованої вченої ради



С.В. Федоренко

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність теми. Студентський період життя є одним з найбільш відповідальних етапів соціалізації людини та становлення її особистості. Саме у цьому віці формуються риси характеру, виховуються моральні якості, активно продовжується процес росту та розвитку організму (С.А. Левенець, 1979; Л.Д. Глазиріна, Р.М. Городнічєв 1991; С.Я. Степаненкова, Л.П. Сущенко, 2005; С.С. Вільчковський, 2006 та ін.).

Важливу роль при цьому відіграє фізичне виховання, яке є навчальною дисципліною, орієнтованою на підготовку здорової, всебічно і гармонійно розвиненої особистості. Значення фізичної культури і спорту зростає також і у зв'язку зі збільшенням кількості факторів, що несуть негативний вплив на стан здоров'я студентської молоді (С.М. Капішевський, 1998; Б.Ф.Ведмеденко, 2005; О.Д. Дубогай, 2005; В.Л. Волков, 2008; І.Б. Шимухаметов, 2008 та ін.).

Проте, останнім часом, піддаючись впливу деяких деструктивних умов, галузь фізичного виховання не в змозі виконувати притаманні їй функції. При цьому на передній план виступає проблема реорганізації процесу фізичного виховання у вищих навчальних закладах (А.В. Домашенко, 2000; Р.Т. Раєвський, 2004; О.В. Тимошенко, 2010).

Плавання є навчальною дисципліною, складовою програми з фізичного виховання у вищих навчальних закладах. Але рівень плавальної підготовки студенток, які вступили на перший курс, залишається низьким (Н.М. Баламутова, 2008; Н.Д. Нікольська, А.Ю. Нікольський, 2006-2009). За цими даними від 30% до 65% студенток, вступивши у вищий навчальний заклад, не вміють плавати. 12% з них відносяться до таких, які важко піддаються навчанню і після проходження курсу занять плавати не вміють. При цьому слід зазначити, що плавання відіграє важливу роль у підготовці всебічно розвинених фахівців, а у деяких видах діяльності (наприклад педагогічній) є необхідною професійно-прикладною навичкою. У зв'язку з цим виникла проблема оптимізації навчально-виховного процесу в плаванні, як на це вказують І.Л. Ганчар, 2000; А.О. Новіков, 2000; С.С. Перепелиця, 2004.

Питання навчання плавання студентів присвячені численні роботи вчених (Л.М. Волкова, 1988; Ю.М. Шувалов, 1988; І.І. Вржесінський, 1992; В.К. Бальсевич, 1996; К. Attikleme, 2002; N. Gal-Petifaux, 2003; В.О. Биков, 2004; С.С. Перепелиця, 2004; І.Л. Ганчар, 2006; Ю.М. Віхляєв, 2007; Г.С. Жолудсва, 2007; R.A. Brenner, 2009 та ін.). При цьому думки щодо спрямованості навчання плавання в студентському віці різняться: спортивна (І.О. Федченко, 1983; Н.Ж. Булгакова, 2002; В.А. Биков, 2003), прикладна (О.Ю. Александров, 2002; С.С. Перепелиця, 2004), оздоровчо-реабілітаційна (Н.П. Павлова, 1978; Л.А. Кунічев, 1984; Л.І. Аїкіна, 1999; К. Attikleme, 2002). Таким чином, методика навчання плавання студенток першого курсу, які не вміють плавати, залишається малодослідженою.

Відрізняються також загальнометодичні погляди стосовно вибору способу плавання для першочергового вивчення у групах тих, які не вміють плавати. Також не є однозначною думка щодо вибору методики навчання плавання (Т.В. Єрмілова, 1991; В.А. Аїкін, 1997; Ю.А. Семьонов, 1999; В.Ю. Давидов, 2003; В.В. Демент'єв, 2007; О.А. Мельникова, 2007; А.Б. Глазько, 2008). На думку фахівців, вибір методики і, відповідно, способу плавання для першочергового вивчення відіграє вирішальну роль у якості засвоєння плавальних умінь і навичок.

Таким чином, процес початкового навчання плавання апріорно, як завершена методична система, все ж піддається тенденціям творчого підходу, оптимізації і часткової зміни зовнішньої структури (форми, методи організації тощо) з боку науковців, тренерів та педагогів відповідно до особливостей навчання тієї категорії реципієнтів, яку треба навчати. Тому закономірно вважати його достатньо гнучкою системою, що, в свою чергу, потребує стабілізуючих, оптимізуючих змін, чіткої, програмованої структури педагогічних впливів, обґрунтованих науково (С.М. Канішевський, 1992; С.П. Козіброцький, 2002; О.В. Тимошенко, 2010).

Актуальність досліджуваного нами питання визначається також відсутністю науково обґрунтованої програми для вищих навчальних закладів з навчання плавання студенток 17-20 років, які не вміють плавати.

У зв'язку з цим очевидною є гостра потреба в спеціальних дослідженнях, які допоможуть з визначенням факторної структури ефективного формування плавальних умінь і навичок студенток I курсу, які не вміють плавати, що і обумовлює актуальність нашого дослідження.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.

Роботу виконано відповідно до плану науково-дослідної роботи Інституту фізичного виховання та спорту Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова згідно паспорту спеціальності п. 2 «Методичні аспекти навчання культурі в дошкільних, загальноосвітніх, професійно-технічних і вищих навчальних закладах різних видів акредитації» і п. 7 «Формування спеціальних знань і рухових навичок у дітей і молоді у процесі навчання фізичної культури, основ здорового способу життя» (№9 від 16.04.08р.).

Тему дисертаційного дослідження затверджено на Вченій раді університету (№ 7 від 18.02.10) та узгоджено в Міжвідомчій раді з координації наукових досліджень з педагогічних і психологічних наук в Україні (№ 2 від 30.03.10).

Мета дослідження полягає у теоретично-науковому обґрунтуванні, розробці та експериментальній перевірці методики формування спеціальних умінь і навичок на початковому етапі навчання плавання студенток 17-20 років.

Для досягнення поставленої мети в дослідженні передбачено вирішення наступних **завдань** :

1) здійснити аналіз науково-методичної літератури з питань формування спеціальних умінь і навичок у процесі початкового навчання плавання студенток;

2) дослідити характер зв'язків морфофункціональних показників студенток 17-20 років, зі схильністю до плавальних локомоцій, характерних одному зі спортивних способів плавання;

3) визначити критерії оцінки координаційної плавальної схильності до брасових або крольових рухів нижніми кінцівками у водному середовищі на етапі початкового навчання плавання студенток;

4) розробити та експериментально перевірити ефективність диференційної методики формування спеціальних плавальних умінь і навичок студенток на етапі початкового навчання плавання.

Об'єктом дослідження є навчальний процес з фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів.

Предмет дослідження – форми, засоби і методи формування спеціальних плавальних умінь і навичок студенток на основі врахування плавально-координаційних схильностей.

Методи дослідження:

- *теоретичні*: аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури і емпіричних матеріалів наукового дослідження з метою з'ясування сучасного стану досліджуваного питання і визначення напрямку подальших досліджень;

- *емпіричні*: педагогічне спостереження за процесом навчання плавання, експертне опитування для вивчення і узагальнення досвіду спеціалістів галузі з метою виявлення їх відношення до врахування плавально-координаційної схильності в навчанні плавання, анкетування студенток; констатувальний та формувальний педагогічні експерименти з використанням методу педагогічного контролю „щоденник набутих умінь у плаванні”, підводної відеозйомки, методу кінограми, методів морфофункціональної діагностики (антропометрія, спірометрія, гоніометрія), методу експертних оцінок техніки плавання, методів визначення рівня плавальної підготовленості студенток з метою перевірки ефективності використання диференційної методики формування спеціальних умінь і навичок на основі схильності студенток до виконання плавальних рухів, характерних одному зі спортивних способів плавання;

- *статистичні*: середньостатистичний та кореляційний аналізи; достовірність даних визначалась за t-критерієм Стьюдента.

Експериментальна база дослідження. Дослідження проводилось у три етапи на кафедрі фізичного виховання і спорту Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова (з вересня 2007 по грудень 2010).

У дослідженні взяли участь студентки основної медичної групи віком 17-20 років, допущені до занять плаванням. Загалом було досліджено різні показники 74 студенток.

Весь контингент студенток, які взяли участь в експерименті, було розподілено на 4 групи у відповідності до визначеної нами плавальню-координаційної схильності (2 групи схильних до способу „брас”: ЕГ1 та КГ1 – і 2 групи схильних до способу „кроль”: ЕГ2 та КГ2). При цьому, в обох експериментальних групах способ, обраний для початкового навчання плавання співпадає з визначеною координаційною схильністю.

Наукова новизна одержаних результатів полягає в тому, що *вперше*

- отримано дані про зв'язок плавальню-координаційної схильності студенток 17-20 років до виконання локомоцій нижніми кінцівками в водному середовищі з морфофункціональними показниками;

- виявлено ступінь впливу плавальню-координаційної схильності в рухах нижніми кінцівками на процес формування плавальних умінь і навичок студенток;

- обґрунтовано диференційну методикку формування плавальних умінь і навичок студенток;

удосконалено організаційно-методичні засади процесу формування плавальних умінь і навичок студенток вищих навчальних закладів нефізкультурного профілю на заняттях з фізичного виховання;

подальшого розвитку дістали педагогічні технології формування спеціальних умінь і навичок студентської молоді вищих закладів освіти нефізкультурного профілю в процесі фізичного виховання.

Практичне значення результатів дослідження полягає в розробці диференційної методики початкового навчання плавання студенток 17-20 років, які не вміють плавати і таблиці візуальних критеріїв оцінки координаційної схильності до брасових або крольових локомоцій ніг.

Проведене дослідження дозволило впровадити запропоновану модель диференційованого підходу до навчання в процес занять фізичною культурою студенток I курсу вищих закладів освіти нефізкультурного профілю, під час яких експериментально було доведено її ефективність.

Використання розробленої диференційної методики початкового навчання плавання студенток та критеріїв виявлення і оцінення плавальню-координаційної схильності до оволодіння одним зі способів спортивного плавання в подальшому сприятиме підвищенню ефективності занять з навчання плавання, а також сприятиме формуванню стійких плавальних навичок у процесі навчання основним спортивним способам плавання „брасу” і „кролю на грудях”.

Використання критеріїв оцінювання плавальню-координаційної схильності у процесі організації занять з фізичного виховання і, зокрема, в навчально-виховному процесі, спрямованому на формування спеціальних плавальних умінь і навичок сприятимуть його оптимізації і підвищенню ефективності на початкових стадіях навчання, коли формування навичок знаходяться у процесі активного розвитку.

Якісні і кількісні результати, а також розроблені таблиці, отримані в процесі дисертаційної роботи можуть бути використані для подальших досліджень в галузі навчання плавання у вищих закладах освіти, а також – як опорні матеріали для досліджень, пов'язаних з проявом безумовно-рефлекторної діяльності людини в навчанні іншим видам спортивної діяльності.

Основні положення та результати дисертаційного дослідження **впроваджено** в навчально-виховний процес Інститутів: фізико-математичного, інформатики, природничо-географічної освіти та екології Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова (№ 07-10/613 від 15.03.2011), Національного технічного університету України „Київський політехнічний інститут” (№ 618 від 02.03.11) та Прикарпатського Національного університету імені Василя Стефаника (№ 01-05 / 06-14-656 від 07.12.10).

Особистий внесок здобувача у роботах, написаних в співавторстві [1.2.6.7] полягає в обробці експериментальних даних, теоретичних узагальненнях, висновках та практичних рекомендаціях.

Апробація результатів дослідження. Основні положення та результати дисертаційного дослідження доповідались і обговорювались на першій і другій Міжнародних науково-методичних конференціях „Сучасні тенденції та перспективи розвитку фізичного виховання, здоров'я і професійно-педагогічної підготовки різних верств населення” 12-13 березня 2009 року і 18-19 березня 2010 року (в м. Києві); на науково-звітних конференціях викладачів Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова (2007-2010 рр.). Матеріали дослідження також обговорювались на науково-методичних конференціях кафедри фізичного виховання і спорту Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова.

Публікації. Основні положення та результати дисертаційного дослідження викладені автором в 8 публікаціях (4 одноосібних і 4 статтях у співавторстві), з них 7 розміщені у наукових збірниках, які визначені ВАК України в якості фахових.

Структура та обсяг дисертації. Дисертація складається зі списку умовних скорочень, вступу, трьох розділів, висновків, додатків (12) і списку використаних джерел (252 найменувань, з них 31 – зарубіжних авторів). Робота містить 10 рисунків і 28 таблиць, що займають 19 сторінок основного тексту. Дисертація викладена на 246 сторінках, з яких 179 сторінок основного тексту.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ РОБОТИ

У вступі обґрунтовано актуальність теми, визначено мету, завдання, об'єкт, предмет, методи дослідження; розкрито наукову новизну, практичне

значення одержаних результатів, особистий внесок здобувача, подано дані щодо апробації і впровадження результатів дослідження.

У першому розділі „Теоретико-методичні засади навчання студентської молоді руховим діям” зроблено аналіз науково-методичної літератури з таких напрямів: історичні умови формування засад навчання руховим діям; сучасний стан дослідження проблеми початкового навчання плавання; роль індивідуальних особливостей людини в процесі навчання спеціальним руховим умінням і навичкам; вивчено особливості навчання плавання на початковому етапі зі студентками вищих навчальних закладів нефізкультурного профілю.

Багаторічний досвід навчання плавання людей різного віку і статі свідчить про індивідуальну гетерохронність оволодіння плавальними навичками різними особами. Цікавим, з наукової точки зору, є той факт, що така нерівномірність проявляється навіть при однаково побудованому навчально-виховному процесі. Це протиріччя потрапило в поле зору науковців і стало предметом педагогічних досліджень (О.А. Гужаловський, 1971; Б.І. Онопрієнко, 1971; Н.Ж. Булгакова, 1974; А.Р. Воронцов, 1977; Т.С. Тімакова, 1985; О.Л. Фаворська, 1989; А.В. Семьонов, 1991; І.В. Чеботарьова, 1993 та ін.). За певних умов основними причинами даного явища можна назвати різний ступінь індивідуальних схильностей до оволодіння плавальними навичками і різний функціональний стан організму тих, які навчаються (Н.Ж. Булгакова, 1971; А.Р. Воронцов, 1972; А.В. Семьонов, 1991 та ін.).

Науковцями помічено, що кожна людина має різне співвідношення індивідуальних морфологічних, біохімічних, фізіологічних і психічних особливостей (І.Ю. Соколік, В.Н. Ростовцев, 1988). При цьому, у деяких випадках, така комбінація виступає як достатньо впливовий фактор успішності навчання, а також опосередковано може свідчити про наявність здібностей до конкретного виду спортивної діяльності.

Таким чином, здібності до плавальної діяльності, на думку спеціалістів, детерміновані природними задатками особистості. Проявляються вони в здатності адаптуватися до водного середовища, в швидкому засвоєнні особливостей видихання у воду, у „відчутті” води, у вмінні перебудовувати структуру рухів до незнайомого водного середовища тощо. Деякими авторами такі здібності характеризуються, як схильність до оволодіння уміннями і навичками плавальної діяльності. Ця схильність, на думку багатьох авторів, виступає вагомим фактором ефективності навчання (А.П. Тамбієва, 1959; В.М. Теплов, 1961; В.М. Мясіцев, 1962; В.Я. Лопухін, 1967; Б. Кос, 1980; В.І. Шапошнікова, 1994; Л.В. Волков, 1997; А. Тату, 2003; Л.П. Сергієнко, 2004).

У теорії і методиці навчання фізичним вправам відомим є поняття переносу вже відомої учню рухової навички на вміння, яке вивчається (Б.Л. Скворцов, 1958; В.С. Фарфель, 1975; А.С. Ровний, 2001 та ін.). Науково доведено, що у разі негативного переносу рухової навички,

спадкові автоматизми відіграють небажану роль у навчанні. Це відбувається у випадку, коли оволодіння новими рухами супроводжується попереднім придушенням спадкових рухових автоматизмів. І навпаки, при правильному врахуванні спадкових (чи набутих раніше) координаційних схильностей складаються сприятливі педагогічні умови досягнення завдань навчання.

На думку деяких авторів, наявність спадково обумовлених плавальних рухів в осіб, які навчаються плавати – беззаперечна. В джерелах літератури відзначається, що у різних осіб при цьому, характер виконання гребків ногами різниться. Проаналізувавши структуру таких „самобутніх” рухів, деякі автори (Б.Л. Скворцов, 1958; Л.С. Малигін, О.Ю. Александров, 2005) пропонують їх розподілити на три групи – відповідно до трьох різних комбінацій роботи м'язів-синергістів і м'язів-антагоністів нижніх кінцівок. У результаті даного розподілу, в кожній групі класифікуються рухи, які різняться кінетичною структурою створення сил, утримуючих і просувуючих тіло плавця у воді. На даний час авторами визначено три варіанти координації рухів ніг: одночасна симетрична, одночасна асиметрична і поперемина, які обумовлені індивідуальною координаційною схильністю.

Слід відзначити, що загальні методичні питання формування плавальних умінь і навичок розроблено ще у XX столітті В.І. Масловим (1964), Н.Ж. Булгаковою (1977), І.М. Булахом, Г.І. Петровичем (1984), Т.І. Осокіною, (1987) та ін. Однак, питання першочергового способу для навчання плавання досі залишається спірним. При цьому лише незначна кількість науковців при рекомендації вибору способу для першочергового вивчення вказує на необхідність врахування плавально-координаційної схильності в рухах ногами (І.Ю. Кістяковський, 1976; Ю.О. Короп, 1980). Але авторами не вказуються і не досліджуються організаційно-методичні особливості побудови навчально-виховного процесу з врахуванням даної рухової схильності.

Таким чином, з одного боку, в навчально-методичній літературі не приділяється достатньої уваги спадковій координаційній нейромоторній діяльності в навчанні плавання. З іншого боку у численних роботах з фізіології і генетики вказується на вагомість явища нейромоторної консервативної спадковості для навчального процесу. В деяких роботах відбувається його ототожнення з поняттям „перенос” рухових навичок. Слід також відзначити недостатню дослідженість питань використання автоматично діючих механізмів у процесі формування плавальних умінь і навичок студенток. Все зазначене підкреслює актуальність досліджуваного питання. При цьому, пріоритетним напрямком досліджень, з нашої точки зору, є використання координаційно-моторної схильності в ролі критерія диференціації навчальних груп.

У другому розділі „Алгоритм дослідження готовності навчального контингенту студенток, які не вміють плавати, до оволодіння плавальними

уміннями і навичками” висвітлено методологічні засади та організацію діагностичного дослідження, описано вплив плавально-координаційних схильностей студенток на процес початкового навчання, досліджено рівень зв'язку морфофункціональних показників студенток з їх плавально-координаційними схильностями, визначено організаційно-методичні умови формування плавальних умінь і навичок.

Деякі науковці вказують, що показниками схильності до плавальної діяльності можуть виступати такі показники, як: функціональні особливості, пропорції тіла, зріст, вага, особливості нейромоторики та ін. Причому більша частина таких характеристик обумовлена спадковістю. На думку деяких авторів, ці показники повинні бути враховані в процесі навчання плавання і деякі з них можуть виступати критеріями при комплектуванні навчальних груп (О.Н. Аксьонова, 2006; Т.В. Івчатова, 2005; О.А. Мельникова, 2007 та ін.).

Одним з показників, який, на нашу думку, може виступати критерієм диференціації контингенту студенток, які не вміють плавати, на навчальні групи є особливість вищої нервової діяльності людини, яка проявляється в несвідомому використанні тими, які навчаються, в деяких плавальних ситуаціях рухів, характерних одному зі спортивних способів плавання (кріль або брас).

Аналіз результатів фіксованих спостережень за характером і структурою пересування людей у воді під час купань, а також у басейнах на заняттях оздоровчим плаванням вказує на наявність певної координаційної схильності в рухах нижніх кінцівок. Проведені дослідження вказують, що в рухах ногами в 96,7% спостережуваних були виявлені три основні різновиди локомоцій: одночасні симетричні, одночасні асиметричні і поперемінні рухи (Л.С. Малигін, 2005). На таку ж рухову, координаційну схильність, але помічену вже серед учнів середніх загальноосвітніх шкіл, вказує Д.А. Расвський (2009). Проведені дослідження Б. Л. Скворцова (1958) показали, що координація рухів ніг багато в чому генетично обумовлена.

На даному етапі дослідження з метою виявлення у студенток, які не вміють плавати, виду плавально-координаційної схильності, було проведене тестування, запропоноване спеціалістами галузі навчання плавання В.С. Васильєвим і О.Ю. Савельєвою (1988). Педагогічне дослідження проводилось на кафедрі фізичного виховання і спорту Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова.

Результати дослідження вказують, що при загальному обсязі сукупності (n = 74), до групи студенток, які продемонстрували схильність до способу „кріль” було віднесено 53 особи, що складає 71,6%, до групи зі схильністю до способу „брас” – 19 осіб (25,7%), а до групи студенток, в яких було виявлено „поперемінну поштовхову” плавальну координацію увійшли 2 особи, що складає 2,7%.

В науковій літературі задатки розглядаються як вроджені анатомічні та фізіологічні особливості будови тіла, нервової системи, органів відчуттів і т.ін. Саме вони визначають природну схильність індивіда до певної діяльності (О.А. Мухіна, 1999; Л.В. Волков, 1997).

З метою виявлення анатомо-фізіологічних маркерів плавальної моторно-координаційної схильності студенток, нами було досліджено 52 їх морфофункціональних показники і проведено кореляційний аналіз між ними і плавальною схильністю.

Результати проведеного експериментального дослідження вказують, що морфофункціональні показники не мають кореляційних зв'язків високого рівня зі схильністю студенток до певної плавальної координації рухів нижніми кінцівками.

Розглядаючи багатофакторність процесу формування плавальних умінь і навичок, слід відзначити, що всі фактори структурно можуть бути розподілені на дві категорії: організаційно-методичні, до яких відносяться: технології навчання, програми, форми, засоби, і методи навчання; особистісні, до яких відносяться: вікові, статеві та індивідуальні особливості тих, які навчаються. При цьому, кращі показники деяких індивідуальних факторів являються вагомою позитивною умовою навчального процесу в плаванні і, водночас, можуть свідчити про більш високий потенціал плавальних здібностей тих, які навчаються. Відповідно, у студенток, які мають менш сприятливі показники, процес оволодіння технікою плавання буде тривалішим, а засвоєні рухи менш ефективними (Т.В. Срмілова, 1991; О.А. Мухіна, 1999; Г.С. Жолудєва, 2007).

Тому, на нашу думку, в побудові навчального процесу, спрямованого на формування плавальних умінь і навичок студенток 17-20 років, які не вміють плавати, одним з системоутворюючих факторів є індивідуальні схильності особистості, серед яких плавально-координаційна схильність займає важливе місце. Саме від цього фактора залежать такі організаційно-методичні умови побудови навчального процесу, як диференціація контингенту тих, які навчаються, складання програми, підбір форм, засобів і методів навчання.

У третьому розділі „Методика формування плавальних умінь та навичок студенток з урахуванням індивідуальних плавально-координаційних схильностей” складено модель педагогічної системи управління процесом початкового навчання плавання студенток з урахуванням плавально-координаційних схильностей (рис. 1), визначено критерії диференціації контингенту студенток, які не вміють плавати на навчальні групи а також визначено ефективність диференційної методики формування спеціальних умінь та навичок студенток у процесі початкового навчання плавання з урахуванням плавально-координаційної схильності. Розроблено та визначено критерії оцінювання навчальних досягнень студенток I курсу вищих навчальних закладів нефізкультурного профілю з предмету „Фізичне виховання” у модулі „плавання” для



Рис. 1. Модель диференційної методики формування плавальних умінь і навичок студенток вищих навчальних закладів нефізкультурного профілю

контингенту студенток 17-20 років, які не вміють плавати. Дані представлено у вигляді оціночної таблиці (табл. 1).

Таблиця 1

Оцінювання навчальних досягнень студенток по завершенні навчання за диференційною методикою формування плавальних умінь і навичок

Предмет оцінювання	Об'єкт оцінювання	Форма контролю	Максимальна к-ть балів
Теоретична підготовка (15 балів)	Рівень теоретичних знань	Тестування за допомогою збірника запитань	15
Практична підготовка (30 балів)	Рівень плавальної підготовленості	12-хвилинний тест	10
		Тест 50 м на швидкість	10
		Тест 25 м на техніку	10
Методична підготовка (15 балів)	Рівень методичних знань	Щоденник набутих умінь	10
		Комплекси вправ	5
Відвідуваність занять (30 балів)	Кількість відвіданих занять	Журнал відвідування	30
Ініціативність (10 балів)	Активність у вирішенні навчальних завдань		10
<i>Всього</i>			<i>100 балів</i>

Якість системи навчання у вищому навчальному закладі визначається комплексом факторів, параметрів і заходів, реалізованих у процесі навчання, а також освітніх технологій і програм, що забезпечують виконання дидактичних і спортивно-педагогічних принципів.

Враховуючи фактори і параметри, що впливають на якість освіти, нами було складено структурно-функціональну модель системи формування плавальних умінь і навичок студенток 17-20 років, які не вміють плавати. Розроблена модель охопила всі складові навчально-виховного процесу. В ній вказані форми, засоби та методи навчання, уточнено, якими принципами повинен керуватися викладач в процесі організації занять з навчання плавання. Зазначаються методичні підходи, характерні для використання в галузі фізичного виховання, уточнюються засоби і критерії моніторингу якості навчання, вказується, на яких етапах

навчання плавання повинна проводитись диференціація контингенту тих, які навчаються на навчальні групи, визначається мета навчання студенток.

Важливою організаційно-методичною умовою формування плавальних умінь і навичок дотримання методологічних засад теорії і методики навчання руховим діям. Відомо, що роль методологічної основи цієї науки виконують закономірності і положення дидактики і теорії фізичної культури, на наукових засадах яких і було побудовано нашу модель навчально-виховного процесу.

В навчально-виховних умовах, вказаних в моделі, на нашу думку, оптимальним шляхом підвищення ефективності процесу навчання є індивідуально-груповий підхід до організації занять, який одночасно включає диференціальну складову і враховує індивідуальні особливості учнів (Б.Н. Нікітський 1981; Т.В. Смілова, 1991).

Зважаючи на те, що ефективність диференційованого підходу в організації навчання залежить від врахування саме індивідуальних особливостей учнів за допомогою систематичного їх вивчення, важливим, з нашої точки зору для організації педагогічного процесу в навчанні плавання є запропоноване нами положення про використання плавально-координаційної схильності в ролі критерія диференціації контингенту студенток, які не вміють плавати, на навчальні групи в ході початкового етапу навчання. Даний показник є інформативною рисою консервативної нейромоторики індивіда і має чіткі параметри виявлення (В.С. Васільєв, О.Ю. Савельєва, 1988).

Результатом проведеного дослідження з визначення ефективності застосування методики початкового навчання плавання студенток I курсу з врахуванням плавально-координаційної схильності стало виявлення приростів у показниках рівня плавальної підготовленості у порівнянні з їх однолітками, які займалися за загальноприйнятою методикою. Різниця в показниках суттєва і статистично достовірна ($P < 0,05$) (Рис. 2 і 3).

В ЕГ було отримано статистично достовірні зміни показників швидкості пропливання 25-метрової дистанції „своїм” способом (18,3%) при $p \leq 0,05$ і показника подоланої дистанції (приріст склав 65,9% при $p \leq 0,05$), що вказує на покращення рівня плавальної підготовленості, а отже і на якість сформованих плавальних умінь і навичок студенток експериментальної групи, які вивчали спосіб „брас”. Великі ж відсоткові показники приросту довжини дистанції на 24 практичному занятті в порівнянні з 8 заняттям вказують на важливість етапів початкового і поглибленого розучування плавальних вирав і на необхідність використання на цих етапах всього арсеналу форм, засобів і методів навчання, в тому числі на необхідність використання тих з них, які відзначаються більшою ефективністю. При цьому не слід забувати, що врахування фактору плавально-координаційної схильності, як на це вказують дослідники (Б.М. Теплов, 1967; О.А. Мухіна, 1999 та ін.), є одним



Рис. 2. Приріст показників швидкості студенток в кінці експерименту (в м·сек⁻¹)

з важливих методичних принципів формування плавальних умінь і навичок студентської молоді.

Було отримано статистично достовірні зміни в показниках техніки плавальних рухів в ЕГ1, КГ1 та КГ2. Приріст склав 22,3%, 13,3% та 24% при $P \leq 0,05$. Ці показники також вказують на позитивні зрушення в рівні технічної підготовки студенток, які навчалися за запропонованою нами диференційною методикою формування плавальних умінь і навичок. При цьому, більшими приростами техніки характеризуються обидві ЕГ, в яких навчання проводилось за диференційною методикою з врахуванням плавально-координаційної схильності. Отримані дані вказують на те, що приріст показника техніки в ЕГ1 в порівнянні з КГ1 по завершенні навчання за диференційною методикою формування плавальних умінь і навичок є більшим на 9%, що може свідчити про більшу ефективність впливів нашої методики в групі, яка вивчала спосіб „брас“.

Отримані результати також свідчать, що більшу дистанцію (\bar{X} ЕГ1= 289,5м; \bar{X} ЕГ2= 266,9м) в умовах складання 12-хвилинного теста подолали студентки ЕГ1 та ЕГ2 в порівнянні зі студентками контрольних груп (\bar{X} КГ1= 208,3 м; \bar{X} КГ2= 242,7м), однак статистично достовірними є лише показники в групах, які вивчали спосіб „кроль на грудях“ (при $p \leq 0,05$). Дана різниця не є достатньо високою в масштабах можливих результатів даного тесту, однак може характеризувати позитивний вплив впровадженної нами диференційної методики формування плавальних умінь і навичок.

Крім того, слід відзначити, що запропонована структура побудови навчально-виховного процесу відрізняється достатньо високими



Рис. 3. Приріст показника техніки студенток в кінці експерименту (в балах)

результатами. За період навчання (24 практичних заняття) 98,5 % студенток контрольних і експериментальних груп навчилися самостійно триматись на воді. 100 % студенток експериментальної групи які вивчали спосіб „брас”, 96% студенток експериментальної групи, які вивчали спосіб „кроль” і 85,5 % і 74% студенток контрольних груп засвоїли правильну спортивну техніку плавання обраним способом.

На основі результатів проведеного педагогічного експерименту розроблені кількісні критерії оцінювання рівня плавальної підготовленості студенток I курсу вищих навчальних закладів нефізкультурного профілю для контингенту невміючих плавати студенток. Дані представлено у вигляді оціночних шкал для студенток 17-20 років (табл. 2 і 3).

Таблиця 2

Оціночні норми плавальної підготовленості студенток по завершенні навчання за диференційною методикою формування плавальних умінь і навичок

Показник	ОЦІНКА, БАЛН				
	1	2	3	4	5
Швидкість при виконанні вправи з дошкою ($\text{м} \cdot \text{с}^{-1}$)	>0,381	0,382-0,452	0,453-0,522	0,523-0,590	<0,591
Швидкість при плаванні обраним способом ($\text{м} \cdot \text{с}^{-1}$)	>0,492	0,493-0,572	0,573-0,658	0,659-0,720	<0,721
Техніка	<55	55-59	60-64	65-67	>67
Подолана дистанція	<23,2	23,2-30,7	30,8-36,7	36,8-43,2	>43,2

Рівні плавальної підготовленості студенток

0 - 4	5-8	9-12	13-16	17-20
Низький	Нижче середнього	Середній	Вище середнього	Високий

За основу складеної таблиці було взято довірчі межі генеральної сукупності $\bar{y} - \Delta_y \leq \bar{y} \leq \bar{y} + \Delta_y$ студенток, які брали участь у експерименті.

Розроблена шкала оцінок дозволяє визначити практичні уміння, теоретичні знання, отримані у процесі оволодіння плавальними уміннями і навичками, активність і ініціативність студенток протягом навчальних занять, а також забезпечити диференційований та індивідуальний підхід до кожної студентки.

Інформація, отримана в результаті дисертаційного дослідження дала можливість встановити, які основні положення повинні бути враховані викладачами в процесі організації занять з навчання плавання студенток вищих навчальних закладів нефізкультурного профілю, які не вміють плавати.

ВИСНОВКИ

1. Аналіз науково-методичної літератури показав, що аспект формування навчальних груп за морфофункціональними та іншими критеріями залишається малоефективним, навіть не зважаючи на достатню дослідженість питань впливу індивідуальних факторів на успішність процесу формування плавальних умінь і навичок. Незначна увага з боку науковців до спадкової координаційної нейромоторної діяльності в навчанні плавання, вагомість даного явища як фактора навчання, а також недостатня дослідженість питань використання автоматично діючих механізмів у процесі формування плавальних умінь і навичок вказують на його актуальність. При цьому, пріоритетним напрямком досліджень є використання координаційно-моторної плавальної схильності в ролі критерія диференціації навчальних груп.

Було також визначено, що плавальні рухи, які людина виконує автоматично, потрапивши до води, мають риси, характерні для техніки рухів нижніх кінцівок при плаванні способами „брас” і „кроль”.

2. Дослідження зв'язків між плавально-координаційною схильністю і морфофункціональними показниками студенток показав, що координаційна особливість моторики нижніх кінцівок, яка проявляється у людини автоматично при потраплянні до води, є автономною характеристикою нервово-м'язового апарату і не має яскраво виражених морфофункціональних маркерів. Залежність між спадково детермінованими соматичними (антропометричними, тотальними та іншими досліджуваними антропо-фізіометричними) показниками людини і її координаційними плавальними схильностями в рухах нижніх кінцівок виражається низьким та середнім рівнями кореляційних зв'язків при

$P < 0,05$. Проте, в процесі дослідження було помічено, що в деяких випадках схильність до виконання рухів нижніми кінцівками, схожими на стиль плавання „брас”, залежить від меншої довжини стегна, а більша довжина стегна іноді є ознакою поперемінних (кролоподібних) рухових автоматизмів, обумовлених нервовою системою. Що і виражається середнім рівнем кореляційного зв'язку ($r_{xy} = 0,40$) між вказаними показниками. Однак, зважаючи на невисокий коефіцієнт кореляції, цей показник не може виступати достовірним маркером плавальної схильності на початкових стадіях процесу навчання плавання, а отже і не може бути прийнятими за критерій диференціації і формування типологічних навчальних груп.

3. Отримані результати повною мірою підтверджують прояв загальнонаукового принципу "найменшої взаємодії", відповідно до якого в незвичайних середовищних умовах зв'язок між уродженими антропометричними параметрами й набутими в процесі індивідуального життя навичками людини проявляється високим ступенем зв'язку лише в стресових ситуаціях, а у звичайному житті кожен працює автономно.

4. У результаті проведеного дисертаційного дослідження було визначено візуальні критерії оцінки плавально-координаційної схильності на початковому етапі навчання плавання студенток 17-20 років, які не вміють плавати. Було уточнено комплекс фізичних плавальних вправ і складено оціночні таблиці, за допомогою яких рекомендується проводити виявлення основних ознак плавально-координаційної схильності студенток до одного зі спортивних способів плавання. Основною ознакою при цьому виступає спадково обумовлена моторика нижніх кінцівок людини. Було також доведено, що плавально-координаційна схильність є інформативною рисою консервативної нейромоторики індивіда, має параметри виявлення і може слугувати критерієм під час сепарації студенток, які не вміють плавати на навчальні типологічні групи в ході початкового етапу навчання.

5. За результатами проведеного педагогічного експерименту можна відмітити, що між технічними показниками сформованості плавальних умінь та навичок студенток і плавальною координаційною схильністю в процесі початкового навчання плавання з використанням диференційованого підходу існує середній рівень кореляційного зв'язку ($r_{xy}=0,39$) при $P < 0,05$. Однак, беручи до уваги індивідуальну багатofакторність процесу оволодіння плавальними вміннями і навичками, оцінити ступінь впливу окремого фактора – координаційної плавальної схильності на ефективність навчального процесу виявилось ускладненим завданням.

6. Різниця в середніх показниках швидкості, довжини подоланої дистанції та оцінки за техніку в експериментальних і контрольних групах за результатами контрольно-педагогічних випробувань вказують на ефективність, а отже і на необхідність використання диференційованого підходу в процесі початкового навчання плавання з використанням

спадкових координаційних схильностей як критерію формування навчальних груп.

7. Позитивні, статистично достовірні зрушення в рівні розвитку швидкісних показників, технічних і показників подоланої дистанції відображають результат цілеспрямованого педагогічного впливу, про що свідчать більш виражені зміни показників рівня плавальної підготовленості студентів експериментальних груп порівняно з контрольними. У зв'язку з тим, що рівень плавальної підготовленості студенток експериментальних груп наприкінці навчального періоду вищий за вихідний, то впровадження експериментальної методики формування плавальних умінь і навичок студенток 17-20 років, які не вміють плавати ВНЗ нефізкультурного профілю у процесі з фізичного виховання цілком виправданий.

Проведене дослідження не висчерпує всіх аспектів формування спеціальних умінь та навичок студенток у процесі початкового навчання плавання. З урахуванням складності й багатогранності, перспективу подальших наукових досліджень ми вбачаємо в пошуку шляхів підвищення успішності володіння спеціальними уміннями та навичками студентками з урахуванням як плавально-координаційної схильності, так і інших індивідуальних проявів особистості.

СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ РОБІТ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

1. Нікольський А. Ю. Шляхи підвищення ефективності та активізації фізичних вправ у процесі навчання плавання студенток I-II курсів НПУ ім. М. П. Драгоманова / А. Ю. Нікольський, Н. Д. Нікольська // Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія № 15. Теорія та методика навчання: фізична культура і спорт: зб. наук. праць / за ред. Г.М. Арзютова. – К. : НПУ імені М.П. Драгоманова, 2007. – Випуск 3. – 178 с.

2. Нікольський А. Ю. Заняття фізичними вправами як чинник формування здорового способу життя студентів / А. Ю. Нікольський, Ю.В. Нікольський // Зміцнення систем охорони здоров'я: сучасні стратегії розвитку: матеріали міжнар. наук.-практ. конф. 7-8 квітня 2008 р. // Науковий вісник Національного медичного університету імені О.О. Богомольця. К. : НМУ, 2008. – Випуск 17. – 288 с.

3. Нікольський А. Ю. Особливості диференціації процесу початкового навчання плавання студенток / А. Ю. Нікольський // Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія № 5. Педагогічні науки: реалії та перспективи. – Випуск 14 : зб. наук. праць / за ред. О. В. Тимошенка – К. : НПУ імені М.П. Драгоманова, 2009. – 294 с.

4. Нікольський А. Ю. Особливості методики навчання спеціальним умінням в плаванні на початковому етапі. / А. Ю. Нікольський // Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : зб. наук. праць. – К. : НПУ імені М.П. Драгоманова, 2010. – Випуск 6. – 365 с.

5. Нікольський А. Ю. Особливості навчання плавання студенток вищих навчальних закладів нефізкультурного профілю / А. Ю. Нікольський // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: [наук. журнал] – Харків, 2010. – №2. – С. 96–99.

6. Нікольський А. Ю. Шляхи оптимізації процесу початкового навчання плавання студенток першого курсу фізико-математичного інституту / А. Ю. Нікольський, Н. Д. Нікольська // Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія № 15. Теорія та методика навчання: фізична культура і спорт: зб. наук. праць / за ред. Г.М. Арзютова. – К. : НПУ імені М.П. Драгоманова, 2010. – Випуск 5. – 112 с.

7. Нікольський А. Ю. Силова підготовленість, як фактор впливу на ефективність навчання плавання студенток I курсу / А. Ю. Нікольський, Ю. В. Нікольський, Н. Д. Нікольська // Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія № 15. Теорія та методика навчання: фізична культура і спорт: зб. наук. праць / за ред. Г.М. Арзютова. – К. : НПУ імені М.П. Драгоманова, 2010. – Випуск 5. – 112 с.

8. Нікольський А. Ю. Диференційований підхід у формуванні плавальних умінь та навичок студенток / А. Ю. Нікольський // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: [наук. журнал] – Харків, 2010. – №9. – С. 64–66.

АНОТАЦІЇ

Нікольський А.Ю. Формування спеціальних умінь та навичок студенток вищих навчальних закладів у процесі початкового навчання плавання. – Рукопис.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук за спеціальністю 13.00.02 – теорія та методика навчання (фізична культура, основи здоров'я). – Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова. – Київ, 2011.

Дослідження присвячено проблемі формування плавальних умінь і навичок студенток 17-20 років вищих навчальних закладів нефізкультурного профілю з врахуванням плавально-координаційної схильності. Метою дослідження було теоретично-наукове обґрунтування, розробка та експериментальна перевірка методики формування спеціальних умінь і навичок на початковому етапі навчання плавання студенток, які не вміють плавати. У роботі показана важливість врахування на початкових етапах навчання плавання особливостей нейромоторики людини, яка є спадковою характеристикою нервової системи людини і проявляється в плавальних рухах нижніми кінцівками при потраплянні людини до водного середовища. У дисертації експериментально доведена ефективність запропонованої методики формування плавальних умінь і навичок на заняттях з фізичного виховання зі студентською молоддю у вищих навчальних закладах.

Ключові слова: плавання, уміння, навички, студентки, методика, схильності, навчання, вправи, спадковість.

Никольський А.Ю. Формирование специальных умений и навыков студентов высших учебных заведений в процессе начального обучения плаванию. - Рукопись.

Диссертация на соискание учёной степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.02 - теория и методика обучения (физическая культура, основы здоровья). – Национальный педагогический университет имени М.П. Драгоманова. – Киев, 2011.

Исследование посвящено вопросу формирования плавательных умений и навыков студенток 17-20 лет высших учебных заведений нефизкультурного профиля с учётом наследственно обусловленной плавательно-координационной предрасположенности.

В работе показана важность учёта на начальных этапах обучения плаванию особенностей нейромоторики человека, которая является наследственной характеристикой нервной системы. Данное свойство организма имеет проявление в плавательных движениях нижними конечностями при попадании человека в воду. Таким образом, состояние обучаемого является одним из важнейших факторов успешности обучения. Научные исследования показывают, что из всего контингента обучающихся плаванию быстро и качественно осваивают навык плавания и спортивную технику лишь 10-15%. Около 55-60% обучается за этот период удовлетворительно и около 15-20% обучаемых за отведенный срок не в состоянии освоить навык плавания. В этом случае можно говорить о способностях обучаемых, и существовании определенной зависимости результатов освоения ими специальных умений и навыков от их индивидуальной предрасположенности к обучению.

В диссертации проведен формирующий сравнительный эксперимент с применением методики обучения плавательным умениям и навыкам с учетом моторно-координационной предрасположенности. Таким образом, для определения взаимосвязи успешности обучаемости неумеющих плавать студенток 17-20 лет с их индивидуальной предрасположенностью к выполнению плавательных движений нижними конечностями в диссертационном исследовании весь контингент исследуемых, состоящий из неумеющих плавать студенток высших учебных заведений нефизкультурного профиля был разделен на четыре учебные группы.

Приоритетным критерием дифференциации контингента студенток на группы являлась плавательная предрасположенность к одному из двух спортивных способов плавания (кроль на груди и брасс), выявленная с помощью тестового плавательного задания. Занятия в двух экспериментальных группах проводились по методике, предложенной автором с учётом плавательной предрасположенности. В контрольных

группах данная предрасположенность не учитывалась и процесс обучения проводился по общепринятой методике обучения.

В работе представлена системно-структурная модель организации процесса начального обучения плавания студенток 17-20 лет высшего учебного заведения нефизкультурного профиля.

На основе полученных данных разработаны таблицы выявления плавательной предрасположенности к одному из спортивных способов плавания на начальных этапах обучения студенток 17-20 лет, не умеющих плавать.

Параллельно были также разработаны критерии оценивания учебных достижений студенток высших учебных заведений нефизкультурного профиля по предмету „Физическое воспитание” в модуле „Плавание” по модульно-рейтинговой системе оценивания. В основу таблиц оценивания практических навыков и умений студенток, прошедших курсы обучения плавания по дифференцированной методике с учётом плавательной предрасположенности были положены усредненные результаты выполнения плавательных заданий студентками экспериментальных групп, продемонстрированные ими в конце учебного периода.

В результате проведения статистической обработки результатов исследования была экспериментально доказана эффективность предложенной методики формирования плавательных умений и навыков на занятиях по физическому воспитанию студенток высших учебных заведений нефизкультурного профиля неумеющих плавать.

Ключевые слова: плавание, умение, навык, студентки, методика, предрасположенность, обучение, упражнения, наследственность.

Nikolskyi A.U. Shaping the special skills of students of high educational institutions in process of initial education to sail. - Manuscript.

Thesis for the scientific degree of Candidate of Pedagogical Sciences, speciality 13.00.02 – theory and methods of studies (physical culture, bases of health). - National Pedagogical Dragomanov University. – Kiev, 2011.

The thesis is devoted to the problem of question to organizations and methodes of the undertaking lessons with the students-woman of 17-20 years, which not know how to sail. Within the framework of differentiated approach categorization on typological groups is realized on base hereditary conditioned co-ordination aptitudes. In given article is considered question to need of the use some factor, as criterion of the differentiation process of the initial studeeducation to sail. In article is considered question of the choice of the methods with provision for factor co-ordination aptitudes to swimming motions by lower limbs, typical one of the sail style. Experimental is proved efficiency of the offered methods of the shaping the swimming skills and skill on occupation on physical education with student youth in high school.

The Keywords: the sail, skill, habits, students-woman, methods, the aptitude, education, exercises, heredity, differentiation.

НБ НПУ



100134465



Підписано до друку 19.09.2011 р. Формат 60x84/16.

Папір офсетний. Гарнітура Таймс.

Наклад 100 прим. Зам. № 558

Віддруковано з оригіналів

Видавництво Національного педагогічного університету
імені М.П. Драгоманова. 01601, м. Київ-30, вул. Пирогова, 9
Свідцтво про реєстрацію № 1101 від 29.10.2002.
(044) 239-30-26

списокъ