**Муниципальное бюджетное общеобразовательное**

**учреждение «Средняя общеобразовательная школа с**

**углублённым изучением отдельных предметов №10»**

**Изучение влияния игровых видов спорта на динамику внутригруппового взаимодействия школьников**

****

Куанышев Евгений Олегович,

учитель физической культуры

**Нефтеюганск**

**2013**

1. **Краткая аннотация проекта**

Влияние группы на развитие ребенка велико. Человек - существо социальное, и поэтому зависим от окружающих его людей, ребенок - существо формирующееся и развивающееся, и поэтому зависим вдвойне. На разных этапах социализации влияние группы на ребенка имеет различное значение. На дошкольника влияет, прежде всего ближнее социальное окружение (семья). При поступлении ребенка в школу - классный и педагогический коллектив. В подростковом возрасте усиливается влияние сверстников. В данном исследование я хотел показать, как влияют игровые виды спорта на внутригрупповую динамику школьников на уровне основного общего образования.

Педагогический опыт может быть использован учителями физической культуры и организаторами внеклассной работы, занимающимися вопросами организации спортивной деятельности.

**2.Обоснование необходимости проекта.**

Современные условия жизни (урбанизация, бурное развитие промышленности, транспорта, определенные изменения в экологической среде и др.) предъявляют высокие требования к уровню физического развития, работоспособности и защитным силам организма человека. Физическое воспитание детей школьного возраста наиболее эффективно стимулирует положительные функциональные и морфологические изменения в формирующемся организме, активно влияет на развитие двигательных способностей. Как следствие, внутри коллектива формируются отдельные группы, выявляются лидеры и наоборот не очень успешные у своих сверстников одноклассники. Причин может быть много: высокий или низкий рост, половое созревание (перестройки гормональной регуляции, физического развития и психической сферы), замкнутость и т.д. Все эти факторы ведут к раздробленности внутри класса и не редко выходят за его пределы. Но следует учитывать и то, что общественные тенденции нынешнего общества выявляют все большую динамику разобщенности, тогда как игровое взаимодействие на уроках физической культуры способно оказать определенное влияние на динамику роста внутригрупповой сплоченности, и следовательно, спортивная школьная педагогика, оставляет за гранью внимания то, что занятия на уроках физкультуры так же формируют и психику ребенка, способность его принимать решения, а в игровых видах спорта – воспитывать способность действовать в команде. Занятия физической культурой должны и могут оказывать воспитательное воздействие. Так же следует учитывать и то, что игровые виды спорта, чередование проигрышей и побед способны оказать тренирующее воздействие на адаптивные психологические аспекты развития личности человека, и именно школьный возраст наиболее полно влияет на формирование личности.

Начиная с 30-х годов большую роль в определении уровня физического состояния населения сыграл Всесоюзный физкультурно-спортивный комплекс ГТО. Выполнение ГТО  было не только почетно, но и жизненно необходимо для всех граждан нашего государства.

На данный период не существует обще-методических правил, которые соблюдались каждой школой в плане физического развития учащихся. Защищаемая каждым педагогом в отдельности целевая учебная программа, безусловно, направлена на воспитание у школьников достаточного уровня физической подготовленности, но уроки физической культуры не являются основным в учебной деятельности школьников. Данный предмет не является, профильным, тогда как далеко не все семьи, обучающихся в школе, считают необходимым посещение ребенка профильных классов, считая возможным и приемлемым для ребенка обще профильное обучение. Введение в стандартный урок физической культуры в школе большего числа игр внутри класса и специальных упражнений для подготовке к групповой игре в баскетбол, основанных на предписаниях алгоритмического типа, повысит динамику показателей физического развития, и способности к общению окажется выше чем у класса, занимающегося по стандартной методике. **Актуальность исследования:** разработка проблемы групповой готовности к соревнованиям, как к стрессовому моменту, предполагает обоснование целесообразных путей организации процесса предсоревновательной подготовки. Это означает, что позитивная концепция решения проблемы готовности должна быть основой в практическом решении данного вопроса. Поэтому целесообразный подход к изучению проблемы готовности должен базироваться на представлении об организации (управлении) целенаправленной деятельности человека. Новизна разработки данной темы заключается в том, что в работе проводиться изучение влияния педагогического воздействия уроков физической культуры на внутригрупповые коммуникации школьников.

**3.Цель проекта.**

Изучение влияния игровых видов спорта на динамику внутригруппового взаимодействия школьников на уровне основного общего образования.

**4.Задачи проекта.**

-анализ научно-методической литературы;

-тестирование по методике «Трансактный анализ» Э.Берна

-изучить динамику внутригруппового взаимодействия по методике Берна;

-тестирование координационных способностей;

-выявить уровень развития координационных способностей по методике тестирования РАФК;

-развивать мотивацию к занятиям физической культурой и осознанному отношению к здоровью

-развивать двигательной активности обучающихся через изучение игр;

-обобщение и анализ результатов.

**4. Основное содержание проекта.**

Наблюдения и опыт личной работы показывают, что учитель физкультуры на занятиях сталкивается с затруднениями следующего характера:

* подбор методических приемов, облегчающих обучение двигательным действиям;
* выбор средств и форм проведения подготовительной части занятия;
* активизация внимания учащихся и использование эмоциональных факторов;
* повышение моторной плотности занятия;
* осуществление дифференцированного подхода;
* выбор способа решения отдельных задач.

Для целенаправленного, методически грамотного осуществления процесса подготовки следует иметь достаточно полное представление об особенностях движений и о закономерности формирования двигательных функций в разные возрастные периоды школьников.

Описывая вопрос результативности применения методов и приемов обучения, следует отметить, что универсальной методики обучения двигательным действиям не существует. Руководствуясь традиционными методами обучения двигательным действиям мною используется, один из наиболее рациональных, на мой взгляд, методов – метод программированного обучения. Основой, которого является тщательный подбор учебного материала и оформление его в логической и методической последовательности. Данный метод исключает недостатки традиционной методики и позволяет решать в комплексе задачи физического воспитания, тем самым, давая возможность учителю более эффективно управлять процессом обучения.

В последнее время идея программированного обучения всё чаще стала внедряться в практику физического воспитания. Однако, несмотря на то, что программированное обучение получило признание, оно еще не заняло должного места в процессе обучения двигательным действиям учащихся в школе. Одна из причин - отсутствие методической обеспеченности внедрения этого метода. Учитывая это обстоятельство, рассмотрим один из вариантов программированного обучения – предписания алгоритмического типа, разработанный А.М. Шлеминым. (см.схема 1).

**Схема 1**

Учащийся

Оценка

Упражнения

физической

подготовки

Исходные и конечные положения изучаемого движения

Действия, обеспечивающие условия выполнения изучаемого движения

Умение управлять своими движениями

Подводящие упражнения и части изучаемого движения

Изучаемое

движение

Изучаемое

движение

Подводящие упражнения и части изучаемого движения

Умение управлять

движениями

Действия, обеспечивающие условия выполнения изучаемого движения

Исходные и конечные положения изучаемого движения

Упражнения

физической подготовки

### Выполнение учебных заданий предписаний алгоритмического типа

# Элементы информации предписания алгоритмического типа и варианты прямой связи

Обучающий

Метод предписания алгоритмического типа является одной из составных частей программированного обучения. Он предусматривает разделение учебного материала на серии учебных заданий, последовательное выполнение которых приводит к освоению изучаемых упражнений. При этом только овладение предыдущими сериями учебных заданий дает возможность переходить к следующей серии. Данный метод обучения мною применяется не только при разучивании гимнастических упражнений, но и на уроках легкой атлетики, лыжной подготовки и спортивных играх. Предписания алгоритмического типа являются рациональным методом при обучении учащихся основам техники владения мячом на уроках волейбола и баскетбола. Наглядным примером является обучение учащихся броску одной рукой сверху в движении после ведения мяча. Известно, что на фоне развитых физических качеств гораздо быстрее формируются двигательные навыки.

Следовательно, в первую серию учебных заданий включаю упражнения на развитие, тех двигательных качеств, которые необходимы для выполнения броска одной рукой сверху в движении, т.е. упражнения для развития чувства мяча, прыгучести, координации движения, силы мышц рук и т. д. При этом в качестве контрольных использую упражнения, выполняемые в строго определенной форме: регламентируется скорость выполнения, амплитуда, исходные и конечные положения, количество подходов.

Вторая серия учебных заданий включает упражнения на освоение исходных и конечных положений изучаемого броска. Например, известно, что в основе данного броска лежит двухшажная техника. Поэтому вначале изучаем двойной шаг, доставая подвешенные ориентиры (мяч) на регулируемой высоте. Затем для обязательного выделения правой ногой широкого шага, используем зрительные ориентиры (коридор, гимнастический мат). Далее соединяем движения рук и ног.

Третью серию составляют подводящие упражнения и части изучаемого двигательного действия. При этом соблюдаем правило, согласно которому отдельные части сложно-координационного движения, требующего целевой точности, осваиваются в обратном порядке. В связи с этим в начале отрабатываем заключительную фазу броска, отталкивание левой ногой и мах правым бедром вверх, прыжок и бросок правой рукой. Затем это движение соединяем с коротким, стопорящим шагом левой ногой, а в дальнейшем с ловлей мяча после ведения под правую ногу.

Четвертая серия учебных заданий включает действия, связанные с обучением умению оценивать выполнение движений в пространстве, времени и по степени мышечных усилий, т. е. умению оценивать выполнение броска после ведения с разной скоростью и с различных расстояний и сторон по отношению к щиту.

Пятая серия включает в себя выполнение изучаемого упражнения в целом, сначала в облегченных условиях и с помощью, а затем самостоятельно и с возможными усложнениями:

* бросок в движении одной рукой сверху после ведения под разными углами к щиту;
* то же, но на высокой скорости;
* сочетание броска в движении с другими техническими приемами: после вращения вокруг туловище, после выполнения обманного движения в сторону, после ловли мяча;
* бросок в движении с пассивным и активным сопротивлением защитника и др.

Таким образом, педагогические преимущества метода алгоритмических предписаний заключаются в том, что облегчается процесс усвоения действия. К цели ученик подходит путем постепенного накопления запаса частных двигательных умений, из которых и формируется нужное действие. Такая организация работы позволяет концентрировать внимание на каждой детали, осознавать ее роль в целом двигательном акте, что ведет к более тщательному освоению элементов и действия в целом.В результате уменьшаются сроки обучения, повышается общая культура движения. Использованиеметода алгоритмических предписаний делает процесс обучения на каждом занятии более интересным, осознанным**,** а, следовательно, и мотивированным.

В процессе работы использую дидактический материал с описанием серий упражнений (с рисунками) и контрольных заданий, выполнение которых дает право переходить к реализации следующей серии (приложение 1).

Необходимо отметить, что при обучении школьников двигательным действиям не всегда пользуюсь предписаниями алгоритмического типа. Многие упражнения (строевые, общеразвивающие, прикладные и т. д.) можно освоить по сложившейся общепринятой методике.

Для оценки эффективности применения предписания алгоритмического типа, я решил изучить степень влияния игровых видов спорта на динамику внутригруппового взаимодействия школьников. Для этого мною была использована методика трансактного анализа, разработанная Э. Берном (приложение 3).

В личности каждого человека обнаруживаются три составляющие, однако при условии плохого воспитания личность может деформироваться так, что одна составляющая начинает подавлять другие, что обусловливает нарушение общения и переживается человеком, как внутреннее напряжение.

Таблица 1

Инстанция «Я» и типичные способы поведения и высказывания.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Инстанция Я | | Типичные способы поведения, высказывания |
| Родитель | Заботливый  родитель | Утешает, исправляет, помогает  «Это мы сделаем»  «Не бойся»  «Мы все тебе поможем» |
| Критический родитель | Грозит, критикует, приказывает  «Опять ты опоздал на работу?»  «У каждого на столе должен быть график» |
| Взрослый | | Собирает и дает информацию, оценивает, вероятность принимает решения  «Который час?»  «У кого же может быть это письмо?»  «Эту проблему мы решим в группе» |
| Ребенок | Спонтанный  ребенок | Естественное, импульсивное, хитрое, эгоцентричное поведение  «Это дурацкое письмо у меня уже третий раз на столе»  «Вы это сделали просто замечательно!» |
| Приспосабливающийся ребенок | Беспомощное, боязливое, приспосабливающиеся к нормам, уступчивое поведение  «Я бы с радостью, но у нас будут неприятности» |
| Бунтующий  ребенок | Протестующее, бросающее вызов поведение  «Это я делать не буду!»  «Вы этого сделать не сможете» |

**Организация исследования**

Исследование проводилось в течение двух лет (2011-2012, 2012-2013 учебный год) в 5 «Б» классе - 6 «Б» классе (экспериментальная группа) и 5 «А» - 6 «А» классе (контрольная группа). Мною были организованы занятия на уроках физической культуры в 5-6 «Б» классе и обследовано первично и по окончанию учебного года (экспериментальная группа) 25 обучающихся из них 5 обучающихся имеют подготовительную группу, 5-6 «А» класс (контрольная группа) –25 человек из них 4 обучающихся имеют подготовительную группу.

**Изучение уровня подготовленности**

Для изучения уровня подготовленности учащихся в целевой точности в сочетании с быстротой мною был использован следующий набор тестов по методике изучения РАФК.

1. Ведение баскетбольного мяча по ориентирам (нарисованными на полу кругами большого и малого диаметра) на максимальной скорости при изменении требований к целевой точности. Диаметр больших кругов составлял 50 см, малых 25 см, расстояние между кругами по всем направлениям 1 метр. На выполнении теста давалось две попытки, лучшее время регистрировалось, в случае неправильного выполнения попытка не засчитывалась.

Таблица 2

Оценка теста по методике РАФК

|  |  |
| --- | --- |
| Время, сек | Оценка |
| 120 | 2 |
| 100 | 3 |
| 95 | 4 |
| 90 и ниже | 5 |

2. Метание в круг на стене удобной рукой теннисного мяча. Круг (D = 0,3 метра) очерчен на стене, на высоте 150 см от пола. Всего выполнялось 20 метаний. Регистрировалось количество попаданий за 20 секунд.

Таблица 3

Оценка теста по методике РАФК

|  |  |
| --- | --- |
| Число попаданий | Оценка |
| До 5 | 2 |
| От 5 до 8 | 3 |
| От 8 до 10 | 4 |
| От 10 | 5 |

В период исследования в экспериментальной группе особое внимание уделялось созданию рабочей атмосферы, все конфликт между учащимися решались в игровой форме, конфликтующие учащиеся намеренно выбирались в одну команду, было увеличенное количество школьных соревнований, по возможности от класса выставлялись команды для участия в городских соревнованиях по баскетболу. А также велась работа по формированию навыка контроля мяча в движении, ведению его поочередно обеими руками, с разной скоростью, в разных направлениях и с разной высотой отскока и выполнению броска в конце ведения мяча (приложение 2).

**Оценка теста по методике РАФК**

Для оценки данных тестов на начало и на конец эксперимента мною производился подсчет средних значений в группе, и далее была вычислена разница между начальным значением и конечным значением, описанная мною в исследовании как прирост показателя за период эксперимента. Для оценки равномерности значений прироста внутри группы, что показывает одинаковость значений по выполнению теста внутри группы, то есть по каждому участнику в группе, мною приведены графики, на которых точками значений на линии представлены показатели каждого тестируемого.

**Сравнение динамики прироста контрольной и экспериментальной группы**

(тест 1 на прохождении дистанции)

Средний результат прироста в контрольной группе составил 0,48 сек, а в экспериментальной группе 13,24 секунды, школьники контрольной группы отличаются по показателям значительно. Это свидетельствует об эффективности используемого метода.

График 1

График 2

**Сравнение динамики прироста контрольной и экспериментальной группы**

(тест 2 на попадания мяча в цель)

Из графика 3 мы можем видеть прирост результатов, как в контрольной, так и экспериментальной группе. Но контрольная группа значительно уступает по показателям среднее значения показателей составило 0,86 попадания (контрольная группа) и 5,37 попадания (экспериментальная группа).

Диаграмма 1

**Изучение динамики внутригрупповой ориентации**

Для изучения динамики внутри групповой ориентации использована методика Э. Берна (приведенные высказывания оценивались в баллах от 0 до10).

Таблица 4.

Тест «трансактный анализ общения»

| № | Высказывание | Личная оценка высказывания |
| --- | --- | --- |
| 1 | Мне порой не хватает выдержки |  |
| 2 | Если мои желания мешают мне, то я умею их подавлять |  |
| 3 | Родители как более зрелые люди, должны устраивать семейную жизнь своих детей |  |
| 4 | Я иногда преувеличиваю свою роль в каких-то событиях |  |
| 5 | Меня провести нелегко |  |
| 6 | Мне бы понравилось быть воспитателем |  |
| 7 | Бывает, мне хочется подурачиться как маленькому |  |
| 8 | Думаю, что я правильно понимаю все происходящие события |  |
| 9 | Каждый должен выполнять свой долг |  |
| 10 | Нередко я поступаю не как надо, а как хочется |  |
| 11 | Принимая решения, я стараюсь продумать его последствия |  |
| 12 | Младшее поколение должно учиться у старших, как ему следует жить |  |
| 13 | Я , как и многие люди, бываю обидчив |  |
| 14 | Мне удается видеть в людях больше, чем они говорят о себе |  |
| 15 | Дети должны безусловно следовать указаниям родителей |  |
| 16 | Я – увлекающийся человек |  |
| 17 | Мой основной критерий оценки человека – объективность |  |
| 18 | Мои взгляды непоколебимы |  |
| 19 | Бывает, что я не уступаю в споре лишь потому, что не хочу уступать |  |
| 20 | Правила оправданы лишь до тех пор пока они полезны |  |
| 21 | Люди должны соблюдать все правила независимо от обстояте |  |

Таблица 5.

Калькуляция теста Берна

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Я – состояние | | Суммируемые строки | Сумма баллов |
| Д | «Дитя» | 1,4,7,10,13,16,19. |  |
| В | «Взрослый» | 2,5,8,11,14,17,20. |  |
| Р | « Родитель» | 3,6,9,12,15,18,21. |  |

**Оценка теста по методике Берна**

Далее мною был проведен трансактный анализ общения внутри группы. Тестирование проведено в начале и конце эксперимента в обеих группах.

Для анализа использовалась методика сравнения средних значений по каждой позиции, расчет проведён по формуле:

Д =(сумма по значениям ответов на номера вопросов (1, 4, 7, 10, 13, 16, 19))/число тестируемых

В =(сумма по значениям ответов на номера вопросов (2, 5, 8, 11, 14, 17, 20))/число тестируемых.

Р =(сумма по значениям ответов на номера вопросов (3,6,9, 12, 15, 18, 21) )/число тестируемых.

**Диаграмма 2**

**Динамика теста трансактного анализа,**

**(контрольная группа до эксперимента)**

**Распределение позиций тестирования**

**(контрольная групп на начало эксперимента)**

Социальные роли, как средство внутригруппового общения, внутри контрольной группы распределены неравномерно, число школьников, имеющих роль «дитя» 29%, имеющих роль «родитель» 54%, имеющих роль «взрослый» 17%. Учащиеся не внимательны на уроках, трудно усваивают учебный  материал, постоянно требуют контроля  со стороны учителей предметников, классного руководителя и родителей. В классе имеют место постоянные конфликты.



**Диаграмма 3**

**Динамика теста трансактного анализа,**

**(контрольная группа после эксперимента)**



**Распределение позиций тестирования в**

**(контрольной группе на конец эксперимента)**

На конец эксперимента в контрольной группе наблюдается иная картина модели внутригруппового взаимодействия: 12% школьников приняли на себя внутригрупповую позицию «взрослый», тогда как позицию «дитя» занимают 45%, позицию «родитель» 43% . Класс более авторитарен, разобщен, внутригрупповые конфликты снизились, но эта заслуга работы педагогического коллектива школы совместно с родителями.

**Диаграмма 4**

**Динамика теста трансактного анализа**

**( экспериментальная группа до эксперимента)**

**Распределение позиций тестирования**



**(экспериментальная группа на начало эксперимента)**

Социальные роли, как средство внутригруппового общения, внутри экспериментальной группы распределены не равномерно, число школьников, имеющих роль «дитя» 40%, имеющих роль «родитель» 47%, имеющих роль «взрослый» 13%.   В классе есть учащиеся с девиантным поведением. С ними ведётся индивидуальная работа. Очень бурно реагируют на замечания, вступают в спор. Необходима постоянная работа по профилактике вредных привычек.

**Диаграмма 5**

**Динамика теста**

**( экспериментальная группа после эксперимента)**

**Распределение позиций тестирования**



**(экспериментальная группе на начало эксперимента)**

Социальные роли, как средство внутригруппового общения, внутри экспериментальной группы распределены следующим образом, число школьников, имеющих роль «дитя» 17%, имеющих роль «родитель» 34%, имеющих роль «взрослый» 49%. К концу эксперимента класс заметно изменился, имеющиеся конфликты на начало года, практически исчезли. Оставшиеся спорные моменты решались без приглашения родителей. На конец эксперимента учащиеся экспериментальной группы стали более сплоченными у них появились общие интересы, 9 человек стали посещать секции по баскетболу. При выполнение заданий заметна, возросла взаимопомощь и взаимовыручка. В классе выросла успеваемость по основным предметам. У двоих обучающихся сняли подготовительную группу.

***Педагогическая целесообразность***: в процессе реализации проекта у детей вырабатывается характер, упорство, здоровое желание быть лучше других, развивают лидерские качества. Групповые игры учат сплоченности, товариществу, взаимовыручке. Так как для большинства подвижных игр необходимо достаточно большое количество игроков, то игровой процесс, кроме следования правилам игры как таковой, включает в себя и постоянное общение со сверстниками, а значит, создаются благоприятные условия для успешной социальной адаптации формирующейся личности в будущем.

**Ресурсы.**

При разработке проекта использовались следующие ресурсы:

-временные – проект является долгосрочным;

-информационные – сбор, обработка, анализ информации, нужной для реализации проекта, его представление в учебном заведении и за его пределами;

-интеллектуальные – владение проектной методикой, групповыми и индивидуальными формами работы,

-здоровье сберегающие - знания психологии и возрастных особенностей обучающихся;

-человеческие (кадровые) – подбор и подготовка педагогических работников, призванных обеспечить внедрение проекта, обучающиеся школы;

-организационные («административный» ресурс) – создание творческой группы по реализации проекта.

**6. Партнеры.**

Организовано сетевое взаимодействие школьных коллективов с различными социальными институтами города Нефтеюганска. ДЮСШ №2, Дворец спорта «Сибиряк» (отделение баскетбола).

**7. Целевая группа.**

В реализацию проекта включены обучающиеся 5 – 6 классов. При этом мною обеспечивается индивидуальный подход к детям: давая задания, соответствующие уровню их возможностей, постепенно усложняю содержание работы. Учащиеся осваивают элементы организационной деятельности лидера, сотрудника, исполнителя, получая социальный опыт практической деятельности, опыт адекватной самооценки, опыт развития коммуникативной компетентности и других социальных навыков.

**8. План реализации проекта.**

Этапы реализации проекта.

***I этап***– подготовительный (сентябрь – октябрь 2011 год)

* анализ медико–психолого педагогических условий обучения, методической, спортивной литературы по проблеме исследования;
* анкетирование обучающихся с целью выявления интереса к занятиям физической культурой;
* разработка специальных упражнений, основанных на предписаниях алгоритмического типа.
* тестирование координационных возможностей.
* Тестирование по методике Э.Берна.

***II этап*** – практический (2011 – 2013г.г.) – 2 года

* проведение занятий;
* участие в соревнованиях школьного и муниципального уровней.

***III этап*** – аналитический (май-апрель 2013г.).

анализ результатов работы по двум направлениям: результаты обучающихся, результаты педагога.

**9. Ожидаемые результаты:**

**1.**Укрепление здоровья обучающихся и формирования у них навыков

здорового образа жизни.

1. Развитие умений работать в коллективе, лидерских качеств.
2. Улучшение межличностных отношений внутри группы, (класса).
3. Самостоятельное освоение упражнений основанных на предписаниях алгоритмического типа.
4. Повышение мотивации обучающихся к посещению секций направленных на игровые виды спорта.

**10. Перспективы дальнейшего развития проекта**

Проект имеет дальнейшую перспективу развития, так как физическое воспитание является приоритетом современного образования, что нашло свое отражение в Федеральном государственном образовательном стандарте в национальной образовательной инициативе «Наша новая школа», а также в послании Президента РФ федеральному собранию (2012 год).

На данный момент школы Ханты-Мансийского округа нередко многонациональны, в связи с этим возникают трудности в их сплочении внутри школьного коллектива. Введение в школьную программу большего количество игровых командных видов спорта и специальных упражнений, основанных на предписаниях алгоритмического типа частично решают проблему внутри группового взаимодействия.

На данный момент опыт, предъявленный в данном проекте, может быть легко воспроизведен в школах и секциях, а также в отделениях дополнительного образования.

**Выводы:** Необходимо заметить, что на уроках физической культуры я не ограничиваюсь одним методом или однообразными упражнениями. Только при разнообразии достигается больший успех в обучении. Стараюсь максимально использовать преимущества разнообразия методов и нейтрализовать недостатки. При этом результативность оцениваю, прежде всего, по качеству овладения учебным материалом при одновременном содействии оздоровлению и воспитанию учеников. Правильный подбор метода позволяет формировать навыки сравнительно быстро, повышая самостоятельность и активность учащихся в процессе усвоения учебного материала. У учителя появляется возможность эффективнее управлять учебной деятельностью занимающихся: индивидуализировать обучение, сочетая его с коллективной работой, рациональным использованием всего комплекса средств обучения.

Творческая новизна проявляется в возможности дифференцированно использовать материал, умении обосновывать заранее подготовленные интуитивные решения, видеть ближнюю, среднюю и дальнюю перспективы в работе, видеть множество вариантов решения одной и той же проблемы.

**11.Достижения**

**Результаты участия в олимпиадах по физической культуре**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 2009-2010  Учебный год | Авдеев  Богдан | 7 «В»  класс | Победитель Муниципального этапа Всероссийской олимпиады школьников по физической культуре | |
| 2009-2010  Учебный год | Диль Екатерина | 9 «А» класс | Призер Муниципального этапа Всероссийской олимпиады школьников по физической культуре | |
| 2010-2011  Учебный год | Лучко Клара | 9 «А»  класс | Призер Муниципального этапа Всероссийской олимпиады школьников по физической культуре | |
| 2010-2011 учебный год | Авдеев  Богдан | 8 «В»  класс | Победитель Муниципального этапа Всероссийской олимпиады школьников по физической культуре | |
| 2010-2011 учебный год | Разщепкин Максим | 7 «Л» класс | Призер Муниципального этапа Всероссийской олимпиады школьников по физической культуре | |
| 2011-2012 учебный год | Лучко  Клара | 10 «А»  класс | Призер Муниципального этапа Всероссийской олимпиады школьников по физической культуре | |
| 2011-2012 учебный год | Каримова Вероника | 9 «Л»  класс | Призер Муниципального этапе Всероссийской олимпиады школьников по физической культуре | |
| 2011-2012 учебный год | Аллагирова Валерия | 9 «Л»  класс | Призер Муниципального этапа Всероссийской олимпиады школьников по физической культуре | |
| 2012-2013 учебный год | Разщепкин Максим | 10 «Л» класс | Победитель Муниципального этапа Всероссийской олимпиады школьников по физической культуре | |
| **Результаты участия в спартакиадах и состязаниях** | | | | |
| 2008-2009 учебный год | Команда  учащихся  5-6 классов | ХМАО | | 3 место в финале округа по легкой атлетике в рамках спартакиады «Олимпийская Юность Югры» г.Югорск |
| 2008-2009 учебный год | Команда  учащихся  5-6 классов | ХМАО | | 1 место в зональном первенстве по баскетболу в рамках спартакиады «Олимпийская Юность Югры» г. Нефтеюганск |
| 2008-2009  Учебный год | Команда  учащихся  5-6 классов | ХМАО | | 2 место в финале округа по баскетболу в рамках спартакиады «Олимпийская Юность Югры» г.Нижневартовск |
| 2010-2011 учебный год | Команда  учащихся  9-11 классов | город | | 1 место в спартакиаде города среди общеобразовательных школ города в рамках спартакиады обучающихся |
| 2011-2012 учебный год | Команда  учащихся  9-11 классов | город | | 2 место в спартакиаде города среди общеобразовательных школ города в рамках спартакиады обучающихся |
| 2011-2012 учебный год | Команда  учащихся  5-8 классов | город | | 1 место в спартакиаде города среди общеобразовательных школ города в рамках спартакиады обучающихся |
| 2012-2013 учебный год | Команда  учащихся  6 «Р» класса | 1 место во II этапе Всероссийских спортивных соревнованиях школьников «Президентские состязаний»  Г. Нефтеюганск | | |
| 2012-2013 учебный год | Команда  учащихся  10 «Б»  класса | 1 место во II этапе Всероссийских спортивных соревнованиях школьников «Президентские состязаний»  Г. Нефтеюганск | | |
| 2012-2013 учебный год | Команда  учащихся  2000-2001 г.р. | 1 место во II этапе Всероссийских спортивных соревнованиях школьников «Президентские игры»  Г. Нефтеюганск | | |
| 2012-2013 учебный год | Команда  учащихся  1996-1997 г.р. | 1 место во II этапе Всероссийских спортивных соревнованиях школьников «Президентские игры»  Г. Нефтеюганск | | |
| 2012-2013 учебный год | Команда  учащихся  2000-2001 г.р.  (5-6 класс) | 2 место во III этапе Всероссийских спортивных соревнованиях школьников «Президентские игры»  Г. Сургут | | |

**11.** **Учебно-методическое обеспечение программы**

**Список литературы**

1. Комплексная программа Физического воспитания учащихся 1- 11классов, В.И. Лях, А.А. Зданевич, 5-е изд. Москва: «Просвещение», 2008. Министерство образования и науки Российской Федерации.
2. Конаржевский Ю. А. Актуальная проблема современного образования: IV Всеросийские Конаржевские чтения 8 ноября 2012 года /сост.О. Д. Лапицкая.- Псков: ПОИПКРО.- 2012 – 72с.
3. Ланда Л. Н. Алгоритмизация в обучении. –М.: Просвещение, 1996.
4. Лях В. И., Мейксон Г. Б. Физическое воспитание V-VII классов. – М.: Просвещение, 2008.
5. Матвеев, А.П. «Методика физического воспитания в начальной школе». М., Владос-Пресс, 2008. – 247с.
6. Муравьев В.А., Залетаев И. П. Анализ проведения урока физкультуры –М.: Спорт Академ Пресс, 2002.
7. Семёнов Л. П. Советы тренерам. – М.: Физкультура и спорт, 1980.
8. Шлемин А. М. Один из эффективных методов. // Физическая культура в школе. – 1981. – №11 – с. 26.
9. Шлемин А. М. Упражнения в висах и упорах. // Физическая культура в школе. – 1987. – №10 – с. 20.
10. Развитие личности ребенка.— М., 2007, (Язык и общение детей: 74—98. Когнитивное развитие: 99—130. Интеллект и достижения детей: 131—150.)

**Приложение 1**

**Раздел «Баскетбол».**

**Бросок мяча сверху одной рукой в движении после ведения.**

**Предписания алгоритмического типа:**

Первая серия

1. Прыжки с ноги на ногу. Толчковая нога при отталкивании полностью выпрямляется во всех суставах, а маховая, согнутая в коленном суставе, энергично посылается коленом вперед-вверх.
2. Перепрыгивание гимнастических матов, скамеек и определенных коридоров обозначенных учителем.
3. Доставание подвешенного мяча на регулируемой высоте толчком левой (для правшей) и махом правой с малого разбега.

Контрольное упражнение**:** широкий шаг правой ногой, короткий и стопорящий левой с выпрыгиванием вверх (сочетание двух шагов).

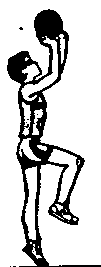
Вторая серия

1. Бег с остановкой в два шага (произвольно, в заранее обусловленном месте, по звуковому и зрительному сигналам).
2. Остановка в два шага с последующим отталкиванием стопорящей, опорной ногой и выпрыгиванием вверх.

Контрольное упражнение: прыжок на правую ногу удлиненным шагом (через гимнастический мат или обозначенный коридор), стопорящий шаг на левую ногу с последующим отталкиванием и доставанием подвешенного мяча рукой.

Третья серия

1. Бросок из-под корзины после отталкиванием левой ногой и махом правым бедром.



1. То же, но после шага левой ногой (с пятки на носок и с выведением мяча на кисть правой руки над головой).
2. То же, но после предпоследнего, широкого шага правой ногой.
3. И.п.- в 2-3 м. от щита правая нога сзади (для правшей), энергично посылая мяч вперед-вниз, поймать мяч под широкий шаг правой, выполнить короткий стопорящий шаг левой и в прыжке направить мяч легким движением кисти в корзину.

Контрольное упражнение: бросок одной рукой сверху в движении после ведение мяча на месте, в корзину.

Четвертая серия

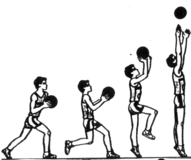
1. Бросок в движении одной рукой сверху после ведения мяча под разными углами к щиту.
2. То же, но на высокой скорости.

Контрольное упражнение: выполнить бросок в движении после ведения, ударяя мяч о пол всего два раза, стоя на баскетбольной трехочковой линии под прямым углом к щиту.

Пятая серия

1. Сочетание броска в движении с другими техническими приемами (вращение мяча вокруг туловища, обманное движение на передачу мяча в сторону, обводка линии разметки и др.).
2. Бросок в движении с сопротивлением защитника.

Контрольное упражнение: выполнение броска в движении одной рукой сверху после ведения с права от щита правой рукой, с лева от щита левой рукой, с оцениванием техники броска.



**Приложение 2**

Исходное положение: слегка согнув ноги в коленях, поднять голову, смотреть не на мяч, а вперед по ходу движения. Рука касается мяча только кончиками разведенных пальцев.

Упражнение 1. Стоя на месте, «ведите» мяч, посылая его в пол движеньем запястья. Проделайте это не менее 25 раз каждой рукой, меняя высоту отскока от пояса до колен. Бросок в кольцо.

Упражнение 2. Начинайте ведения мяча по залу, по сигналу тренера (свисток или хлопок в ладоши). По сигналу резко меняйте направление движения. Для себя отмечайте, насколько быстро вы реагируете на сигнал, ведя мяч «сильной» рукой или «слабой».

Упражнение 3. Выполните 10 касаний мяча, на медленной скорости, потом на средней и на высокой. Старайтесь полностью контролировать мяч. Бросок в кольцо.

Упражнение 4. Проведите мяч вокруг зала против часовой стрелки, поочередно «сильной» и «слабой» руками. Проделайте то же самое в обратном направлении. Все время меняйте скорость движения.

Упражнение 5. Мяч лежит на полу. Движением кисти заставьте его начать отскакивать от пола и ведите его по залу.

Упражнение 6. Начните ведение мяча при его отскоке до уровня пояса и постепенно снижайте высоту отскока до предельно низкого для вас уровня. Достигнув его, резким движением кисти увеличьте отскок вновь до пояса. Бросок в кольцо.

Упражнение 7. Попробуйте «вести» мяч, стоя на коленях, в положении сидя и лежа. Удастся ли вам поддержать отскок мяча и, встав на ноги, начать движение по залу?

Упражнение 8. Проведите мяч поперек зала туда и обратно, заложив одну руку за спину. Повторите то же самое, ведя мяч другой рукой.

Упражнение 9. Расставьте ноги в положение «ножницы» (одна впереди, другая сзади) и передавайте мяч с руки на руку отскоками между ног. Проделайте тоже самое, сменив положение ног. Бросок в очерченный на стене круг при каждой перемене ног.

Упражнение 10. «Ведите» мяч, стоя на месте, но вращая тело на носке одной (опорной) ноги по часовой стрелке и обратно. Меняйте положение ног и руку, ведущую мяч. Бросок в очерченный на стене круг при каждой перемене ног.

Упражнение 11.Стоя на месте, заставьте мяч сделать несколько отскоков вперед, потом быстро верните его назад. Делайте это в самом быстром темпе, представьте себе, что соперник пытается отобрать у вас мяч. Проделайте такой же маневр с отведением мяча в сторону, передавая мяч с руки на руку.

Упражнение 12. Проделайте «челночные ходы» - несколько шагов вперед, затем назад, сначала с высоким отскоком мяча, затем с низким. Выполняйте маневр поочередно обеими руками. Отмечайте для себя, при каком отскоке мяча «челночный ход» удается вам быстрее.

Упражнение 13. Попеременно ведите мяч (то правой, то левой рукой), меняя отскок мяча, от низкого (ниже коленей) до высокого (до уровня пояса). Повторяйте упражнение на более высокой скорости, наращивая ее до оптимальной, позволяющей вам надежно контролировать мяч.

Упражнение 14. Стоя на месте, проделайте «ведение» мяча за спиной. Попробуйте передавать мяч отскоком с руки на руку.

Упражнение 15. Проведите мяч поперек зала, от стены до стены, не глядя на него. Повторяйте упражнение, постепенно наращивая скорость, поочередно меняя руку. Бросок в кольцо.

Приведенные выше упражнения перечислены примерно по степени нарастания сложности. По мере освоения класса всего комплекса, эти упражнения использую для индивидуальной разминки перед началом урока.

**Приложение 3**

Трансактный анализ был основан Эриком Берном в 1955 г. (США). В основе анализа лежит философское предположение о том, что каждый человек будет "в порядке" тогда, когда он будет сам держать свою жизнь в собственных руках и сам будет за нее нести ответственность. Трансакция это действие (акция), направленное на другого человека. Это единица общения. Концепция Э.Берна была создана в ответ на необходимость оказания психологической помощи людям, имеющим проблемы в общении. Э.Берн выделяет три составляющие личности человека, которые обусловливают характер общения между людьми: родительское, взрослое, детское.

Родительское (Родитель - Р), которое подразделяется на заботливое родительское состояние Я, критическое родительское состояние Я. Родительское Я, состоящее из правил поведения, норм, позволяет индивиду успешно ориентироваться в стандартных ситуациях, "запускает" полезные, проверенные стереотипы поведения, освобождая сознание от загруженности простыми и обыденными задачами. Кроме того, Родительское Я обеспечивает с большой вероятностью успеха поведение в ситуациях дефицита времени на размышления, анализ, поочередное рассмотрение возможностей поведения

Взрослое (Взрослый - В) состояние Я воспринимает и перерабатывает логическую составляющую информации, принимает решения преимущественно обдуманно и без эмоций, проверяя их реальность. Взрослое Я, в отличие от Родительского, способствует адаптации не в стандартных, однозначных ситуациях, а уникальных, требующих размышлений, дающих свободу выбора и, вместе с этим, необходимость осознания последствий и ответственного принятия решений.

Детское (Дитя - Д, или Ребенок) состояние Я следует жизненному принципу чувств. На поведение в настоящем влияют чувства из детства. Детское Я также выполняет свои, особые функции, не свойственные двум другим составляющими личности. Оно "отвечает" за творчество, оригинальность, разрядку напряжения, получение приятных, иногда "острых", необходимых в определенной степени для нормальной жизнедеятельности впечатлений. Кроме того, Детское Я выступает на сцену, когда человек не чувствует достаточно сил для самостоятельного решения проблем: не способен преодолеть трудности или/и противостоять давлению другого человека. Это Я подразделяется на: естественное детское Я (спонтанные реакции типа радости, печали и т.д.), приспосабливающееся детское Я приспосабливающийся, прислуживающийся, боязливый, виноватый, колеблющийся и т.п.), возражающее детское Я.

С позиции родителя "играются" роли отца, старшей сестры, педагога, начальника. С позиции взрослого - роли соседа, случайного попутчика, подчиненного, знающего себе цену, и т.д. С позиции ребенка - роли молодого специалиста, артиста - любимца публики, зятя.