

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. АСТАФЬЕВА»
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина

Выпускающая кафедра педагогики

Боженова Анастасия Александровна

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА


Тема: «Формирование командного взаимодействия обучающихся пятых классов на уроках физической культуры»

Направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы Физическая культура

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Зав. кафедрой
доктор педагогических наук,
профессор Адольф В.А.



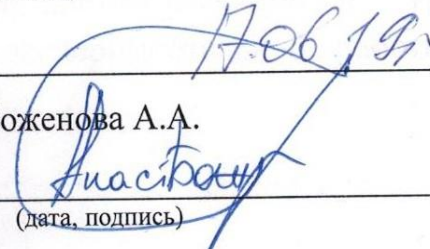
(дата, подпись)

Научный руководитель
кандидат педагогических наук,
доцент Бакшеева З.К.

Дата защиты _____

Обучающийся Боженова А.А.

10.06.19



(дата, подпись)

Оценка

Отлично

(прописью)

Красноярск 2019

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	3
Глава I. Теоретические основы формирования командного взаимодействия пятиклассников на уроках физической культуры	8
1.1. Психолого-педагогические особенности обучающихся среднего звена общеобразовательной школы	8
1.2. Сущность понятия «команда» в социально-педагогических исследованиях	14
1.3. Подвижные игры как эффективное средство формирования командного взаимодействия пятиклассников	20
<i>Выводы по первой главе</i>	<i>29</i>
Глава II. Организация и проведение опытно-экспериментальной работы по формированию командного взаимодействия пятиклассников на уроках физической культуры	31
2.1. Обоснование комплекса подвижных игр, направленных на формирование командного взаимодействия пятиклассников на уроках физической культуры	31
2.2. Оценка физической подготовленности и физического состояния пятиклассников	37
2.3. Апробация комплекса подвижных игр, направленных на формирование командного взаимодействия пятиклассников на уроках физической культуры, и анализ опытно-экспериментальной работы по проверке его эффективности	42
<i>Выводы по второй главе</i>	<i>59</i>
Заключение	60
Практические рекомендации	62
Список использованных источников	63

Введение

Актуальность. В настоящее время современное общество диктует каждому человеку определенные требования, которые он должен соблюдать для того, чтобы плодотворно жить и трудиться. Среди этих требований особо нужно отметить быструю ориентацию на изменения во внешней среде, качественную интерпретацию получаемой извне информации, адекватную и быструю оценку в сложившейся конкретной ситуации. Достаточно мобильно и эффективно с данными требованиями справляются только те люди, которые умеют работать в команде, посредством создания наиболее благоприятных условий совместного труда.

Поэтому на сегодняшний день актуальной проблемой является подготовка подрастающего поколения, способного объединить свои усилия в процессе решения поставленной задачи с целью выработки наиболее адекватного ситуации решения и быстрого его достижения. А это значит, что команда – это не только модное слово, а реально функционирующая структура, которая все чаще используется для эффективного выполнения задач в различных сферах деятельности. Перед отечественной системой образования стоит важная задача подготовки обучающихся к жизни в быстро меняющихся условиях, способных работать в команде и обладать для этого соответствующими умениями и навыками, которые являются универсальными, т.к. могут использоваться в самых разнообразных областях жизнедеятельности человека (промышленности, экономике, политике, спорте и др.).

В Федеральном государственном образовательном стандарте основного общего образования в портрете выпускника основной школы акцентируется внимание на том, что он уважает других людей, умеет вести конструктивный диалог, достигать взаимопонимания, сотрудничать для достижения общих результатов [45]. В метапредметных результатах освоения основной образовательной программы основного общего образования в пункте 9 также

нашло отражение умение взаимодействовать в команде – «умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов» [45].

Необходимым потенциалом в реализации данного направления и для достижения указанного метапредметного результата обладают многие учебные предметы, в том числе и физическая культура, располагающая целым арсеналом командных игр: футбол, баскетбол, волейбол и др., где опять же перед педагогом встает задача научить школьников слаженно играть в команде. Эффективными средствами для её решения могут выступать подвижные игры и игровые упражнения.

Вышеизложенное позволяет утверждать, что в современной образовательной теории и практике существует **противоречия** между:

- возросшей потребностью общества в выпускниках образовательных организаций, владеющих навыками командного взаимодействия для решения социальных и будущих профессиональных задач, и сохраняющимися традиционными подходами к организации образовательного процесса в нынешней системе образования, не обеспечивающей развитие командного взаимодействия в образовательном процессе;

- социальным заказом системы образования на воспитание высоконравственной личности, умеющей продуктивно работать в команде, и недостаточным использованием в этом воспитании потенциала уроков физической культуры в общеобразовательной школе;

- многообразием подвижных игр, находящихся в арсенале учителя физической культуры, и их фрагментарным использованием в формировании командного взаимодействия обучающихся на уроках физической культуры.

На основании выявленных противоречий определена **проблема** исследования: какова роль подвижных игр в формировании командного

взаимодействия пятиклассников на уроках физической культуры? Обозначенные актуальность, противоречия и проблема обусловили выбор **темы исследования: «Формирование командного взаимодействия обучающихся 5 классов на уроках физической культуры».**

Объект исследования: образовательный процесс по физической культуре в среднем звене школы.

Предмет исследования: комплекс подвижных игр, направленный на формирование командного взаимодействия пятиклассников на уроках физической культуры.

Цель исследования: разработать, теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность комплекса подвижных игр, направленных на формирование командного взаимодействия пятиклассников на уроках физической культуры.

Гипотеза исследования: формирование командного взаимодействия обучающихся 5 классов на уроках физической культуры будет эффективным если:

- выявлены и учтены особенности формирования командного взаимодействия пятиклассников;
- изучены теоретические основы и методологические подходы к процессу формирования командного взаимодействия у учащихся пятых классов посредством подвижных игр;
- разработан и реализован комплекс подвижных игр, направленный на формирование командного взаимодействия пятиклассников на уроках физической культуры.

В соответствии с поставленной целью, объектом, предметом и гипотезой определены следующие **задачи** исследования:

1. Проанализировать учебно-методическую литературу по проблеме исследования.

2. Раскрыть особенности формирования командного взаимодействия пятиклассников на уроках физической культуры.

3. Разработать комплекс подвижных игр, направленный на формирование командного взаимодействия пятиклассников.

4. Экспериментально проверить эффективность разработанной комплекса.

5. Проанализировать полученные результаты и составить практические рекомендации.

Для решения поставленных задач были использованы следующие **методы**: теоретические (анализ психолого-педагогической, научно-методической и справочно-энциклопедической литературы, нормативно-программной документации по тематике исследования); эмпирические (наблюдение, беседа, изучение опыта, анализ продуктов деятельности учителей и обучающихся, педагогическое тестирование, самооценка, экспертная оценка); социологические (анкетирование, опрос); статистические (ранжирование, шкалирование); методы математической обработки данных.

Этапы исследования.

На **первом** этапе (сентябрь 2018 г.) анализировались социологические, психологические и педагогические источники с целью определения общей концепции исследования. Были определены основные параметры исследования, его объект, предмет, гипотеза, методология и методы. На этом же этапе проводилась разработка комплекса подвижных игр, направленных на формирование командного взаимодействия пятиклассников на уроках физической культуры.

Второй этап исследования (сентябрь 2018 г. – май 2019 г.) был посвящен проведению опытно-экспериментальной работы. Осуществлен констатирующий и формирующий эксперимент.

На **третьем** этапе (май 2019 г.) анализировались результаты опытно-экспериментальной работы, проводилась обработка, систематизация и

обобщение результатов исследования; уточнялись теоретические положения и выводы, полученные на первом и втором этапах работы; завершено оформление выпускной квалификационной работы.

Опытно-экспериментальная база исследования. Эмпирическая часть исследования проводилась на базе муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Средняя школа № 151» (МАОУ СШ № 151) г. Красноярска. В исследовании было задействовано 48 обучающихся.

Теоретическая значимость исследования заключается в том, что его результаты позволяют дополнить и конкретизировать современные представления о воспитательном потенциале подвижных игр как важного средства формирования командного взаимодействия и вносят тем самым вклад в исследование целостной концепции воспитания личности. Комплекс подвижных игр, направленный на формирование командного взаимодействия пятиклассников на уроках физической культуры, уточняет имеющиеся теоретические представления о способах формирования морально-волевой воспитанности личности.

Практическая значимость исследования заключается в разработке, обосновании и практической апробации комплекса подвижных игр, направленный на формирование командного взаимодействия пятиклассников на уроках физической культуры.

Апробация и внедрение результатов исследования. Материалы исследования использовались при проведении опытно-экспериментальной работы на базе муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Средняя школа № 151» (МАОУ СШ № 151) г. Красноярска.

Структура. Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, шести параграфов, заключения, библиографического списка (54 источника), 68 страниц.

Глава I. Теоретические основы формирования командного взаимодействия пятиклассников на уроках физической культуры

1.1. Психолого-педагогические особенности обучающихся среднего звена общеобразовательной школы

Одной из сложнейших школьных педагогических проблем считается переход из начального в среднее звено в 5 классе. Это объясняется целым комплексом перемен, которые происходят как во внешней (школьной среде), так и во внутреннем мире детей. Конкретизируем эти перемены:

- возникает новое отношение к статусу пятиклассника, которое несет в себе новые требования;
- увеличивается объем и разнообразие информации;
- увеличивается вес многопредметного обучения и расширяется круг учителей, которые систематически вступают в деловые взаимодействия с учениками;
- место первого учителя занимает новый классный руководитель;
- завершается переход к кабинетной системе обучения;
- ученический коллектив класса не сформирован, так как часто в пятом классе меняется состав ученического коллектива;
- школьники не умеют самостоятельно и совместно организовывать свою учебную деятельность.

В начале перехода в среднее звено из начального дети переживают период адаптации к новым условиям схожий с периодом адаптации к начальной школе. Данный период характеризуется возрастанием тревожности, повышением, как робости, так и развязности, забывчивостью, сниженной работоспособностью, неорганизованностью. Данные отклонения характерны для большинства школьников в начале периода адаптации, но

они исчезают через 3-4 недели (период «легкой адаптации»). Есть дети, которые проходят период адаптации за 2-3 месяца (период «адаптации средней тяжести»). Также можно выделить детей, которые проходят данный период длительно и тяжело – 3 и более месяцев (период «тяжелой адаптации»). Нужно отметить, что с периодом адаптации связано возникновение психосоматических заболеваний у детей. С педагогической точки зрения в рассматриваемый период школьники рассеяны, не дисциплинированы, низко организованы, у детей понижен интерес к учебе и ее результативности. С психологической точки зрения у детей наблюдается высокий уровень тревожности и снижение самооценки. Возникающие трудности стали рассматриваться специалистами практически как кризис, который порождает педагогические проблемы, но в реальности же все наоборот. Это педагогические сложности и проблемы приводят к психологическому кризису, как у детей, так и у педагогов. Ведь известно, что с точки зрения психологии возраст 10-11 лет довольно благополучен, так как младший возраст уже практически кончился, а подростковый еще не вполне начался. Поэтому можно сказать, что именно педагогическая практика, проявляющаяся в резком скачке из одной системы образования в другую и несоответствии программ обучения, стилей общения и дисциплинарных требований ведет к возникновению трудностей переходного периода. Для того чтобы адаптация у пятиклассников происходила наиболее успешно необходимо проявление очень важного для детей новообразования – «чувства взрослости». М.Р. Битянова считает, что оно реализуется через три основных компонента, которые выражаются в возникновении новых личностных позиций по отношению к учебной деятельности, к школе и педагогам, к сверстникам. Также успешность адаптации можно определить уровнем интеллектуальной зрелости школьника. Интеллектуальная зрелость выражается в способности ребенка осуществлять различную интеллектуальную деятельность, выражающуюся в целеполагании,

использовании логических средств, планировании и использовании речи, как коммуникативного средства мышления. Психологические условия успешной адаптации школьников к среднему звену обучения выражаются в актуализации следующих адаптационных процессов: Самоадаптация, которая выражается в приспособлении к внутреннему миру собственного «Я». Адаптивная активность направлена на свои особенности, на выбор индивидуальной стратегии поведения. Взаимоадаптация между участниками образовательного процесса (классный коллектив, учащиеся, учителя), которая выражается и в процессе, и в результате взаимодействия. Наличие взаимоадаптации ведет к взаимопроникновению педагога и учащегося во внутренний мир друг друга и облегчает сотворчество в учебном процессе. Реадаптация сформированных ранее навыков и переадаптация школьников к новой учебной среде, выражается в обновлении приобретенных межличностных связей и выработке новых форм поведения. Адаптация пятиклассников к содержанию новых учебных предметов. Здесь уровень заинтересованности новым предметом или его неприятие полностью зависит уровня мастерства педагога.

Рассмотрим теперь анатомо-физиологические особенности данного возраста.

Система крови. У детей подросткового возраста количество крови в организме составляет 7% от массы тела. В период полового созревания количество эритроцитов увеличивается и достигает уровня взрослых 4,5-5 млн. в 1мм^3 , содержание гемоглобина 85%. Количество лейкоцитов снижается до 7-10 тыс. в 1мм^3 крови. Количество тромбоцитов повышается в среднем до 300 тыс. в 1мм^3 .

Сердечно-сосудистая система. У детей младшего подросткового возраста общий темп роста сердца относительно замедляется, рост желудочков опережает рост предсердий; вес сердца у мальчиков и девочек увеличивается одинаково. В эти же сроки наблюдается непрерывный рост

окружности сосудов, поэтому между растущим сердцем и просветом сосудистого русла сохраняются относительно стабильные соотношения. Для предупреждения перегрузок сердца необходимо избегать эмоциональных раздражений и значительных физических нагрузок, могущих привести к перетренировке.

В связи с акселерацией размеры сердца у современных подростков больше, чем у их сверстников 20-30 лет назад. Емкость камер сердца (предсердий и желудочков) увеличивается до 40 мл и постепенно нарастает с возрастом ребенка. Продолжительность цикла работы сердца 0,75 сек. В минуту сердце совершает 80-90 сокращений. Минутный объем крови равен 2740 мл, артериальное давление – 105-107/70-73 мм рт. ст., у мальчиков давление несколько выше, чем у девочек. Дыхательная система. Примерно к 12 годам устанавливаются половые различия в длине голосовых связок. У девочек они короче, чем у мальчиков. У мальчиков их длина 13-14 мм, в переходном возрасте она увеличивается на 6-8 мм. У девочек рост голосовых связок протекает медленнее.

С 10-летнего возраста начинают проявляться половые особенности дыхания: у девочек закрепляется грудной тип дыхания, у мальчиков – брюшной.

Частота дыхания уменьшается и в среднем составляет 18-20 дыхательных циклов в минуту, при этом у девочек она выше, чем у мальчиков. Дыхательный объем к 12 годам достигает 260 мл. Минутная вентиляция легких постепенно увеличивается: в 12 лет она равна 700 мл, в 15 - 5000 мл. У мальчиков она выше, чем у девочек, что зависит от размеров грудной клетки. Жизненная емкость легких увеличивается с 2100 мл в 10 лет до 4200 мл в 17 лет, у девочек она на 100-300 мл меньше. Подростки хуже переносят кислородное голодание. Они с большим трудом и на более короткое время, чем взрослые, способны задерживать дыхание. Пищеварительная система. К 13-14 годам молочные зубы заменяются

постоянными. Суточное количество слюны, выделяемое у детей 11-12 лет, в среднем равно 200 мл. В возрасте от 12 до 14 лет увеличивается количество ферментов, расщепляющих белки.

Мочевыделительная система. Почки растут до 12 лет и в этом возрасте ничем не отличаются от почек взрослых. Мочевой пузырь приобретает округлую форму, как у взрослых. Емкость мочевого пузыря увеличивается до 700-1000 мл. В сутки в этом возрасте образуется до 2000 мл мочи.

Эндокринная система. Глубокая перестройка эндокринной системы происходит у подростков в процессе полового созревания. Резко повышается активность щитовидной железы и надпочечников, активизируется функция задней доли гипофиза. К 10-12 годам окончательно формируются корковый и мозговой слои надпочечников. Вес обоих надпочечников увеличивается в среднем до 8,5 г. В коре надпочечников начинают усиленно вырабатываться андрогены, которые обеспечивают появление вторичных половых признаков, влияют на рост и развитие мускулатуры, на процессы созревания скелета. С началом полового созревания наблюдается интенсивный рост щитовидной железы, в этот же период возрастает ее функциональная активность. Увеличение содержания тиреоидных гормонов отмечается к 10 годам.

Центральная нервная система. Микроскопическое строение спинного мозга не имеет отличия от его строения у взрослого человека. В подростковом возрасте с началом процесса полового созревания резко активизируется деятельность эндокринных желез. Активация их деятельности влияет на рост, развитие и физиологическую активность головного мозга. К периоду половой зрелости вес головного мозга по сравнению с новорожденными увеличивается в 3,5 раза у юношей и в 3 раза у девушек. Вес мозга в 15 лет в среднем равняется 1350 г. Масса головного мозга в этот период увеличивается главным образом за счет усиленного роста лобной области и других областей коры головного мозга. В коре больших полушарий общая длина борозд к 10 годам увеличивается в 2 раза, а площадь

коры – в 3 раза. У подростков заканчивается процесс миелинизации нервных путей. До 13-15 лет продолжается развитие промежуточного мозга, происходит рост объема нервных волокон таламуса, дифференцирование ядер гипоталамуса.

Период с 9 до 12 лет характеризуется резким увеличением взаимосвязей между различными корковыми центрами, главным образом за счет роста отростков нейронов в горизонтальном направлении. Это создает морфофункциональную основу развития интегративных функций мозга, установления межсистемных взаимосвязей.

Зрительная сенсорная система. В 10 лет ближайшая точка видения находится на расстоянии менее 7 см от глаза, с возрастом эта точка отдалается. В возрасте от 10 до 15 лет острота зрения составляет 0,9-1,0 усл. ед. В 10-12 лет резко повышается цветовая чувствительность. В 15 лет способность к глубинному зрению становится такой же, как у взрослых. В 9-12 лет поле зрения одинаковое и у девочек, и у мальчиков, а с 13-14 лет поле зрения у девочек становится больше, чем у мальчиков. К 10-12 годам формируется окончательная окраска радужки. Подросткам свойственна наибольшая острота слуха, т.к. снижается порог слышимости, а в последующие годы – вновь повышается. Двигательная и вестибулярная сенсорные системы достигают высокого уровня развития. К 12-13 годам наступает полная зрелость коркового отдела двигательного анализатора. Завершается зрелость периферического конца двигательного анализатора, который приобретает структуру, близкую к структуре взрослых. В связи с изменением общих размеров тела, развитием скелета, мышечной массы продолжают развиваться и совершенствоваться центральная нервная система, двигательного, вестибулярного и других анализаторов, с улучшением способности коры головного мозга к анализу и синтезу двигательная функция достигает высокой степени развития.

Хочется отметить, что важность подросткового периода определяется тем, что в нём закладываются основы личности и намечается общее направление в формировании её жизненных установок.

1.2. Сущность понятия «команда» в социально-педагогических исследованиях

Сопряженность с окружающим миром постоянно ставит человека перед необходимостью выбирать способы и формы реализации своих действий. С одной стороны, они должны соответствовать индивидуальным установкам и предпочтениям субъекта, с другой – учитывать интересы и своеобразие взаимодействующих с ним людей, отвечать ожиданиям социума. Интерес к изучению командных форм деятельности в последнее время заметно возрос, что обусловлено экономическими, организационными и коммуникативными вызовами современности. Подход, основанный на «культивировании индивидуального успеха отдельных сотрудников», уступает место более мобильному, отвечающему времени командному подходу в деятельности любой организационной структуры. Команда представляет собой единое образование, обладающее очевидными преимуществами перед образующими её элементами. В отличие от действий отдельного человека, она приобретает системные качества с ярко выраженной адресной направленностью, напряженными интенсивными совместными действиями участников и достижением высоких результатов (вступает в действие синергетический эффект умножения усилий). Исследования коллективной работы в команде (малой группе) последних лет переходят из разряда парциальных явлений на уровень исследования интегрального явления (феномена). Однако общие командные стимулы, мотивы и результативность не возникают сами по себе, а представляют собой сумму достижений личностных потенциалов её участников, комплекса умений, навыков, компетенций, а также качеств и способностей, которыми

обладают отдельные её члены и которые проявляют в соответствующей деятельности. В данном материале мы обратимся к инициативности как одной из имеющих решающее значение характеристик личностного роста обучающегося. Считаем важным определить место, занимаемое способностью к инициации, среди других качеств личности и выявить важность её развития для эффективности общей командной деятельности.

Проблематика командной деятельности на первый взгляд нова для российской психолого-педагогической и в целом социально-гуманитарной области знания. Зарубежные же исследования имеют более длительную историю, их появление относится ко второй половине прошлого века. Учёных интересует динамика развития команд, алгоритм их становления и способы достижения эффективности в работе. Авторам присущ большой диапазон мнений при изучении проблематики командообразования.

Рэймонд Мередит Белбин выявил прямую зависимость между вкладом отдельных участников и эффективностью работы группы в целом: чем качественнее личностный вклад каждого участника в работу команды, тем лучше она работает. Учёный акцентировал внимание на социально-психологическом аспекте постановки проблемы, разработал психометрические тесты для оценки потенциального вклада каждого участника в общее дело, которыми пользуются и сейчас. Р. Белбин выявил показатели эффективности, зависящие от поведенческих паттернов участников команды и соотносимые с вкладом каждого члена команды в общее дело. Он разработал метод ролевых назначений участников в команде, обосновывая его необходимость тем, что согласованность смежных характеров членов группы оказывает существенное влияние на успех команд-ной работы в целом.

Точка зрения Манфреда Геллерта и Клауса Новака раскрывает управленческий и организационный аспекты командной работы и

ориентирована на умение руководителя максимально эффективно организовать деятельность участников рабочей группы.

Яркой концепцией следует назвать теорию командной деятельности Джона Катценбаха и Дугласа Скота. Приоритеты авторов расставлены вполне определённо и детерминированы эффективностью работы персонала предприятия в сфере бизнеса под управлением Лидера. Их теория представляет рационально-организационный аспект в восприятии командной деятельности, косвенно перекликаясь с концепцией Ф. Ницше о Сверхчеловеке: лидер – это радикальный эгоцентрик, направляющий вектор развития фирмы; все средства следует использовать, если он жёстко, ни на что не отвлекаясь, ведёт свою команду к цели. При таком стиле руководства усилия членов команды должны быть направлены на достижение конкретных коллективных результатов, а не отрываться на смутные и малополезные размышления о том, как научиться лучше взаимодействовать между собой. Эффективность, сосредоточенность на работе и дисциплина, по мнению авторов, снимают все вопросы и сомнения.

Сегодня актуальной также является построение командной деятельности в виртуальной среде, поэтому считаем необходимым представить и виртуальный аспект. Сильвестр Иванэй и Клэр Бозон детально описывают основные характеристики виртуальных команд, рассматривают важнейшие элементы, которые необходимо учитывать при управлении виртуальными командами в организациях – от структурных и управленческих до технологических точек зрения. Абигейл Эдвардс и Джон Уилсон в своем исследовании делают акцент на организационных и человеческих факторах, которые необходимо учитывать, чтобы деятельность виртуальных команд была успешной.

В российском научном пространстве проблематику командной деятельности наиболее плодотворно разрабатывали В.А. Ильин, авторский коллектив социальных психологов: Ю.М. Жуков, А.В. Журавлёв, Е.Н.

Павлова, группа педагогов-психологов: Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, Д.Ф. Фролов, Т.М. Грабенко, а также Б.Н. Маркин, Ю.В. Синягин. Научные исследования по заявленной тематике датируются в основном началом XXI века. Однако само явление действий в группе, то есть командных взаимодействий, на наш взгляд, лежит гораздо глубже, в самом основании отечественной социокультурной традиции. Такая форма деятельности в едином является для нас вполне известной, освоенной и, более того, относится к разряду ментальных, специфических, исторически подтверждённых практикой социальной действительности. В первом тысячелетии российской истории основной единицей социальной системы для племён и народов, живущих на территории России (Руси), была община. В ней порядок отдельной личности был в полной мере согласован (и подчинён) с цельностью общего порядка. В основе взаимодействий между её членами лежал совершенно особый тип единения, опирающийся на принципы свободы личного выбора, свободы от необходимости. Такое единение позволяло актуализировать личную свободу на уровне социальном. В разные эпохи этот признак самобытного российского устройства называли по-разному: в период языческой Руси – общиной; позднее использовали слово *мир*, означавшее общину, общество крестьян; после принятия православия появилось слово *собор*, указующее на соединение, собрание, согласие, приводящее к «мы-мировоззрению»; в XIX веке наиболее употребимым оказалось понятие «народ» («народность»), отражающее идею о том, что человек принадлежит «миру», то есть обществу, а «мир», в соответствии, человеку; для советского периода больше характерно использование слова *коллектив*. Без сомнения, смысловая подоплёка этих дефиниций, принадлежащих разным векам и эпохам, одна – единение в общности. По нашему мнению, сегодняшняя ситуация, задавая вопрос в виде жёстко охватившей социум тотальной разобщённости, позволяет нам дать достойный ответ в форме обращения к групповому (общинному)

взаимодействию. В последние десятилетия мы всецело ощутили нехватку данного архетипического принципа единения в коллективе, который нас сплачивал, позволяя участникам сообщества объединяться «в Духе и в жизни». Очень точно понимание характера сплочённости в коллективном взаимодействии в своё время выразил С. Л. Франк: «...“Мы” есть такое конкретное целое, в котором не только могут существовать его части, неотделимые от него, но которое и само внутренне пронизывает каждую часть и в каждой наличествует полностью». На подсознательном и сознательном уровнях мы вновь обращаемся к забытому и полуутраченному, но родному и необходимому – к коллективной форме деятельности. Сегодня мы называем её работой в команде, хотя, по сути, она была с нами всегда.

Проведённый анализ российских источников по тематике командной деятельности позволил выявить, что исследователи в достаточной степени едины во взглядах на понимание команды и на командообразование как способа развёртывания коллективных действий, способствующего единению участников, позволяющего полно и разносторонне раскрыть личностные возможности членов группы. Каждый исследователь по-своему расставляет ударения, углубляясь в исследование близких ему позиций. Различия в акцентуациях понятийного аппарата, наборе доминантных признаков команды являются результатом целевых отличий, общих и частных задач, определённых исследователями, а также сферами адресной реализации (производство, бизнес, спорт, педагогика, социальная работа).

Интересы Валерия Александровича Ильина направлены на выявление общих закономерностей динамики командной работы и выстраивание матрицы командообразования. На наш взгляд, идея достаточно дискуссионная, поскольку абсолютная модель в принципе существовать не может, лишь примерная, с учетом различий в целях, задачах, личностных характеристиках участников. Как следствие, результатом окажется изменение в схеме система – элемент. Автор раскрывает социальный аспект

понимания командообразующей деятельности, большее внимание уделяя удовлетворению индивидуальных потребностей и личностной ответственности членов команды, несколько ото-двигая обоснование общих устремлений.

Исследование авторского коллектива Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой, Д.Ф. Фролова и Т.М. Грабенко презентует управленческо-организационный аспект командообразования в области бизнес-менеджмента. Исследователи представили широкий теоретический материал, возможный инструментарий, разработали диагностические формы сопровождения и механизм мониторинга эффективности работы в команде.

Изучение проблематики командной деятельности коллективом авторов Ю.М. Жукова, А.В. Журавлёва, Е.Н. Павловой представлено в виде значительной монографии по заданной тематике. Широкоохватно исследуя терминологический аппарат, авторы выявляют семантические поля дефиниции «команда»: метафорическое, идеолого-аксиологическое, научное. Рассматривая критерии состоятельности команды, учёные называют доминантными ясность понимания целей (осознанность целеполагания), чёткую дистанцированную позицию группы от социума, налаженность взаимных действий между участниками и обоюдную ответственность каждого члена перед всей командой. Исследовательский интерес распространяется в первую очередь на обладание и согласованность личностных ресурсов, целей и усилий членов команды с общим назначением группы и, далее, со стратегическими устремлениями организации в целом (фирмы, предприятия, референтной группы). Лишь опора на личностный потенциал и соединение его с групповыми действиями приведут к эффективности совместной работы. В монографии выдержан социально-психологический аспект понимания командной работы.

Особый интерес для нас представляет научное исследование Антона Васильевича Ивлева, выдвигает три педагогических условия, которые

определяют успешную реализацию командной работы в учебном процессе. Автор относит к ним следующие: разработку оценочных суждений участника команды о себе, о своей учебной группе, о позиционировании себя в группе; введение в образовательный процесс форм групповой работы с целью формирования конструктивных командных взаимодействий; действенное применение групповых технологий в учебном процессе. Подробно исследуя процессуальность командообразования, вопросы ролевого состава учащихся и руководства в команде, учёный меньше внимания уделяет развитию личных ресурсных способностей участников команды, влиянию частного (индивидуального) на общее (командное).

Таким образом, особое значение для нашей работы имели исследования по развитию команд (Р. М. Белбин, М. Геллерт, Ю. М. Жуков, Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева, В. А. Ильин, Дж. Катценбах, К. Новак, К. Д. Смит). Опорными послужили положения о создании группы, алгоритме образования команды, командной сыгровке, позиции лидера в команде. Р.М. Белбин разработал типологию командных ролей, которая актуальна и сегодня. В ней он выделяет следующие командные роли: исполнитель (реализатор), координатор (председатель), формирователь (творец), генератор идей, разведчик (исследователь), эксперт, коллективист (дипломат), доводчик (решатель задач). Б.В. Такменом, в результате анализа около полусотни публикаций по развитию групп, была предложена двухмерная модель группового развития, которая легла в основу многочисленных моделей командообразования.

Значимы также теоретические положения исследований об особенностях командных форм деятельности в образовательной среде: И.Н. Жуков, А.С. Макаренко (создание и особенности взаимодействия в команде), Л.В. Даровских (особенности групповой работы в процессе обучения), А.В. Ивлев.

1.3. Подвижные игры как эффективное средство формирования командного взаимодействия пятиклассников

Игра – явление многогранное, ее можно рассматривать как особую форму существования всех без исключения сторон жизнедеятельности коллектива. Столь же много оттенков появляется с игрой в педагогическом руководстве воспитательным процессом.

Подвижные игры на уроках физической культуры в начальных классах являются важным условием комплексного совершенствования двигательных навыков, физического развития, укрепления здоровья.

Прежде чем ребенок сможет извлечь пользу из формального обучения, ему необходимо развитие самовыражения, внутреннего контроля, координации и способности быть настойчивым, шутивным, любознательным и предусмотрительным. Он должен научиться достигать цели и проигрывать. Ему необходимо получать удовольствие от физической и умственной деятельности. Игры могут помочь детям обрести эти качества и ловкость. Неформальные игры позволяют каждому, невзирая на его таланты и недостатки, на равных участвовать в них вместе с другими детьми и получать весьма существенный опыт для будущего обучения.

Игра является эффективным средством формирования личности школьника, его морально-волевых качеств, в игре реализуется потребность воздействия на мир. Отечественный педагог В. А. Сухомлинский подчеркивал, что «игра – это огромное светлое окно, через которое в духовный мир ребенка вливается живительный поток представлений, понятий об окружающем мире. Игра — это искра, зажигающая огонек пытливости и любознательности». (Люблинская А.А.; Обухова Л.Ф.)

Воспитательное значение игры во многом зависит от профессионального мастерства педагога, от знания им психологии ребенка, учета его возрастных и индивидуальных особенностей, от правильного

методического руководства взаимоотношениями детей, от четкой организации и проведения всевозможных игр. (Пидкасистый П.И.)

Игра – относительно самостоятельная деятельность детей и взрослых. Она удовлетворяет потребность людей в отдыхе, развлечении, познании, в развитии духовных и физических сил.

Подвижная игра относится к тем проявлениям игровой деятельности, в которых ярко выражена роль движений. Для подвижной игры характерны активные творческие двигательные действия, мотивированные ее сюжетом. Эти действия частично ограничиваются правилами (общепринятыми, установленными руководителем или играющими), направленными на преодоление различных трудностей на пути к достижению поставленной цели.

В педагогической практике используются коллективные и индивидуальные подвижные игры, а также игры, подводящие к спортивной деятельности.

Коллективные и подвижные игры – это игры, в которых одновременно участвуют как небольшие группы участников, так и целые классы или спортивные секции, а в некоторых случаях и значительно большее количество играющих.

Индивидуальные (одиночные) подвижные игры обычно создаются и организуются детьми. В таких играх каждый может наметать свои планы, устанавливать интересные для себя условия и правила, а по желанию и изменять их. По личному желанию избираются и пути для осуществления задуманных действий.

Игры, подводящие к спортивной деятельности — систематически организуемые подвижные игры, требующие устойчивых условий проведения и способствующие успешному овладению учащимися элементами спортивной техники и простейшими тактическими действиями в отдельных видах спорта.

Подвижные игры являются одним из вспомогательных средств в занятиях спортом.

Подобные игры используются также учителями, ведущими внеклассную и внешкольную работу по физической культуре и спорту с детьми и подростками для организации их досуга.

Ярко выражаемая в подвижных играх деятельность различных анализаторов создает благоприятные возможности для тренировки функций коры головного мозга, для образования новых временных как положительных, так и отрицательных связей, увеличения подвижности нервных процессов.

Это положительно сказывается на усвоении занимающимися отдельных спортивно-технических приемов и их сочетаний, создает предпосылки к более успешному овладению тактическими действиями, а также подтверждает, что занятия подвижными играми содействуют воспитанию воли, выдержки, дисциплинированности и других качеств, необходимых каждому для достижения успехов в спорте.

Такую несколько общую характеристику вспомогательного знания подвижных игр в занятиях спортом необходимо дополнить замечаниями. Они касаются своеобразия задач, особенностей подбора и проведения подвижных игр применительно к специфике занятий гимнастикой, легкой атлетикой, лыжной подготовкой и спортивными играми.

Включение подвижных игр в проведение занятия физической культурой не только помогает успешно решать поставленные учителем задачи, но и всегда хорошо воспринимается обучающимися, повышает интерес к занятиям физической культурой и спортом. В современных условиях образования именно игры занимают всё более заметное место, в том числе и на уроках физической культуры.

Большие физические нагрузки и многократные повторения, необходимые для создания прочных навыков, нередко вызывают

своеобразный психологический «застой», утомление, потерю интереса даже у самых сознательных и регулярно занимающихся спортом школьников. И это естественная реакция организма на однообразие выполняемой работы. Игры активизируют внимание обучающихся, повышают эмоциональное состояние, благоприятно влияют на восстановление работоспособности. В силу вступает эффект «активного отдыха», связанный с явлениями взаимной индукции, возбуждения и торможения различных мышечных групп, с индуктивным торможением нервных клеток, обуславливающим последующее повышение их функционального состояния.

В процессе проведения разноплановых подвижных игр учитель может провести ряд важных для себя наблюдений за поведением обучающихся, уточнить особенности их характера, темперамента, физические возможности. Он может оценить:

- общее физическое развитие школьника;
- степень развития отдельных физических качеств;
- способность сочетать качественные показатели спортивного двигательного акта (сила, быстрота, выносливость);
- способность концентрировать внимание (при наличии посторонних раздражителей);
- проявление школьником инициативы и настойчивости;
- проявление трусости, нерешительности;
- отношение к партнерам по команде (терпимость, взаимовыручки);
- отношение к соперникам по игре;
- отношение к собственным ошибкам, их исправление во время повторной игры;
- общую дисциплинированность, требовательность к себе;
- отношение к победе, поражению.

Подвижные игры характеризуются разнообразной двигательной деятельностью. Они включают бег, ходьбу, прыжки, метание, удары, ловлю и броски, различные силовые упражнения. Эти упражнения выполняются в условиях взаимодействия с игроками своей команды и командами соперников. Эффективность действий обучающегося в игре обусловлена быстротой оценки игровых положений и действиями игроков, совершенствованием технических приемов, уровнем физического развития.

В ходе игры вырабатывается и взаимопонимание партнеров в коллективе, необходимое для спортивных игр. Подвижные игры являются одним из эффективных средств, помогающих снять нервное напряжение и вызвать положительные эмоции. С этой целью игры применяются не только со школьниками, но и с начинающими и с квалифицированными спортсменами.

Наряду со специальными упражнениями применяется и спортивные игры, содействующие решению задач физической, технической и тактической подготовки школьников, многие учителя в процессе обучения предлагают занимающимся игровую форму выполнения упражнений с мячом. Постепенно усложняя игры, они вводят в них элемент соревнования, приучают учеников к самостоятельному выбору решений. Подобные действия позволяют закрепить нужный навык работы, действия в команде и совершенствовать его в условиях, приближенных к соревновательным.

Путем подбора подвижных игр можно направленно влиять на формирование у младших подростков способностей к тому или иному виду спорта.

Итак, подвижные игры можно использовать в качестве средства и развития физических способностей, и формирования успешного командного взаимодействия. В нашем исследовании данной феномен мы будем рассматривать в контексте игры в волейбол.

Подвижные игры для детей 10-11 лет становятся более сложными. Организм детей среднего школьного возраста характеризуется большей стабильностью. Костно-связочный аппарат еще довольно гибок, пластичен. Мышцы продолжают расти и укрепляться, поэтому силовые данные детей еще невелики; организм пока не готов к большим физическим напряжениям, к односторонним нагрузкам. Однако в этом возрасте деятельность сердца и сосудов стабилизируется, емкость легких увеличивается. Поэтому в игры включаются непродолжительный бег и прыжки, разнообразные энергичные недолговременные движения руками, ногами, туловищем, что способствует нормальному физическому развитию детей этого возраста.

Развивающийся организм испытывает все большую потребность в кислороде. Дыхательная система детей отличается большей развитостью, нежели в младшем школьном возрасте, но дыхание еще недостаточно глубокое. Игры с активными движениями способствуют укреплению дыхательного аппарата.

В процессе занятий подвижными играми дети осваивают многие движения, требующие тренировки, сознательного волевого усилия. Игры для 10-11-летних по времени более продолжительны, чем игры для младших школьников. Иногда играющие довольно долго находятся в постоянном движении, что способствует развитию выносливости.

Дети этого возраста начинают мыслить более критично и отвлеченно, у них развивается способность к абстрактному мышлению, все это позволяет им осваивать более сложные игры с многочисленными правилами. Усиление контроля над эмоциями способствует выработке выдержанности в действиях, дисциплинированности, тактичности по отношению к товарищам по игре. Многие подвижные игры строятся на довольно сложных взаимоотношениях между играющими. Это преимущественно игры с разделением коллектива на группы (команды), в которых игроков объединяет единая цель - борьба за победу своей команды.

Действия детей в подвижных играх становятся более согласованными, точными, совершенствуется их игровая тактика. Заметно повышается способность быстро и ловко увертываться от преследующих игроков (или от мяча, направленного в играющего); обогащается выбор приемов ухода от условного противника, а также способов борьбы с ним в единоборстве или при поддержке товарищей. Условия выполнения действий становятся сложнее, повышается трудность выполнения задач, поставленных перед играющими; требования к взаимоотношениям с играющим коллективом, с товарищами по команде возрастают. Правила игр усложняются, а разрешение игровых конфликтов требует от участников достаточно развитых волевых способностей и выдержанности.

Детям 10-11 лет интересны игры, в которых совместные усилия направлены на достижение единой цели. Их начинают больше привлекать игры, в которых перед каждой командой ставится конкретная задача: общими усилиями добиться превосходства над другой командой, одержать победу в игре.

К концу этого возрастного периода детей начинают особенно интересовать игры, позволяющие совершенствовать собственные двигательные действия. Им интересен не только результат, но и сам процесс игры, когда они могут проявить свою ловкость, меткость, выносливость, силу и сообразительность. Хороводы, пение, речитативы, подражание образам используются в их играх редко. В этом возрасте дети начинают обучаться ходьбе на лыжах и бегу на коньках; полученные навыки используются в играх.

Подвижные игры детей этого возраста по характеру действий и видам движений разнообразны. Преимущественно это игры с бегом наперегонки, с прыжками через неподвижные и движущиеся препятствия, бросанием, ловлей и метанием мяча и мелких предметов на дальность, в неподвижные и подвижные цели. Становится возможным сочетание в играх нескольких

видов движений (например, метание во время бега, перебрасывание и ловля мяча с прыжками и дополнительными движениями туловища, бег с прыжками через препятствия, эстафеты с несложными препятствиями).

Игры детей 10-11 лет остаются сюжетными, однако играющих больше интересует символическое воспроизведение знакомых понятий, нежели прямое подражание образам, как было раньше. Сюжетные игры продолжают занимать ведущее место среди других подвижных игр еще и потому, что отвечают живости детского воображения. Однако к концу этого возрастного периода все больший интерес у детей начинают вызывать игры без сюжета. Многие игры с мячом представляют переходную ступень к спортивным играм и содержат целый ряд элементов спортивной техники и тактики.

Сложные по организации взаимодействия, двусторонние игры удовлетворяют стремление детей к самостоятельности, отвечают их интересам бороться за спортивную честь своего коллектива, своей команды. Однако руководителю необходимо помнить, что при неправильной организации подвижных игр некоторая неустойчивость в поведении детей, переоценка ими своих сил могут привести к нежелательным поступкам.

Подвижные игры включаются почти во все уроки, кроме контрольных. Они проводятся главным образом в основной и заключительной частях урока.

В 5 классе проводятся многие игры, пройденные ранее, но в них включаются более разнообразные движения, усложненные препятствия, и по времени игры становятся более продолжительными по сравнению с играми в начальных классах.

Выводы по первой главе

В первой главе нами были рассмотрены социальные и психолого-педагогические теоретические аспекты формирования командного взаимодействия младших подростков. Изучение и анализ научно-методической литературы показал, что современной наукой создана теоретическая основа, позволяющая раскрыть сущность формирования командного взаимодействия в целом. Это позволило нам сделать следующие выводы:

1. В психолого-педагогической литературе выделяются возрастные особенности пятиклассников: возникает новое отношение к статусу пятиклассника, которое несет в себе новые требования; увеличивается объем и разнообразие информации; увеличивается вес многопредметного обучения и расширяется круг учителей, которые систематически вступают в деловые взаимодействия с учениками; место первого учителя занимает новый классный руководитель; завершается переход к кабинетной системе обучения; ученический коллектив класса не сформирован, так как часто в пятом классе меняется состав ученического коллектива; школьники не умеют самостоятельно и совместно организовывать свою учебную деятельность.

2. В начале перехода в среднее звено из начального обучающиеся переживают период адаптации к новым условиям схожий с периодом адаптации к начальной школе. Данный период характеризуется возрастанием тревожности, повышением, как робости, так и развязности, забывчивостью, сниженной работоспособностью, неорганизованностью. В решении этой проблемы способствуют подвижные игры и подвижные игры с элементами спортивных игр, проводимые регулярно на уроках физической культуры.

3. Мы понимаем термин «команда» как способ развёртывания коллективных действий, способствующего единению участников,

позволяющего полно и разносторонне раскрыть личностные возможности членов группы.

4. Коллективные и подвижные игры – это игры, в которых одновременно участвуют как небольшие группы участников, так и целые классы или спортивные секции, а в некоторых случаях и значительно большее количество играющих.

5. Подвижные игры характеризуются разнообразной двигательной деятельностью. Они включают бег, ходьбу, прыжки, метание, удары, ловлю и броски, различные силовые упражнения. Эти упражнения выполняются в условиях взаимодействия с игроками своей команды и командами соперников. Эффективность действий обучающегося в игре обусловлена быстротой оценки игровых положений и действиями игроков, совершенствованием технических приемов, уровнем физического развития. В ходе игры вырабатывается и взаимопонимание партнеров в коллективе, необходимое для спортивных игр.

Глава II. Организация и проведение опытно-экспериментальной работы по формированию командного взаимодействия пятиклассников на уроках физической культуры

2.1. Обоснование комплекса подвижных игр, направленных на формирование командного взаимодействия пятиклассников на уроках физической культуры

Проведение подвижных игр с учащимися 5 классов по физической культуре в общеобразовательной школе основана на курсе подвижных игр (с элементами спортивных игр) и представлена в соответствии с «Требованиями к уровню подготовки учащихся 4-5 классов» и «Примерной программой по образовательной области «Физическая культура».

Комплекс игр направлен на формирование командного взаимодействия и всестороннее развитие физических качеств и двигательных навыков учащихся 5 классов посредством применения подвижных игр. Данный комплекс особенно полезен в тех случаях, когда перед учителем остро стоит задача существенно повысить физическую (двигательную) подготовленность обучающихся и умение работать командно. Дополнительно следует отметить, что комплекс применяемых подвижных игр включает в себя содержание только урочных форм занятий по физической культуре.

Цель физического воспитания: формирование у школьников умения командно управлять жизненно необходимыми двигательными действиями в различных условиях, выработать потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями посредством подвижных игр.

В рамках реализации этой цели настоящая методика для обучающихся 5 классов ориентируется на решение следующих задач: укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных

возможностей организма; формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта; освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни; обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями, утренней гимнастикой, физкультминутками и подвижными играми; воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного и командного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

Предлагаемый комплекс подвижных игр характеризуется направленностью: на реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с возрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащенностью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион, бассейн), регионально-климатическими условиями и видом учебного учреждения (городские, малокомплектные и сельские школы); на реализацию принципа достаточности и сообразности, связанного с распределением учебного материала, обеспечивающего развитие познавательной и предметной активности обучающихся; на соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности; на достижение межпредметных связей, нацеливающих планирование учебного материала на целостное формирование мировоззрения учащихся в области физической культуры, всестороннее

раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов; на усиление оздоровительного эффекта образовательного процесса, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, умений и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях в режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

Экспериментальным фактором при формировании командного взаимодействия у школьников 5 классов является комплекс подвижных игр с элементами спортивных.

Собственно подвижные игры дают возможность реализовать двигательный и воспитательный потенциал развития физических качеств и двигательных навыков на уроках физической культуры.

Учебный материал включает в себя: описание подвижных игр для 5 класса, которые направлены на развитие физических качеств:

- игры на развитие быстроты;
- игры на развитие выносливости;
- игры на развитие гибкости;
- игры на развитие ловкости;
- игры на развитие силы;
- игры на развитие двигательных-координационных способностей;
- игры с элементами волейбола.

На уроках физической культуры в экспериментальной группе в программу физического воспитания мы включили комплексы подвижных игр, направленные на развитие физических способностей, обеспечивающих успешность подготовки волейболистов, и формирование командного взаимодействия. При выборе игрового материала мы учитывали целенаправленное воздействие тех или иных игр на те группы мышц, которые обеспечивают специфику двигательной функции в волейболе, и формируют взаимодействие между игроками в команде.

Учитывая перечисленные критерии целесообразности использования определенных подвижных игр, нами были выделены их следующие группы:

а) с преимущественной направленностью на развитие выносливости:

«Салки со скакалкой» проводятся с характерной для волейбола сменой направления движения. Эта игра развивает скоростную выносливость. «Поймай лягушку» способствует развитию силы рук и мышц-разгибателей бедра и голени. «Прыгуны» направлены на развитие прыжковой выносливости. К тому же эта игра допускает имитацию техники блокирования. «Сумей догнать» способствует развитию общей выносливости. «Хоккей руками» развивает силу стопы икроножных мышц, а также скоростную выносливость. «Гонка с выбыванием» способствует развитию скоростной выносливости. «Удочка прыжковая» (без выбывания) развивает прыжковую выносливость. «Групповые пятнашки» содействуют развитию скоростной выносливости, а также в некоторой степени координационных способностей в беге. «Футбол» (толчком ногами набивного мяча) развивает силовую выносливость. «Толкай из круга» способствует развитию общей выносливости и силы рук. При длительном времени игра развивает также силовую выносливость. «Кто выносливее» способствует развитию прыжковой выносливости. «Салки по кругу» развивают скоростную выносливость.

б) с преимущественной направленностью на развитие быстроты:

«Салки» способствуют развитию быстроты перемещений. «Четыре мяча» развивают быстроту реакций и перемещений. «Рывок за мячом» развивает стартовую скорость, быстроту перемещений. «Бегуны» способствуют развитию быстроты перемещений в специфических условиях и поиск рациональных тактических решений. «Круговая охота» развивает быстроту реакций и одиночного движения. «Вызов» помогает развивать быстроту реакции и стартового ускорения в условиях напряженного слежения. «Ежик» развивает быстроту реакций. «День и ночь»

совершенствует быстроту сложных реакций. «Кто сильнее и быстрее» развивает быстроту перемещений. «Мельница» развивает быстроту отталкивания при вертикальных прыжках. «Белые медведи» развивает быстроту перемещений.

в) с преимущественной направленностью на развитие силы:

«Перетягивание команды». В процессе этой игры развивается сила верхнего плечевого пояса, сила кисти. «Подвижный ринг» оказывает содействие укреплению силы рук. «Наездники» способствует развитию силы ног. «Толкай из круга» развивает силу рук и ног. «15 передач» (набивными мячами) развивает специфическую силу волейболистов. «Гонка тачек» развивает силу мышц рук и брюшного пресса. «Тяни в круг» способствует развитию силы мышц плечевого пояса. «Перетягивание в парах» развивает силу мышц рук. «Зайцы и моржи» способствует укреплению силы рук и ног. «Хоккей набивными мячами» развивает силу мышц спины и ног. «Кто сильнее?» помогает воспитывать взрывную силу ног. «Переправа» развивает силу рук и ног. «Тройки» развивает силу рук.

г) с преимущественной направленностью на развитие отдельных координационных способностей и игровой ловкости в целом:

«Вертуны» тренируют вестибулярный аппарат и способствуют развитию координационных способностей. «Охотники и утки» содействуют развитию способности оценивать параметры движений, меткость, способность к ориентировке и перестроению двигательных действий. «Белые медведи» способствуют воспитанию быстроты перестроения двигательных действий и ориентировки. «Борьба за мяч» способствует развитию инициативности и самостоятельности, ориентировки, быстроты перестроения двигательных действий. «Лабиринт» помогает развитию адекватности и экономичности действий, «Волк и ягненок» развивает быстроту и способность к своевременным действиям, «Подвижная цель» развивает точность глазомера и способность к точности дифференцированных

параметров двигательных действий. «Защита укрепления» развивает комплекс разнообразных координационных способностей, значимых для волейбола.

д) с преимущественной направленностью на развитие гибкости:

«Палку за спину» развивает подвижность в плечевых суставах и гибкость позвоночного столба. «Бег раков» способствует развитию подвижности в плечевых суставах. «Кувырки и перекаты» способствуют развитию гибкости в специфических для волейболистов движениях. «Скамейка над головой» помогает развивать гибкость в плечевых суставах и позвоночном столбе. «Переправа скамейки» помогает развивать гибкость в поясничном отделе позвоночника. «Мостик и кошка» развивает гибкость позвоночного столба. «Гонка мячей» позволяет развивать гибкость в плечевых суставах и позвоночного столба. «Передай мяч ногами» помогает развивать гибкость, необходимую при выполнении волейболистами падений и перекатов. «Кто дальше дотянется?» развивает гибкость, необходимую при выполнении верхних подач нападающих ударов с высоких передач. «Кто быстрее?» развивает гибкость при внесении в игру специфических волейбольных элементов техники. «Часовые и разведчики» позволяет развивать гибкость в случае словесной установки на акцент характера движений «разведчика».

а) с преимущественной направленностью на развитие прыгучести:

«Удочка» (со сменой водящего) развивает прыгучесть в условиях акцента на своевременность отталкивания. «Волки и зайцы» воспитывает прыгучесть в специфических условиях смены направления прыжка, что особенно важно для блокирования, «Скакуны» и «Прыжковая эстафета» способствуют развитию прыгучести при условии установки на максимальную высоту прыжков. «Волк во рву» целесообразно проводить в высоком темпе, что позволяет развивать прыгучесть. «Челнок» решит аналогичную задачу по модернизации в сторону повышения плотности игры.

«Эстафета по кругу прыжками» улучшает прыгучесть в условиях необходимости быстрого выполнения прыжка. «Кто выше?» помогает воспитывать прыгучесть в условиях необходимости достижения максимально возможной высоты. «Бег с палками и прыжками через них» позволяет развивать своевременность прыжка и вертикальную его направленность.

В ходе педагогического эксперимента перечисленные игры использовались преимущественно для развития конкретного физического качества, а также с целью формирования командного взаимодействия.

2.2. Оценка физической подготовленности и физического состояния пятиклассников

Для оценки уровня физической подготовленности школьников 4-5 классов был проведен мониторинг. При оценке физической подготовленности была дана оценка навыков игры в волейбол и баскетбол.

Тестовая программа по волейболу включала:

- Передача мяча сверху над собой
- Прием мяча снизу над собой
- Передача мяча сверху над сеткой
- Прием мяча снизу после набрасывания над сеткой

Тестовая программа по баскетболу включала:

- Ведение мяча змейкой,
- Передача мяча двумя руками от груди в стену за 30 с
- Бросок мяча в кольцо с расстояния 1,5 м

Тесты проводились дважды: в сентябре 2018 года и в январе 2019 года.

Таблица 1

Показатели	2018 год	2019 год
Передача сверху над собой	5,3 ±1,8	6,1 ±2,5
Прием снизу над собой	5,1 ±1,6	6,1 ±2,0
Передача сверху в парах над сеткой	3,8 ± 1,1	4,6 ±1,4
Прием снизу после набрасывания мяча над сеткой	2,2 ± 0,6	2,6 ±1,1

Таблица 2

Физические показатели школьников 5 классов (баскетбол)

Показатели	2018 год	2019 год
Ведение мяча змейкой	10,5 ±1,86	10,3 ±0,42
Передача мяча двумя руками от груди в стену за 30 сек	18 ±2,3	20 ±2,5
Бросок мяча в кольцо с расстояния 1,5м	2,5 ±_0,9	2,6 ±1,07

Оценка уровня физической подготовленности школьников 5 классов проводилась по учебным нормативам, используемым в школе.

Таблица 3

Учебные нормативы по волейболу

Класс	Пол	Передача сверху над собой (кол-во раз)			Прием снизу над собой (кол-во раз)			Передача сверху в парах над сеткой (кол-во раз)			Прием снизу после набрасывания мяча над сеткой		
		Оценка			Оценка			Оценка			Оценка		
		«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
5	М	10	8	6	10	9	8	6	5	4	4	3	2
	Ж	8	6	4	8	7	6	5	4	3	4	3	2

Таблица 4

Учебные нормативы по баскетболу

Класс	Пол	Ведение мяча змейкой (сек)			Передача мяча двумя руками от груди в стену за 30 сек (кол-во раз)			Бросок мяча в кольцо с расстояния 1,5 м (кол-во попаданий)		
		Оценка			Оценка			Оценка		
		«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
5	М	9,4	9,7	9,9	22	21	20	4	3	2
	Ж	10,5	10,6	10,9	20	18	17	4	3	2

У школьников 5-х классов исследуемые показатели по волейболу и баскетболу соответствовали оценке «удовлетворительно» на протяжении всего времени тестирования.

Таким образом, оценка уровня физической подготовленности пятиклассников была низкой, что негативно отражалось и на командном взаимодействии.

Для оценки физического состояния школьников 5 классов были проведены исследования роста тела, массы тела, окружности груди, жизненной емкости легких (ЖЕЛ), силы кисти.

Оценка физического состояния детей 4-5 классов производилась по формуле роста: Рост = 6 x возраст + 76 (для девочек), и 77(для мальчиков).

Оптимальное отклонение рассчитанных величин от средних фактических составляет $\pm 2,5$ см для мальчиков, и + 3-3,5 для девочек.

вес школьников 5 классов несколько выше, по сравнению с показателями роста, представленными в таблице по А.А. Покровского, и составляют 42 + 4,2 кг.

Показатели окружности груди и ЖЕЛ соответствуют норме, согласно таблицы А.А. Покровского.

Наиболее низкие показатели отмечены при тестировании силы кисти рук у пятиклассников.

Тестирование силы рук свидетельствует о низком физическом развитии школьников.

Данные факты говорят о низком уровне физического состояния. В этой связи возникают предпосылки к поиску новых путей эффективного физического развития школьников 5 классов.

Таблица 5

Оценка физического состояния школьников 4-5 классов, (M ± t)

Показатели	5 «В»	5 «Г»	Показатели по табл. А.А. Покровского
Рост, см	149 ±4,2	146 ±4,7	142,0-146,5
Вес, кг	42 ± 4,2	42 ±4,4	34,6-38,2
Окружность грудной клетки, см	68 ±2,9	68 ±3,0	67,1-67,4
ЖЕЛ, см	1868,1±2,1	1963,1±2,2	1891,0-2006,4
Сила кисти, кг	14,5±2,4	15,2±1,9	18,7-22,7

Рассмотрим влияние физических нагрузок на формирование командного взаимодействия. В процессе урока физической культуры школьник учится регулировать свои действия на основе зрительных, осязательных, мышечно-двигательных и вестибулярных ощущений и восприятий, у него развивается двигательная память, мышление, воля и способность к саморегуляции своих состояний. В целом, занятия физической культурой, направленные на развитие силы, быстроты, выносливости, ловкости, способствует положительному изменению многих свойств личности и оказывают положительный эффект в выработке навыка действия в команде.

Очень важно помнить, что под действием специальных физических нагрузок в организме возникает истощение энергетических резервов и соответствующее падение трудоспособности. В период отдыха израсходованные биохимические и физиологические потенциалы восстанавливаются, трудоспособность повышается на первых порах к исходному уровню, а потом – и выше (эффект надвосстановления).

Если к этому времени не будет очередной физической погрузки, то трудоспособность возвращается к исходному уровню, а при продолжительном перерыве опускается ниже него. Происходит детренированность организма.

Тем не менее, как показывают последние исследования, отдых на протяжении нескольких дней или уменьшенный объем нагрузок не только не снижают уровень мышечной деятельности, но могут даже повысить его. В то же время в определенный момент уменьшение объема активности или полнейшая бездеятельность могут привести к снижению физиологической функции и физической подготовленности.

Из приведенных данных следует, что формирование двигательных навыков, развитие физических качеств, а также формирование командного взаимодействия зависит от содержательного (учебный материал программы, способы, методы обучения, материальная база, техническое оснащение), деятельностного (активность учителя и учеников) и временного компонентов обучения. Эффективное решение задач комплекса подвижных игр, направленных на формирование указанного процесса взаимодействия обеспечивается комплексным использованием перечисленных компонентов на каждом уроке физкультуры.

2.3. Апробация комплекса подвижных игр, направленных на формирование командного взаимодействия пятиклассников на уроках

физической культуры, и анализ опытно-экспериментальной работы по проверке его эффективности

Особенностью рациональной организации урока физической культуры с пятиклассниками является распределение программного материала в учебных часах на уроках физической культуры. Программный материал разделен по классам, где рекомендуется реализовать методику поэтапно, в соответствии с учебным планом.

В результате педагогических исследований нами был апробирован комплекс подвижных игр, включающий элементы спортивных игр, формирования командного взаимодействия, необходимо в таких играх, как волейбол, баскетбол, футбол.

Согласно гипотезе исследования, формированию командного взаимодействия пятиклассников способствуют, специально подобранные подвижные игры, включающие элементы спортивных игр.

Для оценки эффективности данного комплекса нами было проведено исследование. Испытуемые были разделены на две группы, контрольную и экспериментальную. В экспериментальной группе мы проводили занятия с использованием комплекса подвижных игр, а в контрольной – по обычной программе.

Яблоко

Педагогическая задача. Развитие быстроты реакции.

Подготовка. Игра проводится на площадке или в зале, рассчитана на младших школьников в количестве от 8 до 40 человек. По жребию выбирают ведущего, который выходит на середину, а все остальные играющие вокруг него образуют круг и берутся за руки.

Ход игры. Водящий говорит:

Яблоко, яблоко, спелое яблоко, Оно ветки упадет, кто из нас его найдет

Во время этих слов, играющие бегут по кругу. Как только произнесено последнее слово, все игроки должны остановиться и присесть на корточки, не

делая ни одного шага. Тот, кто упадет или сделает хотя бы один шаг - выходит из игры. Игра продолжается до тех пор, пока 13 кругу не останется 3-4 участника.

Победителями считаются оставшиеся 3-4 игрока.

Правила.

1. Играющие, бегущие по кругу, не должны расцеплять руки. Если пара расцепила руки, то выходит тот, кто отпустил правую руку.

2. Останавливаться можно только после последнего слова водящего. Тот, кто сделает это раньше - выбывает из игры.

Пустое место

Задачи: развитие ловкости, координации движений, внимания, воспитание чувства коллективизма.

Инвентарь: не требуется.

Место: спортивный зал, площадка, рекреация.

Содержание: игра начинается по указанию учителя. Водящий бежит по кругу, дотрагиваясь до кого-нибудь. После этого продолжает бежать вокруг круга в ту или другую сторону. Игрок, которого он коснулся, бежит по кругу в противоположную сторону, стремясь быстрее водящего прибежать и занять пустое место. Оставшийся без места игрок водит.

Варианты: а) обегая круг и встречаясь на пути, оба игрока подают друг другу правую руку или приседают, б) встречаясь на пути, поворачиваются кругом, садятся на пол, встают, хлопают в ладони.

Правила: водящий имеет право коснуться рукой только того игрока, которого он вызывает на соревнование в беге. Игроки, обегая круг, не имеют права задевать играющих в кругу и никто не должен им мешать. При встрече играющие должны держаться правой стороны, чтобы избежать столкновений.

ОМУ: нельзя вызывать на соревнование в беге одних и тех же игроков. При большом количестве участников можно построить их в два-три круга, каждый круг работает самостоятельно.

Невод

Задачи: развитие быстроты реакции, скорости движений, воспитание выносливости.

Инвентарь: не требуется.

Место: спортивный зал, площадка. Содержание: по обе стороны площадки проводят прямые линии, за ними - моря. Один из участников - щука находится в своем море, остальные игроки - караси - в другом. По сигналу учителя караси перебегают из одного моря в другое, а щука их ловит. Пойманные, взявшись за руки, образуют невод. Перебегая из одного моря в другое, караси обязательно должны пробежать через невод.

Правила: выигрывают караси, которых не поймала щука.

ОМУ: отметить лучших «карасей» и «щук».

Сигнал

Задачи: тренировка координации движений, развитие чувства ритма, быстроты реакции, умения ориентироваться в пространстве.

Инвентарь: кегли.

Место: спортивный зал, площадка.

Содержание: одновременно играют две три команды по 7-8 человек. Они строятся в колонны по одному за общей линией старта. Перед каждой колонной на расстоянии 2-3 м одна от другой расставляют по 56 кеглей. Игроки в колоннах держат друг друга за талию. Задача самого ловкого водящего провести своих игроков вьюнком (змейкой) между всеми кеглями и не сбить их. Возвратиться следует самым кратким путем, обогнув последнюю кеглю. Игра может повторяться 5-7 раз.

Правила: побеждает команда, не уронившая кегли.

ОМУ: игроки могут держать друг друга за плечи. В судействе принимают участие дети, не участвующие в игре.

Гонка мячей по кругу

Задачи: развитие координации движений, быстроты реакции.

Инвентарь: два волейбольных или резиновых мяча разного цвета.

Место: спортивный зал, площадка, рекреация.

Содержание: участники встают в круг и рассчитываются на первый-второй. Два игрока, стоящие рядом, получают по мячу. По сигналу учителя они передают мяч игроку своего номера, т. е. через одного. Если первый номер передает мяч направо, то второй - налево.

Правила: побеждает та команда, которая быстрее передает мяч по кругу.

ОМУ: класс можно разделить на 2-3 круга.

«День и ночь» («Воробьи и вороны»)

Подготовка. Играющие делятся на две команды, которые становятся на середину площадки спиной друг к другу на расстоянии 1,5 м. Одной команде дается название «День», другой - «Ночь». У каждой команды на своей стороне площадки (в 10-12 м) - дом.

Содержание игры. Учитель неожиданно произносит название одной из команд, например «День!» Игроки этой команды быстро убегают в свой дом, а другой команды - догоняют и пятнают их. Осаленные игроки подсчитываются (записывается их число) и отпускаются в свою команду. Все становятся на прежние места, а учитель снова называет команду. Важно, чтобы не было строгого чередования, тогда играющие не знают, какая команда будет названа, а потому предельно внимательны. Перед сигналом руководитель, чтобы отвлечь внимание играющих, может предложить им выполнять различные упражнения (смена положений рук, прыжки или шаг на месте и т.п.). Игра проводится несколько раз, после чего подсчитывается, сколько игроков поймано в каждой команде за одинаковое количество

перебежек (за три или четыре). Побеждает команда, осалившая больше игроков.

Правила игры: 1. Игроков разрешается салить только до черты дома. 2. Остальные продолжают участвовать в игре. 3. В ходе перебежки один участник может салить не только стоящего напротив, но и его соседей. 4. Осаленный игрок переходит в противоположную команду.

Охотники и утки

Подготовка. Играющие делятся на две команды, одна из которых — «охотники» - становится по кругу (перед чертой), вторая — «утки» - входит в середину круг. У «охотников» волейбольный мяч.

Содержание. По сигналу «охотники» начинают выбивать «уток» из круга. Каждый игрок может сам метать мяч или передавать мяч для броска партнеру по команде. «Утки», бегая внутри круга, спасаются от мяча, увертываясь и подпрыгивая. Подбитая «утка» покидает круг. Игра заканчивается, когда в круге не останется ни одной «утки», после чего игроки меняются ролями.

Побеждает команда, сумевшая подстрелить «уток» за меньшее время. Руководитель может установить время игры для метания мяча в «уток». Тогда итог подводится по количеству «уток», выбитых за это время.

Правила: 1. Во время броска мяча запрещается заступать за черту. 2. Находящиеся в круге не имеют права ловить мяч руками. 3. Игроки не считаются выбитыми, если мяч попал в них после отскока от пола.

Делай наоборот

Задачи: воспитание внимания, быстроты реакции, зрительной памяти, умения ориентироваться в пространстве.

Инвентарь: не требуется.

Место: спортивный зал, площадка, рекреация.

Содержание: играющие строятся в шеренгу или две-три колонны. Учитель показывает гимнастические упражнения: движения руками,

наклоны, повороты и т. п. Учащиеся должны выполнить упражнения в другую сторону.

Правила: игрок, допустивший ошибку, делает шаг вперед (в шеренге) или после двух ошибок выбывает из игры. Выигрывает команда, сохранившая больше игроков.

ОМУ: показ упражнения может сопровождаться голосом. От простых упражнений следует перейти к более сложным.

Скорее в свою тройку

Задачи: развитие быстроты реакции, умения согласованно действовать в коллективе, воспитание дисциплинированности

Инвентарь: не требуется.

Место: спортивный зал, площадка.

Содержание: все играющие выстраиваются в круг тройками. По команде учителя тройки движутся в правую (левую) сторону по кругу. По другому сигналу средние игроки в тройке выходят в центр круга и продолжают двигаться в левую (правую) сторону по кругу.

Правила: участники двигаются только по команде учителя. По третьему сигналу все останавливаются, средние игроки бегут в свои тройки. Побеждает тройка, которая быстрее построится, организованнее других и правильно примет исходное положение.

ОМУ: для того чтобы сохранить равнение в тройках при движении по кругу, участники могут взяться за руки.

Быстрое перестроение

Задачи: развитие быстроты реакции, координации и скорости движений, умения ориентироваться в пространстве, воспитание чувства товарищества.

Инвентарь: не требуется.

Место: спортивный зал, площадка.

Содержание: две команды по 10-15 человек образуют два круга с левой и правой стороны площадки. Центр кругов должен быть обозначен. По команде учителя «Передвижение приставным шагом» играющие передвигаются по кругу, «Стой» останавливаются, «Беги» - команды меняются местами. Круг, который перебежит и построится быстрее, получает очко.

Правила: если в команде ошибается хотя бы один игрок, команда получает штрафное очко.

ОМУ: при большом количестве играющих можно, построить большее количество кругов. Команды могут быть различны, такие, как выполнение общеразвивающих упражнений, беговые задания и т. д.

Черные и белые

Задачи: развитие быстроты реакции, ловкости, координации движений, воспитание дисциплинированности, чувства ответственности перед коллективом.

Инвентарь: разноцветный кружок.

Место: спортивный зал, площадка.

Содержание: в центре площадки на расстоянии 1-3 м одна от другой параллельно выстраиваются команды «черных» и «белых». Как только учитель игры скажет: «Черные!» - или в центре поля упадет темной стороной брошенный кружок, «черные» становятся преследуемыми и убегают. «Белые» ловцы преследуют их, чтобы запятнать. По команде «Белые!» роли меняются.

Правила: каждое пятнание приносит команде одно очко. Игра допускается только в пределах площадки.

ОМУ: расстояние между обеими командами определяется так, чтобы ловцы могли справиться со своей задачей. После каждой перебежки ловцы объявляют, кого они смогли запятнать.

Круговые салки

Задачи: развитие ловкости, быстроты реакции, внимания, воспитание дружелюбия.

Инвентарь: не требуется.

Место: спортивный зал, площадка.

Содержание: играющие становятся в затылок к друг к другу на расстоянии 5-8 шагов, образуя большой круг. По сигналу учителя все участники бегут по кругу, стремясь догнать и осалить находящегося впереди игрока. Осаленный выходит из игры.

Правила: побеждают три игрока, оставшиеся в кругу последними. Выходит из круга игрок, который устал и не может догнать впереди бегущего.

ОМУ: круг можно сделать меньше или больше в зависимости от подготовленности играющих. Осаленным считается игрок, которого коснулись рукой.

Вызов номеров

Задачи: научить ведению мяча, быстро реагировать на сигналы, воспитание ответственности перед командой.

Инвентарь: кегли, мячи.

Место: спортивный зал, площадка.

Содержание: участники делятся на несколько команд. Каждая команда рассчитывается по очереди и становится в колонну. Перед колонной расставляются 5-6 кеглей на расстоянии 1 м одна от другой. Учитель выборочно назначает номера, и вызванные игроки начинают ведение мяча, обводя кеглю зигзагом. Последнюю кеглю следует обежать кругом и таким же образом возвратиться обратно.

Правила: выигрывает команда, которая уронит меньше кеглей.

ОМУ: ведение мяча возможно правой или левой рукой.

Перестрелка

Подготовка. Игру можно проводить на волейбольной площадке. В этом случае имеются средняя и лицевые границы площадки. Отступив на 1 -1,5 м от лицевой линии внутрь зала, проводят параллельно ей другую линию, чтобы образовался коридор «плен»).

Дополнительная линия проводится и на другой стороне

Содержание игры. Играющие делятся на две равные команды, каждая из которых произвольно располагается в своем городе на одной половине площадки (от средней линии до коридора). В ходе игры нельзя заходить на половину противника. Руководитель подбрасывает волейбольный мяч в центре, между капитанами, и те стараются отбить его своим игрокам. Задача каждой команды получив мяч, попасть им в противника, не заходя за среднюю черту. Противник увертывается от мяча и, в свою очередь, пытается осалить мячом игрока противоположной команды. Осаленные мячом идут за линию плена на противоположную сторону (в коридор). Пленный находится там до тех пор, пока его не выручат свои игроки (перебросив мяч без касания стены или земли). Поймав мяч, пленный перебрасывает его в свою команду, а сам перебегает из коридора на свою половину поля.

Побеждает команда, у которой после 10-15 мин игры в зоне пленных окажется больше выбитых игроков. Игра заканчивается досрочно, если все игроки одной из команд оказались в плену.

Правила игры: 1. Салить мячом можно в любую часть туловища, кроме головы. 2. Ловить мяч руками можно, но если игрок выронил мяч, то он считается осаленными и идет в плен. 3. Не разрешается бегать с мячом в руках по площадке, но можно вести его. 4. Мяч, вышедший за границы площадки, отдается команде, из-за линии которой он выкатился. 5. За допущенные нарушения мяч передается противнику.

Ящерица

Подготовка. Участники делятся на две команды, одна из которых идет в круг, а другая остается за кругом с волейбольным мячом. Игроки в круге выстраиваются в колонну во главе с капитаном и берут друг друга за пояс.

Содержание игры. По сигналу руководителя игроки, которые образуют круг, перебрасывают мяч друг другу, стараясь прямым попаданием выбить последнего игрока колонны. Выбитый игрок выбывает из игры. Через 5-8 мин команды меняются ролями.

Побеждает команда, которая за установленное количество времени выбьет больше игроков.

Правила игры: 1. Не разрешается закручивать спираль (пряча последнего). 2. Игроки не должны расцеплять руки. 3. Попадание в голову не засчитывается. 4. Попадание с отскока от пола не засчитывается.

Рывок за мячом

Педагогическая задача. Развитие внимания, быстроты реакции быстроты бега.

Подготовка. Играющие делятся на две равные команды, которые выстраиваются в шеренгу на одной стороне площадки. Каждая команда рассчитывается по порядку номеров. Перед командами проводится стартовая черта. Руководитель с мячом в руках встает между командами.

Ход игры. Называя любой номер, руководитель бросает вперед как можно дальше. Игроки, имеющие этот номер, бегут к мячу. Кто раньше коснется мяча рукой, тот приносит команде очко. После этого мяч возвращается руководителю, который снова бросает его, вызывая новый номер, и т.д.

Победительницей считается команда, набравшая больше очков.

Правила.

1. Начинать бег можно с высокого или низкого старта.

2. Если два игрока коснулись мяча одновременно, каждая команда получает по очку.

Дни недели

Задачи: тренировка различных навыков в передвижении, ходьбе, беге, прыжках, развитие чувства равновесия, умения ориентироваться в пространстве.

Инвентарь: веревка.

Место: спортивный зал, площадка.

Содержание: две команды выстраиваются лицом друг к другу на противоположных сторонах площадки. Посередине, площадки натягивается веревка. Участники команд по порядку называются днями недели. По команде учителя «Среда» участники команд с днем недели среда бегут к середине площадки, перепрыгивают через веревку и возвращаются на свои места.

Правила: выигрывает тот, кто в течение «недели» меньше всех задел веревку.

ОМУ: расстояние между веревкой и полом уменьшается или увеличивается в зависимости от подготовленности играющих.

Горная эстафета

Задачи: совершенствование техники подъема и спуска, развитие выносливости.

Инвентарь: лыжи, палки, флажки.

Место: лыжня в подъеме 20-25 м и затем с пологим спуском.

Содержание: команды построены у подножия небольшой горки. Первые номера с палками взбираются в горку любым способом, затем спускаются и передают палки вторым номерам своих команд и т. д.

Правила: побеждает команда, быстрее справившаяся с заданием.

ОМУ: в конце подъема, спуска необходимо поставить флажок и отметить линию старта. К судейству следует привлекать не занятых в эстафете учащихся.

Гимнастический марафон

Педагогическая задача. Развитие ловкости, внимания, гибкости. Закрепление необходимых гимнастических навыков.

Подготовка. Гимнастические снаряды расставляют в определенном порядке, кладут маты и акробатическую дорожку. Участвуют две равные по числу игроков команды.

Ход игры. По сигналу руководителя первая команда должна преодолеть все препятствия, выполнив заранее обусловленные задания. Вот примерный перечень таких заданий:

- 1) сделать на мате «кувырок вперед»;
- 2) пролезть под конем;
- 3) пройти между кеглями — катя мяч;
- 4) влезть на гимнастическую стенку;
- 5) пропрыгать через скакалку;
- 6) пролезть в обруч;
- 7) сделать два кувырка на матах и финишировать.

Каждый последующий игрок выбегает к первому снаряду, когда его предшественник перешел на второй снаряд. Команды соревнуются по очереди. Засекается время от старта первого игрока до финиша последнего.

Выигрывает команда, которая без ошибок и быстрее прошла все снаряды.

Правила. Нельзя пропускать снаряды.

Передача мячей в колоннах

Подготовка. Играющие делятся на несколько групп - команд, и каждая из них выстраивается в колонну по одному, одна параллельно другой. Игроки

в колоннах стоят на расстоянии вытянутых рук. у впередистоящих в колоннах - по мячу или другому предмету.

Содержание игры. Вариант 1. По сигналу стоящие впереди игроки передают мяч над головой стоящим сзади них. Те таким же способом передают мяч сзади стоящим. Каждый раз последний игрок в колонне, получив мяч, бежит справа от колонны к руководителю, а затем становится первым в своей колонне. Команда того, кто принесет мяч раньше других, получает выигрышное очко. Затем также по сигналу начинают передавать мяч в колоннах. И так играют до тех пор, пока все участники не побывают в конце колонн и не доставят мяч руководителю.

Выигрывает команда, которая закончит игру первой с наименьшим количеством штрафных очков.

Правила игры: 1. Игра начинается только по сигналу руководителя. 2. Передавать мяч можно над головой, а не другим способом. 3. Уронивший мяч должен его поднять, встать на место и продолжить игру. 4. За каждое нарушение начисляются штрафные очки.

Вариант 2. Можно передавать мяч и под ногами, широко расставив их.

Построить мост

Педагогическая задача. Развитие гибкости и быстроты.

Подготовка. Соревнуются несколько команд по 4-5 человек в каждой. Перед началом игры игроки выстраиваются в колонны за линией старта. В пяти шагах от первой линии проводится вторая.

Ход игры. По сигналу руководителя первый игрок бежит до условленной отметки и становится на мост. После этого вперед выбегает второй игрок и, пройдя ползком под мостом, «строит» второй мост рядом с первым. Затем пролезает под двумя мостами третий игрок, за ним - четвертый и т.д. Последний игрок проползает самый длинный путь под мостом, а затем командует «Встать!» Все игроки поднимаются и бегом устремляются к линии старта и строятся в колонны.

Победителем считается команда, сделавшая это первой.

Правила.

1. Игроку нельзя падать в положении «мост».
2. Все игроки должны держать мост до команды «Встать!»

Мостик и кошка

Педагогическая задача. Развитие гибкости, координации и ловкости.

Подготовка. Игроки двух команд строятся у линии старта в колонны. Перед ними в 5 и 10 м чертятся 2 круга диаметром 1,5 м.

Ход игры. По сигналу первые номера выбегают вперед и, оказавшись в первом круге, делают «мост». Затем вперед устремляются вторые игроки команды. Они пролезают под мостом и бегут в дальний круг, где принимают упор стоя согнувшись (выгнув спину) как «кошка». После этого первые номера бегут в дальние круги пролезают между руками и ногами партнера. Затем обе пары, взявшись за руки, бегут к своей команде. Как только пара пересечет линию старта, вперед выбегает третий, а затем четвертый номер команды, а прибежавшие встают в конец колонны. Когда пара, начинавшая игру, снова окажется впереди, игроки меняются ролями, то есть второй номер делает мост, а первый - упор стоя согнувшись.

Игра заканчивается, когда пара, начинавшая эстафету, снова окажется впереди.

Правило. За нарушение техники выполнения упражнения в кругу или преждевременный старт команде начисляется штрафное очко.

Залетный мяч

Подготовка. В середине площадки размером 6-10 м проводится линия. По противоположным сторонам, параллельно ей, чертятся линии плена на расстоянии 1-1,5 м, образуя «коридор плена». От средней линии «коридор плена» находится на расстоянии 6-10 м. Команды выбирают капитанов, и игра начинается.

Содержание игры. Преподаватель подбрасывает мяч на средней линии между капитанами. Каждый из них старается отбить мяч в сторону своих игроков. Получив мяч, игрок стремится попасть им в противника, не заходя за среднюю линию. Тот, в свою очередь, старается увернуться. Но если он запятнан, он переходит за линию плена противника и находится там до тех пор, пока свои игроки не перебросят ему мяч в руки. После этого он возвращается в игру. Играют 15 минут, после чего подсчитывают количество пленных.

Пионербол

Подготовка. Играют на волейбольной площадке, высота сетки 2 м. Игроки располагаются, как при игре в волейбол (6х6). Судей двое: один следит за игрой, другой ведет счет.

Содержание игры. По свистку судьи игрок одной из команд бросает мяч одной рукой через сетку с места; задача игроков другой команды — не дать мячу упасть на пол. Игрок, поймавший мяч, должен с места или сделав не более трех шагов, бросить мяч одной или двумя руками на сторону противника. Он может также разыграть мяч между игроками своей команды. Для этого он бросает мяч другому игроку, а тот должен либо бросить мяч на сторону противника, либо передать его третьему игроку. Третий игрок обязан перебросить мяч через сетку. Соперники разыгрывают мяч на тех же условиях. Игра продолжается, пока одна из команд не допустит ошибку. Тогда мяч переходит другой команде. Команда, набравшая 15 очков (короткая партия или до 25 очков); выигрывает партию. Побеждает команда, первой выигравшая две партии из трех. После каждой партии команды меняются местами.

Правила игры. Команда проигрывает очко, если игрок выронил мяч из рук в ходе партии или если не пойманный мяч падает за пределы площадки. Мяч передается другой команде, если после подачи он коснулся сетки или в ходе игры отскочил от сетки и упал. Однако пойманный от сетки мяч

приравнивается к одному пасу, поэтому завладевший мячом должен сделать третий, последний, пас партнеру либо сам бросить его через сетку. Можно делать не более трех шагов. Пас партнеру считается как шаг, т.е. после этого поймавший может сделать либо 2 шага, либо отдать пас.

Часовые и разведчики

Подготовка. Играющие делятся на две команды – «разведчиков» и «часовых» – и выстраиваются вдоль двух противоположных сторон площадки на расстоянии 18-20 м одна от другой. В трех шагах перед шеренгами проводится линия, а в середине в очерченный кружок кладется волейбольный мяч.

Содержание игры. Игроки в командах рассчитываются по порядку номеров. Задача команды «разведчиков» — унести мяч за свою линию, задача игроков другой команды — воспрепятствовать этому. Учитель громко называет номер, и игроки, стоящие напротив (имеющие этот номер), подбегают к мячу. Если «часовой» зазевался, «разведчик» хватается мяч и убегает с ним в свой дом, а «часовой» идет в плен, становится за спиной «разведчика». Если же оба игрока одновременно выбегают на середину, то задача «разведчика» заключается в том, чтобы, выполнив ряд отвлекающих упражнений (движения руками, прыжки на месте и с поворотом, выпады и т.п.), отвлечь внимание «часового» (он повторяет вслед за «разведчиком» эти движения) и унести мяч. Если «разведчик» схватил мяч, но «часовой» настиг его и осалил рукой, пленным становится «разведчик», в противном случае он выигрывает поединок. Игра продолжается до тех пор, пока все номера не примут участия в игре. Пленные подсчитываются и отпускаются в свои команды. Игра повторяется, игроки при этом меняются ролями. Побеждает та команда, которая сумела взять больше пленников.

Правила игры:

1. «Часовой» обязан повторить все движения «разведчика», иначе он проигрывает.

2. Преследовать убегающего игрока можно только до черты его дома.
3. Игрок, уронивший мяч, считается пойманным.
4. Каждый раз мяч ставит на место «разведчик».

После проведения комплекса подвижных игр мы снова провели тестирование, т.к. визуально заметили более слаженную работу в командах при проведении на уроках физической культуры спортивных игр волейбол и баскетбол.

Прирост показателей навыков игры в волейбол у школьников 5 классов составил в передаче мяча сверху на 47%, передаче мяча снизу на 55%, передаче мяча сверху в парах над сеткой на 46%, прием мяча после набрасывания мяча над сеткой на 50%.

Прирост показателей навыков игры в баскетбол у школьников 5 классов составил в ведении мяча змейкой на 10%, передаче мяча двумя руками от груди в стену на 30%, броске мяча в кольцо на 53%.

На основании полученных данных педагогического эксперимента мы имеем возможность констатировать тот факт, что комплекс подвижных игр с элементами видов спорта, изучаемых по программе физической культуры, имеет огромный потенциал для формирования и дальнейшего становления командного взаимодействия.

Выводы по второй главе

1. Оценка физической подготовленности и физического состояния обучающихся 5 классов на выявила низкий уровень исследуемых показателей. Полученные данные указывают, что эта оценка является «ниже средней» и соответствует «группе риска».

2. Разработанный и экспериментально обоснованный комплекс подвижных игр для пятиклассников показал высокую эффективность в повышении как уровня физической подготовленности обучающихся, так и в командном взаимодействии между школьниками в процессе проведения подвижных игр и облегчает освоение учебного материала по спортивным играм.

3. Повышение уровня командного взаимодействия наглядно демонстрирует прирост показателей навыков игры в волейбол и баскетбол.

Прирост показателей навыков игры в волейбол у школьников 5 классов составил в передаче мяча сверху на 47%, передаче мяча снизу на 55%, передаче мяча сверху в парах над сеткой на 46%, прием мяча после набрасывания мяча над сеткой на 50%.

Прирост показателей навыков игры в баскетбол у школьников 5 классов имел прирост на 10%, передаче мяча двумя руками от груди в стену на 30%, броске мяча в кольцо на 53%.

Заключение

Проблема формирования командного взаимодействия в педагогике очень остро встала не так давно и стала следствием тенденций изменения как ценностных приоритетов общества, так и содержания образования.

Исходя из анализа научно-методической, психологической, философской и педагогической литературы, мы пришли к выводу, что формирование командного взаимодействия пятиклассников на уроках физической культуры в школе не достаточно изучено. Это и послужило основанием для определения темы нашего исследования.

Опираясь на труды отечественных и зарубежных исследователей, мы обосновали необходимость и возможность формирования командного взаимодействия пятиклассников на уроках физической культуры, разработали и реализовали комплекс подвижных игр, включая и элементы спортивных игр.

Для его реализации было необходимо влиться в уже существующее образовательное пространство образовательной организации, выбрать наиболее результативные подвижные игра, способствующие формированию командного взаимодействия пятиклассников на уроках физической культуры.

Цель нашего исследования – теоретически разработать, обосновать и опытно-экспериментальным путем проверить комплекс подвижных игр, направленных на формирование командного взаимодействия пятиклассников на уроках физической культуры.

Изучив степень разработанности данной проблемы в философской, психологической и педагогической науке, мы сделали вывод о том, что в науке создана теоретическая база, основные положения, определены подходы к проблеме, интересующей нас.

Оценка физической подготовленности и физического состояния обучающихся 5 классов на выявила низкий уровень исследуемых показателей.

В ходе исследования комплекс подвижных игр для пятиклассников показал высокую эффективность в повышении как уровня физической подготовленности обучающихся, так и в командном взаимодействии между школьниками в процессе проведения подвижных игр и облегчает освоение учебного материала по спортивным играм.

Повышение уровня командного взаимодействия наглядно демонстрирует прирост показателей навыков игры в волейбол и баскетбол. Проведенная опытно-экспериментальная работа по формированию командного взаимодействия пятиклассников на уроках физической культуры подтвердила нашу гипотезу.

Практические рекомендации

Реализация комплекса подвижных игр, направленного на формирование командного взаимодействия пятиклассников на уроках физической культуры, свидетельствует об эффективности и целесообразности его использования для становления спортивной команды, формирования в ней положительного взаимодействия, а также формирования умений и навыков эффективной коммуникации в повседневной жизни.

Таким образом, разработанный нами комплекс подвижных игр, направленный на формирование командного взаимодействия пятиклассников на уроках физической культуры, может быть использован в образовательном процессе образовательной организации как учителями физической культуры, так и студентами-практикантами.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Аврамова Н.В. Повышение спортивного мастерства квалифицированных волейболисток 15-17 лет на основе программирования и коррекции ведущих технических приемов: автореф. дисс. ... канд. пед. наук / Н.В. Аврамова. – Набережные Челны, 2013. – 23 с.
2. Аджиева Е.М. Личностное развитие учащегося в коллективном взаимодействии // Современные проблемы в образовании: теория и практика: сборник статей Всероссийской научно-практической конференции (24 ноября 2017 г., г. Коломна). – Коломна, 2017. – С. 140-147.
3. Аршавский И.А. Очерки по возрастной физиологии. – М.: Медицина, 2017. – С. 440-446.
4. Аршавский И.А. Физиологические механизмы и закономерности индивидуального развития. – М.: Наука, 1982. – С.42-168.
5. Асмолов А.Г. Психология личности. – М.: Изд-во МГУ, 1990. – 367 с.
6. Ашибоков М.Д. Критерии оценки технико-тактической подготовленности команд волейболистов // Вестник АГУ. – 2006. – №1 (20). – С.290-293.
7. Ашмарин Б.А. Теория и методика физического воспитания. – М.: Физкультура и спорт, 2000. – 223 с.
8. Байбородова Л.В. Методика обучения физической культуре. – М.: Владос, 2014. – 248 с.
9. Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. – М.: КноРус, 2019. – 368 с.
10. Барчуков И.С. Физическая культура: методики практического обучения. – М.: КноРус, 2014. – 304 с.
11. Белбин Р.М. Команды менеджеров: секреты успеха и причины неудач. – М.: НИРРО, 2003. – 315 с.
12. Беляев А.В., Булыкина Л.В. Основные упражнения как средство развития физических качеств волейболисток // Детский тренер (журнал в журнале). – 2005. – № 4. – С. 14.

13. Беляев А.В. Волейбол на уроке физической культуры. – М.: Физкультура и спорт, 2005. – 143 с.
14. Бурцев А.В. Педагогические основы использования экстраполяции в процессе спортивной подготовки волейболистов // Теория и практика физической культуры. – 2010. – №7. – С. 71-73.
15. Гайворонский И.В. Анатомия и физиология человека. – М.: Академия, 2008. – 494 с.
16. Геллерт М., Новак К. Всё о командообразовании: руководство для тренеров: пер. с нем. – М.: Вершина, 2006. – 352 с.
17. Глинская Е.Г. Совершенствование приёмов волейбола // Физическая культура в школе. – 2006. – №5. – С.33-36.
18. Гогунев Б.И., Мартянов Е.Н. Психология физического воспитания и спорта. – М.: Академия, 2002. – 288 с.
19. Гончарова А.В. Индивидуально-тактические компоненты надежности защитных действий волейболисток: автореф. дисс. ... канд. пед. наук / А.В. Гончарова. – Малаховка, 2008. – 25 с.
20. Губа Д.В., Родин А.В. Обоснование индивидуальной тактической подготовки квалифицированных спортсменов в игровых видах спорта // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2012. – №4. – С. 46.
21. Данишкина С.И., Ермакова Е.В. Реализация межпредметных связей физики и физической культуры // Концепт. – 2014. – № 09 (сентябрь).
22. Дотоль И.В. Доверие как необходимый элемент коллективного взаимодействия // Труды братского государственного университета. Серия: Гуманитарные и социальные науки. – 2013. – Т. 1. – С. 78-80.
23. Железняк Ю.Д., Портнов Ю.М., Савин В.П. Спортивные игры: Техника, тактика, методика обучения. – М.: Издательский центр «Академия», 2012. – 520 с.
24. Железняк Ю.Д., Портнов Ю.М., Савин В.П. Спортивные игры: Совершенствование спортивного мастерства. – М.: Издательский центр «Академия», 2012. – 400 с.

25. Железняк Ю.Д., Петров П.К. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 288 с.
26. Железняк Ю.Д., Кулишенко И.В., Крякина Е.В. Методика обучения физической культуре. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 256 с.
27. Карцева И.В. Подготовка волейболистов посредством подвижных игр // Физическая культура в школе: научно-методический журнал. – 2010. – №6. – С.12-17.
28. Катценбах Дж., Смит К.Д. Командный подход. Создание высокоэффективной организации (The Wisdom of Teams). – М.: Альпина Паблишер, 2013. – 376 с.
29. Каширин В.А., Бурцев А.В., Назаренко Л.Д. Структурный подход к развитию ловкости у волейболистов. – Ульяновск: УлГУ, 2010. – 132 с.
30. Кечкин Д.Д. Формирование универсальных учебных действий младших школьников в процессе освоения физкультурной деятельности: дисс... канд. пед. наук / Д.Д. Кечкин. – Тула, 2013. – 149 с.
31. Куманева О.С. Технология формирования команды на этапе углубленной специализации у волейболисток-подростков // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2012. – №6. – С.48
32. Лях В. И. Двигательные способности школьников: Основы теории и методики развития. – М.: Терра-Спорт, 2000. – 192 с.
33. Макаров Ю.М., Луткова Н.В., Минина Л.Н. Теория и методика обучения базовым видам спорта: Подвижные игры. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 272 с.
34. Масалова О.Ю. Теория и методика физической культуры. – М.: Феникс, 2018. – 576 с.
35. Муллер А.Б., Дядичкина Н.С., Богащенко Ю.А. Физическая культура. – М.: Юрайт, 2014. – 432 с.
36. Озеров В.П. Психомоторные способности человека. – Дубна: Феникс+, 2005. – 320 с.

37. Пересыпкина Ю.Ю. Теория и методология обучения физической культуре в общеобразовательной организации // Молодой ученый. — 2017. — №14. — С. 642-645. — URL <https://moluch.ru/archive/148/41004/> (дата обращения: 12.03.2019).
38. Письменский И.А., Аплянов Ю.Н. Физическая культура. – М.: Юрайт, 2014. – 494 с.
39. Погорелов И.А. Принятие решения в условиях коллективного взаимодействия // Проблемы социальной зрелости современной молодежи: материалы международного семинара молодых ученых и аспирантов (23 апреля 2013 г., г. Тамбов). – Тамбов, 2013. – С. 150-152.
40. Погорелов И.А. Особенности самореализации личности при принятии решения в условиях коллективного взаимодействия // Психологические проблемы самореализации современной молодежи: материалы VI Международного семинара молодых ученых и аспирантов (23 апреля 2014 г., г. Тамбов). – Тамбов, 2014. – С. 127-131.
41. Приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2010 г. № 889 «О внесении изменений в федеральный базисный учебный план и примерные учебные планы для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования, утвержденные приказом Министерства образования Российской Федерации от 9 марта 2004 г. № 1312 "Об утверждении федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования"» [Электронный ресурс]. – URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/6642163> (дата обращения 20.03.2019)
42. Соболева Н.В., Галчинова Д.М. Использование игрового метода для воспитания физических качеств у детей 7-8 лет на занятиях ритмической гимнастикой // Научные труды: ежегодник СибГУФК. – Омск, 2006. – С. 44-47.
43. Тихонов А.М., Полякова Т.А., Кечкин Д.Д. Физическая культура в школе с позиций системно-деятельностного подхода // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка». – 2016. – № 4. – С. 2-4.

44. Тихонов А.М., Голяков И.П. Основные подходы к преподаванию физической культуры в школе в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом // Теория и практика физической культуры. – 2014. – №5. – С. 13-15.
45. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (утв. приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897) [Электронный ресурс]. – URL: <http://standart.edu.ru/catalog.aspx?CatalogId=2588> (дата обращения: 10.02.2019).
46. Фуряева Т.В., Штумпф С.П. Национальные особенности командного взаимодействия в России // Всероссийская студенческая научно-практическая конференция с международным участием «Культура и искусство: поиски и открытия». – Кемерово: КГИК, 22 апреля 2016 г. – С. 342-347.
47. Штумпф С.П., Рязанова З.Г., Строгова Н.Е. Инициативность участника команды как социально значимое качество личности будущего педагога // Концепт. – 2018. – № 9. – С. 98-115.
48. Шустова И.Ю., Никитина Н.Н. Технология организации коллективного взаимодействия школьников // Классный руководитель. – 2004. – № 6. – С. 74-84.
49. Шустова И.Ю., Никитина Н.Н. Технология организации коллективного взаимодействия школьников (продолжение) // Классный руководитель. – 2004. – № 7. – С. 91-107.
50. Шустова И.Ю., Никитина Н.Н. Технология организации коллективного взаимодействия школьников (окончание) // Классный руководитель. – 2005. – № 2. – С. 68-81.
51. Эйдер Е. Научно-методические основы возрастного развития и направленного совершенствования физических качеств школьников 7-19 лет: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / Е. Эйдер. – Минск, 2000. – 38 с.
52. Ярая Е.Н. Коллективное взаимодействие детей дошкольного возраста средствами аэробики // Конструктивизм в психологии и педагогике: сборник статей Международной научно-практической конференции (8 октября 2018 г., г. Казань). – Казань, 2018. – С. 72-77.

53. Anderson L.A., Glover D.R. Building Character, Community, and a Growth Mindset in Physical Education: Activities That Promote Learning and Emotional and Social Development. – Human Kinetics, 2017. – 200 p.

54. Barker D., Quennerstedt M., Annerstedt C. Learning through group work in physical education: a symbolic interactionist approach // Sport, Education and Society. – 2015. – Vol. 20. – P. 604-623.