

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное учреждение высшего образования
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ им. В.П.Астафьева
(ГКПУ им.В.П. Астафьева)
ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ЗДОРОВЬЯ
имени И.С. Ярыгина

Выпускающая кафедра теоретических основ физического воспитания

Суворов Дмитрий Олегович

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

Разминка в парах как средство формирования коммуникативных универсальных действий у обучающихся 7 класса на уроках физической культуры.

Направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование
Направленность (профиль) образовательной программы:
Физическая культура с основами безопасности жизнедеятельности
ДОПУЩЕН К ЗАЩИТЕ

Зав. кафедрой профессор, доктор педагогических наук

_____ Сидоров Л.К.
(дата,подпись)

Научные руководители: профессор, доктор педагогических наук Сидоров Л.К., ст. преподаватель Серейчикайте Е.А.

(дата, подпись)

Дата защиты _____
Обучающийся Суворов Д.О.

(дата, подпись)
Оценка _____
(прописью)

Красноярск 2023

Содержание

Введение.....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ КОММУНИКАТИВНЫХ УНИВЕСАЛЬНЫХ УЧЕБНЫХ ДЕЙСТВИЙ В ПРАКТИКЕ СОВРЕННОЙ ШКОЛЫ	8
1.1 Сущность понятий «коммуникация», «коммуникативные умения», «коммуникативные универсальные учебные действия».....	8
1.2. Анатомо-физиологические и психолого-педагогические особенности обучающихся 7 класса.	13
1.3. Разминки в парах один из путей в формировании коммуникативных универсальных учебных действий на уроках физической культуры	24
Выводы по 1 главе:	27
2.1 Методы исследования.....	29
2.2 Организация исследования.....	32
ГЛАВА 3. ОЦЕНКА И ОБОСНОВАНИЕ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ РАЗМИНКИ В ПАРАХ В ФОРМИРОВАНИИ КОММУНИКАТИВНЫХ УЧЕБНЫХ ДЕЙСТВИЙ У ОБУЧАЮЩИХСЯ 7 КЛАССА НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ.	34
3.1. Обоснование и разработка комплекса разминок в парах для формирования универсальных действий обучающихся 7 класса на уроках физической культуры.....	34
3.2. Оценка результативности разработанных практических рекомендация для формирования универсальных учебных действий обучающихся 7 класса во время разминки на уроке физической.	43
Выводы по главе 3 главе:	53
Заключение	54
Список используемых источников.....	56
Приложение.....	59

Введение

Актуальность исследования формирования коммуникативных учебных действий школьников определяется Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования далее (ФГОС ООО). В ФГОС ООО в разделе Требования к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования указывается, что «в результате освоения базовой программы, дети должны овладеть такими качествами как коммуникативные универсальные учебные действия»[33].

ФГОС ООО ставит перед учителем задачу формирования универсальных учебных действий, обеспечивающих школьникам умение учиться, способность к саморазвитию и самосовершенствованию. Знания, умения и навыки рассматриваются как производные от соответствующих видов целенаправленных действий, то есть они формируются, применяются и сохраняются в тесной связи с активными действиями самих учащихся» [36].

Формирование коммуникативных универсальных учебных действий является одной из составляющих успешности обучения в школе, где одним из доминирующих факторов успешности является сформированный навык общения и взаимодействия, как со сверстниками, так и с людьми других возрастных категорий.

Анализ современных психолого – педагогических исследований свидетельствует об имеющемся опыте формирования коммуникативных умений и навыков с позиций гуманистической педагогики, психологии, но в рамках старых стандартов. В традиционной практике обучения уже имеется накопленный опыт по формированию коммуникативных умений, о котором свидетельствуют работы таких авторов как Ю.К. Бабанский, Л.С. Выготский, П.Я. Гальперин и другие. В традиционной школе о формировании коммуникативных умений упоминалось, но не делалось четкой установки, что это необходимое условие для формирования выпускника основной школы. Для формирования коммуникативных универсальных учебных

действий, необходимо переработать накопленный опыт с ориентацией на ФГОС ООО и его требований. Для этого необходимо подобрать наиболее эффективные методы и приемы, которые будут направлены на формирование коммуникативных универсальных учебных действий, в рамках системно-деятельностного подхода [4,15].

Понимание и смысл термина, коммуникативные умения рассматривали такие ученые как С.Т. Шацкий, Д.Б. Эльконин, В. Давыдов, Г.А. Цукерман. и др. Они разработали разные концептуальные подходы в обучении с учетом возрастных и индивидуальных особенностей [15,35].

А понимания сущности понятия коммуникативные учебные действия принадлежит разработчикам новых стандартов, в частности А.Г. Асмолову, где дается определение универсальным учебным действиям. В широком значении термин «универсальные учебные действия» означает умение учиться, т. е. способность субъекта к саморазвитию и самосовершенствованию путем сознательного и активного присвоения нового социального опыта. В более узком значении, этот термин определяется как «совокупность способов действия учащегося (а также связанных с ними навыков учебной работы), обеспечивающих самостоятельное усвоение новых знаний, формирование умений, включая организацию этого процесса» [2].

Проанализировав имеющийся опыт формирования коммуникативных умений, и требования, предъявляемые к формированию универсальных учебных действий в условиях стандартов, где требуется, чтобы ученик самостоятельно усваивал новые знания при создании условий для этого процесса со стороны учителя. Мы пришли к выводу, что коммуникативные универсальные действия эффективнее формировать в ситуации активного обучения, которое строится на основе активного взаимодействия обучающихся на уроках физической культуры.

С учетом важности данной проблемы в деятельности современного учителя, реализующего ФГОС и была определена тема выпускного

квалификационного исследования: **«Разминка в парах как средство формирования коммуникативных универсальных учебных действий у обучающихся 7 класса на уроках физической культуры».**

Объект исследования: урок физической культуры у обучающихся 7 класса.

Предмет исследования: разминка в парах как средство формирования коммуникативных универсальных учебных действий у обучающихся 7 класса.

Цель исследования: обосновать применение разминки в парах на уроках физической культуры для формирования коммуникативных универсальных учебных действий у обучающихся 7 класса.

С учетом актуальности проблемы в теории и практике педагогического образования, цели, объекта, предмета определены следующие **задачи исследования:**

1. Провести анализ научно-методической литературы по проблеме формирования коммуникативных учебных действий на уроке физической культуры.

2. Теоретически обосновать и разработать упражнения в парах для формирования коммуникативных универсальных учебных действий на уроке физической культуры

3. В педагогическом эксперименте проверить эффективность разработанных упражнений направленных на формирования коммуникативных учебных действий у обучающихся 7 класса школе на уроке физической культуры.

Методы исследования:

- анализ научно-методической литературы;
- педагогический эксперимент;
- анкетирование;
- тестирование;

- методы математической статистики.

Гипотеза исследования: мы предполагаем, что применение разминки в парах будет способствовать формированию коммуникативных универсальных учебных действий у обучающихся, если соблюдать следующие условия:

- систематически применять разминки в парах на разных этапах урока физической культуры, с учетом содержания программы;
- будут учтены возраст особенности обучающихся 13-14 лет, их коммуникативные особенности и самоконтроль в общении.

В соответствии с объектом исследования для решения поставленных задач использовались следующие методы исследования:

- теоретический анализ;
- педагогический эксперимент.

Основные этапы исследования:

1 этап – (теоретический). На данном этапе мы изучили и проанализировали научную литературу. Были определены методология и методика исследования, понятийный аппарат, объект, предмет, задачи, методы исследования и гипотеза. Составлено введение.

2 этап – (практический). Определена экспериментальная группа. Разработаны упражнения в парах. Проведен констатирующий эксперимент. На основе анализа констатирующего эксперимента проведен формирующий эксперимент. Сделаны выводы по педагогическому эксперименту.

3 этап – (заключительный) Составление оглавления. Оформление титульного листа. Компоновка подготовленных текстов. Написание выводов. Редактирование введения. Составление заключения. Составление списка литературы. Составление приложений. Сдача работы руководителю для получения отзыва и рецензии. Составление отзыва руководителем ВКР. Ознакомление с отзывом и рецензией. Сдача ВКР в учебную часть. Подготовка текста защитного слова и презентации для публичной защиты.

Практическая значимость исследования: Работа на наш взгляд имеет практическую значимость в том, что описаны и апробированы разминки в парах, способствующие формированию коммуникативных универсальных учебных действий на уроках физической культуры.

Выпускная квалификационная работа состоит из введения, трех глав, выводов по главам, заключения и списка используемых источников, приложений. Текст выпускной квалификационной работы иллюстрирован таблицами и диаграммами.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ КОММУНИКАТИВНЫХ УНИВЕСАЛЬНЫХ УЧЕБНЫХ ДЕЙСТВИЙ В ПРАКТИКЕ СОВРЕННОЙ ШКОЛЫ

1.1 Сущность понятий «коммуникация», «коммуникативные умения», «коммуникативные универсальные учебные действия»

Для определения понятий «коммуникации» и коммуникативных умений, мы обратились к психолого-педагогической литературе.

В последнее время широкое распространение получил термин «коммуникация», наряду с термином «общение». Впервые термин «коммуникация» (от лат. Communicatio от communicare – делать общим, сообщать, беседовать) появилась в научной литературе в начале XX века и рассматривалась зарубежными исследователями в контексте двух основных общетеоретических построений: 1) бихевиоризма (основой коммуникации является не язык как система, а непосредственные речевые сигналы, манипулируя которыми можно воспитать человека любого склада; представителем этого подхода является Д. Уотсон); 2) символического интеракционизма (персонализма), где коммуникация есть внутренняя метафизическая способность личности открывать в себе чувства другого.

Обратившись к словарю русского языка, мы проанализировали следующие определения коммуникации. В словаре русского языка С.И. Ожегова «коммуникация» растолковывается как сообщение, общение. Речь, как средство коммуникации [30].

В современном словаре иностранных слов, «коммуникация» определяется как «общение, обмен мыслями, сведениями, идеями и т.д.; специфическая форма, взаимодействия людей в процессе их познавательно трудовой деятельности; важнейший механизм становления индивида как социальной личности, проводника установок данного социума, формирующих индивидуальные и групповые установки, как средство коррекции асоциального проявления индивида или группы» [20].

В психологическом словаре коммуникация – «есть смысловой аспект социального взаимодействия» [6].

Философский словарь трактует коммуникацию как «процессы социального взаимодействия, взятые в их знаковом аспекте (язык, пара и экстралингвистические, и оптико-кинетические знаковые системы), основывающиеся на взаимопонимании, дискуссии» [20].

При сравнительной характеристике понятий нами замечено, что понятие «коммуникативный» отождествляется с понятием «коммуникабельный» и характеризуется как «способный, склонный к коммуникации, установлению контактов и связей, легко устанавливающий их, общительный».

Мы заметили, что в этих понятиях прослеживаются общие признаки: «коммуникация» везде определяется как процесс социального взаимодействия. Различие заключается в том, что каждый словарь по своему трактует понятие «коммуникация» с точки зрения той или иной науки. Также установлено, что термины «коммуникация» и «общение» являются синонимами, это позволяет считать понятия тождественными. Кроме этого, многие авторы говорят о таких понятиях, как коммуникативность (В. А Якунин, Р.А. Парошина), взаимодействие (Л. А. Шипилина), коммуникативные умения (А. А. Леонтьев, В.А. Якунин), коммуникативные качества, способности личности (Б.Г. Ананьев, А.А. Бодалев, В. А. Канн - Калик), коммуникативные процессы (Г. М. Дридзе, А. Л. Леонтьев, В. А. Якунин) [24,25,37].

Для того чтобы выявить коммуникативные умения нам необходимо рассмотреть понятие «коммуникативность».

В психолого-педагогических исследованиях (В. Д. Ширшов, Л. К. Аверченко, В. Е. Семенович и др.) коммуникативность определяется как:

- активность в установлении контактов, открытость, естественность и непринужденность поведения, эмоциональная зрелость, независимость

мышления. Стремление в своих решениях полагаться на себя, уверенность в себе и в своих силах, стремление и умение работать с людьми в коллективе;

- специфическое педагогическое явление;
- как качество, представляющее совокупность ряда существенных относительно устойчивых свойств личности, способствующих коммуникативному процессу для определения успешности учебно-воспитательной работы с учащимися;
- одна из тех составляющих общения (коммуникативная, интерактивная, перцептивная).

Ряд авторов пытаются проникнуть в суть и охарактеризовать коммуникативность со стороны содержания коммуникаций их опосредованием, определяя коммуникацию «как обмен сообщениями между людьми», подчеркивают, что «заклученная в сообщениях информация всегда выступает как «субъектно – интерпретированное содержание. «Содержание всякого сообщения оказывается многократно опосредованным различными психологическими особенностями, как коммуникатора, так и реципиента. Коммуникатор формирует сообщение в соответствии со своими личностными особенностями, своими представлениями о реципиенте и отношениями к нему, социально – психологической ситуации. С помощью личных смыслов кодирует и придает ему форму в соответствии со спецификой средства (канала) коммуникации. Далее, будучи воспринятым, сообщение вновь изменяется в зависимости от того, кто является его получателем» [35].

Понятие «коммуникативные умения» в педагогическом словаре под редакцией А.Ю. Коджаспирова, трактуется как процесс передачи педагогом информации по средствам речи и соответствующего поведения, способствующий установлению контактов с классом, влияющий на его настроение, готовящий к восприятию учебного материала [18].

Г.А. Урунтаева трактует «коммуникативные умения» как освоенный человеком способ установления взаимоотношений между людьми. К ним

относятся умения входить в контакт с человеком, понимать его личные качества и намерения, предвидеть результаты его поведения и в соответствии с этим строить свое [31].

В словаре синонимов понятия «коммуникация» и «общение» характеризуются как близкие синонимы, что позволяет считать эти термины эквивалентами. Так, А. А. Леонтьев подчеркивает, что «общение есть не только взаимодействие людей в обществе, а в первую очередь взаимодействие людей как членов общества», тем самым, определяя общение как вид деятельности [24].

В социальной психологии, философии и педагогике «общение» рассматривается как:

- самостоятельный вид человеческой деятельности;
- взаимодействие людей в целях установления взаимоотношений;
- система целенаправленных и мотивированных процессов, обеспечивающих взаимодействие людей в коллективной деятельности, реализующих общественные и личностные, психологические отношения и использующих специфические средства, прежде всего язык.

Отдельные ученые в своих работах (А. Б. Зверинцев, А. Н. Леонтьев, А. А. Леонтьев, Б.Д. Парыгин) понятиям «общение» и «коммуникация» придают один смысл. Однако, другие ученые (Б.Г. Ананьев, Г. М. Андреева, Г. М. Дридзе, В. Я Якунин и др.) считают, что отождествление этих понятий является поспешным [25,37].

Мы придерживаемся, мнения о различии понятий «общение» и «коммуникация», рассматриваем коммуникацию как процесс обеспечения многофункциональности общения (а именно основных трех групп функций: когнитивной, аффективной, регулятивной), но признаем их тесную взаимосвязь и взаимопроникновение.

Сравнив понятия «коммуникация» и «коммуникативные умения», мы пришли к выводу, что коммуникация представляет собой процесс

социального взаимодействия, а коммуникативные умения – это способность к установлению контактов и связей в общении. Это такие умения как:

- умение выслушать точку зрения другого;
- умение высказывать свою точку зрения;
- умение доказывать и аргументировать свою точку зрения;
- умение правильно донести информацию;
- умение сотрудничать в работе.

Коммуникативные универсальные учебные действия в тезаурусе ФГОС ООО понимаются как «обеспечение социальной компетентности и сознательной ориентации обучающихся на позиции других людей (прежде всего, партнера по общению или деятельности), умение слушать и вступать в диалог, участвовать в коллективном обсуждении проблем, интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми».

Основными оставляющими компонентами коммуникативных универсальных УД являются:

- умение общаться и взаимодействовать с партнёрами по совместной деятельности или обмену информацией;
- способность действовать с учётом позиции другого и уметь согласовывать свои действия;
- организация и планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками;
- умение работать в группе (включая ситуации учебного сотрудничества и проектные формы работы);
- следование морально-этическим и психологическим принципам общения и сотрудничества [1].

Рассмотрев сущность понятий «коммуникативные умения» и «коммуникативные универсальные учебные действия» нами замечено, что понятие коммуникативные универсальные учебные действия шире понятия коммуникативные умения, как в содержательном, так и процессуальном

аспекте. Главное отличие в том, что коммуникативные универсальные учебные действия формируются только в деятельности и во взаимодействии с другими.

1.2. Анатомо-физиологические и психолого-педагогические особенности обучающихся 7 класса.

Общепринятое представление о том, что физическая культура в основном должна быть направлена на развитие физических качеств обучающихся (силы, быстроты, выносливости, сила, ловкость, гибкость) и достижение оздоровительного эффекта, в значительной мере обедняет содержание этого понятия. При этом на второй план отходит ряд компонентов, без которых невозможна подлинная культура физического воспитания. В нашем случае - это коммуникации на уроках физической культуры.

Формирование коммуникативных умений у детей происходит как под прямым воздействием педагога, так и опосредованно, через его собственную деятельность.

Наличие потребности в общении, обеспечивает естественное восприятие детьми примера окружающих людей, готовность перестроить свою деятельность так, как предлагают окружающие, открытость воздействиям взрослого. Недостаточно выраженная потребность в общении делает подростка замкнутым, пассивным, трудно поддающимся воспитанию. Налаживание связей, общения с обучающимся играет первостепенную роль в успешном его воспитании.

Бутыло Л.Ю. в статье «Формирование коммуникативных умений обучающихся на уроках физической культуры» пишет, что «занятия физическими упражнениями содействуют обогащению нравственного опыта, формируют нравственное поведение ребенка»[8]. Известно, что основой всех нравственных взаимоотношений являются дружеские отношения. В

двигательной деятельности они формируются путем подбора упражнений, выполнение которых ставит ребенка перед необходимостью вступить в контакт со сверстниками, добиться общей цели.

Наиболее распространенной формой проявления дружеских взаимоотношений является помощь товарищу, согласованные действия при выполнении общего двигательного задания, взаимоконтроль за качеством движений, ответственность перед ровесниками. Подростки осознают принадлежность к коллективу и учатся управлять своим поведением.

Изучая опыт педагогов-практиков в рамках физкультурно-спортивной деятельности, нами замечено, что одни используют разнообразные формы физкультурно-оздоровительной работы, другие - формы активного отдыха, Некоторые педагоги рассматривают самостоятельную двигательную активность как средство формирования коммуникативной способности у детей, где учитель способен помочь подростку установить контакт с окружающим миром, а также со сверстниками и взрослыми, побудить их к сближению друг с другом [7].

Многие педагоги, описывая свой опыт, акцентируют внимание на коллективных играх в процессе физкультурной деятельности, считают, что через них у детей формируются умения, необходимые для доброжелательного отношения друг к другу, воспитывается вежливость в общении, манера поведения.

Милованова Н.Г, описывая опыт работы по формированию коммуникативных умений в учреждениях закрытого типа, указывает, что для определения методических подходов к формированию коммуникативных умений воспитанников необходимо учитывать такие значимые факторы физкультурно-спортивной деятельности, как:

- роли, взятые на себя играющими;
- игровые действия как средство реализации этих ролей;
- игровое употребление предметов, т.е. замещение реальных вещей игровыми, условными;

- реальные отношения между играющими;
- содержание – область действительности, условно воспроизводимая в игре, а также особенности физкультурно-спортивной деятельности в подростковом возрасте как нацеленность на самоутверждение в обществе [28].

Лисицкая Т.Ф. считает, что развивать коммуникативные универсальные учебные действия можно успешно в подготовительной части урока, если предложить детям выполнять ОРУ в парах, где активная поддержка или сопротивление партнера помогают установить коммуникацию, а также повысить уровень силовой подготовки обучающихся. К тому же применение парных, или, как считает автор, контактных упражнений способствует воспитанию чувства товарищества, доверия друг к другу, повышает эмоциональность, делает уроки физической культуры более разнообразными [27].

Исходя из теоретического анализа опыта работы в рамках физической культуры, в нашем исследовании мы будем акцентировать внимание на формировании следующих коммуникативных УУД:

- умение общаться и взаимодействовать с партнёрами по совместной деятельности или обмену информацией;
- способность действовать с учётом позиции другого и уметь согласовывать свои действия;

Возраст от 11-12 лет до 15 лет определяется как средний школьный возраст, который совпадает с обучением 5-9 классах, переходным возрастом, перестройкой всего организма. Отличительной особенностью этого возраста является половое созревание (11 лет у девочек, чуть позже у мальчиков). Это явление вносит значительные изменения в жизнь подростка, нарушает внутреннее равновесие, приносит новые переживания и усложняет отношения между мальчиками и девочками.

По словам Карелиной О.И. в этом возрасте обучающиеся все чаще с интересом реагируют на захватывающие, необычные классные задачи и уроки. Тем не менее, быстрое переключение внимания не дает подросткам много времени, чтобы сосредоточиться на одном уроке. Следует отметить, что трудно преодолеваемые и необычные задачи вызывают повышенный интерес и способны привлечь внимание в течение длительного времени [3].

Как писал Волчков Э.Г.: «Дети в этот период склонны к спорам и возражениям, слепое следование авторитету взрослого сводится зачастую к нулю, родители недоумевают и считают, что их послушный ребенок подвергается чужому влиянию и в семьях наступает пора кризисной ситуации: «верхи» не могут, а «низы» не хотят мыслить и вести себя по-старому» [12].

Отличительной особенностью мышления подростков является критичность. Подросток, который ранее всегда соглашался во всем, пытается выразить себя и свое мнение как можно чаще. Дети данного периода склонны к возражениям и спорам, абсолютное послушание авторитету взрослого сводится к нулю, родители зачастую считают, что их послушный ребенок подвергается влиянию извне, наступает кризисная ситуация, чтобы прийти к кризисной ситуации. Кроме того, средний школьный возраст является самым благоприятным периодом для творческого развития. Как было отмечено выше, подростки любят решать проблемные ситуации, определять причину и следствие, а задания, в ходе которых можно озвучить свое мнение, самому решать проблему, участвовать в дискуссии, отстаивать и доказывать свою правоту, вызывают повышенный интерес [25].

По данным исследования внутреннего мира подростков, одной из важнейших нравственных проблем старшеклассников является несогласованность убеждений, нравственных идей, а также понятий с поступками, действиями и поведением в целом. Система оценочных суждений и нравственных идеалов неустойчива. Трудности в плане жизни,

семейные трудности и влияние друзей могут вызвать у детей большие трудности в развитии и социализации. В этой связи, работа учителя должна иметь прямую направленность на формирование нравственного опыта, развитие системы справедливых оценочных суждений. Учитель должен сосредоточить свое внимание на формировании нравственных качеств личности и ознакомление с примерами положительных идеалов. Более того, учитель должен глубоко осмыслить особенности поведения и развития современного подростка, уметь поставить себя на его место в самых сложных противоречивых условиях реальной жизни. Это позволит не только преодолевать отчуждение, но и налаживать хорошие отношения в системе: школа семья общество ребенок [7].

Контингент школьников подросткового возраста – это ученики средних классов. Обучение и развитие в средней школе специфически отличается от таковых в младшей школе (появляется много новых предметов, учителей и др.). К тому же эту специфичность придает, и сама «кризисность» возраста. Рассмотрим основные особенности и задачи развития подростка.

Подростковый возраст традиционно делится на две фазы: негативную (собственно критическую) – младший подростковый возраст (11-13 лет), и позитивную – старший подростковый возраст (13-15 лет) [24].

По внешним признакам социальная ситуация развития в подростковом возрасте ничем не отличается от таковой в детстве. Социальный статус подростка остается прежним. Все подростки продолжают учиться в школе и находятся на иждивении родителей или государства. Отличия отражаются скорее во внутреннем содержании. Иначе расставляются акценты: семья, школа и сверстники приобретают новые значения и смыслы [12].

Сравнивая себя со взрослыми, подросток приходит к заключению, что между ним и взрослым никакой разницы нет. Он претендует на равноправие в отношениях со старшими и идет на конфликты, отстаивая свою «взрослую» позицию.

Конечно, подростку еще далеко до истинной взрослости – и физически, и психологически, и социально. Он объективно не может включиться во взрослую жизнь, но стремится к ней и претендует на равные с взрослым права. Новая позиция проявляется в разных сферах, чаще всего – во внешнем облике, в манерах.

Одновременно с внешними, объективными проявлениями взрослости возникает и чувство взрослости – отношение подростка к себе как к взрослому, представление, ощущение себя в какой-то мере взрослым человеком. Эта субъективная сторона взрослости считается центральным новообразованием младшего подросткового возраста.

Наряду с чувством взрослости Д.Б. Элькониным рассматривается подростковая тенденция к взрослости: стремление быть, казаться и считаться взрослым. Желание выглядеть в чужих глазах взрослым усиливается, когда не находит отклика у окружающих [35].

К старшему подростковому возрасту взрослый для ребенка начинает играть роль помощника и наставника. В учителях ребята начинают ценить не только личностные качества, но и профессионализм, разумную требовательность [35].

Стремление к взрослости и самостоятельности подростка часто сталкивается с неготовностью, нежеланием или даже неспособностью взрослых (прежде всего – родителей) понять и принять это. Особенно характерен в этом отношении младший подростковый возраст.

В возрасте 12-13 лет сила нервных процессов, особенно внутреннего торможения, невелика, внимание неустойчиво. Следовательно, нецелесообразны длительные объяснения упражнений, так как в сосредоточенном состоянии ученик долго находится не может, но показ упражнений воспринимает без умственных усилий, поэтому необходим качественный показ. В этом возрасте многие формы движений приобретаются и закрепляются без длительного инструктажа. Это лучший

возраст для обучения, что очень важно для овладения техникой игры в волейбол [22].

В своей работе с детьми, учитель должен всегда руководствоваться «золотым» правилом от простого к сложному, характер упражнений, объём и интенсивность тренировочных нагрузок в занятиях с юными волейболистами не должны приводить к разрушению их личности. Это всегда происходит, если ребёнка развивать какому – либо одному виду деятельности. Такое развитие рано или поздно, в конечном счёте приводит к застою и снижению эффективности и в основном виде деятельности [36].

Для этого возраста часто характерным является определенное отчуждение от взрослых и усиление авторитета группы сверстников. Такое поведение имеет глубокий психологический смысл. Чтобы лучше понять себя, необходимо сравнивать себя с подобными. Активные процессы самопознания вызывают огромный интерес подростков к своим сверстникам, авторитет которых на определенный период времени становится очень сильным. В отношениях со сверстниками младшие подростки отрабатывают способы взаимоотношений, проходят особую школу социальных отношений. В своей среде, взаимодействуя друг с другом, подростки учатся рефлексии на себя. В процессе общения со сверстниками развиваются навыки взаимопонимания, взаимодействия и взаимовлияния [16].

Стиль взаимоотношений подростка с родителями, существующий в семье, оказывает большое влияние на развитие личности и на формирование стиля отношений подростка к другим людям, в частности сверстникам. Авторитарный тип семейного воспитания приводит к тому, что подросток, где, как ему кажется, он ненаказуем, жестко общается со сверстниками, явно демонстрирует свою свободу, нарушая нормы поведения в общественных местах. С посторонними людьми такой подросток или беспомощно застенчив, или расхлябанно дурашлив и неуважителен. Подросток из семьи с попустительским стилем воспитания в своем поведении со сверстниками

зависим от других, от внешних влияний. Если ребенок попадет в асоциальную группу, возможны наркомания и другие формы социально неприемлемого поведения. Демократический тип воспитания наилучшим образом влияет на формирование отношений со сверстниками. Этот стиль в наибольшей степени способствует воспитанию самостоятельности, активности, инициативы и социальной ответственности [16].

К старшему подростковому возрасту, расстановка акцентов вновь изменяется. Так, подросток к 13-15 годам уже становится более взрослым, ответственным. Начинает разрушаться внутригрупповое общение со сверстниками, происходит углубление и дифференциация дружеских связей на основе эмоциональной, интеллектуальной близости подростков.

В начале отрочества меняется внутренняя позиция по отношению к школе и к учению. Так, если в детстве, в младших классах, ребенок был психологически поглощен самой учебной деятельностью, то теперь подростка в большей мере занимают собственно взаимоотношения со сверстниками. Именно взаимоотношения становятся основой внутреннего интереса в отрочестве [19].

Однако, придавая особое значение общению, подросток не игнорирует и учебную деятельность. Подросток, подрастая, уже готов к тем видам учебной деятельности, которые делают его более взрослым в его собственных глазах. Такая готовность может быть одним из мотивов учения. Для подростка становятся привлекательными самостоятельные формы занятий. Подростку это импонирует, и он легче осваивает способы действия, когда учитель лишь помогает ему [37].

Важным стимулом к учению младших подростков является стремление занять определенное положение в классе, добиться признания сверстников. При этом для подростка продолжают иметь значение оценки, так как высокая оценка дает возможность подтвердить свои способности. В старшем отрочестве многие подростки испытывают потребность в профессиональном

самоопределении, что связано с общей тенденцией этого возраста найти свое место в жизни. Поэтому стимулом к учению у них может выступать и истинный интерес к предмету, и прагматическая цель – необходимость знания определенных предметов для поступления в другие учебные заведения [23].

Учебная деятельность, а также трудовая и общественно- организационная объединяются в общественно значимую деятельность, которая, по мнению В.В. Давыдова, становится ведущей в подростковом возрасте. Осознавая социальную значимость собственного участия в реализации этих видов деятельности, подростки вступают в новые отношения между собой, развивают средства общения друг с другом. Активное осуществление общественно значимой деятельности способствует удовлетворению потребности в общении со сверстниками и взрослыми, признанию у старших, самостоятельности, самоутверждению и самоуважению, согласно выбранному идеалу [15].

В деятельности общения, а также общественно значимой деятельности происходят и возрастные психологические изменения у подростка.

Так, развитие интеллекта характеризуется тем, что подросток приобретает способность к гипотетико-дедуктивным рассуждениям (стадия формальных операций по Ж. Пиаже), которые мало доступны детям более младшего возраста. Часто период становления этой способности характеризуется феноменом теоретизирования. Задача школьного психолога

– показать учителям и родителям значимость этого феномена для личностного развития подростков. Это связано с тем, «что он совпадает с периодом развития самосознания. В это время подростки и юноши начинают активно интересоваться проблемами общения, самосовершенствования, поиска смысла жизни, социальной справедливости и т. д. Нередко они выходят на уровень анализа вечных философских истин, не находя решения вопросов, стоящих перед ними».

В подростковом возрасте качественным преобразованиям подвергается личность ребенка: развивается рефлексия, изменяется содержание самооценки, формируется чувство взрослости и др.

Развитие рефлексии характеризуется повышенной склонностью к самонаблюдению. Подросток ищет ответ на вопрос: каков он среди других. На основе рефлексии развивается самосознание – главная черта психологии подростка по сравнению с ребенком младшего школьного возраста [19].

Одной из форм проявления самосознания является чувство взрослости стремление быть и считаться взрослым. Важным показателем чувства взрослости является наличие у подростков собственной линии поведения, определенных взглядов, оценок и их отстаивание, несмотря на несогласие взрослых, что часто приводит к конфликтам в семье.

У подростка также происходит формирование «Я-концепции» – системы внутренне согласованных представлений о себе. При этом процесс формирования «образа-Я» сопровождается сильным аффективным переживанием. Особого внимания заслуживает эмоциональный компонент самооценки подростка. Развитие самооценки связано с анализом своих переживаний, обусловленных как внешними, так и внутренними стимулами: собственными мыслями, ожиданиями, установками. Впервые подростки, изучая свой внутренний мир как бы со стороны, убеждаются в том, что они уникальны и неповторимы. Подобные мысли повышают у них обостренное чувство одиночества. В конце подросткового возраста, на границе с ранней юностью, представление о себе стабилизируется и образует целостную систему – «Я-концепцию». У части детей «Я-концепция» может формироваться позже, в старшем школьном возрасте. Но в любом случае это важнейший этап в развитии самосознания [24].

В подростковом возрасте происходит развитие интересов. Однако они еще неустойчивы и разноплановы. Для подростков характерно стремление к новизне. Так называемая сенсорная жажда – потребность в получении новых

ощущений, с одной стороны, способствует развитию любознательности, с другой – быстрому переключению с одного дела на другое при поверхностном его изучении [25].

Практика показывает, что лишь у незначительного числа обучающихся средних классов интересы перерастают в стойкие увлечения, которые затем развиваются в старших классах в период профессионального самоопределения. Часто виной тому является поведение родителей, которые не способствуют развитию стойких интересов у своих детей: подтрунивают над ними, когда у тех что-то не получается, внушают ребенку, что у него нет способностей к тому делу, которое его интересует.

Эмоциональная сфера подростков характеризуется поношенной чувствительностью. У младших подростков повышается тревожность в сфере общения со сверстниками, у старших – со взрослыми [24].

Типичными чертами подростков также являются раздражительность и возбудимость, эмоциональная лабильность. Особенно это характерно для младших подростков, переживающих пубертатный кризис. Эмоции подростков более глубокие и сильные, чем у детей младшего школьного возраста. Особенно сильные эмоции вызывает у подростков их внешность. Повышенный интерес подростков к своей внешности составляет часть психосексуального развития ребенка в этом возрасте.

Итак, если подытожить возрастные особенности, то можно сказать, что подростковый возраст – период активного формирования мировоззрения человека – системы взглядов на действительность, самого себя и других людей. В этом возрасте совершенствуется самооценка и самопознание, что оказывает сильное влияние на развитие личности в целом. Самооценка, по мнению многих психологов, является центральным новообразованием подросткового возраста, а ведущей деятельностью является общение и общественно значимая деятельность. И из-за непонимания родителями детей возникают конфликты в общении. В связи с этим возникает

неудовлетворенность в общении, которая компенсируется в общении со сверстниками, авторитет которых играет очень значимую роль. Возникает потребность в достойном положении в коллективе сверстников, стремление обзавестись верным другом, отвращение к необоснованным запретам. Подросток становится восприимчивым к промахам учителя. Кроме того, у него ярко выражена эмоциональность. Подросток ищет ответ на вопрос: каков он среди других, насколько он похож на них [29].

Психологические задачи подростков этого возраста могут быть определены как задачи самоопределения в трех сферах: сексуальной, психологической (интеллектуальной, личностной, эмоциональной) и социальной. Проблемы этого возраста могут быть связаны с поиском путей удовлетворения шести основных потребностей: физиологической потребности, дающей импульс физической и сексуальной активности подростков; потребности в безопасности, которую подростки находят в принадлежности к группе; потребности в независимости и эмансипации от семьи; потребности в привязанности; потребности в успехе, в проверке своих возможностей; наконец, потребности в самореализации и развитии собственного Я. [15].

1.3. Разминки в парах один из путей в формировании коммуникативных универсальных учебных действий на уроках физической культуры

Разминка — это комплекс упражнений, выполняемых в самом начале тренировки с целью разогрева мышц, связок и суставов, а также приведения их в состояние готовности к нагрузкам. Другим важным моментом разминки является небольшая растяжка мышц и связок [34].

В процессе разминки улучшается работа органов кровообращения, которые начинают интенсивно снабжать организм кислородом, что

обеспечивает необходимую энергию и силы. Также повышается интенсивность обмена веществ, что приводит к расщеплению большего количества полезных элементов, интенсивно перерабатываемых организмом в процессе физической нагрузки. Это способствует повышению температуры тела, что и позволяет мышцам разогреться до нужного состояния. Помимо этого, после разминки улучшается эластичность связок и мышц, благодаря чему они способны выдерживать, большую нагрузку и меньше подвержены растяжениям и другим травмам. После разминки усиливается возбудимость нервной системы, что улучшает скорость реакции, координацию движений, выносливость и восприятие. В педагогической практике используются основная, специальная, а также суставная.

Основная - неизменна, независимо от предстоящей нагрузки и вида спорта, которым вы занимаетесь. Суть основной разминки в том, чтобы подготовить мышцы, суставы и нервную систему к началу занятия. Под воздействием основной разминки повышается интенсивность работы сердечно-сосудистой, нервной, дыхательной и двигательной систем, а также улучшается терморегуляция.

Специальная - особенность её состоит в том, чтобы максимально подготовить к работе и разогреть именно те мышцы и части тела, которые будут интенсивно задействованы. Специальная разминка может включать в себя некоторые упражнения, характеризующие вид спорта, которым вы занимаетесь.

Суставная особенность её состоит в том, чтобы максимально подготовить к работе и разогреть суставы:

1. В ходе общей разминки используются упражнения локального воздействия. Это гимнастические упражнения без предметов и с предметами, позволяющие избирательно воздействовать на мышечные группы, сочленения и связки опорно-двигательного аппарата.

2. Разминка в парах - упражнения в парах могут выполняться без предметов и с предметами. Партнёры могут выполнять задание как

одновременно, так и поочерёдно. При поочерёдном выполнении упражнения партнёр может либо оказывать сопротивление, увеличивая нагрузку, либо оказывать содействие в выполнении задания.

Упражнения в парах всегда очень эмоциональны, они сопровождаются обычно смехом и шумом. Положительные эмоции конечно же важны на занятиях физической культурой, но они не должны являться фактором баловства и дезорганизации на занятиях. Невнимательное отношение к объяснению учителя и нарушение установленных правил поведения и выполнения упражнений могут привести к травмам. Поэтому при проведении упражнений в парах следует строго придерживаться следующих правил:

- должна быть четкая организация и дисциплина, основанная на точном соблюдении всех команд и указаний преподавателя;

- строго соблюдать принцип доступности, т.е. давать занимающимся такие упражнения, к выполнению которых они уже подготовлены;

- составлять пары по физическим и антропометрическим данным, т.е., чтобы рост, вес и силы партнеров были примерно равными. Большая разница делает упражнения опасными и чаще всего неинтересными для обоих партнёров.

Юноши должны стоять в парах с юношами, а девушки с девушками:

- пары должны располагаться на площадке так, чтобы они не мешали друг другу;

- объяснять упражнения нужно четко, точно, понятно и подробно. Сразу указать, в каких исходных положениях находятся партнеры (место, направление и т.д.), а если нужно и показать. Показ лучше выполнять в парах, что дает правильное представление об упражнении. Прежде чем дать команду для начала упражнений, необходимо проверить правильность исходных положений, особое внимание уделить правильному хвату, т.к. от этого зависит правильность выполнения упражнений, указать последовательность действий партнеров, темп, ритм. Своевременная

корректировка со стороны преподавателя дает возможность избежать ненужных травм на занятиях; упражнения на сопротивление преподаватель должен следить за тем, чтобы каждый сопротивлялся в меру сил партнера, добывать возможность выполнить задание. Важно приучить занимающихся дозировать усилия, чтобы развивалась острота мышечного чувства, способность дифференцировать напряжение мышц. Максимальные усилия нужно применять только в специальных упражнениях и в упражнениях статического характера. При выполнении таких упражнений у занимающихся нарушается правильный ритм дыхания, поэтому преподаватель должен указывать, когда нужно сделать вдох и выдох и постоянно напоминать об этом:

- перед проведением упражнений на растягивание во избежание травм следует проводить «разогревающие» упражнения. При выполнении упражнений с помощью партнера не следует допускать сильных болевых ощущений.

Таким образом, анализируя разные варианты разминки в парах, мы можем сказать, что они производятся с помощью партнера, между ними происходит общение и взаимодействие в совместной деятельности, они могут согласовывать свои действия и с помощью речи регулировать собственную деятельность и деятельность партнера. В данной совместной деятельности происходит проявление коммуникативных умений.

Выводы по 1 главе:

Задачи, поставленные в первой главе, нами выполнены посредством анализа литературных источников по проблеме, сделаны выводы и обобщения такие как:

-понятие коммуникативные универсальные учебные действия шире понятия коммуникативные умения, как в содержательном, так и процессуальном аспекте;

. коммуникативные универсальные учебные действия формируются только в деятельности и во взаимодействии с другими;

-основными путями и средствами формирования коммуникативных универсальных учебных действий на уроках физической культуры являются контактные упражнения, коллективные игры, реальные отношения между партнерами по игре, работа в парах;

-вычленили коммуникативные УУД, которые будем формировать в процессе исследования, такие как:

- умение общаться и взаимодействовать с партнёрами по совместной деятельности или обмену информацией;

- способность действовать с учётом позиции другого и уметь согласовывать свои действия;

Возраст 14-15 лет – благоприятный период развития коммуникативной компетентности обучающихся, у них усиливается ориентация на способы осуществления коммуникативной деятельности, в этом возрасте складывается индивидуальный стиль взаимодействия с окружающими, усложняется структура речи, в ней появляются специальные термины, абстрактные и метафоричные выражения подростки приближаются к пониманию относительности оценок или выбора, совершаемого людьми. Наиболее благоприятными периодами для развития коммуникативных умений.

Мы предполагаем, что разминка в парах поможет улучшить уровень коммуникативных универсальных учебных действий на констатирующем и контрольном этапах педагогического эксперимента.

ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

2.1 Методы исследования

Исследовательская работа осуществлялась с помощью следующих методов:

- анализ научно-методической литературы;
- педагогический эксперимент;
- анкетирование;
- тестирование;
- методы математической статистики.

Анализ научно-методической литературы позволяет выявить состояние изучаемого вопроса с позиции современных требований, положений и взглядов, степень научной проработанности исследуемой темы.

Педагогический эксперимент – специально организуемое исследование, проводимое с целью выяснения эффективности применения тех или иных методов, средств, форм, видов, приемов и нового содержания обучения и тренировки.

Необходимость проведения педагогического эксперимента может возникнуть в следующих случаях:

-когда нужно проверить разные точки зрения или суждения по поводу одного и того же педагогического явления, уже подвергнувшегося проверке;

-когда необходимо найти рациональный и эффективный путь внедрения в практику обязательного и признанного положения.

Тестирование - одна из форм контроля и оценки знаний, умений и навыков.

Анкетирование. Метод сбора информации об изучаемом объекте во время непосредственного (интервью) или опосредованного (анкетирование) педагогического общения педагога и респондента (опрашиваемого) путем регистрации ответов респондентов на сформулированные педагогом вопросы, вытекающие из целей и задач исследования. С его помощью можно

получить информацию, не всегда отраженную в документальных источниках или доступную прямому наблюдению.

Методы математической статистики – для выявления достоверности полученных данных, нами был использован метод математической обработки статистических данных, в частности, использовался **t-критерий Стьюдента**:

а) Средняя арифметическая:

$$\bar{X} = \frac{\sum \chi_{i,2}}{n}$$

Где \bar{X} – средняя арифметическая;

Σ – знак суммирования;

χ – отдельные значения;

n – число испытуемых.

Средняя арифметическая величина позволяет сравнивать и оценивать группы изучаемых явлений в целом.

б) Среднее квадратное отклонение:

$$\sigma = \sqrt{\frac{\sum (\chi - \bar{X})^2}{n-1}}$$

в) Ошибка среднеарифметической:

$$m_{\bar{X}} = \frac{\sigma}{\sqrt{n}}$$

Ошибка дает представление о том, насколько средняя арифметическая величина, полученная на выборочной совокупности (n), отличается от истинной средней арифметической величины (M), которая была бы получена на генеральной совокупности.

г) показатель достоверности:

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{m_1^2}{n_1} + \frac{m_2^2}{n_2}}}$$

где m_1 и m_2 – соответственно исходные и конечные ошибки среднеарифметической.

Далее достоверность различий определялись по распределению Стьюдента (P), которое показывает вероятность разницы между X_1 и X_2 .

1. $t =$ от 0,0 до 2,25 – нет достоверности различий по таблице

Стьюдента ($P > 0,05$);

2. $t =$ от 2,26 до 3,25 – это значит, что есть достоверности различий по степени ($P < 0,05$);

3. $t =$ от 3,26 до 4,77 – достоверность средней степени ($P < 0,01$);

4. $t =$ от 4,78 и $>$ – достоверность очень высокая ($P < 0,001$).

t- критерий Стьюдента дает представление о том, насколько

характеристики достоверно различны, т.е. установить статистически реальную значимость между ними.

Достоверность полученных результатов в ходе исследования проверялась с помощью t - критерия Стьюдента. На начало эксперимента показатели контрольной и экспериментальной групп не имеют статистически значимых различий. Конечные показатели между контрольной и экспериментальной группами статистически достоверны.

2.2 Организация исследования

Исследование проводилось на базе муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «СШ № 11» г. Ачинска. В опытно-экспериментальной работе приняли участие 32 обучающихся 7 «А» и 7 «Б» класса МБОУ «СШ № 11»

В контрольную группу входили 16 человек, занимающиеся по стандартной программе обучения на уроках физической культуры, утверждённой в школе.

Экспериментальная группа состояла из 16 человек, в которую были внедрены методические разработки для формирования универсальных учебных действий обучающихся 7 класса во время разминки в парах. Для повышения коммуникативных УУД применялся разработанный нами комплекс упражнений.

Исследование состояло из трех этапов и проходило с 2022 по 2023 год.

На первом этапе (сентябрь 2022 г. - декабрь 2022 г.) осуществлялся сбор и анализ научно-методической литературы по теме исследования, а также подбирались методы и база исследования. Был сформулирован понятийный аппарат научно-исследовательской работы (цель, объект, предмет и т.д.).

Второй этап (декабрь 2022 г. – февраль 2023 г.) разработка комплексов упражнений в парах для формирования коммуникативных универсальных действий у учащихся 7 класса на уроках физической культуры. (март 2022 г. - май 2023 г.). Включал в себя формирующий этап опытно-экспериментальной работы. В экспериментальную группу вводились разработанные методические рекомендации для формирования универсальных учебных действий у обучающихся 7 класса во время разминки на уроках физической культуры.

Третий этапе (май 2023 г.) осуществлялся анализ полученных данных в ходе исследования, с помощью методов математической статистики. Написание выводов и оформление выпускной квалификационной работы.

ГЛАВА 3. ОЦЕНКА И ОБОСНОВАНИЕ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ РАЗМИНКИ В ПАРАХ В ФОРМИРОВАНИИ КОММУНИКАТИВНЫХ УЧЕБНЫХ ДЕЙСТВИЙ У ОБУЧАЮЩИХСЯ 7 КЛАССА НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ.

3.1. Обоснование и разработка комплекса разминок в парах для формирования универсальных действий обучающихся 7 класса на уроках физической культуры

В формирующем эксперименте нашего исследования мы предположили, что применение разминки в парах будет эффективным в формировании коммуникативных УУД, если соблюдать следующие условия:

- систематически применять разминки в парах на разных этапах урока физической культуры, с учетом содержания программы;
- будут учтены возраст особенности обучающихся 13-14 лет, их коммуникативные особенности и самоконтроль в общении.

Формирующий эксперимент проводился с учетом содержания уроков физической культуры и учетом формирования коммуникативных универсальных учебных действий:

- умение общаться и взаимодействовать с партнёрами по совместной деятельности или обмену информацией;
- способность действовать с учётом позиции другого и уметь согласовывать свои действия.

Наши экспериментальные действия нашли отражение следующих фрагментах уроков.

Нами было проведены уроки физической культуры с применением разных разминок в парах, которые мы представили в таблице 1.

Таблица 1. - Разминки, направленные на формирование коммуникативных УУД

Коммуникативные умения	Описание разновидности разминок	Темы занятий
умение общаться и взаимодействовать с партнёрами по совместной деятельности или обмену информацией	Разминка в парах.	Прыжки в высоту способом «перешагивания» на результат.
способность действовать с учётом позиции другого и уметь согласовывать свои действия;	Разминка в парах.	Стартовые положения. Бег 30м на результат. Бег 1000м на результат

Для подтверждения гипотезы, о том, что разминки в парах способствуют развитию коммуникативных универсальных учебных действий, мы представляем по два фрагмента уроков по данной схеме описания.

Фрагменты уроков физической культуры с применением разминок в парах.

Фрагмент 1. Формирование умения общаться и взаимодействовать с партнёрами по совместной деятельности или обмену информацией

Тема урока: Прыжок через планку способом «перешагивание».

Цель урока: Совершенствование техники прыжка через планку способом «перешагивание» у обучающихся 7 класса на уроках физической культуры.

Задача, направленные на формирование коммуникативных УУД:

Воспитательная: умения общаться и взаимодействовать с партнёрами по совместной деятельности или обмену.

Этап урока: подготовительный (10минут)

Упражнения для разминки в парах:

1.И. п. — стойка ноги врозь, лицом друг к другу на расстоянии шага, правые руки вперед, левые согнуты (или наоборот) в лицевом хвате (или хватом «в замок»). Поочередное разгибание и сгибание рук, оказывая взаимное сопротивление.

2.И. п. — стойка ноги врозь, вплотную лицом друг к другу, руки в стороны, соединив пальцы «в замок». Варианты выполнения: первый опускает руки вниз и поднимает их в стороны, второй оказывает сопротивление; то же, поднимая руки вверх и опуская в стороны; второй опускает руки партнера вниз и поднимает их в стороны, первый оказывает сопротивление; то же, поднимая руки вверх и опуская в стороны. Эти же варианты упражнений можно проделать, стоя на затылок или спиной друг к другу, а также выполняя движения руками с полной амплитудой (вверх и вниз). В этих упражнениях важно научиться соразмерить величину усилий.

3.И. п. — стойка ноги врозь, вплотную спиной друг к другу, взявшись под локти. Первый делает наклон вперед, приподнимая партнера на спине вверх, который свободно прогибается, затем, выпрямляясь, опускает его в и. п. Наклон делать не ниже горизонтального положения. Лежащему на спине партнеру не следует поднимать ноги, чтобы не перевернуться через голову.

4.И. п. — стойка ног врозь, вплотную спиной друг к другу, взявшись под локти. Поочередно наклоны влево и вправо (одиночные и пружинящие), взаимно помогая друг другу

5.И. п.—стойка ноги вместе (или ноги врозь), вплотную носками (лицом друг к другу), взявшись за руки и отклонившись всем телом назад . Приседание на всей ступне и вставание одновременно вдвоем, поддерживая друг друга и сохраняя равновесие. Вначале можно проделать это упражнение, стоя на расстоянии шага друг от друга, а потом постепенно сближая ступни.

6.И. п. — стойка ноги вместе, вплотную спиной друг к другу, руки на поясе . Приседание на носках, колени врозь, и вставание, опираясь спинами и сохраняя равновесие; то же, взявшись под локти. Для сохранения равновесия

приседать и вставать, держа туловище строго вертикально с прямой спиной и не наклоняя голову вперед.

Выводы и замечания по реализации разминок в парах на основе наблюдения за развитием коммуникативных УУД: на данном этапе урока нами развивались умения общаться и взаимодействовать с партнёрами по совместной деятельности или обмену информацией.

Фрагмент 2. Формирование умения общаться и взаимодействовать с партнёрами по совместной деятельности или обмену информацией

Тема урока: Метания мяча в цель с расстояния 5-7 метров на результат.

Цель урока: Сдача норматива метания мяча в цель с расстояния 5-7 метров у обучающихся 7 класса на уроках физической культуры

Задача, направленные на формирование коммуникативных УУД:

Воспитательная: умения общаться и взаимодействовать с партнёрами по совместной деятельности или обмену.

Этап урока: подготовительный (10 минут)

Упражнения для разминки в парах:

1.И. п. — стойка ноги врозь, лицом друг к другу на расстоянии шага, правые руки вперед, левые согнуты (или наоборот) в лицевом хвате (или хватом «в замок»). Поочередное разгибание и сгибание рук, оказывая взаимное сопротивление.

2.И. п. — стойка ноги врозь, вплотную лицом друг к другу, руки в стороны, соединив пальцы «в замок» . Варианты выполнения: первый опускает руки вниз и поднимает их в стороны, второй оказывает сопротивление; то же, поднимая руки вверх и опуская в стороны; второй опускает руки партнера вниз и поднимает их в стороны, первый оказывает сопротивление; то же, поднимая руки вверх и опуская в стороны. Эти же варианты упражнений можно проделать, стоя затылок или спиной друг к другу, а также выполняя движения руками с полной амплитудой (вверх и вниз). В этих упражнениях важно научиться соразмерить величину усилий.

3.И. п. — стойка ноги врозь, вплотную спиной друг к другу, взявшись под локти. Первый делает наклон вперед, приподнимая партнера на спине вверх, который свободно прогибается, затем, выпрямляясь, опускает его в и. п. Наклон делать не ниже горизонтального положения. Лежащему на спине партнеру не следует поднимать ноги, чтобы не перевернуться через голову.

4.И. п. — стойка нош врозь, вплотную спиной друг к Другу, взявшись под локти. Поочередно наклоны влево и вправо (одиночные и пружинящие), взаимно помогая друг другу

5.И. п.—стойка ноги вместе (или ноги врозь), вплотную носками (лицом друг к другу), взявшись за руки и отклонившись всем телом назад. Приседание на всей ступне и вставание одновременно вдвоем, поддерживая друг друга и сохраняя равновесие. Вначале можно проделать это упражнение, стоя на расстоянии шага друг от друга, а потом постепенно сближая ступни.

6.И. п. — стойка ноги вместе, вплотную спиной друг к другу, руки на поясе. Приседание на носках, колени врозь, и вставание, опираясь спинами и сохраняя равновесие; то же, взявшись под локти. Для сохранения равновесия приседать и вставать, держа туловище строго вертикально с прямой спиной и не наклоняя голову вперед. Выводы и замечания по реализации разминок в парах на основе наблюдения за развитием коммуникативных УУД: на данном этапе урока нами формировать умения общаться и взаимодействовать с партнёрами по совместной деятельности или обмену информацией.

Фрагмент 3. Формирование умения действовать с учётом позиции другого и уметь согласовывать свои действия.

Тема урока: Метание мяча с разбега на дальность на результат.

Цель урока: Сдача норматива метание мяча с разбега на дальность у обучающихся 7 класса на уроках физической культуры.

Задача, направленные на формирование коммуникативных УУД:

Воспитательная: способность действовать с учётом позиции другого и уметь согласовывать свои действия;

Этап урока: подготовительный (10 минут)

Упражнения для разминки в парах:

1.И. п. — стойка ноги врозь, вплотную спиной друг к другу, ступни на расстоянии шага, взявшись под локти. Глубокое приседание на всей ступне, опираясь спинами, и вставание, сохраняя равновесие. Усложненный вариант: приседая на всей ступне, сесть на пол и выпрямить ноги вперед, затем согнуть ноги и, опираясь ступнями о пол, а спинами друг о друга, встать.

2.И. п. — сед лицом друг к другу, опираясь руками сзади о пол, согнув ноги вперед и соединив ступни. Попеременное разгибание и сгибание правой и левой ноги, оказывая взаимное сопротивление; то же, но один выпрямляет сразу обе ноги, второй, сгибая свои ноги, оказывает сопротивление, и наоборот.

3.И. п. — стойка вплотную спиной друг к другу, взявшись под локти. Ходьба широким шагом вперед и назад, согласовывая движения ногами. Начинать надо с небольших шагов, делая их осторожно, чтобы идущий спиной вперед не упал.

4.И. п.—стойка боком друг к другу на расстоянии шага, лицом в противоположные стороны, положив одну руку на плечо партнера, а другую на пояс. Прыжки, поворачиваясь по кругу: на двух ногах, на одной ноге (левой и правой), чередуя направление движений.

5.И. п. — стойка лицом друг к другу, взявшись за руки. Прыжки, поворачиваясь по кругу: на двух ногах, приставными прыжками (шаги галопа), на одной ноге, меняя положение другой.

6.И. п. — присед лицом друг к другу на расстоянии шага, взявшись за руки. Варианты выполнения: прыжки в приседе, поворачиваясь по кругу, влево и вправо; прыжки прямо (один из партнеров спиной вперед); прыжки боком влево или вправо; то же, находясь в приседе вплотную спиной друг к другу, взявшись под локти

Выводы и замечания по реализации разминок в парах на основе наблюдения за развитием коммуникативных УУД: на данном этапе урока

нами формировалось умения действовать с учётом позиции другого и уметь согласовывать свои действия.

Фрагмент 4. Формирование умения действовать с учётом позиции другого и уметь согласовывать свои действия.

Тема урока: Стартовые положения. Бег на 30 метров на результат.

Цель урока: Совершенствование техники стартовых положений. Сдача норматива бег на 60 метров у обучающихся 7 класса на уроках физической культуры.

Задача, направленные на формирование коммуникативных УУД:

Воспитательная: формировать умения действовать с учётом позиции другого и уметь согласовывать свои действия.

Этап урока: подготовительный (10 минут)

Упражнения для разминки в парах:

1.И. п. — стойка ноги врозь, вплотную спиной друг к другу, ступни на расстоянии шага, взявшись под локти. Глубокое приседание на всей ступне, опираясь спинами, и вставание, сохраняя равновесие. Усложненный вариант: приседая на всей ступне, сесть на пол и выпрямить ноги вперед, затем согнуть ноги и, опираясь ступнями о пол, а спинами друг о друга, встать.

2.И. п. — сед лицом друг к другу, опираясь руками сзади о пол, согнув ноги вперед и соединив ступни. Попеременное разгибание и сгибание правой и левой ноги, оказывая взаимное сопротивление; то же, но один выпрямляет сразу обе ноги, второй, сгибая свои ноги, оказывает сопротивление, и наоборот.

3.И. п. — стойка вплотную спиной друг к другу, взявшись под локти. Ходьба широким шагом вперед и назад, согласовывая движения ногами. Начинать надо с небольших шагов, делая их осторожно, чтобы идущий спиной вперед не упал.

4.И. п.—стойка боком друг к другу на расстоянии шага, лицом в противоположные стороны, положив одну руку на плечо партнера, а другую

на пояс. Прыжки, поворачиваясь по кругу: на двух ногах, на одной ноге (левой и правой), чередуя направление движений.

5.И. п. — стойка лицом друг к другу, взявшись за руки. Прыжки, поворачиваясь по кругу: на двух ногах, приставными прыжками (шаги галопа), на одной ноге, меняя положение другой.

6.И. п. — присед лицом друг к другу на расстоянии шага, взявшись за руки. Варианты выполнения: прыжки в приседе, поворачиваясь по кругу, влево и вправо; прыжки прямо (один из партнеров спиной вперед); прыжки боком влево или вправо; то же, находясь в приседе вплотную спиной друг к другу, взявшись под локти.

Выводы и замечания по реализации разминок в парах на основе наблюдения за развитием коммуникативных УУД: на данном этапе урока нами формировалось умения действовать с учётом позиции другого и уметь согласовывать свои действия.

Фрагмент 5. Формирование умения речевых действий как средства регуляции собственной деятельности

Тема урока: Бег 60 метров на результат.

Цель урока: Сдача норматива бег 60 метров на результат у обучающихся 7 класса на уроках физической культуры.

Задача, направленные на формирование коммуникативных УУД:

Воспитательная: умение речевых действий как средства регуляции собственной деятельности.

Этап урока: подготовительный (10минут)

- 1.Бег взявшись за руки, по сигналу смена направления.
- 2.Бег взявшись за руки, по сигналу смена мест в парах.
- 3.Бег взявшись за руки, один сигнал смена направления, два сигнала смена мест в парах.
- 4.Бег взявшись за руки, по сигналу прыжок вверх.
- 5.Бег взявшись за руки, по сигналу выполнить положение полный присед.

6. Бег взявшись за руки, один сигнал прыжок вверх, два сигнала с выполнить положение полный присед.

Выводы и замечания по реализации разминок в парах на основе наблюдения за развитием коммуникативных УУД: на данном этапе урока нами формировалось умение речевых действий как средства регуляции собственной деятельности.

Фрагмент 6. Формирование умения речевых действий как средства регуляции собственной деятельности

Тема урока: Бег 1000м на результат.

Цель урока: Сдача норматива бег на 1000 метров на результат у обучающихся 7 класса на результат.

Задача, направленные на формирование коммуникативных УУД:

Воспитательная: умение речевых действий как средства регуляции собственной деятельности.

Этап урока: подготовительный (10 минут)

Упражнения для разминки в парах:

1. Бег взявшись за руки, по сигналу смена направления.
2. Бег взявшись за руки, по сигналу смена мест в парах.
3. Бег взявшись за руки, один сигнал смена направления, два сигнала смена мест в парах.
4. Бег взявшись за руки, по сигналу прыжок вверх.
5. Бег взявшись за руки, по сигналу выполнить положение полный присед.
6. Бег взявшись за руки, один сигнал прыжок вверх, два сигнала с выполнить положение полный присед.

Выводы и замечания по реализации разминок в парах на основе наблюдения за развитием коммуникативных УУД: на данном этапе урока нами формировалось умение речевых действий как средства регуляции собственной деятельности.

В процессе формирующего эксперимента учитывались условия (систематически применять разминки в парах в подготовительном этапе урока, учитывать направленность разминок в парах, учитывать коммуникативные особенности обучающихся), при которых формирование коммуникативных умений должно проходить более эффективно. Мы считаем, что данные условия способствовали формированию коммуникативных универсальных учебных действий.

Наблюдая во время эксперимента, за деятельностью обучающихся, нами замечено, что после проведения комплексов упражнений разминок в парах у обучающихся повысился уровень коммуникативных универсальных учебных действий. Это проявлялось в общении, поведении в внутри отдельных групп, и всего класса в целом.

3.2. Оценка результативности разработанных практических рекомендаций для формирования универсальных учебных действий обучающихся 7 класса во время разминки на уроке физической.

Первую главу нашего исследования мы посвятили подробному изучению вопроса формирования коммуникативных универсальных учебных действий обучающихся, рассмотрели основные понятия, раскрывающие сущность коммуникативных умений, коммуникации, коммуникативных универсальных действий, описали подходы в формировании коммуникативных универсальных действий обучающихся, рассмотрели теоретические аспекты разминки в парах, применительно к урокам физической культуры.

С целью проверки гипотезы о том, что разминки в парах способствуют эффективному формированию коммуникативных универсальных учебных действий у обучающихся 7 класса на уроках физической культуры, был проведен эксперимент на базе МБОУ «СШ № 11» г. Ачинска.

Первым этапом исследования является эксперимент, целью которого стало выявление уровня сформированности у обучающихся коммуникативных универсальных учебных действий. В данном параграфе представлены результаты проведенного исследования.

Мы акцентировали внимание на диагностиках, которые могут быть использованы для выявления уровня сформированности коммуникативных универсальных учебных действий. Результаты анализа представляем в таблицах.

В ходе констатирующего эксперимента нами были использованы следующие методики:

- методика диагностики оценки самоконтроля в общении М. Снайдера (тест 1);

- методика оценки коммуникативных и организаторских склонностей КОС-1 (В.А. Синявский, Б.А. Федоришин), (тест 2);

Для выявления уровня сформированности умения действовать с учётом позиции другого и уметь согласовывать свои действия была применена методика диагностики оценки и самоконтроля в общении М.Снайдера.

Цель данной методики заключалась в выявлении коммуникативного контроля. Результаты исследования мы представили в таблице 2.

Таблица 2.- Сформированность умения действовать с учётом позиции другого и уметь согласовывать свои действия

Критерии	Уровень	КГ	ЭГ
- следят за собой - хорошо знают, где и как себя вести, управляют выражением своих эмоций	Высокий	18.75%	25%
- искренни, но не сдержанны в своих эмоциональных проявлениях - считается в своем поведении с окружающими людьми	Средний	37.5%	37.5%
-поведение устойчиво -не считают нужным изменяться в зависимости от ситуаций, -прямолинейности	Низкий	43.75%	37.5%

Из таблицы видно, что 43,75% (КГ), 37,5% (ЭГ) обучающихся проявили низкий уровень коммуникативного контроля, так как они считают нужным изменяться в зависимости от ситуации, не способны к искреннему самораскрытию в общении. прямолинейны; 37,5% (КГ), 37,5% (ЭГ) обучающихся продемонстрировали средний уровень коммуникативного контроля, который проявлялся в их искренности, но не сдержанности в своих эмоциональных проявлениях, в своем поведении с окружающими людьми считаются; 18,75% (КГ), 25% (ЭГ) обучающихся показали высокий уровень контроля - постоянно следят за собой, хорошо знают, где и как себя вести, управляют выражением своих эмоций.

Для выявления второго коммуникативного умения общаться и взаимодействовать с партнёрами по совместной деятельности или обмену информацией была применена методика оценки коммуникативных и организаторских склонностей КОС-1 (В.А. Синявский, Б.А. Федоришин).

Цель методики: Диагностика коммуникативных и организаторских склонностей с помощью методики КОС (способность четко и быстро устанавливать деловые и товарищеские контакты с людьми, стремление расширять контакты, участие в групповых мероприятиях, умение влиять на людей, стремление проявлять инициативу и т. д.).

Таблица 3.– Сформированность умения общаться и взаимодействовать с партнёрами по совместной деятельности или обмену информацией (К1)

Критерии	Уровень	КГ	ЭГ
-психологически верно и ситуативно обусловлено вступить в общение; - прогнозировать возможные пути развития коммуникативной ситуации, в рамках которой разворачивается общение; -максимально использовать социально-психологические характеристики коммуникативной ситуации для реализации своей стратегической линии	Высокий	25%	31.25%
поддерживать общение, психологически стимулировать активность партнера; определить точку завершения общения; прогнозировать реакции партнеров на собственные акты коммуникативных действий	Средний	25%	25%
психологически не настраивается на эмоциональный тон общения	Низкий	50%	43.75%

Из таблицы видно, что 25 % (КГ), 31,25 % (ЭГ) обучающихся имеют высокий уровень умения общаться и взаимодействовать с партнёрами по совместной деятельности или обмену информацией, где демонстрируют умение обусловлено вступить в общение, прогнозируют разные пути развития коммуникативной ситуации, в которой разворачивается общение и придерживаются своей линии в конкретной коммуникативной ситуации; 25% (КГ), 25% (ЭГ) обучающихся показали средний уровень взаимодействия с партнером по общению, которые умеют поддерживать общение и стимулировать активность партнера, определяют точку завершения общения, могут прогнозировать реакции партнера на собственные коммуникативные действия; 50% (КГ), 43,75% (ЭГ) подростков не могут психологически настроиться на эмоциональный тон общения, чем демонстрируют низкий уровень взаимодействия с партнером по совместной деятельности.

Таблица 4 – статистическая обработка данных до проведения педагогического эксперимента

Тесты	Контр. Группа (б)	Экспер. Группа (б)	t	P
Тест 1.	4.125±2.247	4.312±2.152	0.06	Не достоверно
Тест 2.	0.516±0.141	0.554±0.138	0.19	Не достоверно

Проведя статистическую обработку результатов тестирования перед проведением педагогического эксперимента, показало, что между группами нет достоверных различий. Обе группы имеют примерно одинаковый уровень сформированности коммуникативных универсальных учебных действий.

Результаты, полученные в констатирующем эксперименте, подтвердили, что существует потребность в формировании коммуникативных универсальных учебных действий у обучающихся 7 класса. Это и послужило основой для формирующего эксперимента.

После проведения педагогического эксперимента нами вновь у участников обеих групп было проведено контрольное тестирование в 7 «А» классе (экспериментальная группа) и 7 «Б» класс (контрольная группа). Эксперимент проводился по методикам, применяемым в констатирующем эксперименте:

- методика диагностики оценки самоконтроля в общении М. Снайдера;
- методика оценки коммуникативных и организаторских склонностей КОС-1 (В.А. Синявский, Б.А. Федоришин);

Для выявления уровня сформированной умения действовать с учётом позиции другого и уметь согласовывать свои действия была применена методика диагностики оценки и самоконтроля в общении М.Снайдера. Цель данной методики заключалась в выявлении коммуникативного контроля. Результаты исследования мы представили в таблице 5.

Таблица 5.- Сформированность умения действовать с учётом позиции другого и уметь согласовывать свои действия

Критерии	Уровень	КГ	ЭГ
Высокий	- следят за собой - хорошо знают, где и как себя вести, управляют выражением своих эмоций	18 %	37.5%
Средний	- искренни, но не сдержанны в своих эмоциональных проявлениях - считается в своем поведении с окружающими людьми	56.25%	56.25%
Низкий	-поведение устойчиво -не считают нужным изменяться в зависимости от ситуаций -прямолинейности	25%	6.25%

Из таблицы видно, что результаты экспериментального класса выше, чем контрольного:

Видно, что 25 % (КГ), 6,25% (ЭГ) обучающихся проявили низкий уровень коммуникативного контроля, так как они считают нужным изменяться в зависимости от ситуации, не способны к искреннему самораскрытию в общении. прямолинейны; 56,25% (КГ), 56,25 % (ЭГ), обучающихся продемонстрировали средний уровень коммуникативного контроля, который проявлялся в их искренности, но не сдержанности в своих эмоциональных проявлениях, в своем поведении с окружающими людьми считаются; 18 % (КГ), 37,5 (ЭГ), % обучающихся показали высокий уровень контроля - постоянно следят за собой, хорошо знают, где и как себя вести, управляют выражением своих эмоций.

Для выявления второго коммуникативного умения общаться и взаимодействовать с партнёрами по совместной деятельности или обмену

информацией была применена методика оценки коммуникативных и организаторских склонностей КОС-1 (В.А. Сиявский, Б.А. Федоришин).

Цель методики: Диагностика коммуникативных и организаторских склонностей с помощью методики КОС (способность четко и быстро устанавливать деловые и товарищеские контакты с людьми, стремление расширять контакты, участие в групповых мероприятиях, умение влиять на людей, стремление проявлять инициативу и т. д.).

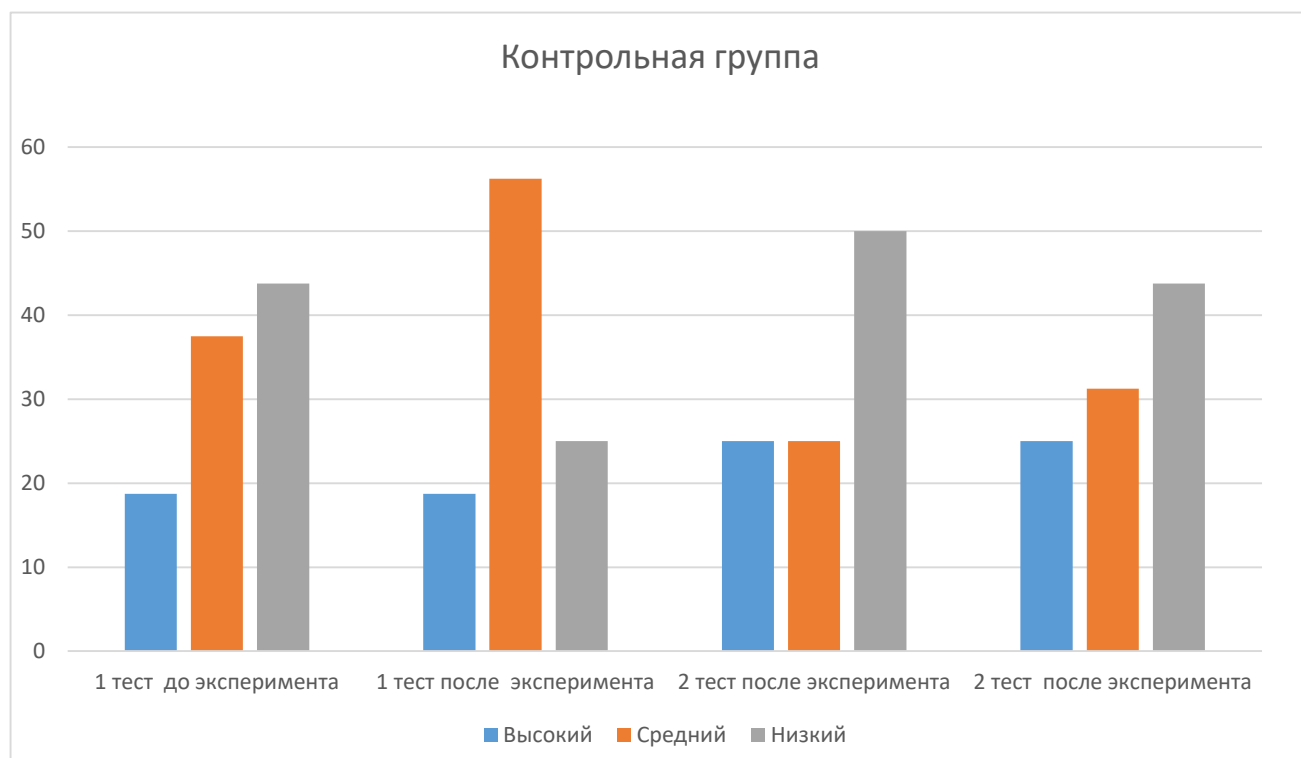
Полученные результаты мы отразили в таблице 6.

Таблица 6. – Сформированность умения общаться и взаимодействовать с партнёрами по совместной деятельности или обмену информацией (К1)

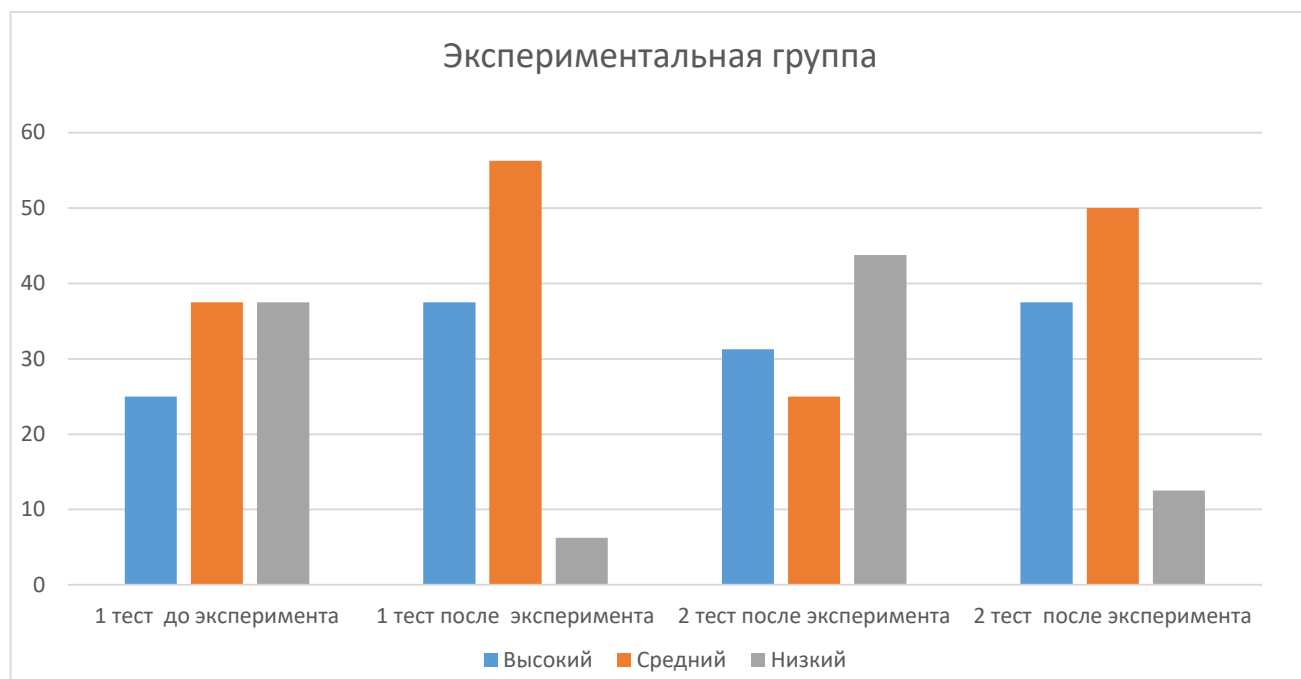
Критерии	Уровень	КГ	ЭГ
-психологически верно и ситуативно обусловлено вступить в общение; - прогнозировать возможные пути развития коммуникативной ситуации, в рамках которой разворачивается общение; -максимально использовать социально-психологические характеристики коммуникативной ситуации для реализации своей стратегической линии	Высокий	25%	37,5%
поддерживать общение, психологически стимулировать активность партнера; определить точку завершения общения; прогнозировать реакции партнеров на собственные акты коммуникативных действий	Средний	31.25%	50%
психологически не настраивается на эмоциональный тон общения	Низкий	43.75%	12,5%

Из таблицы видно, что 25% (КГ), 31,25 % (ЭГ) обучающихся имеют высокий уровень умения общаться и взаимодействовать с партнёрами по совместной деятельности или обмену информацией, где демонстрируют умение обусловлено вступить в общение, прогнозируют разные пути развития коммуникативной ситуации, в которой разворачивается общение и придерживаются своей линии в конкретной коммуникативной ситуации; 31,25% (КГ), 43,75% (ЭГ) обучающихся показали средний уровень взаимодействия с партнером по общению, которые умеют поддерживать общение и стимулировать активность партнера, определяют точку завершения общения, могут прогнозировать реакции партнера на собственные коммуникативные действия; 47,75 % (КГ), 25 % (ЭГ) подростков не могут психологически настроиться на эмоциональный тон общения, чем демонстрируют низкий уровень взаимодействия с партнером по совместной деятельности.

(Рис. 1). Диаграмма 1. - Сравнительная оценка коммуникативных умения до и после проведения педагогического эксперимента (контрольная группа)



(Рис. 2). Диаграмма 2. - Сравнительная оценка коммуникативных умения до и после проведения педагогического эксперимента (экспериментальная группа)



При сравнительной оценке коммуникативных умения до и после проведения педагогического эксперимента обеих групп можно сделать **ВЫВОДЫ:**

- что уровень сформированности коммуникативных умений в контрольной группе : умение общаться и взаимодействовать с партнёрами по совместной деятельности или обмену информацией: высокий уровень 18,75% стало 18,75%; средний уровень 37,5% стало 56,25%; низкий уровень 43,75% стало 25%. Способность действовать с учётом позиции другого и уметь согласовывать свои действий высокий уровень 25% стало 25; средний уровень 25% стало 31,25%; низкий уровень 50% стало 43,75%.
- в экспериментальной группе умение общаться и взаимодействовать с партнёрами по совместной деятельности или обмену информацией увеличилось: высокий уровень 25% стало 37,5%; средний уровень 37,5% стало 56,25%; низкий уровень 37,5% стало 6,25%. Способность действовать с учётом позиции другого и уметь согласовывать свои действий высокий

уровень 31,25% стало 37,5; средний уровень 25% стало 50%; низкий уровень 43,75% стало 12,5%.

Таблица 7 - Статистическая обработка данных исследования после проведения педагогического эксперимента

Тесты	Контр. Группа (б)	Экспер. Группа (б)	t	P
Тест 1.	4.35±0.915	5.938±1.031	2,43	<0,05
Тест 2.	0.448±0.075	0.669±0.062	2,37	<0,05

(Рис. 3). Диаграмма 3. - – Прирост результатов в экспериментальной группе



Оценивая прирост результатов после проведения педагогического эксперимента в экспериментальной группе нами, были сделаны следующие выводы. Уровень умение общаться и взаимодействовать с партнёрами по совместной деятельности или обмену информацией вырос на 37,7 %, способность действовать с учётом позиции другого и уметь согласовывать свои действия вырос на 20,27 %.

Разработанные нами упражнения в парах, во время разминки, оказались эффективными и способствовали формированию коммуникативных универсальных действий на уроках физической культуры. Полученные результаты (таблица 7) , $t = 2,43$ $p < 0.05$ и $t = 2,37$ $p < 0.05$, позволяют утверждать, что коммуникативные универсальные учебные были сформированы у детей в экспериментальной группы, с достоверной степенью значимости.

Гипотеза исследования подтвердилась.

Выводы по главе 3 главе:

Полученные результаты позволяют утверждать, что коммуникативные универсальные учебные действия были сформировано у обучающихся в экспериментальной группе. Нам удалось доказать эффективность применения разминок в парах в подготовительном этапе урока физической культуры в формировании коммуникативных универсальных учебных действий обучающихся. Предложенные нами практические рекомендации по формированию универсальных учебных действий у обучающихся 7 класса оказались эффективными.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что процесс развития коммуникативных универсальных учебных действий у обучающихся педагогически управляем, и позволяет достичь хороших результатов, но для этого необходимо:

- методически грамотно использовать разминки в парах на уроках физической культуры;
- систематически включать в уроки физической культуры использование разминок в парах.

Заключение

1. В ходе анализа научно-методической литературы было выявлено, что универсальные учебные действия помогают формировать целостную личность, и их формирование является одним из самых важных направлений деятельности учащихся и педагога. Коммуникативные УУД являются важнейшим аспектом развития у обучающихся стоящих перед учителем на уроке. Коммуникативные УУД, обеспечивая ребенку социальную компетентность, способность воспринимать информацию и делиться ей, учитывать мнения и позиции окружения и свою. Процесс формирования коммуникативных УУД у обучающихся на уроке физической культуры требует учета всех особенностей организации урока физической культуры.

2. Нам удалось теоретически обосновать и разработать упражнения в парах направленные на развитие коммуникативных умений для обучающихся 7-х классов. Разработаны и представлены фрагменты конспектов уроков с упражнениями в парах направленные на:

- умение общаться и взаимодействовать с партнёрами по совместной деятельности или обмену информацией;
- способность действовать с учётом позиции другого и уметь согласовывать свои действия.

3. В ходе педагогического эксперимента нами была подтверждена эффективность данных упражнений. Так, обучающиеся экспериментальной группы, использовавшие разработанные нами упражнения в парах, показали более высокие результаты что было нами подтверждено с помощью математического анализа. Таким образом, можно сделать вывод о том, что процесс развития коммуникативных универсальных учебных действий у обучающихся педагогически управляем, и позволяет достичь хороших результатов, но для этого необходимо:

- методически грамотно использовать разминки в парах на уроках физической культуры;

- систематически включать в уроки физической культуры использование разминок в парах.

Список используемых источников

1. Асмолов, А.Г. Программа мониторинга УУД школьников на основе методического пособия под редакцией /А. Г. Асмолова,- Москва: «Просвещение» 2019г.-5-6 с.
2. Асмолов, А.Г. Как проектировать универсальные учебные действия в средней школе: от действия к мысли», пособие для учителя /А.Г.Асмолов:- под ред.– Москва: Просвещение, 2019 - 151 с.
3. Анкова, А. А. Технология развития критического мышления на уроке физической культуры [Электронный ресурс] / А. А. Анкова. – Режимдоступа: www.nsportal.ru (дата обращения: 28.03.2021)
4. Бабанский Ю. К. Избранные педагогические труды. - 1989
5. Базарская, Н.И. О некоторых особенностях коммуникативного поведения / Язык и национальное сознание/Н.И. Базарская - Воронеж, 2015.-112 с.
6. Богданов, И.М. Педагогический словарь/ И.М. Богданов. -Москва: Академия 2020. – 95 с.
7. Брудный, А.А. Понимание и общение/А.А. Брудный,– Москва: Просвещение, 2018.-39 с,
8. Бутыло, Л.Ю. Формирование коммуникативных умений учащихся на уроках физической культуры/Л.Ю.Бутыло. – Санкт-Петербург:2015.-№1. 5-79 с.
9. Бутыло, Л.Ю. Статья Формирование коммуникативных умений учащихся на уроках физической культуры/ Л.Ю. Бутыло: -Москва: 2016. -25 с.
10. Бишаева, А.А. Физическая культура (для бакалавров) / А.А. Бишаева, В.В. Малков. - М.: КноРус, 2018. - 167 с.
11. Букин, С. Б. Проблемное обучение как механизм формирования УУД на уроках физической культуры [Электронный ресурс] / С. Б. Букин. – Режим доступа: www.урок.рф.
12. Волчков Э.Г. Учебное пособие. — Под ред. И.М. Юсупова. — Казань: Академия наук РТ, КФУ. 2015. — 365 с.

- Выготский, Л. С. Мышление и речь [Текст] / Л. С. Выготский. – М. : Лабиринт, 1999. – 352 с.
- 13 .Горбачев, М.С. Комбинированное проведение общеразвивающих упражнений в парах с набивным мячом и гимнастической палкой/М.С.Горбачев//Физическая культура в школе.-2017.-№2.34-38 с.
14. Грицанов, А.Г. Новейший философский словарь /А.Г Грицанов,-Минск :2019 г.-63 с.
- 15 . Давыдов В.В . / Лекции по общей психологии. Давыдов / Давыдов В.В. Москва 2008г. – 245 с
- 16.Загвязинский, В.И. Общая панорама педагогического исследования по проблемам физической культуры и спорта/В.И.Загвязинский/, Теория и практика физ.культуры.-2019.-№3.-3-5 с.
- 17.Кон, И.С. Постоянство и изменчивость личности/И.С. Кон/ Психологический журнал, т.8, - № 4 -2018 - 126-137 43 с.
- 18 .Коджаспирова, А.Ю./А.Ю. Коджаспирова- Москва: Словарь /2020г-90 с.
- 19 . Корольков, А. Н. Методика обучения физической культуре. Гольф : учеб, пособие / А. Н. Корольков. — 2-е изд., испр. и доп., 2018.
20. Крысин, Л.П./Л.П. Крысин- Москва: словарь современных слов / 2018г. 80-81 с.
22. Куницына, В.Н./ Казаринова Н.В.,/ Погорьша В.М. Межличностное общение. – СПб. : Питер, 2001. – 544 с.
- 23.Ларина, Н.Н. Статья «Формирование УУД в свете требований ФГОС»/Н.Н. Ларина. -Сант-Петербург,2019г.-3 с.
24. Леонтьев, А. А. Слово в речевой деятельности. Некоторые проблемы общей теории речевой деятельности/ А.А Леонтьев. -Питер,/2018г-150 с.
- 25.Леонтьев, А.А. Психология общения - М.: Смысл/А.А Леонтьев. -Питер, - 2017. - 459 с.
- 26.Лисицкая, Т.Н. Пластика, ритм. – М.: Физкультура и спорт//Т.Ф.Лисицкая.-Питер,2018г.- 5 с.

27. Лисицкая, Т.Ф. В контакте с партнером. /Спорт в школе/Т.Ф.Лисицкая.- Питер, -2020. -№8.- 31-35 с.
- 28.Милованова, Н.Г. Возможности физкультурно-спортивной деятельности по формированию коммуникативных умений воспитанников учреждений закрытого типа/Н.Г.Милованова//Проблемы педагогической инноватики в профессиональном образовании: Матер.17-й Междунар.науч.-практ.конф.- СПб.:Экспресс,2016.-422 с.-.259-264 с.
- 29.Мудрик, А.В. Общение в процессе воспитания./А.В Мудрик.- Москва: Учебное пособие. , 2001 - 110 с.
30. Ожегов, С.И Толковый словарь./С.И. Ожегов:-Москва,2020 г-70-71 с.
- 31.Урунтаева, Г.А Диссертация «сущность понятия коммуникация»,/Г.А. Урунтаева:- Москва:,2019г-16 с.
- 32.Ушаков, Д.Н. Большой толковый словарь русского языка./Д.Н. Ушаков- Питер: М.:ТЕРРА-книжный клуб,2017.-752 с. (нету данных)
33. Федеральный государственный образовательный стандарт [Электронный ресурс]: официальный
Электрон.дан.- Режим доступа : <https://fgos.ru/>
- 34.Холодов, Ж.К. Кузнецов В.С. /Теория и методика физического воспитания и спорта/2018г-7 с.
- 35.Эльконин, Д.Б.,/ И.В. Дубровиной/Психологические особенности развития коллективистического отношения подростков к спортивной деятельности — Вопросы психологии/2017г- № 4.
36. Закон об образовании: федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря. 2012 г. №.N273-Ф
37. Якунин В.А. /Педагогическая психология/ Якунин В.А /Москва 2001 г - 145 с

Приложение

МЕТОДИКА ДИАГНОСТИКИ ОЦЕНКИ САМОКОНТРОЛЯ ВОБЩЕНИИ М. СНАЙДЕРА

Инструкция:

Внимательно прочтите десять предложений, описывающих реакции на некоторые ситуации. Каждое из них вы должны оценить как верное или неверное применительно к себе. Если предложение кажется вам верным или преимущественно верным поставьте рядом с порядковым номером букву «В», если неверным или преимущественно неверным — букву «Н».

1. Мне кажется трудным искусство подражать привычкам других людей.
2. Я бы, пожалуй, мог свалить дурака, чтобы привлечь внимание или позабавить окружающих.
3. Из меня мог бы выйти неплохой актер.
4. Другим людям иногда кажется, что я переживаю что-то более глубоко, чем это есть на самом деле.
5. В компании я редко оказываюсь в центре внимания.
6. В разных ситуациях и в общении с разными людьми я часто веду себя совершенно по-разному.
7. Я могу отстаивать только то, в чем я искренне убежден.
8. Чтобы преуспеть в делах и в отношениях с людьми, я стараюсь быть таким, каким меня ожидают видеть.
9. Я могу быть дружелюбным с людьми, которых я не выношу.
10. Я не-всегда такой, каким кажусь.

Люди с высоким коммуникативным контролем, по Снайдеру, постоянно следят за собой, хорошо знают, где и как себя вести, управляют выражением своих эмоций. Вместе с тем, у них затруднена спонтанность

самовыражения, они не любят непрогнозируемых ситуаций. Их позиция: «Я такой, какой я есть в данный момент». Люди с низким коммуникативным контролем более непосредственны и открыты, у них более устойчивое «Я», мало подверженное изменениям в различных ситуациях.

Подсчет результатов: по одному баллу начисляется за ответ «Н» на 1, 5 и 7 вопросы и за ответ «В» на все остальные. Подсчитайте сумму баллов. Если Вы искренне отвечали на вопросы, то о Вас, по-видимому, можно сказать следующее:

0-3 балла - у Вас низкий коммуникативный контроль. Ваше поведение устойчиво, и Вы не считаете нужным изменяться в зависимости от ситуаций. Вы способны к искреннему самораскрытию в общении. Некоторые считают Вас «неудобным» в общении по причине вашей прямолинейности.

4-6 баллов - у вас средний коммуникативный контроль, вы искренни, но не сдержанны в своих эмоциональных проявлениях, считаетесь в своем поведении с окружающими людьми.

7-10 баллов - у вас высокий коммуникативный контроль. Вы легко входите в любую роль, гибко реагируете на изменение ситуации, хорошо чувствуете и даже в состоянии предвидеть впечатление, которое вы производите на окружающих.

Понятие «коммуникативные умения» включает в себя не только оценку собеседника, определение его сильных и слабых сторон, но и умение установить дружескую атмосферу, умение понять проблемы собеседника и т. д. Для проверки этих качеств предлагаем следующие тесты.

«Коммуникативные и организаторские склонности» В.В. Синявский, В.А. Федорошин (КОС)

В профессиях, которые по своему содержанию связаны с активным взаимодействием человека с другими людьми, в качестве стержневых

выступают коммуникативные и организаторские способности, без которых не может быть обеспечен успех в работе. Главное содержание деятельности работников таких профессий - руководство коллективами, обучение, воспитание, культурно-просветительское и бытовое обслуживание людей и т.д. По результатам ответов испытуемого появляется возможность выявить качественные особенности его коммуникативных и организаторских склонностей.

Инструкция: на каждый вопрос следует ответить «да» или «нет». Если вы затрудняетесь в выборе ответа, необходимо все-таки склониться к соответствующей альтернативе (+) или (-).

Текст опросника

1. Много ли у Вас друзей, с которыми Вы постоянно общаетесь?
2. Часто ли Вам удается склонить большинство своих товарищей к принятию ими Вашего мнения?
3. Долго ли Вас беспокоит чувство обиды, причиненное Вам кем-то из Ваших товарищей?
4. Всегда ли Вам трудно ориентироваться в создавшейся критической ситуации?
5. Есть ли у Вас стремление к установлению новых знакомств с разными людьми?
6. Нравится ли Вам заниматься общественной работой?
7. Верно ли, что Вам приятнее и проще проводить время с книгами или за каким-либо другим занятием, чем с людьми?
8. Если возникли какие-либо помехи в осуществлении Ваших намерений, то легко ли Вы отступаете от них?
9. Легко ли Вы устанавливаете контакты с людьми, которые значительно старше Вас по возрасту?
10. Любите ли Вы придумывать и организовывать со своими товарищами различные игры и развлечения?
11. Трудно ли Вы включаетесь в новую для Вас компанию?

12. Часто ли Вы откладываете на другие дни те дела, которые нужно было бы выполнить сегодня?
13. Легко ли Вам удается устанавливать контакты с незнакомыми людьми?
14. Стремитесь ли Вы добиваться, чтобы Ваши товарищи действовали в соответствии с Вашим мнением?
15. Трудно ли Вы осваиваетесь в новом коллективе?
16. Верно ли, что у Вас не бывает конфликтов с товарищами из-за невыполнения ими своих обязанностей, обязательств?
17. Стремитесь ли Вы при удобном случае познакомиться и побеседовать с новым человеком?
18. Часто ли в решении важных дел Вы принимаете инициативу на себя?
19. Раздражают ли Вас окружающие люди и хочется ли Вам побыть одному?
20. Правда ли, что Вы обычно плохо ориентируетесь в незнакомой для Вас обстановке?
21. Нравится ли Вам постоянно находиться среди людей?
22. Возникает ли у Вас раздражение, если Вам не удастся закончить начатое дело?
23. Испытываете ли Вы чувство затруднения, неудобства или стеснения, если приходится проявить инициативу, чтобы познакомиться с новым человеком?
24. Правда ли, что Вы утомляетесь от частого общения с товарищами?
25. Любите ли Вы участвовать в коллективных играх?
26. Часто ли Вы проявляете инициативу при решении вопросов, затрагивающих интересы Ваших товарищей?
27. Правда ли, что Вы чувствуете себя неуверенно среди малознакомых Вам людей?
28. Верно ли, что Вы редко стремитесь к доказательству своей

правоты?

29. Полагаете ли Вы, что Вам не доставляет особого труда внести оживление в малознакомую Вам компанию?
30. Принимаете ли Вы участие в общественной работе в школе?
31. Стремитесь ли Вы ограничить круг своих знакомых небольшим количеством людей?
32. Верно ли, что Вы не стремитесь отстаивать свое мнение или решение, если оно не было сразу принято Вашими товарищами?
33. Чувствуете ли Вы себя непринужденно, попав в незнакомую Вам компанию?
34. Охотно ли Вы приступаете к организации различных мероприятий для своих товарищей?
35. Правда ли, что Вы не чувствуете себя достаточно уверенным и спокойным, когда приходится говорить что-либо большой группе людей?
36. Часто ли Вы опаздываете на деловые встречи, свидания?
37. Верно ли, что у Вас много друзей?
38. Часто ли Вы смущаетесь, чувствуете неловкость при общении с малознакомыми людьми?
39. Правда ли, что Вас пугает перспектива оказаться в новом коллективе?
40. Правда ли, что Вы не очень уверенно чувствуете себя в окружении большой группы своих товарищей?

Обработка результатов и интерпретация

Коммуникативные способности - ответы "да" на следующие вопросы: 1, 5, 9, 13, 17,

21, 25, 29, 33, 37; и "нет" на вопросы: 3, 7, 11, 15, 19, 23, 27, 31, 35, 39.

Организаторские способности - ответы "да" на следующие вопросы: 2, 6, 10, 14, 18,

22, 26, 30, 34, 38; и "нет" на вопросы: 4, 8, 12, 16, 20, 24, 28, 32, 36, 40.

Подсчитывается количество совпадающих с ключом ответов по каждому разделу методики, затем вычисляются оценочные коэффициенты отдельно для коммуникативных и организаторских способностей по формуле:

$$K = 0,05 \cdot C, \text{ где}$$

K - величина оценочного коэффициента

C – количество совпадающих с ключом ответов.

Оценочные коэффициенты может варьировать от 0 до 1. Показатели, близкие к 1 говорят о высоком уровне коммуникативных и организаторских способностях, близкие к

0 - о низком уровне. Первичные показатели коммуникативных и организаторских способностей могут быть представлены в виде оценок, свидетельствующих о разных уровнях изучаемых способностей.

Коммуникативные умения:

Показатель	Уровень
0,20-0,48	низкий
0,49-0,74	средний
0,75-1	высокий

Организаторские умения:

Показатель	Уровень
0,20-0,48	низкий
0,49-0,74	средний
0,75-1	высокий

Анализ полученных результатов.

Испытуемые, получившие оценку 1, характеризуются низким уровнем проявления коммуникативных и организаторских склонностей.

Испытуемым, получившим оценку 2, коммуникативные и организаторские склонности присущи на уровне ниже среднего. Они не стремятся к общению,

чувствуют себя скованно в новой компании, коллективе; предпочитают проводить время наедине с собой, ограничивают свои знакомства; испытывают трудности в установлении контактов с людьми и при выступлении перед аудиторией; плохо ориентируются в незнакомой ситуации; не отстаивают свои мнения, тяжело переживают обиды; проявления инициативы в общественной деятельности крайне снижено, во многих делах они предпочитают избегать принятия самостоятельных решений.

Для испытуемых, получивших оценку 3, характерен средний уровень проявления коммуникативных и организаторских склонностей. Они стремятся к контактам с людьми, не ограничивают круг своих знакомств, отстаивают своё мнение, планируют свою работу, однако потенциал их склонностей не отличается высокой устойчивостью. Коммуникативные и организаторские склонности необходимо развивать и совершенствовать.

Испытуемые, получившие оценку 4, относятся к группе с высоким уровнем проявления коммуникативных и организаторских склонностей. Они не теряются в новой обстановке, быстро находят друзей, постоянно стремятся расширить круг своих знакомых, занимаются общественной деятельностью, помогают близким. Другим, проявляют инициативу в общении, с удовольствием принимают участие в организации общественных мероприятий, способны принять самостоятельное решение в трудной ситуации. Всё это они делают не по принуждению, а согласно внутренним устремлениям.

Испытуемые, получившие высшую оценку - 5, обладают очень высоким уровнем проявления коммуникативности и организаторских склонностей. Они испытывают потребность в коммуникативности и организаторской и активно стремятся к ней, быстро ориентироваться в трудных ситуациях, непринужденно ведут себя в новом коллективе, инициативны, предпочитают в важном деле или в создавшейся сложной ситуации принимать

самостоятельные решения, отстаивают своё мнение и добиваются, Чтобы оно было принято товарищами, могут внести оживление в незнакомую компанию, любят организовывать разные игры, мероприятия. Настойчивы в деятельности, которая их привлекает. Они сами ищут такие дела, которые бы удовлетворяли их потребность в коммуникации и организаторской деятельности.