МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

ФАКУЛЬТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

КАФЕДРА ПЕДАГОГИКИ И ПСИХОЛОГИИ

Направление подготовки: 44.03.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль) подготовки: Физическая культура

Группа: 7281

**ГАБАРАК АННА АНДРЕЕВНА**

**ФОРМИРОВАНИЕ КОММУНИКАТИВНЫХ ОСНОВАНИЙ У УЧАЩИХСЯ 8 КЛАССОВ НА СЕКЦИОННЫХ ЗАНЯТИЯХ ПО ВОЛЕЙБОЛУ**

Выпускная квалификационная работа

|  |  |
| --- | --- |
|  | «Допущено к защите ГИА»:зав. кафедрой ПиПд.п.н., профессор\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_О.А. Калимуллина«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2021г.Подпись студента:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Научный руководитель:д.п.н.,профессор\_\_\_\_\_О.А.Калимуллина |

КАЗАНЬ – 2021

Оглавление

[ВВЕДЕНИЕ 3](#_Toc74831526)

[Глава I. Теоретические основы проблемы исследования 6](#_Toc74831527)

[1.1. Теоретический анализ понятия «коммуникация» подростков. 6](#_Toc74831528)

[1.2. Анатомо-физиологические особенности подростков 8 классов. 11](#_Toc74831530)

[1.3. Педагогическая специфика секционных занятий по волейболу, влияющая на формирование коммуникативных оснований у подростков. 16](#_Toc74831532)

[Выводы по 1 главе 21](#_Toc74831533)

[Глава II. Методы, организация и результаты исследования 23](#_Toc74831534)

[2.1 Педагогические методы исследования 23](#_Toc74831535)

[2.2. Педагогические условия формирования коммуникативных оснований у подростков. 30](#_Toc74831539)

[2.3. Экспериментальная работа по проверке педагогических условий. 38](#_Toc74831540)

[Выводы 50](#_Toc74831547)

[Список литературы 51](#_Toc74831548)

[Приложение 55](#_Toc74831549)

# ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. В современном мире, когда современные подростки, школьники часто лишены живого общения в силу сложившейся мировой парадигмы, когда социальные сети часто заменяют школьникам живую коммуникацию, важным является процесс формирования основ культуры общения. Выпускная квалификационная работа посвящена изучению формирования коммуникативных оснований у подростков 8 классов на секционных занятиях по волейболу. На данный момент волейбол является одной из самых востребованных игр среди школьников. Большую популярность данный вид спорта получил благодаря динамичности, красочности и командной игре. Всего пару касаний мяча за несколько секунд может привести к вспышке совершенно разных эмоций. В процессе такого эмоционального напряжения должна присутствовать постоянная коммуникация между игроками команды.

Отсутствие коммуникации между игроками на площадке приводит к потерянному мячу, а вскоре и к проигрышу. Коммуникация на площадке – это не просто общение между двумя стоящими рядом людьми. Волейбол – командная игра и ошибка одного человека подводит и всю команду. Поэтому так важна слаженная командная игра, сотрудничество, умение видеть и слушать друг друга, способность выручать и подбадривать товарищей.

Формирование коммуникативных оснований происходит как под прямым воздействием педагога, так и через его педагогическую деятельность. У каждого школьника есть потребность в общении, что показывает естественное восприятие детьми примера окружающих людей. Основой любых нравственных отношений являются дружеские. В двигательной деятельности они формируются путем подбора упражнений, выполнение которых ставит учащегося перед необходимостью вступить в контакт со сверстниками. Благодаря этому он начинает осознавать свою принадлежность к коллективу. Учитель помогает ребенку установить контакт с окружающим миром. Волейбол побуждает школьников, включенных в эту физкультурную практику к сближению друг с другом, принося радостные и веселые моменты.

Мы можем с точностью сказать, что в процессе игры в волейбол возрастает сплоченность класса, меняются взаимоотношения между детьми, они начинают слушать и понимать не только других, но и себя. Дети с большим уважением начинают относится к труду учителя, когда он помогает с помощью игры в волейбол им лучше себя понять, выявить их лидерские качества, приобрести новые необходимые в жизни навыки.

 Таким образом, актуальность данной работы состоит в необходимости применения педагогических условий формирования коммуникативных оснований у учащихся 8 классов на секционных занятиях по волейболу.

Цель исследования. Выявить и обосновать эффективность педагогических условий формирования коммуникативных оснований у учащихся 8 классов на секционных занятиях по волейболу.

Объект исследования. Процесс формирования коммуникативных оснований у учащихся 8 классов средствами секционных занятий по волейболу.

Предмет исследования. Педагогические условия формирования коммуникативных оснований у учащихся 8 классов на секционных занятиях по волейболу

Гипотеза исследования предполагает, что формирования коммуникативных оснований у учащихся 8 классов будет более эффективным, если в процесс секционных занятий будут внедрены разработанные нами педагогические условия.

Задачи исследования.

1. Провести теоретический анализ понятия «коммуникация».

2. Проанализировать анатомо-физиологические особенности учащихся 8 классов.

3. Изучить педагогическую специфику секционных занятий по волейболу, влияющую на формирования коммуникативных оснований у учащихся 8 классов на секционных занятиях по волейболу.

4. Выявить эффективность педагогических условий формирования коммуникативных оснований у учащихся 8 классов на секционных занятиях по волейболу.

5. Экспериментально проверить эффективность применения педагогических условий формирования коммуникативных оснований у учащихся 8 классов на секционных занятиях по волейболу.

Методыисследования**:**

1. Анализ научно-методической литературы.

2. Педагогическое тестирование.

3. Педагогический эксперимент

4. Методы математической статистики.

5. Беседа

Практическая значимость. Использованные нами педагогические условия формирования коммуникативных оснований у учащихся 8 классов средствами волейбола может быть применена на секционных занятиях по волейболу. Результаты исследований предназначены для использования в практической деятельности учителей по физической культуре.

База исследования. Опытно-экспериментальная работа проводилась на базе МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №24 с углубленным изучением отдельных предметов».

Структура работы. Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, выводов, приложений. Работа изложена на 63 страницах, содержит 5 таблиц. Список литературы включает 38 источников.

# Глава I. Теоретические основы проблемы исследования

## 1.1. Теоретический анализ понятия «коммуникация» подростков.

Сегодня нет ни одной сферы жизнедеятельности человека, где бы ни осуществлялась какая-либо коммуникация.

Коммуникация - это тип активного взаимодействия между объектами любого характера, заключающийся в обмене информацией. Эта общая модель коммуникации была впервые предложена К.Э. Шенноном и У. Уивером в 1949 году и охватывает различные информационные устройства, от технических устройств до животных и людей. Первоначальное значение термина «коммуникация» со временем немного изменилось и теперь трактуется очень широко. С одной стороны, если исходить из значения латинского глагола «общаться» (подключаться, общаться), то понятие коммуникации подразумевает передачу сигналов и сообщений, то есть обмен информацией между любыми объектами естественного или искусственного происхождения, природы. С другой стороны, понятие коммуникации этимологически тесно связано с такими понятиями, как сообщество, ассоциация [24].

Коммуникация - это процесс сознательной передачи информации посредством языка. Некоторые авторы отмечают, что коммуникативная функция языка и речи является их основной и основной функцией. Известная также невербальная коммуникация, которая может дублировать и поддерживать вербальную коммуникацию, а также обеспечивать нецеленаправленную передачу любого психического содержания.

Подростковый период характеризуется осознанием собственных растущих способностей, готовностью делать все самостоятельно, подтверждать себя среди других и потребностью взрослых признать свои права. Следовательно, деятельность, обеспечивающая наибольшую интенсивность развития социальной активности подростка, должна соответствовать его потребностям в самоутверждении, а также создавать условия для развития определенных типов отношений, свидетельствующих о признании подростка активным членом общества. Коммуникационное поведение начинает формироваться уже в дошкольном возрасте, а в подростковом возрасте достигает определенного уровня развития и потребностей. Обычно выделяют следующие состояния, способствующие развитию коммуникативного поведения:

- обучение коммуникативным навыкам в процессе семейного воспитания, в дошкольных учреждениях, начиная с младшего школьного возраста, при организованном учителем деловом взаимодействии учащихся, а также в различных коммуникативных практиках;

- развитие интеллектуальной и личностной рефлексии, которая помогает понять партнера по общению, ситуацию общения, а также развивает адекватную самооценку и позитивное отношение к себе;

- развитие эмпатии, личностного отношения к сверстникам, ориентации на сотрудничество, субъект-субъектных отношений, адекватной самооценки, позитивного самоотношения в процессе семейного воспитания, адекватно организованного педагогического общения.

Один из важнейших умений современной личности - коммуникативные умения. Их высокий уровень позволяет вам эффективно взаимодействовать с другими людьми в различных сферах деятельности. Коммуникация является неотъемлемой частью любого урока, поэтому формирование коммуникативных навыков подростков приводит к повышению учебного процесса и успешности их обучения.

Коммуникативные навыки - это сложный набор качеств, к которым относятся: дружелюбный нрав, желание и умение вместе играть, работать и просто общаться, учитывать интересы и планы товарищей, достигать общей цели, помогать друг другу, проявлять организованность и ответственность. к обязанностям и ответственности, заботясь об общем деле [28].

Если брать самые истоки понятия коммуникация, то наиболее активно проблемы коммуникации начали изучаться со второй половины XX века. В отечественной литературе понятия “общение” и “коммуникация” часто употребляются как синонимы. В англоязычной лингвистической литературе термин “коммуникация” также зачастую определялся как обмен мыслями и информацией в форме речевых или письменных сигналов, что собственно и означает “общение” [13].

Сегодня понятие «общение» часто используется в двух значениях:

• маршрут сообщения, связь одного места с другим (например, транспортные коммуникации, подземные коммуникации);

• общение, передача информации от человека (группы) к человеку (группе); специфическая форма их взаимодействия в жизненном процессе с помощью языка и других сигнальных форм общения.

Многие авторы по-разному понимают понятие «общение». Например, Б.В. Кашкин дает следующее рабочее определение термина «общение»: обмен мыслями, знаниями, чувствами, действиями; синоним слова «общение» (сообщение).

Теоретические истоки понятия коммуника­ция обнаруживаются в классическом периоде античной философии, когда центральной для философских рассуждений становится пробле­ма человека. Усложнение общественных связей и отношений влечет за собой структурное усложнение и большее разнообразие понятия ком­муникации. До XIX в. включительно осмысление проблем человечес­кой коммуникации осуществлялось преимущественно в рамках фило­софии. В XX в. большой вклад в развитие теории коммуникации и методологии исследования коммуникативных процессов внесли соци­ология, психология, культурология, филологические, технические и другие науки [22].

Американские ученые Ф. Дэнс и К. Ларсон заявляют о суще­ствовании 126 определений термина «коммуникация». Все многообра­зие дефиниций может быть обобщено в три большие группы.

1. Коммуникация представляется как средство связи любых объектов материального и духовного мира, то есть как определенная структура.

2. Коммуникация — это общение, в процессе которого люди обмениваются информацией.

3. Под коммуникацией подразумевают передачу и массовый обмен информацией с целью воздействия на общество и его составные компоненты [36].

В работе Ч. Кули говорится, что коммуникация как термин появляется в научной литературе только в начале 20 века. Автор этого термина, американский социолог Чарльз Кули, определил коммуникацию как «механизм, с помощью которого становятся возможными существование и развитие человеческих отношений — все символы разума вместе со способами их передачи в пространстве и сохранения во времени» [16].

Все многочисленные исторически сложившиеся научные подходы к концепции коммуникации можно объединить в несколько групп: технократические, социологические (итеративные), лингвистические. Технократические подходы к изучению коммуникации были обусловлены быстрым ростом технических инноваций и общим ускорением научно-технического прогресса во второй половине 20 века. Коммуникация рассматривалась в первую очередь как процесс передачи информации. Под ним в первую очередь понимается передача сообщения (кода) от одного субъекта к другому, не рассматривается как системное целое. В ХХ веке. Возникла парадигма лингвистической коммуникации, сторонники которой сосредоточивают внимание на проблеме языка, понимаемого как: 1) система символической коммуникации, то есть коммуникации посредством фонетических и письменных знаков. Именно общение отличает человека от всех других видов; 2) Знаковая практика, в ходе которой человеческая личность формируется и становится социальным существом [17].

По мнению Г. А. Цукерман подростковый возраст является очень важным для развития коммуникативной компетентности, так как в этот период происходят значительные изменения во всех сферах, обеспечивающих данную способность. Существенно расширяется практика общения, причем построение межличностных отношений становится предметом собственной активности подростка [35].

В исследовании Е.В. Хайянен, мы видим, что доминирующей деятельностью в подростковом возрасте является социально-психологическое экспериментирование). Это способствует развитию коммуникативных навыков и умений. Развитие личностной и социально-психологической рефлексии создает условия для совершенствования когнитивного компонента коммуникативной компетенции: анализа коммуникативных ситуаций, понимания собственной позиции и позиции партнера. Благодаря развитию самосознания возникают желание и способность к самопознанию и изменению себя [32].

Таким образом, проанализировав литературу, можно сказать, что общение формируется за счет следующих условий:

1. Обучение коммуникативным навыкам в процессе воспитания в семье, в дошкольных учреждениях, начиная с младшего школьного возраста - в организованном педагогом деловом взаимодействии учащихся; в различных коммуникативных практиках.

2. Развитие интеллектуальной и личностной рефлексии, способствующей как пониманию партнера, коммуникативной ситуации, так и развитию адекватной самооценки, позитивного отношения к себе.

3. Развитие таких личностных качеств, как эмпатия, личное отношение к сверстнику, ориентация на сотрудничество, субъектно-субъектные отношения, адекватная самооценка, позитивное отношение к себе в процессе воспитания в семье, адекватно организованное педагогическое общение.

1.2. Анатомо-физиологические особенности подростков 8 классов.

Средний школьный возраст, а именно 8 класс можно охарактеризовать интенсивным ростом и увеличением размеров тела. Подростковый период 13-15 лет считается периодом динамического и физического развития организма. Это развитие способствует серьезным изменениям в различных органах и системах организма. Эти изменения, в свою очередь, оказывают определенное влияние на двигательную деятельность подростка.

В 13-14 лет девочки и мальчики растут почти одинаково, а с 14-15 лет мальчики и юноши обгоняют в росте девушек, и это превышение роста у мужчин над женщинами сохраняется в течение всей жизни [15].

Подростковый период – это время больших эндокринных преобразований в организме подростка и формирования у них вторичных половых признаков, что в свою очередь сказывается и на свойствах. Нарушается уравновешенность нервных процессов, большую силу приобретает возбуждение, замедляется прирост подвижности нервных процессов, значительно ухудшается дифференцировка условных раздражителей. Усиливается подкорковое влияние, что сопровождается различными нарушениями со стороны вегетативной сферы (отдышка, гормональное расстройство, сосудистые нарушения, боли в сердце). Отмечается легкая утомленность подростков при физической и умственной работе. Этот возраст характеризуется бурным созреванием желез внутренней секреции, значительными нейрогормональными перестройками и интенсивным развитием всех физиологических систем организма. В этот период наблюдается резкое ускорение роста [33].

Васильев В.Н. в своей книге описывает, что мышечная система у детей 11-13 лет способна к интенсивному развитию, что выражается в увеличении объема мышц и мышечной силы. Но это развитие происходит не само по себе, а в связи с достаточным количеством движений и мышечной работы.

Опорно-двигательный аппарат в возрасте 13-ти лет способен выдерживать значительные статические напряжения и выполнять длительную работу, что обусловлено нервной регуляцией, строением, химическим составом и сократительными свойствами мышц [4].

Вслед за гормоном роста у подростков также активизируются половые гормоны. Это, в свою очередь, стимулирует активизацию половых признаков (гендерных). А это способствует увеличению массы тела примерно на 3–7 кг в течение года. Такое увеличение веса тела у мальчиков наблюдается в 13–15 лет, а у девочек в 12–13 лет. Необходимо отметить, что в этот период под влиянием половых гормонов у мальчиков-подростков значительно увеличивается мышечная масса. У девочек-подростков в этот период наблюдается увеличение жироотложения. У обоих полов в этот период наблюдается развитие вторичных половых признаков [9].

В подростковом периоде отчетливо наблюдаются признаки неравномерного развития частей организма. У подростков – представителей различного телосложения изменение антропометрических показателей происходит по-разному. Основными компонентами телосложения являются: костная, мышечная и жировая ткань. По этим составляющим определяется различие между конституциальными типами [30].

В 13–14 лет происходит развитие центральной нервной системы, в частности, гораздо улучшается аналитическая деятельность коры головного мозга, восприятие становится более осмысленным. Повышается способность к запоминанию структуры двигательных действий, к точному воспроизведению движений. Дети способны выполнять задание тренера, разные физические упражнения на основе только словесных указаний. Необходимо проводить индивидуальную оценку физического развития детей, чтобы выявить среди них лицо с негармоничным физическим развитием и разработать для них рекомендации по оптимизации двигательного режима, питания, оздоровлению режима быта, учебы и отдыха. В этот период акцентируется внимание не столько на обучение новым двигательным действиям, сколько на совершенствование ранее изученных физических упражнений [5].

В.П.Бисярина писала, что также в этом возрасте изменяется функциональное свойство мышц. Мышечная сила значительно быстрее увеличивается у мальчиков. У девочек, при увеличении абсолютной силы, относительная сила может незначительно снижаться. Активно продолжается формирование скелета. Позвоночник остается довольно гибким, поэтому не включается всякие искривления [1].

Система кровообращения в этот период изменяется равномерно, однако относительно более медленными темпами происходит увеличение объема сердца по сравнению с суммарным просветом сосудов [29].

Итак, по данным Л.Д. Назаренко основные физические качества должны подвергаться целенаправленному воспитанию в следующие возрастные периоды: координационные способности - наибольший прирост с 5 до 10 лет; быстрота - развитие происходит от 7 до 16 лет, наибольшие темпы прироста в 16-17 лет; сила - развитие происходит с 12 до 18 лет, наибольшие темпы прироста в 16-17 лет; скоростно-силовые качества - развитие происходит с 9 до 18 лет, наибольшие темпы прироста в 14 -16 лет; гибкость - развитие происходит в отдельных периодах с 9 до 10 лет, 13- 14 лет, 15-16 лет мальчики, 7 -8 лет, 9-10 лет, 11 -12 лет, 14 -17 лет девочки; [19]. Отсюда мы можем сделать вывод, что в 8 классе целенаправленному воспитанию нужно подвергать силу, быстроту, гибкость. Большое внимание нужно уделять скоростно-силовым качествам, так как в 14-16 лет идет наибольшие темпы прироста [26].

Подростковый возраст это весьма сложный, таящий в себе опасность кризисных явлений, период в жизни ребенка. В этот период организм ребенка претерпевает кардинальные изменения, развертывается процесс полового созревания. У подростка возникает ощущение собственной взрослости. У него возникает представление о себе уже не как о ребенке, он стремится быть и считаться взрослым. Отсюда у ребенка возникает новая жизненная позиция по отношению к себе, к окружающим людям, к миру. Он становится социально активным, восприимчивым к усвоению норм, ценностей и способов поведения, которые существуют среди взрослых.

Поэтому период подросткового возраста характерен тем, что здесь начинается формирование морально нравственных и социальных установок личности ученика, намечается общая направленность этой личности [38].

Подросток стремится к активному общению со сверстниками, и через это общение он познает самого себя. У него возникают потребности, которые он должен удовлетворять только сам (потребность в общении со сверстниками, дружбе и любви). Родители и вообще взрослые не могут при всем желании решить проблемы подростков, связанные с их новыми потребностями, между тем как удовлетворение всех основных потребностей младших школьников зависит в основном, от родителей. Все это часто болезненно сказывается на отношении учащихся к взрослым, в том числе и учителю, и к учению [14].

8 класс- это период называют «гормональной бурей или эндокринным штормом». Начинается бурный, неравномерный рост, в следствие чего подросток становится диспропорциональным, неуклюжим, меняется система ценностей и интересов. То, что было ценно, обесценивается, появляются новые кумиры, подросток перестает прямо копировать взрослых, характер взаимоотношений с взрослыми и родителями часто носят протестный характер. Неорганизованность, действие по наиболее сильному мотиву, сравнительно легкий отказ от достижения поставленной цели вопреки ее объективной значимости. Развивать волевое поведение подростка нужно, используя эмоционально привлекательные цели, обогащая интересы, увлечения школьника, поддерживая и укрепляя возникающие у него намерения. Очень важно обеспечить школьника средствами достижения желаемой цели, организации своего поведения. К таким средствам относятся: умение учитывать последствия совершенных и несовершенных поступков для себя и других, способность представлять такие последствия не только интеллектуально, но и эмоционально (например, представить собственные переживания при ответе невыученного урока). На аффективные проявления в подростковом возрасте существенное влияние оказывает повышенная чувствительность детей этого возраста к ситуациям, актуализирующим ведущие потребности, прежде всего потребность в самоутверждении. Особенности восьмиклассников проявляются в пренебрежительном отношении к обучению [27].

Известно, что в подростковом и юношеском возрасте усиливается стремление к самовосприятию, к осознанию своего места в жизни и самого себя как субъекта отношений с окружающими. С этим сопряжено становление самосознания [23].

Примерно в 13 лет у подростков возникает интерес к собственному внутреннему миру, затем отмечается постепенное усложнение и углубление самопознания, одновременно происходит усиление его дифференцированности и обобщенности, что приводит в раннем юношеском возрасте к становлению относительно устойчивого представления о себе как цельной личности. Необходимо отметить, что в этом возрасте происходит формирование ценностных ориентаций подростков [18].

Так, в работах Д.И. Фельдштейна показано, что подростковый возраст является сензитивным для формирования мотивации общественно полезной деятельности, т.е. деятельности, направленной на пользу всего общества [21].

1.3. Педагогическая специфика секционных занятий по волейболу, влияющая на формирование коммуникативных оснований у подростков.

Для того чтобы создать секцию волейбола и привлечь к занятиям как можно больше желающих, целесообразно провести в коллективе некоторые мероприятия. Проводится встреча с состоявшимися волейболистами школы, преподавателями, которые рассказывают о волейболе, об интересных эпизодах из их спортивной практики, о том, что дают занятия по волейболу, так же провести показательную игру команд школы. Все это вызывает у присутствующих большой интерес к волейболу, который очень важно затем упрочить и углубить за счет умелого проведения уже практических занятий.

Общий план работы секции составляется и утверждается на весь период работы. При составлении плана надо учитывать состав занимающихся, условия для занятий волейболом. План секции охватывает все вопросы, связанные с деятельностью секции.

Правильное планирование учебно-тренировочной работы во многом определяет успех в подготовке волейболистов. При этом нужно исходить из основных задач физического воспитания молодежи, условий работы секции, уровня подготовленности занимающихся, сроков обучения и условий, в которых будут проходить занятия. Основные документы планирования: типовая программа, учебный план, график прохождения учебного материала по месяцам или неделям, рабочий план и план-конспект занятия. Эти документы необходимы при многолетней учебно-тренировочной работе [3].

Основная форма занятий состоит из трех частей: подготовительной, основной и заключительной. Продолжительность подготовительной части 15-25 мин., основной 90-100 мин., заключительной - 5 мин. Цель подготовительной части урока заключается в организации занимающихся: построение, проверка посещаемости, сообщение задач, упражнения в движении, в основном на внимание. Осуществляется также подготовка организма занимающихся к предстоящему изучению нового материала в основной части секционного занятия, совершенствованию навыков, а также к развитию двигательных качеств. В этой части урока главным образом применяются обще развивающие и специальные упражнения, подвижные игры и эстафеты. В основной части урока происходит обучение технике, тактике, воспитание физических и волевых качеств. В каждом секционном занятии решаются две-три задачи, одна из которых главная: либо обучение техническому приему или тактическим действиям, либо совершенствование навыка выполнения приема техники или тактических умений. В зависимости от этого происходит подбор средств и распределение времени на отдельные упражнения [2].

Во время совершенствования техники одной группой занимающихся другая выполняет задания по развитию физических качеств. Это значительно повышает продуктивность занятий и особенно важно при непродолжительном периоде обучения. В задачу заключительной части урока входит организованное завершение занятия. Применяются медленная ходьба, задания на внимание. В конце подводятся его итоги [20].

Волейбольные секции создаются в школах для выполнения основной задачи - формирования сознательного отношения учащихся к собственному здоровью, его укрепления, развития и раскрытия индивидуальных моторных навыков, умений и навыков. В волейбольную секцию принимаются мальчики, девочки, которые хотят систематически заниматься волейболом и принимаются на занятия врачом [11].

Прием новичков в секцию должен происходить в октябре-ноябре каждого года, в начале подготовительного периода. Однако это не исключает возможности поступления в секцию в другое время года.

Учебно-тренировочные занятия в секции проводятся в форме уроков по общепринятой схеме согласно расписанию, составленному с учетом занятости занимающихся производственной и учебной деятельностью, имеющейся материальной базы. Кроме того, занимающимся целесообразно давать задания для самостоятельного, более детального совершенствования отдельных приемов техники игры, повышения физической подготовленности, укрепления здоровья и закаливания организма [6].

Во время организации и проведения занятий следует принимать меры по предотвращению травм и соблюдать санитарно-гигиенические требования к размещению учебного оборудования и принадлежностей. Очень важно развивать лояльность к своей команде, дисциплину, чувство долга, смелость, силу воли и настойчивость в достижении своих целей [8].

Занятия физкультурой, внеклассные занятия, участие школьников в спортивных обществах и клубах помогают формировать здоровый образ жизни [12].

Учебно-тренировочные занятия проводят преподаватели, которые решают проблемы, связанные с организацией секционных занятий, такие как: выбор и автономное использование методов обучения, отбор студентов, установка даты и времени стажировки (по согласованию с администрация образовательной организации) и др[37].

Основные задачи, стоящие перед учебными группами новичков:

- привитие интереса к волейболу и воспитание спортивного трудолюбия;

- укрепление здоровья, всесторонняя физическая подготовка

- развитие качеств, необходимых волейболисту- быстроты, силы, выносливости, ловкости;

- изучение основных приемов техники игры и простейших тактических действий в нападении и защите;

- ознакомление с некоторыми теоретическими сведениями о влиянии физических упражнений на организм занимающихся и об игре в волейбол;

- приобретение опыта участия в соревнованиях (участие в соревнованиях коллектива физкультуры).

Секционные занятия по волейболу проводятся педагогом дополнительного образования 3-4 раза в неделю, по 1,5-2 часа, по выбранной им методикой.

Задача современной системы образования - разработать универсальные учебные действия, которые дают учащимся возможность учиться, развиваться и совершенствоваться. В государственном образовательном стандарте основное внимание уделяется результатам обучения, в том числе коммуникативным навыкам.

В настоящее время современное общество не может обойтись без коммуникативных навыков. Все, что узнают школьники, будет использовано в их будущей деятельности. Как и в волейболе, молодым людям не всегда будет легко общаться и находить общий язык в социальных группах.

Секционная форма работы помогает школьнику стать частью коллективных отношений в классе, включаться в общую деятельность, выполнять совместные задачи и искать общие решения. Групповая работа включает в себя сотрудничество обучающихся друг с другом в процессе выполнения поставленных задач. Сотрудничество предполагает, прежде всего, совместную работу учащихся в парах или группах, со сверстниками, старшеклассниками или младшими школьниками. Благодаря чему происходит процесс общения, развиваются коммуникативные навыки [10].

Таким образом, благодаря групповой работе студенты могут почувствовать себя причастными к другим людям, понять свою важность в коллективе, научиться устанавливать контакты в рабочем процессе, уметь соглашаться друг с другом, правильно формулировать свои мысли, для более четкого изложения их другим людям. Групповая работа способствует развитию мышления каждого ученика. Все они включены в одну задачу, но у каждого своя роль в ней, достижение как общих, так и индивидуальных результатов [35].

Коммуникативная компетентность формируется не сама по себе, как и любая другая компетентность она не может быть сформирована вне деятельности, основу ее формирует опыт человеческого общения.

В рамках новых образовательных стандартов в школах секционные занятия могут создавать условия, в которых молодые люди могут открывать для себя особенности взаимоотношений, общения и поведения в человеческом мире и тем самым развивать важные характеристики и навыки. Практически вся образовательная деятельность в секционных классах должна быть направлена ​​на развитие универсальных коммуникативных навыков у молодежи. Одна из отличительных черт организации секционных занятий является свободный выбор ребенка определенной деятельности на этой секции, т.е. его амплуа. Педагог же на этой секции должен создать условия для самореализации ребенка, помочь ему в самопознании и самоопределении [7].

На секции по волейболу педагог использует парную, групповую формы работы, что позволяет подросткам больше взаимодействовать друг с другом. В процессе этого подросток раскрывается, позволяя увидеть свои личностные качества. Работа в команде и на площадке помогает формирования умения слышать друг друга, понимать то, что услышал, думать о других, считаться и уважать их мнение. Формирование коммуникативных оснований у подростков происходит успешнее именно на секционных занятиях, ведь нет определенного стандарта поведения, можно выражать себя и не быть при этом осужденными.

 Если бы меня спросили почему именно секция по волейболу, а не любая другая спортивная игра, я бы с легкостью сказала, что именно волейбол ломает границы, сближает на столько, что становится не важно отличник ты или нет, популярный в классе или не очень. Забываются обиды и недоговорки, вы объединены одной целью и задачей. Волейбол не просто учит нас ответственности, трудолюбию и дисциплинированности, он воспитывает нас. Благодаря секционным занятиям по волейболу подростки становятся смелыми и не боятся рисковать, что является важными качествами в жизни.

Выводы по 1 главе

Проанализировав научную литературу, мы можем сделать следующие выводы:

1. Под понятием «коммуникация» понимается процесс передачи информации с помощью языка. Невербальная коммуникация поддерживает вербальную и обеспечивает передачу психического содержания. Коммуникативное поведение начинает формироваться еще в дошкольном возрасте и к подростковому периоду достигает определенного уровня развития и потребностей.

2. Подростковый период можно охарактеризовать интенсивным ростом и увеличением размеров тела. Это период динамического и физического развития, что способствует изменениям в органах и системах организма, эти изменения в свою очередь влияют на двигательную деятельность подростка.

В этом возрасте происходят эндокринные преобразования и формирование у подростков вторичных половых признаков. Нарушается уравновешенность нервных процессов, большую силу приобретает возбуждение, замедляется прирост подвижности нервных процессов. Усиливается подкорковое влияние, что сопровождается различными нарушениями со стороны вегетативной сферы (отдышка, гормональное расстройство, сосудистые нарушения, боли в сердце). Отмечается легкая утомленность подростков при физической и умственной работе.

Период подросткового возраста характерен тем, что здесь начинается формирование морально нравственных и социальных установок личности ученика, намечается общая направленность этой личности.

3. Секционная форма работы помогает школьнику стать частью коллективных отношений в классе, включаться в общую деятельность, выполнять совместные задачи и искать общие решения. Групповая работа включает в себя сотрудничество обучающихся друг с другом в процессе выполнения поставленных задач. Сотрудничество предполагает, прежде всего, совместную работу учащихся в парах или группах, со сверстниками, старшеклассниками или младшими школьниками. Благодаря чему происходит процесс общения, развиваются коммуникативные навыки.

Глава II. Методы, организация и результаты исследования

2.1 Педагогические методы исследования

Задачи исследования.

1. Провести теоретический анализ понятия «коммуникация».

2. Проанализировать анатомо-физиологические особенности учащихся 8 классов.

3. Изучить педагогическую специфику секционных занятий по волейболу, влияющую на формирования коммуникативных оснований у учащихся 8 классов на секционных занятиях по волейболу.

4. Выявить эффективность педагогических условий формирования коммуникативных оснований у учащихся 8 классов на секционных занятиях по волейболу.

5. Экспериментально проверить эффективность применения педагогических условий формирования коммуникативных оснований у учащихся 8 классов на секционных занятиях по волейболу.

Для решения поставленных задач применялись следующие методы исследования:

1. Анализ научно-методической литературы.

2. Педагогическое тестирование.

3. Педагогический эксперимент.

4. Методы математической статистики.

5. Беседа.

Рассмотрим используемые методы более подробно.

1. Анализ научно-методической литературы, в процессе которого изучалась литература, посвященная для более полного и чёткого понимания актуальности темы, постановки задач и целей. Проведя анализ научно-методической литературы, более подробно изучались вопросы формирования коммуникативных оснований у учащихся 8 классов.
2. Педагогическое тестирование. Было проведено тестирование на начальном и конечном этапе эксперимента. Оно проводилось с целью выявления уровня коммуникативных оснований у учащихся 8 классов на секционных занятиях по волейболу.

Нами было проведено тестирование, в которое были включены следующие тесты: «Диагностика сформированности коммуникативных способностей у учащихся» (По методике В. В. Синявского и Б. А. Федоришина) и тест «Выявление коммуникативных качеств личности»

«Диагностика сформированности коммуникативных способностей у учащихся» (По методике В. В. Синявского и Б. А. Федоришина). В тесте 20 вопросов с вариантами ответа «да» и «нет». Коммуникативные способности - ответы "да" на следующие вопросы: 1, 3, 5, 7, 9, 11, 13, 15, 17, 19; и "нет" на вопросы: 2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 16, 18, 20.

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

К = 0,05 . С, где

К - величина оценочного коэффициента

С – 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.

Оценка: уровень I – низкий - 0,10-0,45

II - ниже среднего - 0,46-0,55

III – средний - 0,56-0,65

IV – высокий - 0,66-0,75

V - очень высокий - 0,76-1

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 контактам с людьми, не ограничиваю 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 теряться в новой обстановке, быстро находят друзей, постоянно стремятся расширить круг своих знакомых, занимаются общественной деятельностью, помогают близким. Друзьям, 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 стремиться 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.

«Выявление коммуникативных качеств личности». В тесте 10 вопросов с вариантами ответа «да» и «нет». По одному баллу начисляется за ответ «нет» на вопросы 1, 5, 7 и за ответы «да» на остальные.

0-3 балла - у вас низкий коммуникативный контроль. Ваше поведение устойчиво, и вы не считаете нужным его изменять в зависимости от ситуации. 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 сдержанны в своих эмоциональных проявлениях. Вам следует больше считаться в своем поведении с окружающими людьми.

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

1. Педагогический эксперимент. С целью обоснования эффективности использования педагогических условий формирования коммуникативных оснований средством спортивной игры волейбол с учащимися 8а и 8б классов был проведен педагогический эксперимент на базе МБОУ Средняя общеобразовательная школа №24. В ходе эксперимента были организованы контрольная и экспериментальная группы по 20 человек в каждой группе, однородные по своему составу. В контрольной группе занятия проводились согласно учебной программе внеурочной деятельности. В экспериментальной группе эта программа была дополнена педагогическими условиями формирования коммуникативных оснований. Занятия проводились 3 раза в неделю.

4. Математико-статистическая обработка полученных результатов осуществлялась в результате определения:

- средней арифметической величины, характеризующая средний уровень значений изучаемой случайной величины в наблюдавшихся случаях, и вычисляется путем деления суммы отдельных величин исследуемого признака на общее число наблюдений.

![\includegraphics[width=3.73in,height=0.69in]{D:/html/work/link1/metod/met90/met905.eps}]()

где x1 - значение конкретного показателя,

Σ- знак суммирования,

N - число показателей (случаев),

стандартного отклонения (σ)

 - ошибки средней арифметической. Вычислялась средняя ошибка среднего арифметического. Величина отклонения выборочной средней от ее генерального параметра называется статистической стандартной ошибкой выборочного среднего арифметического. Иногда этот показатель называется просто ошибкой средней. Этот показатель обозначается символом m и рассчитывается по формулам:

![\includegraphics[width=1.11in,height=0.60in]{D:/html/work/link1/metod/met90/met9014.eps}]()

![\includegraphics[width=1.16in,height=0.57in]{D:/html/work/link1/metod/met90/met9015.eps}]()

где **σ**- среднее квадратическое отклонение выборочной совокупности;

***n*** - объем выборки (число измерений или испытуемых).

Значение стандартной ошибки средней арифметической (m) указывает, насколько изменится среднее значение, если его перенести на всю генеральную совокупность.

Оценивалась достоверность различий групповых средних по критерию t-Стьюдента для связанных и несвязанных выборок. Различия считались достоверными при р <0,05.

5. Беседа.

В ходе эксперимента было проведено 2 беседы, первая на начальном этапе направленная на знакомство с подростками и сбора первичной информации. Вторая беседа была проведена вместе с 8-классниками и их родителями на тему «Что такое эффективное общение?»

Исследование проводилось на базе МБОУ «Средняя образовательная школа №24 с углубленным изучением отдельных предметов» Приволжского района г. Казани. В исследовании участвовало 40 человек: 20 человек из 8«А» класса и 20 человек из 8«Б» класса.

На первом этапе (ноябрь 2020 г.) изучение и анализ обобщение научно-методической литературы и предусматривал теоретическое обоснование проблемы, конкретизацию основных положений работы, определялись объект и предмет исследования, гипотеза, задачи исследования, поиск эффективных средств и методов организации исследования.

На втором этапе (ноябрь - апрель 2021 г.) подготовка и проведение опытно-экспериментальной работы. Было проведено анкетирование на начальном этапе эксперимента, в котором приняли участие контрольная и экспериментальная группы. В результате, которого, был выявлен уровень коммуникативных оснований у учащихся 8 классов, с помощью рекомендованных тестов.

Так же на основе анализа научно-методической литературы нами была разработаны педагогические условия формирования коммуникативных оснований у учащихся 8 классов на секционных занятиях по волейболу. Повторное тестирование проводилось в мае 2021г. для определения динамики показателей сформированности уровня коммуникативных оснований у учащихся 8 классов.

На третьем этапе (апрель - май 2021 г.) была проведена обработка и анализ полученных результатов. Дано обоснование эффективности использования педагогических условий для формирования коммуникативных оснований у учащихся 8 классов на секционных занятиях по волейболу, сформулированы выводы и оформлена дипломная работа.

## 2.2. Педагогические условия формирования коммуникативных оснований у подростков.

Нами были внедрены три педагогических условия:

- влияние личного примера тренера на подростковую аудиторию;

-формирование открытой и дружеской атмосферы в процессе занятий;

- проведение личностно-ориентированного и группового тренингов в подростковом коллективе.

1. Влияние личного примера тренера на подростковую аудиторию.

Личный пример тренера. Один из основных методов воспитания волейболиста - воздействие положительного примера тренера. Нравственное воспитание начинается с примера самого педагога, внешний вид, слова, поведение и поступки которого находятся в центре внимания учащихся. Личный пример тренера имеет тем большее влияние, чем большим уважением пользуется он у учеников и окружающих. Он основан на признании спортсменами авторитета тренера, прежде всего в области своего вида спорта.

Привести любой пример из собственной жизни, своего опыта, который бы показывал ту или иную ситуацию. Можно вспомнить случай из соревновательной деятельности, или обычного дня. Любой пример, не обязательно положительный, будь то победа или проигрыш, будет воспринят с интересом. Ведь это так вдохновляет – пример человека, который стоит рядом, на которого хочешь равняться. Поэтому метод личного примера один из самых действенных. Личный пример связывает теорию с практикой, с настоящей жизнью. Детям гораздо интереснее те вещи, которые были прожиты человек, на которого они хотят быть похожи, нежели вещи, которые придуманы кем-то.

Тренер - идеальная модель личности человека: ведет здоровый образ жизни, придерживается спортивного режима, вежлив, тактичен, серьезно относится к учебным и тренировочным занятиям, ухоженный внешний вид. Тренер активно участвует в процессе индивидуального развития студентов. Тренер является наставником в этическом и нравственном воспитании детей. Ответственность за безопасность тренировки лежит на тренере. Поведение тренера должно быть профессиональным и этичным в любой ситуации. Тренер несет ответственность за то, чтобы обучающиеся не употребляли вредные вещества, тренер должен постоянно работать над повышением своих профессиональных навыков.

2. Формирование открытой и дружеской атмосферы в процессе занятий.

На секционных занятиях всегда должна царить дружеская атмосфера. Между тренером и занимающимися должны быть открытые взаимоотношения. Для формирования коммуникативных оснований у подростков необходимо, желание в общении со сверстниками, чего можно достичь только в благоприятной¸ дружеской обстановке. Спортивная команда как объект исследования - это особый вид контактного сообщества людей, объединенных общей целью совместной спортивной деятельности, основными видами которой являются тренировка и соревнования. Психологический комфорт в команде является важным условием эффективности обучения и воспитания занимающихся.

В развивающейся системе психологический комфорт, обусловленный открытой и дружеской атмосферой на секционных занятиях, является ведущим. Благодаря ему предполагается снятие всех стрессообразующих факторов в тренировочном процессе. Создание в команде и на тренировках такой атмосферы, которая расковывает занимающихся и в которой они чувствуют себя спокойно. Нельзя добиться никаких успехов в спорте если в тренировочном процессе присутствует страх перед тренером или происходит подавление личности подростка. От психологической обстановки на секционных занятиях зависит не только психологическое состояние занимающихся, но и их физическое состояние. Создание открытой, дружеской и доброжелательной атмосферы позволяют снять напряжение и неврозы, разрушающие здоровье детей.

3. Проведение личностно-ориентированного и группового тренингов в подростковом коллективе.

Тренинг - активный метод обучения, направленный на развитие знаний, умений, навыков и социальных отношений. Тренинг часто применяется, когда желаемым результатом является не только получение новой информации, но и применение полученных знаний на практике. Важно понимать процессы, мысли и чувства, которые возникают в группе в данный момент. Это научит участников сосредотачиваться на себе и на том, что происходит вокруг них. То, как человек проявляет себя «здесь и сейчас», показывает, как он ведет себя «в жизни». Для тренеров, работающих с детскими коллективами, важно учитывать сплоченность определенной группы детей в своей работе.

Высокоразвитый коллектив характеризуется высоким уровнем сплоченности, что способствует созданию положительного психологического климата, доброжелательности. предыстория отношений. Тренеру необходимо уметь найти индивидуальный подход к каждому ребенку, беря во внимание его сильные и слабые стороны, а также влиять на формирование и развитие коммуникативных оснований в коллективе. При разобщении команды, частых конфликтов в ней, тренером должны проводится личностно-ориентированные и групповые тренинги, нацеленные на повышение уровня сплоченности в группе, формирования ценностно-ориентированного единства, близости взглядов и позиций членов команды.

Основываясь на полученных данных тестирований, нами была разработана программа формирования коммуникативных оснований у учащихся 8 классов на секционных занятиях по волейболу.

Таблица №1 – программа формирования коммуникативных оснований у учащихся 8 классов на секционных занятиях по волейболу.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Сроки | 1 неделя | 2 неделя | 3 неделя | 4 неделя |
| 1 этапНоябрь-декабрь 2020г. | Беседа со всей командой в неформальной обстановке, рассказ о себе, знакомство с участниками команды | Упражнение «Точка опоры», «Угадай, кто это» | Упражнение «Сколько ты весишь», «Мой сосед слева» | Упражнения «Уши-нос», беседа с родителями и учащимися «Что такое эффективное общение»? |
| 2 этапФевраль-март 2021г. | Упражнение «Круг» Упражнение «Гусеница». Игра «Путанка» | Упражнение «Разговор начистоту». | Игра «Поводырь», «Наизнанку», «Гонка мячей» | Упражнение «Пустое место», Беседа «Обратная связь» |

1 этап.

1. «Точка опоры». Учащимся предлагается определить свои сильные стороны, то есть то, что они ценят, принимают и любят в себе, что дает ощущение внутренней свободы и уверенности в себе. Каждому учащемуся дается две минуты на то, чтобы представиться. В то же время, вы не можете вы должны говорить прямо, уверенно, без «но», «если», «может быть ...» и т.д. Слушатели могут только уточнить детали или попросить разъяснений, но не имеют права говорить.

На втором этапе игры подростки собираются в группы по 2–3 человека и просят подумать о том, что они могли бы сделать вместе, что могло бы дополнить сильные стороны друг друга.

2. «Угадай, кто это». Каждый подросток пишет самохарактеристику из 10—12 предложений. Тренер собирает самохарактеристики, перемешивает их и зачитывает в произвольном порядке. Учащиеся пытаются угадать, какая характеристика кому принадлежит.

3. «Сколько ты весишь» Учащимся предлагается пройтись по комнате и представить себя в следующих ситуациях, каждый раз пытаясь погрузиться в соответствующее состояние: получение плохой оценки, похвала учителя за хорошую работу, подарок родителей, ссора с другом, родители не отпускают на улицу. Затем внутреннее ощущение собственного веса обсуждается в различных переживаниях: неудачи, слабое здоровье, плохое настроение наполняют человека тяжестью - он с трудом двигает ногами, руки не поднимаются, голова не держится, все тело заполнено свинцом. Радость, влюбленность, счастье дарят ощущение полета, невесомости. Тренер в процессе говорить детей о своем состоянии в килограммах. Учащиеся говорят о своем здоровье и настроении, как о весе.

4. «Мой сосед слева» Тренер предлагает участникам внимательно посмотреть на соседа слева и назвать то, что у того хорошо получается и на какой позиции ему стоит играть. Круг должен замкнуться. По окончании тренер спрашивает, приятно ли было слышать от других положительные оценки своих умений.

5. «Уши–нос». Тренер рассказывает, как важно сохранить спокойствие в ситуации, когда в адрес человека кто-то кричит, обвиняет, оскорбляет, насколько полезно порой не заразится чужой агрессией и не ответить криком на крик. Можно предложить ребятам вспомнить ситуации, когда они заряжались чужой агрессией в конфликтах. Что из этого получилось? Чтобы конфликты не перешли во вражду, нужно уметь внутренне отстраниться от стрессовой ситуации и настроиться на конструктивное разрешение. Участники разбиваются на пары, один будет Пятачком, другой – Кроликом. Кролик кричит и обвиняет, Пятачок очень этого боится, ему нужно научиться держать удар. Его задача - не слушать Кролика. А наблюдать за движениями кончиков его ушей или носа и запоминать свои мысли и чувства, возникающие в это время. На упражнение даётся две минуты, затем участники меняются ролями. После выполнения задания следует обсуждение: какие чувства испытали партнёры в ролях? Трудно ли было выполнить задание и почему? Что нужно сделать, чтобы прекратить нападки Кролика? [31].

6. Беседа «Что такое эффективное общение»? [24].

2 этап.

1. Игра «Путанка».

Данная игра поможет учащимся почувствовать свою принадлежность к группе, понять, как некомфортно быть вне ее. Некоторым ученикам это даст возможность повысить свою самооценку. Участвует вся группа. Выбирается водящий, который выходит за дверь. Остальные участники игры берутся за руки и образуют круг. Затем они, не разрывая рук, стараются «запутаться». По разрешению учителя входит водящий и пытается как можно быстрее распутать путанку.

2. Упражнение «Круг».

Все игроки садятся на пол в круг и берутся за руки. Затем, не помогая себе руками, все вместе одновременно должны встать.

3. Упражнение «Гусеница».

Это упражнение развивает гибкость суставов, силу ног, координацию и, одновременно, коммуникативность. Держась за локти предыдущего ученика, нужно пройти в полном приседе до отметки и обратно.

4. Упражнение «Разговор начистоту». Упражнение позволяет участникам объективно оценить свои коммуникативные навыки, получить масштабную обратную связь от группы, лучше узнать друг друга. Тренер говорит участникам тренинга: «Мы вместе уже довольно длительный срок, и это дало нам возможность узнать друг друга и проявить свои коммуникативные навыки. Для человека, на мой взгляд, характерно любопытство: «А как меня воспринимают другие?» Так как все мы участники тренинга и разбираем мы блок коммуникации, то и вопрос который мы обсудим: «Каков я в отношении с другими?» На листе формата А4 каждый пишет свои положительные и отрицательные, качества, которые у него проявляются в коммуникациях. Итак, перед каждым — его видение самого себя. Скажем так: коммуникативный автопортрет. Второй этап упражнения позволит сравнить собственное представление о себе с тем, как мы выглядим в глазах других. Возьмите каждый, еще по одному чистому листу. Его вы прикрепите с помощью булавки на спине. Этот лист будут заполнять ваши товарищи. Если вы хотите, чтобы вам писали только комплименты — рисуйте в углу листа солнышко. Если хотите услышать критику — рисуйте молнию и тучу. Если вам интересно узнать о себе и то, и другое — рисуйте вопросительные знаки. Теперь попросите товарищей закрепить на спине чистые листы, а на груди листы самооценки. Можете свободно передвигаться по аудитории, читать листы самооценки, реагировать, писать комментарии. Подведение итогов: сесть в круг; теперь все могут прочесть материал, накопившийся на их «заспинных» листах; далее, тренер предлагает желающим поделиться своими наблюдениями.

5. Игра «Поводырь».

В зале разложены и расставлены предметы – препятствия (кубики, обручи, набивные мячи, стойки). Дети распределяются по парам: ведущий – ведомый. Ведомый повязывает на глаза повязку, ведущий ведет его, рассказывая, как двигаться. Например, «Переступи через кубик», «Здесь стойка. Обойдем ее». Затем дети меняются ролями.

6. Игра «Наизнанку».

Игроки команды становятся в круг, держась за руки. Не расцепляя рук, команда должна вывернуться «наизнанку». Игра развивает гибкость суставов, ловкость, коммуникативность.

7. Упражнение «Гонка мячей».

Участники становятся в колонну. Им нужно передать мяч сверху, снизу, слева, справа из рук в руки. Это упражнение развивает быстроту движений рук, собранность, гибкость.

8. «Пустое место»

Самое сложное в знакомой и незнакомой команде - смотреть друг другу в глаза и свободно касаться друг друга. Правила игры позволяют снять это напряжение. Половина участников садится на стулья, другая половина встает за ними и кладет руки на спинку стула (при отсутствии спинки руки кладут за спинку). Перед участником никто не садится на стул - «пустое место». Делать это нужно без слов, внимательно присмотревшись к тому, кого зовете. Если кто-то из участников видел внимательный и приглашающий взгляд, ему приходилось бежать и занимать свободное место. Тот, кто находится за спиной, должен остановить убегающего, схватив его за плечи. Если партнер удержал убегающего человека, то участник с «пустым пространством» привлекает другого, если нет, то его задача теперь привлечь участника к себе (тоже глазами), то есть приобрести партнера и т. д. Через некоторое время партнеры меняются местами: тот, кто сидел, становится за спинку стула, а тот, кто стоял, садится.

Игра продолжается столько, сколько необходимо для создания в группе свободной и непринужденной атмосферы. Дополнительный эффект от упражнений - адаптация в группе, формирование заботливой атмосферы и снижение тревожности, развитие коммуникативных способностей [31].

9. Обратная связь. Беседа на тему того, понравились им тренировки по подготовленной нами программе, их чувства, эмоции после нее.

## 2.3. Экспериментальная работа по проверке педагогических условий.

Нами было проведено первичное тестирование в ноябре-декабре 2020 года, в которое были включены следующие тесты: «Диагностика сформированности коммуникативных способностей у учащихся» (По методике В. В. Синявского и Б. А. Федоришина) и тест «Выявление коммуникативных качеств личности»

Результаты первичного тестирования экспериментальной и контрольной группы учащихся 8 классов приведены в таблице 2 и таблице 3.

«Диагностика сформированности коммуникативных способностей у учащихся» (По методике В. В. Синявского и Б. А. Федоришина)

 Контрольная и экспериментальная группы.

Таблица №2

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Вопросы | КГ(да) | КГ(нет) | ЭГ(да) | ЭГ(нет) |
| 1. Много ли у Вас друзей, с которыми Вы постоянно общаетесь? | 7 | 13 | 8 | 12 |
| 1. 2. Долго ли Вас беспокоит чувство обиды, причиненное Вам кем-то из Ваших товарищей?
 | 12 | 8 | 10 | 10 |
| 3. Есть ли у Вас стремление к установлению новых знакомств с разными людьми? | 6 | 14 | 7 | 13 |
| 4. Верно ли, что Вам приятнее и проще проводить время с книгами или за каким-либо другим занятием, чем с людьми? | 5 | 15 | 6 | 14 |
| 5. Легко ли Вы устанавливаете контакты с людьми, которые значительно старше Вас по возрасту? | 3 | 17 | 2 | 18 |
| 6. Трудно ли Вы включаетесь в новую для Вас компанию? | 8 | 12 | 6 | 14 |
| 7. Легко ли Вам удается устанавливать контакты с незнакомыми людьми? | 10 | 10 | 11 | 9 |
| 8. Трудно ли Вы осваиваетесь в новом коллективе? | 7 | 13 | 6 | 12 |
| 9. Стремитесь ли Вы при удобном случае познакомиться и побеседовать с новым человеком? | 11 | 9 | 12 | 8 |
| 10. Раздражают ли Вас окружающие люди и хочется ли Вам побыть одному? | 13 | 7 | 14 | 6 |
| 11. Нравится ли Вам постоянно находиться среди людей? | 15 | 5 | 13 | 7 |
| 12. Испытываете ли Вы чувство затруднения, неудобства или стеснения, если приходится проявить инициативу, чтобы познакомиться с новым человеком? | 7 | 13 | 7 | 13 |
| 13. Любите ли Вы участвовать в коллективных играх? | 20 | 0 | 19 | 1 |
| 14. Правда ли, что Вы чувствуете себя неуверенно среди малознакомых Вам людей? | 6 | 14 | 8 | 12 |
| 15. Полагаете ли Вы, что Вам не доставляет особого труда внести оживление в малознакомую Вам компанию? | 12 | 8 | 11 | 9 |
| 16. Стремитесь ли Вы ограничить круг своих знакомых небольшим количеством людей? | 9 | 11 | 10 | 10 |
| 17. Чувствуете ли Вы себя непринужденно, попав в незнакомую Вам компанию? | 12 | 8 | 13 | 7 |
| 18. Правда ли, что Вы не чувствуете себя достаточно уверенным и спокойным, когда приходится говорить что-либо большой группе людей? | 5 | 15 | 3 | 17 |
| 19. Верно ли, что у Вас много друзей? | 13 | 7 | 10 | 10 |
| 20. Правда ли, что Вас пугает перспектива оказаться в новом коллективе? | 6 | 14 | 8 | 12 |

Коммуникативные способности - ответы "да" на следующие вопросы: 1, 3, 5, 7, 9, 11, 13, 15, 17, 19; и "нет" на вопросы: 2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 16, 18, 20.

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

К = 0,05 . С, где

К - величина оценочного коэффициента

С – 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.

Средняя арифметическая величина у контрольной группы – «0.5775», что является средним результатом.

Средняя арифметическая величина у экспериментальной группы– «0.565», что является средним результатом.

Тест «Выявление коммуникативных качеств личности» для 8 классов.

Экспериментальная и контрольная группа.

Таблица №3

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Вопросы | КГ(да) | КГ(нет) | ЭГ(да) | ЭГ(нет) |
| 1. Мне кажется трудным подражать другим людям. | 10 | 10 | 13 | 7 |
| 2. Я бы, пожалуй, мог при случае свалять дурака, чтобы привлечь внимание или позабавить окружающих. | 15 | 5 | 13 | 7 |
| 3. Из меня мог бы выйти неплохой актер. | 6 | 14 | 5 | 15 |
| 4. Другим людям иногда кажется, что я переживаю что-то более глубокое, чем это есть на самом деле. | 3 | 17 | 2 | 18 |
| 5. В компании я редко оказываюсь в центре внимания. | 5 | 15 | 4 | 16 |
| 6. В различных ситуациях и в общении с разными людьми я часто веду себя совершенно по-разному. | 17 | 3 | 14 | 6 |
| 7. Я могу отстаивать только то, в чем я искренне убежден | 1 | 19 | 3 | 17 |
| 8. Чтобы преуспеть в делах и в отношениях с людьми, я стараюсь быть таким, каким меня ожидают увидеть. | 8 | 12 | 12 | 8 |
| 9. Я могу быть дружелюбным с людьми, которых я не выношу. | 9 | 11 | 10 | 10 |
| 10. Я всегда такой, каким кажусь. | 13 | 7 | 12 | 8 |

По одному баллу начисляется за ответ «нет» на вопросы 1, 5, 7 и за ответы «да» на остальные.

Средняя арифметическая величина у контрольной группы – «5», что является средним результатом.

Средняя арифметическая величина у экспериментальной группы– «5», что является средним результатом.

4-6 баллов - у вас средний коммуникативный контроль. Вы искренни, но сдержанны в своих эмоциональных проявлениях. Вам следует больше считаться в своем поведении с окружающими людьми.

В ходе исследования анализировался уровень коммуникативных способностей у контрольной и экспериментальной группы. В самом начале эксперимента было протестирован уровень коммуникативных способностей у учащихся 8а и 8б классов (таблица№2, №3).

После применения нами педагогических условий, были повторно проведены тесты: «Диагностика сформированности коммуникативных способностей у учащихся» (По методике В. В. Синявского и Б. А. Федоришина) и тест «Выявление коммуникативных качеств личности» для 8 классов (таблица №4, №5)

Таблица №4

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Вопросы | КГ(да) | КГ(нет) | ЭГ(да) | ЭГ(нет) |
| 1. Много ли у Вас друзей, с которыми Вы постоянно общаетесь? | 7 | 13 | 11 | 9 |
| 1. 2. Долго ли Вас беспокоит чувство обиды, причиненное Вам кем-то из Ваших товарищей?
 | 11 | 9 | 8 | 12 |
| 3. Есть ли у Вас стремление к установлению новых знакомств с разными людьми? | 7 | 13 | 9 | 11 |
| 4. Верно ли, что Вам приятнее и проще проводить время с книгами или за каким-либо другим занятием, чем с людьми? | 5 | 15 | 6 | 14 |
| 5. Легко ли Вы устанавливаете контакты с людьми, которые значительно старше Вас по возрасту? | 4 | 16 | 5 | 15 |
| 6. Трудно ли Вы включаетесь в новую для Вас компанию? | 7 | 13 | 6 | 14 |
| 7. Легко ли Вам удается устанавливать контакты с незнакомыми людьми? | 10 | 10 | 13 | 7 |
| 8. Трудно ли Вы осваиваетесь в новом коллективе? | 7 | 13 | 7 | 13 |
| 9. Стремитесь ли Вы при удобном случае познакомиться и побеседовать с новым человеком? | 11 | 9 | 12 | 8 |
| 10. Раздражают ли Вас окружающие люди и хочется ли Вам побыть одному? | 13 | 7 | 9 | 11 |
| 11. Нравится ли Вам постоянно находиться среди людей? | 15 | 5 | 17 | 3 |
| 12. Испытываете ли Вы чувство затруднения, неудобства или стеснения, если приходится проявить инициативу, чтобы познакомиться с новым человеком? | 8 | 12 | 6 | 14 |
| 13. Любите ли Вы участвовать в коллективных играх? | 20 | 0 | 20 | 0 |
| 14. Правда ли, что Вы чувствуете себя неуверенно среди малознакомых Вам людей? | 7 | 13 | 6 | 14 |
| 15. Полагаете ли Вы, что Вам не доставляет особого труда внести оживление в малознакомую Вам компанию? | 12 | 8 | 15 | 5 |
| 16. Стремитесь ли Вы ограничить круг своих знакомых небольшим количеством людей? | 10 | 10 | 8 | 12 |
| 17. Чувствуете ли Вы себя непринужденно, попав в незнакомую Вам компанию? | 10 | 10 | 11 | 9 |
| 18. Правда ли, что Вы не чувствуете себя достаточно уверенным и спокойным, когда приходится говорить что-либо большой группе людей? | 5 | 15 | 3 | 17 |
| 19. Верно ли, что у Вас много друзей? | 13 | 7 | 13 | 7 |
| 20. Правда ли, что Вас пугает перспектива оказаться в новом коллективе? | 6 | 14 | 5 | 15 |

Средняя арифметическая величина у контрольной группы – «0.575», что является средним результатом.

Средняя арифметическая величина у экспериментальной группы– «0.66», что является высоким результатом.

Тест «Выявление коммуникативных качеств личности» для 8 классов.

Таблица №5

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Вопросы | КГ(да) | КГ(нет) | ЭГ(да) | ЭГ(нет) |
| 1. Мне кажется трудным подражать другим людям. | 11 | 9 | 10 | 10 |
| 2. Я бы, пожалуй, мог при случае свалять дурака, чтобы привлечь внимание или позабавить окружающих. | 15 | 5 | 16 | 4 |
| 3. Из меня мог бы выйти неплохой актер. | 6 | 14 | 8 | 12 |
| 4. Другим людям иногда кажется, что я переживаю что-то более глубокое, чем это есть на самом деле. | 4 | 16 | 5 | 15 |
| 5. В компании я редко оказываюсь в центре внимания. | 5 | 15 | 3 | 17 |
| 6. В различных ситуациях и в общении с разными людьми я часто веду себя совершенно по-разному. | 16 | 4 | 16 | 4 |
| 7. Я могу отстаивать только то, в чем я искренне убежден | 3 | 17 | 2 | 18 |
| 8. Чтобы преуспеть в делах и в отношениях с людьми, я стараюсь быть таким, каким меня ожидают увидеть. | 8 | 12 | 14 | 6 |
| 9. Я могу быть дружелюбным с людьми, которых я не выношу. | 10 | 10 | 13 | 7 |
| 10. Я всегда такой, каким кажусь. | 13 | 7 | 14 | 6 |

Средняя арифметическая величина у контрольной группы – «5», что является средним результатом.

Средняя арифметическая величина у экспериментальной группы– «6», что является средним результатом.

4-6 баллов - у вас средний коммуникативный контроль. Вы искренни, но сдержанны в своих эмоциональных проявлениях. Вам следует больше считаться в своем поведении с окружающими людьми.

На рисунке 1 представлены результаты контрольной и экспериментальной группы по тесту «Диагностика сформированности коммуникативных способностей у учащихся» (По методике В. В. Синявского и Б. А. Федоришина) в начале и в конце эксперимента.

Рис.1 «Диагностика сформированности коммуникативных способностей у учащихся» (По методике В. В. Синявского и Б. А. Федоришина) контрольная и экспериментальная группа.

На рисунке 2 представлены результаты контрольной и экспериментальной группы по тесту «Выявление коммуникативных качеств личности» для 8 классов в начале и в конце эксперимента.

Рис.2 Показатели контрольной и экспериментальной группы тест «Выявление коммуникативных качеств личности» для 8 классов.

Из данных диаграмм мы можем сделать вывод, что в начале эксперимента по обоим тестам экспериментальная и контрольная группа находились примерно на одинаковом, среднем уровне коммуникативных способностей.

После повторного проведения теста «Диагностика сформированности коммуникативных способностей у учащихся» (По методике В. В. Синявского и Б. А. Федоришина), можно увидеть разницу между показателями в начале и в конце эксперимента у экспериментальной группы. Результат показанный экспериментальной группой оказался выше, т.е. изменился в лучшую сторону, из среднего уровня коммуникативных способностей перерос в высокий уровень.

После повторного проведения теста «Выявление коммуникативных качеств личности» для 8 классов, так же можно заметить, что показатели после внедрения педагогических условий увеличились и имеют положительную оценку улучшение результата.

По данным показателям экспериментальной группы школьников прослеживается положительная динамика. В то время как у школьников контрольной группы после повторного тестирования произошли незначительные изменения.

Сопоставление результатов контрольных испытаний в обеих группах, представленных выше, позволяют нам сделать вывод о том, что формирование коммуникативных оснований у подростков экспериментальной группы, занимающихся по разработанной программе, происходит интенсивнее, чем у подростков контрольной группы.

На основе полученных данных можно утверждать о том, что разработанная нами и примененная в учебном процессе программа по формированию коммуникативных оснований дали определенные положительные результаты, а гипотеза, выдвинутая нами в начале исследования, подтвердилась.

По результатам педагогического эксперимента можно дать следующие рекомендации:

- в каждое секционное занятие желательно включать небольшую беседу с занимающимися, о их состоянии психологическом и физическом;

- на каждом секционном занятии необходимо принимать во внимание интересы и склонности подростков;

 - секционные занятия должны включать игры на сплочение, которые развивают коммуникативные способности подростков;

 - так же большое особое значение следует придавать сохранению дружеской и открытой обстановке на секционных занятиях по волейболу.

# Выводы

1. Из анализа научно-методической литературы выявлено, что хорошо развитая коммуникация у учащихся в 8 классе благоприятно влияет на гармоничное развитие личности и способствует созданию дружеской и открытой обстановке на секционных занятиях по волейболу. Один из важнейших умений современной личности - коммуникативные умения. Их высокий уровень позволяет вам эффективно взаимодействовать с другими людьми в различных сферах деятельности. Коммуникация является неотъемлемой частью любого урока, поэтому формирование коммуникативных навыков подростков приводит к повышению учебного процесса и успешности их обучения.

2. В процессе нашего исследования, направленного на формирование коммуникативных оснований у учащихся 8 классов на секционных занятиях по волейболу, нами была разработана программа, включающая три педагогических условия:

3. На основе программы включающей педагогические условия мы провели экспериментальную работу по формированию коммуникативных оснований у учащихся 8 классов на секционных занятиях по волейболу.

4. Анализируя показатели экспериментальной группы в начале эксперимента и в конце эксперимента, нами отмечается прирост показателей. Результаты экспериментальной работы не очень существенны, что обосновывается не долгосрочным исследованием, но свидетельствуют об эффективности разработанной нами программы, что подтверждает гипотезу исследования.

# Список литературы

1. Бисярина В. П. Анатомо-физиологические особенности детского возраста / В.П. Бисярина. - М.: Медицина, 2014. - 224 c. – ISBN отсутствует. – Текст: непосредственный.

2. Бойко, Е. Л. Дополнительное образование в учреждениях НПО (СПО) [Текст]: методическое пособие / Е. Л. Бойко, А. В. Золотарева, А. Л. Пикина. — Ярославль: Изд-во ЯГПУ, 2010. — 207 с. – ISBN 978-5-534-00410-6. – Текст: непосредственный.

3. Буйлова, Л. Н. Как организовать дополнительное образование детей в школе? [Текст]: практ. пособие / Л. Н. Буйлова, Н. В. Кленова. — М.: АРКТИ, 2005. — 288 с. – ISBN 5-88753-076-6. – Текст: непосредственный.

 4. В. Н. Васильев, Л. В. Капилевич – Томск: Томск: Изд-во Томского политехнического университета, 2010г. – 290 с. – ISBN отсутствует. – Текст: непосредственный.

5. Волков В. М. Спортивный отбор / В. М. Волков, В. П. Филин // М.: Физкультура и спорт, 2003г. – 215 с – ISBN отсутствует. – Текст: непосредственный.

6. Волков, В.М. К проблеме развития двигательных способностей / В.М. Волков // Теория и практика физической культуры. – 2003г. - 41 с. – ISBN отсутствует. – Текст: непосредственный.

7. Евладова, Е. Б. Дополнительное образование в школе: в поисках смыслов и ценностей [Текст]: практико-ориентированная монография. — Ярославль: Изд-во ЯГПУ им. К. Д. Ушинского, 2013. —186 с. – ISBN 5-691-00706-8. – Текст: непосредственный.

8. Егер, К.Г. Юным спортсменам о тренировке [Текст]: учебник / К.Г. Егер. - М.: Физкультура и спорт, 2013. – 256 с. . – ISBN отсутствует. – Текст: непосредственный.

9. З.В. Любимова Возрастная физиология учебник / З.В. Любимова, К.В. Маринова и А.А. Никитина - М.: Ч.1, 2003 – 2004 г. - 301 с. – ISBN 5-691-01172-3. – Текст: непосредственный.

10. Земленская, Е.Н. Учебное сотрудничество младших школьников на уроках // Начальная школа. 2008г. - №3. - С. 48-51. - ISSN: 0027-7371. – Текст: непосредственный.

11. Золотарева, А. В. Дополнительное образование детей: Теория и методика социально —педагогической деятельности [Текст] / А. В. Золотарева. — Ярославль: Академия развития, 2004. — 304 с. — ISBN 5-7797-0176-8. – Текст: непосредственный.

12. Каргина, З. А. Некоторые аспекты содержания и методики учебно-воспитательной работы с учащимися детского объединения дополнительного образования [Текст] / З. А. Каргина // Внешкольник. — 2006. — № 6. – ISBN отсутствует. – Текст: непосредственный.

13. Коммуникология: основы теории коммуникации Шарков Ф.И. 2012г. – ISBN 978-5-394-00299-1. – Текст: непосредственный.

14. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов: Программы общеобразовательных учреждений / Авт.В.И.Лях, А.АЗданович. – М.: Просвещение, 2011. – 128с. – ISBN отсутствует. – Текст: непосредственный.

15. Копкарева,О.О. Возрастная анатомия, физиология и гигиена / О.О.Копкарева. –Тверь: изд-во «Тверской государственный университет», 2016. – 114 с. – ISBN отсутствует. – Текст: непосредственный.

16. Кули Ч. Общественная организация. Тексты по истории со­циологии XIX–XX веков. — М.: Наука, 1994 – ISBN отсутствует. – Текст: непосредственный.

17. Ляхова О.С. История и основные этапы развития теории коммуникации. Основы коммуникации [Электронный ресурс]: текст ви­деолекции // distanz.ru: офиц. сайт Института профессиональных ин­ новаций. 2014. URL: http://www.distanz.ru/videoLecture/3404/ (дата обращения: 10.01.2015 – ISBN отсутствует. – Текст: непосредственный.

18. Маклаков А. Г. Общая психология, издательство Питер, 2002г. ISВN 5-272-00062-5. – Текст: непосредственный.

19. Назаренко Л. Д., «Физиология физического воспитания и спорта» Ул.: УГПУ, 2000г - ISBN 5-86045-089-3. – Текст: непосредственный.

20. Носко Н.А. Формирование навыков ударных движений у волейболистов различных возрастных групп ./ Н.А. Носко . - К., 2006. - 22 с. – ISBN отсутствует. – Текст: непосредственный.

21. Познание учащегося и формирование его личности, Вильнюс, 1975г. – ISBN отсутствует. – Текст: непосредственный.

22. Почепцов Г.Г. Теория коммуникации. — М.: Рефл­бук, 2009 - ISBN 966-543-048-3. – Текст: непосредственный.

23. Психология подростка. Под ред. А.А. Реан СПб.: прайм-ЕВРО-ЗНАК, 2003. -480 с - ISBN 5-93878-015-2. – Текст: непосредственный.

24. Родионов, В. А. Я и другие. Тренинги социальных навыков. – Ярославль, 2001 - ISBN 5-7797-0138-5. – Текст: непосредственный.

25. С. А. Азаренко. Г. И. Рузавин. А. Я. Флиер. В. С. Бернштейн. А. В. Александров. — Коммуникация / Гума­нитар­ный портал: [Концепты](https://gtmarket.ru/concepts/) [Элект­рон­ный ресурс] // Центр гума­нитар­ных техно­логий, 2002–2021 (после­дняя редак­ция: 18.01.2021). URL: https://gtmarket.ru/concepts/7132 – ISBN отсутствует. – Текст: непосредственный.

26. Сенситивные периоды развития физических качеств по Филину В.П., Гужаловскому А.А., Волкову В.И., Ляху В.И– ISBN отсутствует. – Текст: непосредственный.

27. Статья «Психологические особенности восьмиклассника» электронный ресурс https://infourok.ru/statya-psihologicheskie-osobennosti-vosmiklassnika-2402948.html – ISBN отсутствует. – Текст: непосредственный.

28. Статья. (Бутыло Лиана Юрьевна. Средняя школа № 58     г.Санкт –Петербурга) Тема: Формирование коммуникативных умений учащихся на уроках физической культуры. – ISBN отсутствует. – Текст: непосредственный.

29. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная[ Текст ] : учебник. -8-е издание. – М. : Спорт, 2018. – 620 с. : ил. - ISBN 978-5-9500179-3-3. -Текст: непосредственный.

30. Физическое воспитание, Учебник для 8 класса общеобразовательных школ Гусейнов Ф. 2019г. – ISBN отсутствует. – Текст: непосредственный.

31. Фопель К. Сплоченность и толерантность в группе. Психологические игры и упражнения. – М., 2005г. – ISBN: 5-85297-046-8. – Текст: непосредственный.

32. Хайянен Е.В. Условия становления личностной рефлексии в подростковом возрасте: Дисс…канд. психол. наук. М., 2005. 150 с – ISBN отсутствует. – Текст: непосредственный.

33. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – 8-е изд., стер. / Ж.К. ISBN 978-5-4468-7256-5. – Текст: непосредственный.

34. Холодов, В.С. Кузнецов. - М.: Академия, 2013. - 480 с. - ISBN 5-7695-0853-1. – Текст: непосредственный.

35. Цукерман Г.А. Социально-психологическое экспериментирование как форма ведущей деятельности подросткового возраста // Вестник МАРО. 2000. № 7. – ISBN отсутствует. – Текст: непосредственный.

 36. Шарков Ф.И. Основы теории коммуникации. — М.: РИП­ Холдинг, 2006 - ISBN 978-5-394-02089-6. – Текст: непосредственный.

 37. Швыков, И.А. Спорт в школе. Футбол/ И.А. Швыков. – М.: Терра спорт, 2002. – 141с. - ISBN 5-93127-163-5. – Текст: непосредственный.

38. Шувалов А. В. Проблемы развития службы психологического здоровья в системе дополнительного образования детей, 2016г. 66 с. - ISSN: 0042-8841. – Текст: непосредственный.

Приложение

Беседа «Что такое эффективное общение»?

Три составляющие эффективного общения.

Определим три составляющие эффективного общения:

- мотивационная (Я хочу общаться);

- когнитивная (Я знаю, как общаться);

- поведенческая (Я умею общаться).

Первый компонент говорит: «Я хочу общаться». Его также можно назвать «область желания». Включает в себя потребность в общении, основанную на желании ребенка поддерживать контакт с другими. Потому что без такого желания общение в принципе невозможно. Если у ребенка нет желания общаться или он недостаточно развит, он отстраняется, пытается проводить большую часть времени наедине с книгами, телевизором или устройствами и может просто смотреть в окно, пока другие дети играют. Недостаточное развитие у ребенка потребности в общении может быть связано с физиологическими нарушениями, но чаще всего они имеют психологическую основу. Возникновение различного рода проблем с психическим здоровьем у ребенка чаще всего связано с негативными факторами в социальной, в первую очередь, семейной среде. Эти проблемы могут возникнуть, прежде всего, в конфликтующих семьях, когда родители разводятся, когда родители отсутствуют и когда дедушка и бабушка растят более длительный период времени, а также когда они отвергаются взрослыми или другими детьми. Отсутствие коммуникативных потребностей может быть причиной серьезного детского расстройства.

Второй компонент коммуникативных навыков «Я знаю, как общаться». Это можно назвать областью знаний. Этот компонент определяется степенью, в которой ребенок имеет представление об нормах и правилах эффективного общения. Эти знания также формируются в процессе взаимодействия со взрослыми, которые на своем примере показывают ребенку, как выйти на связь с другим человеком, как поддерживать и завершать беседу, как разрешать возникающие конфликты. Внутреннее представление ребенка о способах и средствах общения формируется в повседневном взаимодействии с родителями, воспитателями, учителями, одноклассниками, друзьями. Отсутствие или недостаточность существующих идей, а также неспособность воплотить свои знания в реальном общении определяют трудности, с которыми может столкнуться ребенок при адаптации в новой школьной команде, в установлении и поддержании контакта с детьми, сверстниками. Если ребенок агрессивен, замкнут или застенчив, ему будет трудно общаться.

Умение использовать существующие представления об эффективном общении - третий компонент умения общаться «Я умею общаться». Это включает в себя способность направить сообщение и привлечь внимание говорящего, способность вести беседу мягко и аргументировать свои доводы, конечно, хотя и на примитивном детском уровне. Ребенок должен уметь заинтересовать собеседника своим мнением, а также идти на уступки и уметь принимать иную точку зрения, уметь критиковать собственное мнение, действия, утверждения. Кроме того, это может включать способность слушать и слушать другого человека, эмоционально сопереживать другому человеку.

Таким образом, коммуникативные навыки представляют собой неразрывную единицу из трех компонентов. Говорить о гармоничном развитии ребенка можно только при наличии у ребенка трех вышеперечисленных компонентов.

Как упоминалось ранее, развитие коммуникативных навыков начинается в семье, в общении с родителями, сестрами, братьями, бабушками и дедушками и продолжается на протяжении всей жизни. Следует помнить о влиянии характера семейных отношений на психологическое развитие ребенка. А задача школы и родителей - научить ребенка взаимодействовать с другими людьми, сформировать у них желание и способность к общению.

Рекомендации родителям по созданию условий для вовлечения детей в какую-либо деятельность:

- Подавайте детям пример в поисках нового, неизведанного, стремлении решать различные проблемы, решайте эти задачи с удовольствием, радостью.

- Вовлекайте детей в совместное решение информационных задач взрослых, потом детей.

- Посмотрите внимательно, послушайте детей. Не игнорируйте их вопросы.

- Помогите детям освоить новые навыки, но не пытайтесь делать все за них.

- Не сдерживайте инициативу.

- Не ленитесь и не бойтесь проводить время с ребенком в библиотеке, дома с книгой.

- Не сердитесь, когда ребенок задает слишком много вопросов.

- Никаких отрицательных суждений, если что-то не работает.

- Научите заканчивать дело.

После беседы родителям раздается тест.

Предлагаю Вам самостоятельно с помощью теста выявить уровень коммуникативных навыков своего ребенка:

1.Как часто ваш ребёнок применяет слова вежливости в общении с друзьями?

А) Всегда

Б) Никогда

В) В зависимости от настроения

2.Как ваш ребёнок устанавливает контакт со сверстниками?

А) Легко, ему нравится заводить новых друзей

Б) Ему необходимо время, чтобы привыкнуть к новому коллективу

В) Он не любит общение со сверстниками, потому что сам никогда не выходит на контакт

3.Как ваш ребёнок ведёт себя в разговоре со сверстниками?

А) Может внимательно выслушать собеседника

Б) Старается быстрее закончить разговор

В) Много говорит, постоянно перебивает, своего собеседника

4.Как ребёнок ведёт себя по отношению к сверстнику, когда тот чем-то расстроен?

А) Старается помочь, успокоить, развеселить

Б) Не обращает на него внимание

В) Раздражается, когда кто-то расстроен

5.Как ведёт себя ваш ребёнок, когда друг делится с ним чем-то радостным?

А) Искренне радуется вместе с ним

Б) Ему безразлична радость другого ребёнка

В) Вызывает зависть, раздражается

6.Когда ваш ребёнок чем-то опечален, или наоборот чему-то рад,

делится ли он своими переживаниями с другом?

А) Да, всегда

Б) Иногда

В) Никогда

7.Может ли ваш ребёнок выражать своё настроение словами «Мне грустно», «мне весело» и т.д.

А) Да

Б) не всегда

В) нет

8.Как чаще ведёт себя ваш ребёнок в конфликтной ситуации?

А) Пытается разрешить проблему по-взрослому, спокойно без криков и упрёков

Б) начинает плакать, обижается, капризничает

В) резко обрывает сверстника, категорически показывая, что тот не прав

9.Опишите реакцию вашего ребенка, если он слышит, что в адрес кого-то произносятся не этичные слова, дразнят?

А) Заступится за обиженного

Б) не обратит никакого внимания

В) сам начнёт дразниться

10.Как чаще всего ведёт себя ваш ребёнок, когда кто-то из детей оскорбляет, обзывает его?

А) достойно ответит

Б) промолчит и пойдёт жаловаться взрослым

В) оскорбляет в ответ

11.Как ребёнок реагирует на наказания?

А) соглашается с тем, что заслужил его

Б) Начинает плакать

В) спорит, не соглашается с наказанием

Большинство ответов «А»

У вашего ребёнка хорошие, доброжелательные взаимоотношения со сверстниками. Он общителен, легко налаживает контакт с новыми детьми. Всегда готов выслушать, помочь (в силу своих возможностей), успокоить того, кто расстроен, искренне порадоваться с тем, кто рад. Ребёнок адекватно ведёт себя в конфликтных ситуациях.

Большинство ответов «Б»

У ребёнка возникают трудности во взаимоотношениях со сверстниками, в силу его застенчивости, замкнутости или наоборот агрессивности. Он всячески избегает общения с новыми людьми (детьми), любого контакта со сверстниками, не радуется вместе с ними, не сочувствует, не участвует в спорах, боится конфликтных ситуаций и наказаний, постоянно плачет, жалуется

Большинство ответов «В»

На первый взгляд можно сказать, что ребёнок общителен, активен, но на самом деле он зациклен на своих переживаниях. Он не идёт первым на контакт, его раздражает чужое горе или радость. При общении много говорит и требует, чтобы слушали только его. Такой ребёнок часто попадает в конфликтные ситуации, дерзит детям, оскорбляет их. Скорее всего, это наигранно, таким образом, он скрывает эмоциональные переживания, показывая, будто у него всё хорошо, он лучше всех, но в глубине души он может думать совершенно иначе.

Родителям предлагает­ся 4 достаточно типичные ситуации. Выслушав описание каждой, они должны записать первую реакцию на нее. Это задание помогает выявить существующие барьеры общения.

1. Сын, придя из школы, бросает портфель и говорит: «В школе только зубрежка и скука. Не пойду больше в нее, все равно ничего это не дает, лучше на работу устроиться, больше пользы».

2. В семье существует определенное распределение домашних обязанностей. В один прекрасный день обнаруживается, что хлеб не куплен, пол не подметен, а в ответ на просьбу сходить в магазин сын заявляет: «Почему все я да я? Не пойду, у нас в классе никого не заставляют».

3. Дочка приходит домой в слезах и говорит: «Противная эта Лидка. Раньше она со мной дружила, а теперь, как Катька придет во двор, она с ней, а меня не зовет. Не буду больше с ней водиться».

4. Дома долгожданные гости. Накрыт стол. Ребенок ведет себя не идеально, но вы стараетесь не замечать его провинностей. Вдруг он громко заявляет: «Ну, когда же они уйдут? Ты обещала побыть со мной, а сама все с ними».

Затем можно разыграть данные ситуации   и обсудить их, обращая внимание на тот факт, что взрослые должны научиться слышать и понимать своего ребенка и на­учиться понимать себя, открывать свои чувства другому.

Критерии оценки.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Название теста | Низкий | Средний  | Высокий  |
| Диагностика сформированности коммуникативных способностей у учащихся | 0,10-0,55 | 0,56-0,65 | 0,66-1 |
| Выявление коммуникативных качеств личности | 0-3 | 4-6 | 7-10 |

«Диагностика сформированности коммуникативных способностей у учащихся» (По методике В. В. Синявского и Б. А. Федоришина). В тесте 20 вопросов с вариантами ответа «да» и «нет». Коммуникативные способности - ответы "да" на следующие вопросы: 1, 3, 5, 7, 9, 11, 13, 15, 17, 19; и "нет" на вопросы: 2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 16, 18, 20.

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

К = 0,05 . С, где

К - величина оценочного коэффициента

С – 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.

Оценка: уровень I – низкий - 0,10-0,45

II - ниже среднего - 0,46-0,55

III – средний - 0,56-0,65

IV – высокий - 0,66-0,75

V - очень высокий - 0,76-1

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 контактам с людьми, не ограничиваю 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 теряться в новой обстановке, быстро находят друзей, постоянно стремятся расширить круг своих знакомых, занимаются общественной деятельностью, помогают близким. Друзьям, 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 стремиться 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.

«Выявление коммуникативных качеств личности». В тесте 10 вопросов с вариантами ответа «да» и «нет». По одному баллу начисляется за ответ «нет» на вопросы 1, 5, 7 и за ответы «да» на остальные.

0-3 балла - у вас низкий коммуникативный контроль. Ваше поведение устойчиво, и вы не считаете нужным его изменять в зависимости от ситуации. 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 сдержанны в своих эмоциональных проявлениях. Вам следует больше считаться в своем поведении с окружающими людьми.

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