**ПРИМЕНЕНИЕ УПРАЖНЕНИЙ «ТИМБИЛДИНГА» С ЦЕЛЬЮ РЕАЛИЗАЦИИ ВОСПИТАТЕЛЬНЫХ ЗАДАЧ И ПОВЫШЕНИЯ ИНТЕРЕСА У УЧАЩИХСЯ К ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» (ИЗ ОПЫТА РАБОТЫ).**

*Напалков Алексей Иванович, ГБОУ СОШ №511, учитель ФК, Санкт-Петербург*

***Предмет (направленность):****физическая культура****.****.*

***Возраст детей:****средний и старший.*

***Место проведения:****спортивный зал.*

В современной педагогической науке к основным категориям относят - *воспитание, развитие, формирование, обучение и образование*как результат обучения. В последнее десятилетие в условиях активного реформирования и модернизации системы отечественного образования соотношение и приоритетность между указанными категориями менялись кардинально. На сегодняшний день воспитанию в школе возвращается незаслуженно заниженная функция решения различных педагогических задач и в особенности своей основной цели - обеспечение каждому человеку всестороннего и гармонического развития.

Традиционными составными частями воспитания, которые тесно взаимосвязаны друг с другом, называют: *умственное, трудовое, эстетическое, нравственное и физическое.*

К *задачам физического воспитания* относят следующие:

-укрепление здоровья;

-повышение умственной и физической работоспособности;

-развитие двигательных качеств;

-обучение двигательным действиям;

-воспитание нравственных качеств и др.

Основными формами реализации данных задач в условиях школы является предмет физическая культура и разнообразные виды внеклассной и внешкольной работы. На сегодняшний день отмечается значительное *падение интереса у учащихся к урокам ФК*, среди основных причин которого отмечают:

-невысокий методический уровень уроков;

-педагогические штампы, скука на уроке;

-отсутствие музыкального сопровождения и игровых моментов;

-низкий уровень материально-технического обеспечения;

-отсутствие положительных эмоций у учащихся;

-низкая оценка учащимися урока физической культуры.

Таким образом, главные *пути повышения интереса к уроку ФК*, называют:

-инновационность;

- интегративность;

-вариативность;

-эмоциональность;

-творчество;

-мониторинг;

-результативность.

В свете всего вышеизложенного и с учетом введения 3го часа урока физической культуры, очевидно, актуальным является поиск конкретных средств, форм и методов повышения мотивации к занятиям физической культурой. В своей педагогической практике с целью решения данной проблемы я использую средства «тимбилдинга» (или командообразование). Данный термин обычно используется в контексте бизнеса и применяется к широкому диапазону действий для создания и повышения эффективности работы команды. Данная система упражнений – заданий появилась в России в середине 90-х и особо активно стала использоваться в последнее время в целях активного отдыха на корпоративных мероприятиях, сплочения коллектива и психологической разгрузки. К основным видам тимбилдинга относят*: детский, экстремальный, спортивный, корпоративный, танцевальный, творческий.*

**Детский «тимбилдинг**» - это активный отдых, мероприятие (игра) способствующее развитию способности чувствовать себя уверенным неразрывным звеном одной команды. С помощью моделирования ситуации все члены одной команды нарабатывают полезные навыки для совместного достижения цели, взаимной помощи друг другу, обретают удовлетворение от активного обмена эмоциями, побеждая скрытые комплексы. Учащийся в процессе выполнения упражнения становится целеустремленнее, увереннее и предсказуемее и самое главное, он на практике с юного возраста осваивает и учится владеть в совершенстве искусством общения, нарабатывает определенные человеческие и деловые качества. Таким образом, реализуется воспитание широкого спектра нравственных качеств.

*Составляющие процесса командообразования*:

- повышение уровня взаимодействия между членами команды;

- развитие сплоченности коллектива;

- оценка роли каждого «игрока» в команде;

- выявление лидеров;

- оттачивание навыков решения нестандартных задач;

- повышение мотивации на достижение коллективных целей;

- развитие стрессоустойчивости;

- возможность для членов команды попробовать себя в новой роли;

- моделирование различных ситуаций;

- повышение эффективности коммуникаций внутри коллектива.

В условиях образовательного процесса элементы командообразования используются мною как во внеурочной работе в рамках секций ОДОД, внеклассных мероприятиях, так и на уроках физической культуры, где данные средства с учетом их низкой моторной плотности применяются преимущественно в вводной и заключительной частях урока и активно способствуют повышению эмоциональности, заинтересованности и мотивации учащихся. При выполнении заданий «тимбилдинга» применяется в основном групповой метод организации деятельности учащихся и, для большей эффективности целесообразно использовать музыкальное сопровождение и вносить в данный процесс соревновательный характер, что также повышает эмоциональность и насыщенность урока.

Освоение программного материала по предмету «Физическая культура» по федеральным государственным образовательным стандартам 2го поколения оценивается метапредметными, предметными и личностными результатами. На мой взгляд, применение средств «тимбилдинга» будет в большей степени способствовать улучшению метапредметных результатов учащихся, особенно в областях нравственной и коммуникативной культур.

Наша школа открыла свои двери совсем недавно и поэтому в настоящий момент особо остро стоит социальная проблема формирования классных коллективов. Ребята приехали из разных регионов, перешли из других учебных заведений и имеют различные системы ценностей, привычек и норм поведения. Для того чтобы привести данные системы к общему знаменателю и максимально нивелировать все различия необходимо время и большой комплекс различных мер. Я считаю, что использование элементов «тимбилдинга» в образовательном процессе, и не только на уроках физической культуры, позволит ускорить процесс образования школьного коллектива и будет способствовать более быстрой адаптации к новым условиям многих учащихся.

*Примеры*заданий из «тимбилдинга» *для учащихся среднего и старшего звеньев:*

**«Круг»**. Участники, сидя на полу и держась за руки, должны без помощи рук все вместе одновременно встать.

**«Архипелаг»**. В квадрате 1м х 1м все участники, стоя обеими ногами и не заступая за линии (не менее 10 чел.) должны удержаться не менее 2х минут.

**«Несуществующее животное».** Участники, держась друг за друга, изображают придуманное животное, при этом только 10 ног и 5 рук, например, могут касаться земли (не менее 15 участников).

**«Тесная скамейка»**. Все участники, стоя на узкой скамейке или бревне, должны поменяться друг с другом местами не касаясь земли (пола).

**«Надежные друзья».**Все встают и выстраиваются в затылок в один большой круг. Дальше надо встать как можно плотнее друг к другу, сделав круг более узким. Затем наступает главная и самая трудная часть. Попробуйте все одновременно согнуть ноги и присесть друг к другу на колени. Если получилось, рано радоваться! Теперь постарайтесь удерживаться в таком положении и еще вытянуть руки в стороны.

**«Наизнанку».** Участники команды держась за руки друг с другом между ног, должны пролезть под ногами друг друга не разрывая рук.

**«Сороконожка»** (для юношей). Участники в упоре лежа кладут ноги на плечи сзади стоящих и таким образом все вместе выполняют несколько отжиманий.

**«Не урони».** Команда стоит в кругу и каждый держит гимнастическую палку прижав ладонью сверху, затем все должны переместиться в сторону отпустив свою палку и прижав соседнюю не уронив их.

*Примеры*заданий из тимбилдинга для *учащихся начальной школы*сводятся в основном к разновидностям командных подвижных игр, которые должны активно использоваться в учебном процессе:

Игра в **«12 записок»**. В ней есть все необходимое – всевозможные задания, шифры и ребусы, которые разгадываются сообща, и вожделенный приз – спрятанные «сокровища» в виде торта, сундука с конфетами или еще чего-нибудь столь ценимого ребятней.

**«Игольное ушко».** Замечательное коллективное упражнение - протягивание обруча через цепочку игроков, которые не должны расцеплять руки.

**«Наседка и цыплята».** Играющие делятся на 2 команды. Игроки первой команды равномерно распределяются по всей длине окружности. Игроки второй команды располагаются внутри круга, стоя в затылок друг другу и взяв впередистоящего за плечи. Нападающие передают друг другу мяч, чтобы выбрать удобный момент и попасть в последнего игрока.

**«К своим капитанам»**. Класс делится на несколько команд, в каждой из которых выбирается капитан. По первому сигналу все хаотично разбегаются, по следующему сигналу все замирают и закрывают глаза. Капитаны расставляются в разные места и затем также по сигналу команды как можно быстрее должны сделать вокруг своих капитанов различные фигуры - «Хоровод», «Тропинка» и т.п.

Таким образом, в свете всего вышеизложенного и основываясь на собственном педагогическом опыте, я считаю, что применение средств «тимблдинга» в условиях учебного процесса целесообразно и позволит максимально эффективно реализовать комплекс воспитательных задач, а также будет способствовать повышению интереса и мотивации у учащихся к предмету «физическая культура».