

## **ПОДГОТОВКА К МЕЖЛИЧНОСТНЫМ ОТНОШЕНИЯМ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

**Кодиров Журабек Маматисмонович**

докторант Наманганского государственного университета

<https://doi.org/10.5281/zenodo.13826763>

**Аннотация:** в данной статье рассматривается понятие межличностных отношений, описывается процесс подготовки к межличностным отношениям на уроках физической культуры.

**Ключевые слова:** межличностные отношения, урок физической культуры, особенности урока культуры, процесс подготовки к межличностным отношениям на уроках физической культуры.

Практически вся жизнь человека проходит в окружении других людей, будь то семья, учебный или трудовой коллектив, компании друзей, приятелей, соседей. Все эти общности получили название малых групп. В отличие от больших групп, например, жителей одного города, где не все знакомы друг с другом, в малых группах, например, учащихся одного класса, все друг друга знают достаточно хорошо. Именно в малых группах под воздействием различных социально-психологических процессов происходит формирование личности человека.

Важным фактором, влияющим на психологический климат группы (класса, команды), являются межличностные отношения – объективно переживаемые, в разной степени осознаваемые взаимосвязи между людьми. В системе межличностных отношений выделяют формальные (деловые) и неформальные (личные). Формальные отношения выстраиваются на основе официальных обязанностей и статуса каждого члена команды; они диктуются извне. Неформальные основываются на личной симпатии или антипатии, дружбе или неприязни; они возникают самопроизвольно.

При наличии единой цели и соответствующей мотивации формальные и неформальные отношения дополняют друг друга, способствуя возникновению групповой сплоченности. Групповая сплоченность характеризуется, в частности, тем, в какой степени члены группы желают остаться в ней.

Подобную особенность следует учитывать при организации работы с впервые сформированной группой или группой, пришедшей на занятия после длительного перерыва, например, летних каникул. Имеющаяся положительная мотивация может усилиться при соответствующем

подкреплении или, наоборот, ослабнуть при неудаче, мнимой или действительной.

Так, с учетом возрастных особенностей для учащихся школы актуальным представляется обучение основам общения и правилам поведения в группе. Следует помнить, что в первом-втором классах коллектив и его актив не воспринимаются детьми как значимые. Также целесообразно показывать разницу между Я и «Я в группе». Возраст третьего (четвертого) класса позволяет целенаправленно развивать коммуникативные качества и организаторские навыки. Начиная с этого возраста, стремление занять определенное место в группе (классе) становится серьезной потребностью.

Одна из главных воспитательных задач учителя физической культуры заключается в том, чтобы проводимые им занятия были использованы не только для физического развития детей, но и для развития положительных черт личности, интеллекта, а психологическая атмосфера занятий способствовала подавлению эгоизма, лицемерия, нечестности и т.д. Эффект физического воспитания заключается в том, что с его помощью формируются здоровые привычки, самоконтроль за стрессовыми ситуациями, тенденцией к избеганию агрессивных посягательств. В процессе физического воспитания вырабатывается образ Я-учащегося, формируется чувство уверенности в себе.

Для учащихся школы основным видом деятельности является учебная деятельность, в процессе которой в большей степени происходит формирование коммуникативной компетентности.

Урок физической культуры проходит в конкретном классе, обладающем определенным уровнем сплоченности, микроклиматом, направленностью, организованностью, групповой структурой, которая может меняться от предмета к предмету, от урока к уроку. Особенности урока физической культуры:

- повышенная двигательная активность, свобода передвижения и возможность устанавливать частные межличностные контакты и общение;
- повышенный эмоциональный фон, связанный яркими глубокими позитивными и негативными эмоциями в случае успеха или неудачи, которыми сопровождаются применение соревновательного и игрового методов;



- переживание благоприятных эмоций от проявления хороших отношений товарищей создает ощущение удовлетворения потребности и вызывает ответное позитивное отношение к классу.

В связи с этим урок физической культуры можно рассматривать как модель быстропротекающих социальных процессов, как естественный социально-психологический тренинг, как способ подготовки учащихся к нормальным здоровым межличностным отношениям.

Фронтальная работа позволяет учитывать разнообразные суждения учащихся, образ мыслей товарищей, сопоставлять их способы познавательной деятельности со своими. Сотрудничество, взаимозависимость в процессе умственной деятельности ведут к большей осмысленности, осознанности изучаемых понятий, поскольку они рассматриваются с самых различных точек зрения. Все это позволяет каждому ученику проникаться общим настроением. Так, например, при работе над прыжком в длину с места учитель объясняет правильную постановку ног и способ выполнения прыжка. После пробного прыжка под руководством педагога вместе с детьми обсуждается правильность выполнения данного задания. При этом свою точку зрения высказывают все желающие, при этом педагог старается вовлечь во фронтальную работу всех учащихся. Это позволяет формировать у детей умение прислушиваться к мнению одноклассников, поддерживать детей при неудачах, оказывать взаимопомощь, что способствует формированию сплоченности класса и формированию коллектива.

Таким образом, использование разнообразных методов, форм организации развития коллектива и принципов взаимодействия в начальных классах на уроках физической культуры позволяет достичь положительных результатов, сплотить детей, сформировать доброжелательные отношения друг к другу, умение радоваться за победу своих одноклассников и переживать вместе с ними их неудачи.

#### **Использованная литература:**

1. Дианов, Д.В. Физическая культура. Педагогические основы ценностного отношения к здоровью / Д.В. Дианов, Е.А. Радугина, Е. Степанян. - М.: КноРус, 2012. - 184 с.
2. Каинов, А.Н. Физическая культура 1-11классы: комплексная программа физического воспитания учащихся В.И. Ляха, А.А. Зданевича. / А.Н. Каинов, Г.И. Курьерова. - М.: Советский спорт, 2013. - 171 с



3. Визитей, Н.Н. Физическая культура личности: методологические, социально-философские, педагогические аспекты / Н.Н. Визитей. – Кишинев : Штиинца, 1989. – 147 с.

