

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА  
КАФЕДРА СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ДИСЦИПЛИН

КУРСОВАЯ РАБОТА

Использование средств спортивных игр для повышения вовлеченности обучающихся 12-  
13 лет в процесс личностной самореализации  
БПО-23-ФК1- № 137920.1693-с. 23. 000. КР

Студент

гр. БПО-23-ФК1



М.Е. Назаренко

Руководитель

Старший преподаватель



Г.В. Степанов


Директору института физической культуры и спорта ВВГУ  
О.А. Барабаш  
от студента группы БПО-23-ФК1  
Назаренко Матвея Евгеньевича  
Ф.И.О. полностью  
8-908-993-47-57.  
Mota75143@gmail.com  
Контактная информация студента:  
тел. и t-mail

### Заявление

Прошу закрепить за мной тему курсовой работы:  
Использование средств спортивных игр для повышения вовлеченности обучающихся 12-13 лет в процесс личностной самореализации

Назначить научным руководителем  
Степанова Германа Викторовича, старшего преподавателя  
(Ф.И.О. руководителя, должность)

Подпись студента  / Назаренко М.Е.  
(инициалы, фамилия)

Подпись научного руководителя  / Степанов Г.В.  
(инициалы, фамилия)

Дата «16» апреля 2026 г.

**МИНОБРНАУКИ РОССИИ**  
**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение**  
**высшего образования**  
**«ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**  
**(ФГБОУ ВО «ВВГУ»)**

**ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**  
**Кафедра спортивно-педагогических дисциплин**

**ЗАДАНИЕ**

на курсовую работу

Студенту группы БПО-23-ФК1

Ф.И.О. студента Назаренко М.Е.

Тема курсовой работы:

Использование средств спортивных игр для повышения вовлеченности обучающихся 12-13 лет в процесс личностной самореализации

Вопросы, подлежащие разработке (исследованию):

1. Раскрыть теоретические основания личностной самореализации обучающихся 12–13 лет в образовательном процессе.
2. Проанализировать средства спортивных игр как педагогический инструмент повышения вовлечённости обучающихся в процесс личностной самореализации.
3. Охарактеризовать гендерные, демографические, психофизические и мотивационно-личностные особенности обучающихся 12–13 лет в контексте использования средств спортивных игр.

Основные источники информации, используемые для разработки темы:

1. Шумаева Е. А. Проблема самореализации личности подростка в контексте психолого-педагогического знания / Е. А. Шумаева // Наука и школа. – 2023. – № 3. – С. 227–236.

Срок представления работы 16 апреля 2026 г.

Дата выдачи задания 16 февраля 2026 г.

Студент Назаренко М.Е.  
(Ф.И.О.)

  
\_\_\_\_\_  
(подпись)

Руководитель ВКР Степанов Г.В.  
(Ф.И.О.)

  
\_\_\_\_\_  
(подпись)

## ГРАФИК

подготовки и оформления курсовой работы

Студента Назаренко Матвей Евгеньевич  
группы БПО-23-ФК1

Тема: Использование средств спортивных игр для повышения вовлеченности обучающихся 12-13 лет в процесс личностной самореализации

№ п/п	Выполняемые работы и мероприятия	Срок выполнения	Отметка о выполнении
1	Выбор темы и согласование с руководителем	09.02.26	<i>выполнено</i>
2	Подбор первичного материала, его изучение и обработка. Составление актуального списка источников	09.02.26 – 16.02.26	<i>выполнено</i>
3	Разработка и представление руководителю одного из параграфов Первой главы	16.02.26 – 23.02.26	<i>выполнено</i>
4	Разработка и представление руководителю следующего параграфа Первой главы	23.02.26 – 02.03.26	<i>выполнено</i>
5	Разработка и представление руководителю заключительного параграфа Первой главы	02.03.26 – 09.03.26	<i>выполнено</i>
6	Написание Заключения по Первой главе Составление списка литературы	09.03.26 – 16.03.26	<i>выполнено</i>
7	Разработка презентации и доклада Получение справки на наличие заимствований и отзыва научного руководителя	16.03.26 – 30.03.26	<i>выполнено</i>
8	Защита Курсовой работы	30.03.26 – 16.04.26	<i>выполнено</i>

Студент Назаренко М.Е.  
(Ф.И.О.)

  
\_\_\_\_\_  
(подпись)

Руководитель ВКР Степанов Г.В.  
(Ф.И.О.)

  
\_\_\_\_\_  
(подпись)

**МИНОБРНАУКИ РОССИИ**  
**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение**  
**высшего образования**  
**«ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**  
**(ФГБОУ ВО «ВВГУ»)**

**ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**  
**Кафедра физкультурно-оздоровительной и спортивной работы**

**ОТЗЫВ РУКОВОДИТЕЛЯ**  
на курсовую работу

Студента группы БПО-23-ФК1 Назаренко Матвея Евгеньевича направления подготовки 44.03.01 Педагогическое образование по профилю Физическая культура на тему: «Использование средств спортивных игр для повышения вовлеченности обучающихся 12–13 лет в процесс личностной самореализации».

Актуальность выбранной темы не вызывает сомнений, поскольку современная система образования ориентирована не только на достижение предметных результатов, но и на создание условий для личностного развития обучающихся. Особую значимость данная проблема приобретает в подростковом возрасте, когда возрастает потребность в самовыражении, признании со стороны сверстников, развитии самостоятельности и социальной активности. В этой связи использование средств спортивных игр как эффективного педагогического инструмента повышения вовлеченности обучающихся в процесс личностной самореализации является своевременным и востребованным направлением научно-педагогического поиска.

Целью исследования явилось теоретическое обоснование возможностей использования средств спортивных игр для повышения вовлеченности обучающихся 12–13 лет в процесс личностной самореализации. Для достижения поставленной цели автором были изучены теоретические основания личностной самореализации подростков в образовательном процессе, проанализированы педагогические возможности спортивных игр как средства повышения вовлеченности обучающихся, а также дана аналитическая характеристика гендерных, психофизических, демографических и мотивационно-личностных особенностей, обучающихся рассматриваемой возрастной группы.

В ходе выполнения курсовой работы студент продемонстрировала умение самостоятельно осуществлять поиск, анализ и систематизацию научно-методической литературы, нормативно-правовых документов и современных педагогических подходов к организации физкультурно-спортивной деятельности подростков. При выполнении исследования были грамотно использованы методы анализа научной литературы, анализа нормативных документов, обобщения педагогического опыта, сравнения научных подходов и теоретического моделирования.

Методическая новизна исследования заключается в уточнении педагогических возможностей спортивных игр как средства повышения вовлеченности обучающихся 12–13 лет в процесс личностной самореализации с учетом их возрастных, гендерных, психофизических и мотивационно-личностных особенностей.


К достоинствам работы следует отнести актуальность исследуемой проблемы, логичность и последовательность изложения материала, достаточную глубину теоретического анализа, обоснованность выводов, а также практическую направленность полученных результатов. Автором убедительно показан потенциал спортивных игр как средства формирования инициативности, самостоятельности, ответственности, коммуникативных качеств и повышения уровня вовлеченности подростков в физкультурно-спортивную деятельность.

К отдельным недостаткам работы можно отнести некоторую повторяемость отдельных теоретических положений и отсутствие экспериментальной части исследования, что, однако, не снижает общей положительной оценки выполненной работы.

За время подготовки курсовой работы Назаренко М.Е., проявил ответственность, самостоятельность, добросовестность и заинтересованность в исследуемой проблематике, продемонстрировал достаточный уровень сформированности профессиональных компетенций, необходимых для будущей педагогической деятельности.

Оригинальность текста ВКР составляет 86%.

Таким образом оформление и защита курсовой работы полностью соответствует требованиям стандарта. Студент заслуживает оценку «Отлично».

Руководитель, старший преподаватель кафедры СПД  /Г.В. Степанов/  
«16» июня 2026 г.

# Справка о результатах проверки документа на наличие заимствований



Название документа: Использование средств спортивных игр для повышения вовлеченности обучающихся 12-13 лет в процесс личностной самореализации

Дата и время проверки: 16.06.2026 22:27:26

Автор: М.Е. Назаренко

ВУЗ: ФГБОУ ВО "Владивостокский Государственный Университет"

Подразделение: ФГБОУ ВО "Владивостокский государственный университет" / Институт физической культуры и спорта / Кафедра спортивно-педагогических дисциплин

**Совпадение** 5.77%



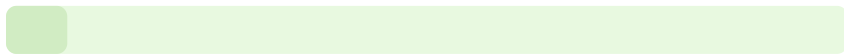
**Цитирование и самоцитирование** 0.17%



**Оригинальность** 86.64%



**Библиография** 7.42%



**Исключения** 0%



Модули поиска: Интернет 2.0, IEEE, Коллекция ЭБС, Диссертации РГБ, Авторефераты РГБ, Wikipedia, НЭБ (сборник научных статей), Сборник юридических документов, Диссертации ВАК, Авторефераты ВАК, Научная электронная библиотека "КиберЛенинка", Научные статьи 2.0, Архив Федерального института промышленной собственности, Объединенная университетская коллекция, Региональный индекс Узбекистана, Национальная библиотека Узбекистана, Коллекция энциклопедий

Проверяющий: Степанов Герман

Дата:16.06.2026

Подпись:

A handwritten signature in blue ink, consisting of several stylized, overlapping loops and lines, positioned to the right of the 'Подпись:' label.

## Содержание

Введение.....	3
Глава 1 Теоретические основы использования средств спортивных игр для повышения вовлечённости обучающихся 12–13 лет в процесс личностной самореализации.....	6
1.1 Теоретические основания личностной самореализации обучающихся 12–13 лет в образовательном процессе.....	6
1.2 Средства спортивных игр как педагогический инструмент повышения вовлечённости обучающихся в процесс личностной самореализации.....	13
1.3 Аналитическая характеристика гендерных, демографических, психофизических и мотивационно-личностных особенностей обучающихся 12–13 лет.....	22
Заключение .....	33
Список использованных источников.....	35

## Введение

**Актуальность** курсовой работы обусловлена тем, что современное основное общее образование ориентировано не только на освоение учебного материала, но и на развитие личности обучающегося, его самостоятельности, активности, готовности к сотрудничеству и осознанному участию в образовательной деятельности. В Федеральном государственном образовательном стандарте основного общего образования закреплены требования к личностным результатам обучающихся, включая формирование ценностного отношения к здоровью, физическому развитию, культуре общения и социальному взаимодействию [1]. В Федеральной образовательной программе основного общего образования также подчёркивается значение воспитания, развития универсальных учебных действий, укрепления физического и психологического здоровья школьников, что напрямую связано с задачами физического воспитания [2].

Особую значимость данная тема приобретает в отношении обучающихся 12–13 лет. В этом возрасте подросток стремится к признанию, самостоятельности, проявлению собственной позиции и включению в группу сверстников. При этом личностная самореализация нередко осложняется неустойчивой мотивацией, повышенной эмоциональностью, зависимостью от оценки окружающих и неодинаковым уровнем физической подготовленности. В федеральной рабочей программе по учебному предмету «Физическая культура» для пятого, девятого классов физическая культура рассматривается как учебная область, связанная с развитием двигательных умений, укреплением здоровья, формированием культуры взаимодействия и личностных качеств, обучающихся [3].

Спортивные игры занимают особое место в системе физического воспитания школьников, поскольку они объединяют двигательную активность, эмоциональную включённость, соревновательность, командное взаимодействие и необходимость быстрого принятия решений. Для обучающихся 12–13 лет такая форма деятельности особенно значима, так как она позволяет проявить себя не только через физический результат, но и через общение, инициативу, ответственность, взаимопомощь и способность действовать в интересах команды. В отличие от однообразных упражнений, спортивная игра создаёт ситуацию личного участия, где подросток видит собственную роль, получает отклик от сверстников и педагога, а также постепенно осознаёт собственные возможности.

**Проблема исследования:** заключается в недостаточно полном использовании педагогического потенциала спортивных игр для повышения вовлечённости обучающихся 12–13 лет в процесс личностной самореализации.

**Объектом исследования:** выступает процесс личностной самореализации обучающихся 12–13 лет в условиях физкультурно-спортивной деятельности.

**Предметом исследования:** являются средства спортивных игр, направленные на повышение вовлечённости обучающихся 12–13 лет в процесс личностной самореализации.

**Цель исследования:** состоит в теоретическом обосновании возможностей использования средств спортивных игр для повышения вовлечённости обучающихся 12–13 лет в процесс личностной самореализации.

**Гипотеза исследования:** состоит в предположении о том, что использование средств спортивных игр, будет способствовать повышению вовлечённости обучающихся 12–13 лет в процесс личностной самореализации, если игровые задания будут учитывать возрастные, психофизические, гендерные и мотивационно-личностные особенности данного контингента.

С учетом выдвинутой цели и гипотезы были сформулированы **следующие задачи исследования:**

1. Раскрыть теоретические основания личностной самореализации обучающихся 12–13 лет в образовательном процессе.
2. Проанализировать средства спортивных игр, как педагогический инструмент повышения вовлечённости обучающихся в процесс личностной самореализации.
3. Охарактеризовать гендерные, демографические, психофизические и мотивационно-личностные особенности обучающихся 12–13 лет в контексте рассматриваемой проблематики.

**Методы исследования:**

1. Анализ научно-методической литературы по теме личностной самореализации обучающихся.
2. Анализ нормативных документов в сфере основного общего образования и физического воспитания.
3. Обобщение педагогического опыта применения спортивных игр на уроках физической культуры.
4. Сравнение научных подходов к пониманию вовлечённости, активности и самореализации подростков.
5. Теоретическое моделирование условий применения спортивных игр в образовательном процессе.

**Методическая новизна** заключается в уточнении возможностей спортивных игр как средства повышения вовлечённости обучающихся 12–13 лет в процесс личностной

самореализации с учётом возрастных, гендерных, психофизических и мотивационно-личностных особенностей данного контингента.

**Практическая значимость исследования** состоит в том, что её материалы могут быть использованы при планировании уроков физической культуры, подборе игровых заданий, организации командного взаимодействия и создании педагогических условий для более активного участия подростков в физкультурно-спортивной деятельности.

**Организация исследования** включала три этапа:

На первом этапе были изучены нормативные документы и научно-методические источники, раскрывающие вопросы личностного развития, вовлечённости обучающихся и роли физической культуры в образовательном процессе.

На втором этапе были проанализированы средства спортивных игр, их педагогические возможности, влияние на мотивацию, коммуникацию, инициативность и самостоятельность подростков.

На третьем этапе была выполнена аналитическая характеристика обучающихся 12–13 лет как контингента, для которого подбираются средства спортивных игр с учётом особенностей возраста, пола, физического развития и социальной активности.

**Апробация материалов исследования** может быть осуществлена в рамках обсуждения на учебных занятиях, студенческом семинаре или при подготовке методических материалов по физической культуре. Материалы исследования, также могут быть использованы, как основа для дальнейшей разработки комплекса спортивных игр, направленного на повышение вовлечённости подростков в процесс личностной самореализации.

**Структура и объем работы.** Курсовая работа состоит из введения, первой главы, заключения и списка использованных источников. Общий объём работы составляет тридцать семь страниц.

## **1. Теоретические основы использования средств спортивных игр для повышения вовлечённости обучающихся 12–13 лет в процесс личностной самореализации**

### **1.1 Теоретические основания личностной самореализации обучающихся 12–13 лет в образовательном процессе**

Личностная самореализация обучающихся относится к числу значимых педагогических ориентиров современной школы, поскольку образовательный процесс уже не может ограничиваться только передачей знаний и контролем учебных результатов. Для подростка важно не просто выполнить задание, а почувствовать собственную значимость, проявить способности, получить опыт выбора, увидеть личный результат и понять, что его действия имеют ценность для группы. В этом смысле самореализация связана с постепенным раскрытием индивидуальных возможностей обучающегося в учебной, коммуникативной, творческой и физкультурно-спортивной деятельности.

В Федеральном государственном образовательном стандарте основного общего образования личностные результаты рассматриваются как важная часть освоения образовательной программы, связанная с развитием ценностных установок, социальной ответственности, культуры здоровья, готовности к саморазвитию и взаимодействию с другими людьми [1]. Такой подход показывает, что школа должна создавать условия не только для интеллектуального развития, но и для формирования активной позиции обучающегося. Вовлечённость в личностную самореализацию становится одним из признаков того, что подросток не занимает пассивную позицию, а постепенно учится осознавать собственные интересы, возможности, сильные стороны и способы их проявления.

В педагогическом смысле личностная самореализация может рассматриваться как процесс, в ходе которого обучающийся проявляет и развивает свои способности через деятельность, общение, выбор, преодоление трудностей и достижение социально значимого результата. Для школьника 12–13 лет особенно важны не отвлечённые рассуждения о будущем, а конкретные ситуации, где можно действовать, сравнивать себя с прежним уровнем, получать признание и чувствовать принадлежность к коллективу. Поэтому личностная самореализация в данном возрасте тесно связана с практическими формами активности. Подростку нужно пространство, где личные качества становятся заметными в действии.

Для более точного понимания личностной самореализации важно учитывать, что в подростковом возрасте она проявляется не только как стремление к достижению

результата, но и как потребность в признании собственной индивидуальности. Обучающийся начинает внимательнее относиться к тому, как его воспринимают сверстники, насколько заметны его успехи, получает ли он возможность действовать самостоятельно. В педагогической литературе самореализация подростка рассматривается как процесс раскрытия личностного потенциала через деятельность, общение, выбор и освоение социально значимых ролей [10]. Такое понимание особенно важно для физкультурно-спортивной деятельности, где личные качества подростка проявляются не в отвлечённой форме, а через конкретное действие.

В условиях урока физической культуры самореализация имеет выраженный практический характер. Подросток может проявить себя через точность выполнения двигательного действия, умение поддержать партнёра, способность соблюдать правила, готовность принять игровую роль или предложить решение в изменяющейся ситуации. В отличие от многих учебных заданий, спортивная игра сразу показывает обучающемуся результат его активности. Удачная передача, своевременное перемещение, поддержка команды или преодоление неуверенности становятся для подростка личным опытом успеха. Такой опыт способен усиливать вовлечённость, потому что обучающийся начинает видеть в занятии не только обязанность, но и возможность для собственного проявления.

Отдельное значение имеет связь самореализации с формированием физической культуры личности. В научно-методических работах подчёркивается, что физическая культура подростка включает не только уровень двигательной подготовленности, но и ценностное отношение к здоровью, потребность в активности, готовность к самосовершенствованию и способность осознанно включаться в физкультурно-спортивную деятельность [11]. Для темы данной курсовой это принципиально, поскольку вовлечённость обучающихся в спортивные игры нельзя сводить только к факту участия в игре. Более важным становится то, насколько подросток понимает смысл деятельности, принимает её правила и видит в ней пространство для личного роста.

Самореализация в данном возрасте тесно связана с ситуацией выбора. Если обучающийся постоянно действует только по прямому указанию педагога, его активность остаётся внешне организованной. При этом личностное включение возникает слабее. Когда подростку предоставляется возможность выбрать игровую роль, способ взаимодействия, вариант действия или тактическое решение, он начинает воспринимать себя не просто исполнителем, а участником общего процесса. Это усиливает чувство ответственности и делает участие более осознанным. В спортивной игре такая возможность появляется

естественно, поскольку игровая ситуация постоянно меняется и требует самостоятельной реакции.

Научно-методическая литература подчёркивает, что в подростковом возрасте значимость самореализации возрастает из-за становления самооценки, отношения к себе, окружающим людям и собственному месту в группе [4]. Обучающийся начинает острее воспринимать успехи и неудачи, сравнивает себя со сверстниками, реагирует на оценку педагога и коллектива. В результате образовательная среда может либо поддержать стремление к проявлению себя, либо усилить неуверенность, пассивность и избегание сложных ситуаций. Для темы данного исследования это особенно важно, поскольку спортивные игры позволяют создать такие условия, где подросток может проявлять себя не только через высокий физический результат, но и через помощь партнёрам, соблюдение правил, принятие решений и участие в общей командной цели.

Личностная самореализация не возникает автоматически. Она требует включённости обучающегося в деятельность. Вовлечённость можно понимать, как устойчивое участие подростка в образовательном процессе, при котором он проявляет интерес, эмоциональную включённость, готовность выполнять действия, взаимодействовать с другими и видеть смысл в происходящем. Если обучающийся формально присутствует на уроке, но не чувствует личной значимости деятельности, говорить о полноценной самореализации сложно. Вовлечённость выступает как переход от внешнего присутствия к внутреннему участию.

Важное значение для понимания данного процесса имеет теория самодетерминации Э. Деси и Р. Райана. В рамках этого подхода внутренняя мотивация человека поддерживается тремя базовыми психологическими потребностями. К ним относятся автономия, компетентность и связанность с другими людьми [5]. Для обучающихся 12–13 лет данные потребности имеют прямое педагогическое значение. Автономия проявляется в возможности сделать выбор и почувствовать личную ответственность. Компетентность связана с ощущением, что действие получается и результат постепенно улучшается. Связанность выражается в принятии со стороны сверстников и ощущении принадлежности к группе.

Три базовые потребности, выделяемые в теории самодетерминации, позволяют глубже объяснить, почему спортивные игры могут быть эффективным средством вовлечения подростков. Потребность в автономии проявляется тогда, когда обучающийся получает право на самостоятельное действие в пределах понятных правил. Потребность в компетентности удовлетворяется через ощущение, что он способен справиться с заданием,

улучшить результат и быть полезным команде. Потребность в связанности раскрывается через принятие сверстниками, совместное переживание побед и неудач, поддержку партнёров и включение в общую игровую цель [5].

Для обучающихся 12–13 лет эти потребности особенно значимы, потому что подростковый возраст связан с поиском самостоятельности и одновременной зависимостью от мнения группы. Спортивная игра даёт возможность соединить оба направления. С одной стороны, подросток действует индивидуально, принимает решение, выбирает позицию, отвечает за конкретный эпизод. С другой стороны, его действия включены в командный результат. Такая двойственность делает игровую деятельность педагогически ценной, поскольку она одновременно развивает самостоятельность и учит соотносить личные действия с интересами других участников.

Вовлечённость в данном случае формируется не только за счёт интереса к игре. Она возникает тогда, когда обучающийся чувствует, что его участие действительно имеет значение. Если подросток редко получает мяч, не влияет на ход игры и воспринимает себя лишним участником, педагогический эффект снижается. Если же игра организована так, что каждый участник имеет посильную задачу, может проявить инициативу и получает обратную связь, вовлечённость становится более устойчивой. По этой причине спортивные игры требуют не только включения в урок, но и продуманной педагогической организации.

В условиях физкультурно-спортивной деятельности эти три компонента проявляются особенно наглядно. Подросток получает возможность выбрать способ действия, попробовать себя в разных игровых ролях, почувствовать успех в выполнении движения или тактического решения, а также вступить во взаимодействие с командой. Даже небольшой игровой эпизод может стать ситуацией самореализации, если обучающийся понимает свою задачу, ощущает доверие со стороны партнёров и видит вклад в общий результат. По этой причине спортивная игра обладает высоким педагогическим потенциалом для формирования вовлечённости.

Вместе с тем личностная самореализация в подростковом возрасте имеет противоречивый характер. Обучающийся 12–13 лет уже стремится к самостоятельности, но ещё нуждается в поддержке взрослого. Он хочет проявлять инициативу, но может болезненно реагировать на неудачу. Он стремится к признанию сверстников, но не всегда умеет выстраивать конструктивное взаимодействие. В учебной деятельности это часто проявляется в колебаниях мотивации, неустойчивом интересе, стремлении избегать заданий, где высок риск ошибки или негативной оценки. В физкультурно-спортивной

деятельности такие трудности становятся особенно заметными, поскольку результат действия часто виден сразу.

Для педагогики важно учитывать, что самореализация подростка не сводится к демонстрации лидерства или победе в соревновании. Более точным является понимание самореализации как раскрытия личного потенциала в доступной и значимой для обучающегося деятельности. Один подросток проявляет себя через организацию командного взаимодействия, другой через настойчивость, третий через точное выполнение правил, четвёртый через поддержку менее уверенных участников. При таком подходе физическая культура становится не только учебным предметом, но и средой развития личностных качеств.

Средства спортивных игр позволяют расширить представление обучающегося о собственных возможностях. В игре подросток сталкивается с ситуацией выбора, ограничением времени, необходимостью соблюдать правила, учитывать действия партнёров и соперников. Именно сочетание двигательного, эмоционального и социального компонента делает игровую деятельность педагогически насыщенной. Здесь невозможно быть полностью изолированным от коллектива. Даже обучающийся с невысоким уровнем физической подготовленности может включиться в игру через передачу, выбор позиции, поддержку команды, выполнение простой, но значимой роли.

Связь личностной самореализации с вовлечённостью особенно заметна через мотивационный аспект. Подросток активнее включается в деятельность, когда видит понятную цель, получает посильную задачу и ощущает возможность успеха. Спортивная игра в этом отношении отличается от многих традиционных упражнений. Она быстрее вызывает эмоциональный отклик, создаёт динамику, допускает вариативность действий и позволяет обучающемуся почувствовать результат в процессе, а не только после итоговой оценки. При грамотной организации игра становится не развлечением ради смены деятельности, а способом педагогического влияния на личность.

Для обучающихся 12–13 лет большое значение имеет признание со стороны сверстников. Командная спортивная игра создаёт естественные условия для такого признания, поскольку успех зависит не только от индивидуальной силы или скорости, но и от согласованности действий, взаимопомощи, внимательности, ответственности и умения подчинять личный импульс общей задаче. Подросток может почувствовать свою значимость через конкретный вклад. Например, своевременная передача мяча, правильный выбор позиции, поддержка партнёра или соблюдение игровой дисциплины становятся формами личного проявления.

Педагогическая ценность личностной самореализации состоит ещё и в том, что она помогает обучающемуся перейти от внешней оценки к более осознанному отношению к себе. В подростковом возрасте оценка учителя и сверстников остаётся значимой, однако постепенно возрастает потребность в самооценке. Обучающийся начинает замечать, что сегодня он действует увереннее, чем раньше, быстрее принимает решение, меньше боится ошибки, лучше взаимодействует с командой. Такие изменения не всегда выражаются в отметке, но именно они показывают личностный рост.

Личностная самореализация в образовательном процессе связана с формированием инициативности. Инициативность проявляется не только в предложении новых идей, но и в готовности включиться в задание без постоянного внешнего побуждения. Для подростка это важный показатель взросления. Если обучающийся сам стремится участвовать, пробует разные игровые роли, берёт на себя ответственность за часть командного действия, его включённость становится более устойчивой. В такой ситуации спортивная игра помогает соединить внутренний интерес и педагогическую цель.

Не менее значимым является развитие самостоятельности. В спортивной игре невозможно заранее прописать каждое действие обучающегося. Игровая ситуация меняется быстро, поэтому подросток вынужден ориентироваться в обстановке, принимать решения, соотносить личные действия с правилами и командной задачей. Для личностной самореализации это важно, поскольку самостоятельность формируется не через формальное требование быть активным, а через реальные ситуации выбора. Чем чаще подросток получает возможность действовать осмысленно, тем выше вероятность появления устойчивой вовлечённости.

Отдельного внимания заслуживает коммуникативный аспект. Личностная самореализация обучающегося в подростковом возрасте редко развивается вне общения. Подростку важно быть замеченным, услышанным и принятым группой. Спортивные игры создают условия для постоянного обмена сигналами, просьбами, подсказками, эмоциональными реакциями и совместными решениями. При этом коммуникация становится не искусственной, а включённой в общую деятельность. Командная задача заставляет участников договариваться, распределять роли, поддерживать друг друга и корректировать поведение.

В теоретическом плане личностную самореализацию обучающихся 12–13 лет можно представить, как процесс раскрытия индивидуальных возможностей подростка через активное участие в социально значимой деятельности. Для данной курсовой ключевым является не абстрактное развитие личности, а включение подростка в такие формы

физкультурно-спортивной активности, где он может проявлять инициативу, самостоятельность, ответственность, волевые качества и готовность к взаимодействию. Спортивные игры в этом контексте выступают не просто средством двигательной подготовки, а педагогической средой, где личностное развитие получает практическое выражение.

Итоговое понимание личностной самореализации в рамках данной курсовой опирается на несколько положений. Во-первых, обучающийся должен быть включён в деятельность не формально, а эмоционально и осмысленно. Во-вторых, деятельность должна давать возможность проявить себя через действие, выбор, общение и достижение результата. В-третьих, педагогические средства должны соответствовать возрастным особенностям подростков и не сводиться к механическому выполнению упражнений. В-четвёртых, спортивная игра должна организовываться так, чтобы каждый участник мог найти доступную роль и почувствовать собственный вклад.

Ещё одним важным аспектом является связь самореализации с саморазвитием. [20] В подростковом возрасте обучающийся постепенно начинает замечать не только внешний результат, но и собственные изменения. Для физкультурно-спортивной деятельности это особенно характерно. Подросток может увидеть, что стал быстрее реагировать на игровую ситуацию, увереннее взаимодействовать с партнёрами, спокойнее относиться к ошибкам, активнее включаться в командные действия. В научных публикациях, посвящённых физкультурно-спортивным программам, отмечается, что систематическое участие подростков в спортивной деятельности может повышать готовность к саморазвитию и укреплять интерес к личному совершенствованию [Н2].

Такая связь показывает, что самореализация не должна пониматься как разовое проявление успеха. Более точным является представление о ней как о постепенном процессе, в котором обучающийся пробует разные формы активности, оценивает собственные возможности, получает опыт преодоления и находит социально приемлемые способы проявления себя. Спортивные игры в этом отношении удобны для педагогической работы, потому что они постоянно создают ситуации изменения. Каждый игровой эпизод требует реакции, выбора, взаимодействия и эмоционального контроля. Подросток не просто выполняет физическое действие, а учится действовать в условиях неопределённости.

При таком подходе вовлечённость становится не внешним показателем активности, а внутренним условием личностной самореализации. Обучающийся включается в деятельность, потому что видит в ней смысл, ощущает возможность успеха, получает

признание и понимает собственную роль. Для 12–13-летних школьников это особенно важно, так как их интерес быстро снижается при однообразии, чрезмерной сложности или отсутствии личного результата. Спортивная игра позволяет преодолеть эти ограничения, если педагог использует её не только как двигательную нагрузку, но и как средство развития личности.

В результате личностная самореализация обучающихся 12–13 лет может рассматриваться как педагогически управляемый процесс раскрытия возможностей подростка через активное, осмысленное и социально значимое участие в образовательной деятельности. Для темы данной курсовой особенно важно, что спортивные игры способны соединить двигательную активность, общение, эмоциональный интерес и ситуацию личного успеха. Именно такое сочетание создаёт основу для повышения вовлечённости обучающихся в процесс личностной самореализации и подводит к дальнейшему рассмотрению спортивных игр как средства педагогического воздействия.

### **1.2 Средства спортивных игр как педагогический инструмент повышения вовлечённости обучающихся в процесс личностной самореализации**

Средства спортивных игр занимают особое место в физическом воспитании обучающихся, поскольку соединяют двигательную активность, эмоциональное переживание, взаимодействие со сверстниками и необходимость самостоятельного принятия решений. Для темы данной курсовой это имеет принципиальное значение, так как личностная самореализация подростка не может развиваться только через объяснение, инструктаж или выполнение однотипных упражнений. Она требует ситуации, где обучающийся действует, выбирает, ошибается, пробует снова, получает поддержку и видит собственный вклад в общий результат.

В федеральной рабочей программе по физической культуре для пятого, девятого классов спортивные игры представлены как один из содержательных модулей учебного предмета, наряду с гимнастикой, лёгкой атлетикой и другими разделами физической подготовки [3]. Это показывает, что игровые виды деятельности входят не во вспомогательную, а в основную часть школьного физического воспитания. Их значение связано не только с освоением технических действий, таких как передачи, ведение, ловля, броски, перемещения и взаимодействия в команде, но и с развитием личностных качеств обучающихся, культуры поведения, дисциплины, ответственности и готовности действовать в коллективе.

Спортивная игра отличается от обычного физического упражнения тем, что она всегда строится на изменяющейся ситуации. В упражнении обучающийся чаще выполняет заранее заданное действие, а в игре ему приходится ориентироваться в пространстве, учитывать положение партнёров и соперников, соблюдать правила, быстро выбирать способ действия. Именно эта изменчивость создаёт условия для вовлечённости. Подросток не просто повторяет движение, а включается в живую ситуацию, где от его решения зависит дальнейший ход игры. Даже простая передача мяча становится не механическим действием, а способом взаимодействия с командой.

В научно-методической литературе спортивные игры рассматриваются как один из наиболее доступных и эмоционально привлекательных разделов физического воспитания школьников. Их особенность заключается в том, что они объединяют несколько видов педагогического воздействия. Во-первых, обучающийся получает двигательную нагрузку, развивает координацию, быстроту реакции, ловкость и выносливость. Во-вторых, он включается в общение со сверстниками, поскольку игра почти всегда требует согласования действий. В-третьих, подросток сталкивается с необходимостью соблюдать правила и контролировать собственное поведение. Такое сочетание делает спортивные игры значимым средством не только физического, но и личностного развития [12].

Для обучающихся 12–13 лет особенно важна вариативность игровых ситуаций. В этом возрасте быстро снижается интерес к однообразным заданиям, где заранее понятен ход действия и результат зависит только от повторения. Спортивная игра, напротив, постоянно меняется. Каждый эпизод требует оценки ситуации, выбора направления движения, взаимодействия с партнёром и реакции на действия соперника. По этой причине даже знакомая игра может сохранять интерес, если педагог меняет условия, размеры площадки, состав команд, способы начисления очков или игровые роли.

Спортивные игры также позволяют соединить учебную задачу и эмоциональную включённость. Обучающийся может осваивать передачу мяча, перемещение, ловлю, бросок или взаимодействие в защите не через сухое повторение, а через игровую ситуацию, где действие имеет понятный смысл. Передача становится способом помочь партнёру, перемещение помогает открыть свободную зону, точный бросок влияет на командный результат. В такой форме двигательное действие воспринимается подростком не как изолированное упражнение, а как часть общей задачи, в которой есть личная значимость.

Для обучающихся 12–13 лет спортивные игры особенно значимы из-за сочетания эмоциональности и социальной направленности. В этом возрасте подростки остро реагируют на признание сверстников, стремятся проявить себя и одновременно боятся

неудачи. Игровая форма помогает снизить напряжение, поскольку результат воспринимается не как изолированная оценка одного ученика, а как часть общей командной деятельности. Успех или ошибка распределяются между участниками, а значит, подростку легче включиться в действие и попробовать себя в новой роли.

Педагогическая ценность спортивных игр проявляется в том, что они создают ситуацию личного участия. Вовлечённость обучающегося формируется не через внешнее требование быть активным, а через интерес к самой деятельности. Игра вызывает эмоциональный отклик, поддерживает внимание, создаёт ожидание результата и побуждает к повторному включению. В научно-методических материалах подчёркивается, что спортивные игры на уроках физической культуры способствуют повышению уровня физической культуры личности обучающихся за счёт педагогически организованного воздействия [6]. Данный вывод важен для данной курсовой, поскольку вовлечённость здесь рассматривается не как случайная активность, а как результат правильно подобранного средства физического воспитания.

Средства спортивных игр можно рассматривать в нескольких педагогических направлениях. Первое направление связано с развитием двигательных действий. К нему относятся бег, прыжки, перемещения, остановки, повороты, передачи, броски, удары, ловля и ведение мяча. Второе направление связано с развитием физических качеств, включая быстроту, ловкость, координацию, выносливость и силу. Третье направление относится к социальному взаимодействию, поскольку любая командная игра требует согласования действий, соблюдения правил, принятия роли и уважения к партнёрам. Четвёртое направление связано с личностной сферой, где проявляются инициативность, ответственность, настойчивость, самоконтроль и умение принимать решение.

Такое многоуровневое влияние делает спортивные игры удобным педагогическим инструментом для повышения вовлечённости. На одном уроке педагог может решать сразу несколько задач. Через баскетбол развивается координация, быстрота реакции, ориентация в пространстве и командное мышление. Через волейбол формируются внимание, точность движений, взаимная поддержка и готовность подстраиваться под действия партнёра. Через футбол или мини-футбол усиливаются выносливость, скорость переключения, тактическое мышление и эмоциональная устойчивость. Через подвижные игры с элементами соревнования можно включать даже тех обучающихся, которые пока не готовы к полноценной спортивной игре по всем правилам.[21]

Важным условием педагогической эффективности является доступность игровых заданий. Если игра слишком сложна, подросток с низким уровнем физической

подготовленности быстро занимает пассивную позицию. Если она слишком проста, сильные обучающиеся теряют интерес. Поэтому средства спортивных игр должны подбираться с учётом постепенного усложнения. Сначала используются упрощённые правила, малые группы, короткие игровые эпизоды, ограниченное пространство и понятные роли. Затем добавляются более сложные взаимодействия, элементы тактики, задания на выбор решения и командное планирование. Такая последовательность позволяет удерживать вовлечённость обучающихся с разным уровнем подготовки.

Важным методическим условием является использование не только полноценных спортивных игр, но и подготовительных игровых упражнений. Для подростков 12–13 лет не всегда эффективно сразу переходить к игре по полным правилам, поскольку часть обучающихся может не владеть необходимыми техническими действиями. В этом случае педагогически оправданным становится постепенный переход от простых игровых заданий к более сложным. Сначала могут использоваться игры на передачу, перемещение, ориентировку в пространстве, взаимодействие в парах и малых группах. Затем вводятся командные задания с элементами тактики, ограничением времени и изменением игровых условий.

Такой подход позволяет сделать участие более доступным. Если обучающийся пока не готов к полноценной игре в баскетбол, волейбол или футбол, он может включиться через упрощённый вариант, где снижены требования к технике, но сохранены эмоциональность, командность и необходимость принятия решения. В научных публикациях по методике физического воспитания подчёркивается, что игровой метод способствует активизации обучающихся, поскольку позволяет сочетать обучение двигательным действиям с интересом, соревновательностью и эмоциональной насыщенностью занятия [7;22]. Для данной курсовой это положение особенно важно, так как вовлечённость рассматривается как одно из условий личностной самореализации.

Постепенное усложнение игровых заданий помогает избежать ситуации, когда спортивная игра становится пространством успеха только для физически подготовленных подростков. Если в игре доминируют несколько сильных обучающихся, остальные участники постепенно отстраняются. Поэтому методическая организация должна предусматривать задания, где значимы разные качества. В одних эпизодах важна скорость, в других точность, внимательность, умение выбрать позицию, поддержать партнёра, соблюдать правило или предложить командное решение. Такая логика расширяет возможности самореализации и делает игру более справедливой с педагогической точки зрения.

Особое значение имеет использование малых команд. В больших командах часть подростков может почти не включаться в активные действия, особенно если они неуверенно владеют мячом или боятся ошибки. В малых группах каждый участник чаще касается мяча, чаще принимает решение и чаще взаимодействует с партнёрами. Это повышает плотность участия и снижает вероятность пассивного наблюдения. Для 12–13-летних обучающихся такой формат особенно ценен, поскольку он позволяет быстрее почувствовать собственную роль в игре и получить обратную связь от команды.

Особое значение имеет распределение ролей внутри игры. В традиционной организации спортивной игры активнее всего проявляются физически сильные, уверенные и уже мотивированные подростки. Остальные могут оставаться на периферии, редко получать мяч, избегать борьбы, бояться ошибки. Для повышения вовлечённости педагогическая организация должна предусматривать такие правила, при которых каждый обучающийся получает возможность действовать. Например, результат может засчитываться только после участия всех игроков команды, передача должна пройти через определённое число участников, отдельные роли могут быть связаны не с силой, а с вниманием, точностью, поддержкой или выбором позиции.

В этом проявляется связь спортивных игр с личностной самореализацией. Подросток получает не только двигательную нагрузку, но и шанс обнаружить собственную значимость. Один обучающийся может проявить лидерские качества, другой точность и дисциплинированность, третий способность поддержать партнёра, четвёртый умение быстро ориентироваться в игровой ситуации. Педагогический смысл игры заключается в том, чтобы не сводить самореализацию к победе сильнейших. Для обучающихся 12–13 лет гораздо важнее почувствовать, что личный вклад может быть разным, но при этом нужным для команды.

Спортивные игры также создают условия для развития коммуникативных качеств. В процессе игры подростки договариваются, подсказывают, спорят, распределяют действия, оценивают решения партнёров и учатся контролировать эмоции. Такая коммуникация отличается от обычного учебного общения, потому что возникает в реальной ситуации совместного действия. Ошибка одного участника сразу влияет на команду, а удачное действие получает быстрый отклик. Поэтому обучающийся постепенно осваивает не только технику игры, но и правила социального поведения, без которых полноценное командное взаимодействие невозможно.

Не менее важным является волевой компонент. Спортивная игра почти всегда содержит элемент напряжения. Нужно продолжать действие после ошибки, соблюдать

правила при сильном желании выиграть, не прекращать участие при усталости, принимать поражение без агрессии и сохранять внимание до конца игрового эпизода. Для подростка это значимая школа саморегуляции. Вовлечённость в таком случае выражается не только в желании играть, но и в готовности выдерживать трудности, доводить действие до результата и сохранять уважительное отношение к другим участникам.

Средства спортивных игр помогают формировать познавательную активность в физкультурно-спортивной деятельности. На первый взгляд игра кажется преимущественно двигательной, но внутри неё постоянно присутствует мыслительная работа. Обучающийся анализирует ситуацию, выбирает направление движения, оценивает действия соперника, прогнозирует поведение партнёра, принимает решение в ограниченное время. В научно-методических публикациях отмечается, что игровые технологии применяются для развития физических качеств, формирования двигательных умений и активизации обучающихся на занятиях физической культурой [7]. Для данного исследования — это положение важно, так, как вовлечённость понимается не только как физическая активность, но и как внутренняя готовность участвовать в деятельности осознанно.

Педагогический потенциал спортивных игр усиливается при использовании вариативных заданий. Одна и та же игра может иметь разные образовательные акценты. Если задача урока связана с развитием инициативности, педагог может предложить командам самостоятельно выбрать тактику. Если акцент делается на ответственности, можно вводить роли капитана, организатора разминки, судьи или помощника. Если требуется развивать взаимодействие, правила игры изменяются так, чтобы команда не могла выиграть за счёт одного сильного игрока. Если важно поддержать менее уверенных обучающихся, используются задания, где успех зависит от точности, внимательности и согласованности, а не только от скорости и силы.

Существенным средством повышения вовлечённости выступает соревновательность. Однако соревнование в работе с подростками 12–13 лет должно быть педагогически управляемым. Чрезмерный акцент на победе может усилить тревожность, конфликты и разделение класса на сильных и слабых. Более продуктивной является соревновательность, где оцениваются разные показатели. Это может быть не только итоговый счёт, но и количество точных передач, согласованность действий, соблюдение правил, поддержка партнёров, улучшение результата по сравнению с предыдущим занятием. При таком подходе соревнование становится не способом давления, а способом личного роста.

Отдельное значение имеет эмоциональная привлекательность спортивных игр. Подростки быстрее включаются в деятельность, если она воспринимается как живая, подвижная и насыщенная событиями. Эмоция в игре не является побочным эффектом. Она помогает удерживать внимание, поддерживает интерес и делает образовательную ситуацию более лично значимой. При этом задача педагога состоит в том, чтобы эмоциональность не переходила в хаотичность. Правила, временные ограничения, смена ролей и чёткое подведение итогов позволяют сохранить управляемость игры и направить энергию подростков на развитие.

Средства спортивных игр тесно связаны с формированием ответственности. В командной деятельности обучающийся постепенно понимает, что его действия имеют последствия для других. Пропущенная передача, нарушение правила, отсутствие взаимодействия или отказ от участия отражаются на результате команды. Такое понимание не формируется через нравоучение. Оно возникает в самой игровой ситуации. Подросток видит, что личная позиция влияет на общий ход деятельности. Именно поэтому спортивные игры могут использоваться как средство воспитания ответственного отношения к себе, партнёрам и учебному заданию.

Для повышения вовлечённости важно учитывать и уровень самостоятельности обучающихся. Если педагог полностью контролирует каждое действие, спортивная игра теряет часть развивающего потенциала. Подросткам нужно предоставлять пространство для выбора, но в безопасных и понятных рамках. Они могут выбирать способ розыгрыша мяча, распределять роли, предлагать вариант правила, оценивать командное взаимодействие после игры. Такие элементы делают обучающихся участниками педагогического процесса, а не только исполнителями указаний. Это напрямую связано с личностной самореализацией, поскольку подросток начинает осознавать себя субъектом деятельности.

Игровые средства позволяют развивать рефлекссию. После завершения спортивной игры педагог может организовать короткое обсуждение, в котором обучающиеся оценивают не только победу или поражение, но и качество взаимодействия. Вопросы могут касаться того, что получилось у команды, какие действия помогали сохранять темп, где возникали трудности, кто проявил инициативу, какие решения были наиболее удачными. Такая рефлексия переводит игру из уровня эмоционального события в уровень осмысленного опыта. Рефлексия после спортивной игры имеет самостоятельное педагогическое значение. Без обсуждения игра может остаться для обучающихся только эмоциональным событием, связанным с победой, поражением или отдельными яркими

эпизодами. Короткое осмысление помогает подросткам понять, какие действия были успешными, что мешало взаимодействию, почему команда теряла инициативу, как распределялись роли и какие личные качества проявились в процессе игры. Такая работа не требует длительного обсуждения, но она делает спортивную игру более содержательной.

Для повышения вовлечённости важно, чтобы педагог обращал внимание не только на технический результат, но и на личностные проявления обучающихся. Например, можно отметить готовность поддержать партнёра, соблюдение правил в спорной ситуации, активность менее уверенного участника, попытку взять ответственность, умение спокойно принять ошибку. В научно-методических работах по физическому воспитанию подчёркивается, что игровые формы деятельности способствуют развитию коммуникативных и волевых качеств школьников, если педагог целенаправленно организует взаимодействие и анализирует его результаты [13]. Следовательно, игра становится полноценным средством воспитания только тогда, когда её итог осмысливается.

Дополнительным способом усиления вовлечённости является смена игровых ролей. Подросток может быть не только игроком, но и капитаном, помощником судьи, организатором команды, наблюдателем за соблюдением правил, участником оценки командного взаимодействия. Такая смена ролей позволяет раскрыть разные стороны личности. Обучающийся, который не является самым сильным игроком, может проявить ответственность, внимательность, организаторские способности или умение поддерживать порядок. Это особенно важно для личностной самореализации, поскольку подросток получает возможность быть значимым не только через физическое превосходство.

Спортивные игры могут использоваться и как средство формирования социальной ответственности. В командной деятельности подросток видит, что нарушение правил, пассивность или грубость влияют не только на его личный результат, но и на состояние всей группы. При этом педагогическая задача состоит не в прямом нравовании, а в создании условий, где обучающийся сам замечает последствия своих действий. Если команда проигрывает из-за отсутствия взаимодействия, конфликтов или нежелания передавать мяч партнёрам, это становится материалом для обсуждения. Такой опыт помогает подросткам осознать ценность сотрудничества и уважения к другим участникам.

Для личностной самореализации это особенно важно, поскольку подросток учится видеть связь между собственным поведением и результатом.

В рамках данной исследования средства спортивных игр можно определить, как совокупность игровых упражнений, командных заданий, упрощённых и полных вариантов спортивных игр, соревновательных ситуаций и педагогически организованных игровых

ролей, направленных на развитие двигательной, коммуникативной, волевой и личностной активности обучающихся. Такое понимание позволяет рассматривать спортивные игры не только как раздел учебной программы, но и как инструмент вовлечения подростков в процесс самореализации.

Педагогическая эффективность спортивных игр зависит от нескольких условий. Во-первых, игра должна соответствовать возрасту и уровню подготовленности обучающихся. Во-вторых, правила должны обеспечивать участие большинства, а не только физически сильных подростков. В-третьих, содержание игры должно включать ситуации выбора, взаимодействия и ответственности. В-четвёртых, итог игры должен обсуждаться не только по счёту, но и по личностным проявлениям участников. При соблюдении этих условий спортивная игра становится средством не только физического развития, но и формирования вовлечённости в личностную самореализацию.

Для рассматриваемой темы особенно важно выделить условия, при которых спортивные игры действительно повышают вовлечённость обучающихся. Первым условием является эмоциональная привлекательность задания. Игра должна быть понятной, динамичной и доступной для подростков. Вторым условием выступает посильность. Если обучающийся постоянно сталкивается с неудачей, вовлечённость быстро снижается. Третьим условием является обязательное участие каждого. Для этого используются правила, ограничивающие индивидуальное доминирование сильных игроков и стимулирующие командное взаимодействие. Четвёртым условием становится педагогическая оценка не только победы, но и личного вклада, прогресса, активности и сотрудничества.

В методике физического воспитания подчёркивается, что эффективность игровых средств зависит от соответствия содержания занятия возрасту, уровню подготовленности и образовательным задачам [14]. Для обучающихся 12–13 лет это означает необходимость сочетать соревновательность с безопасностью, самостоятельность с педагогическим сопровождением, эмоциональность с дисциплиной, а командную цель с возможностью личного проявления. Если хотя бы один из этих компонентов выпадает, спортивная игра может потерять воспитательный потенциал и превратиться либо в хаотичное развлечение, либо в соревнование для узкой группы наиболее подготовленных подростков.

Следовательно, спортивные игры как педагогический инструмент должны использоваться не случайно, а методически выстроено. Важно заранее определить, какое личностное качество или форма вовлечённости будет развиваться через конкретную игру. Например, инициативность может формироваться через выбор тактики, ответственность

через роль капитана или судьи, коммуникативность через обязательные передачи и командные задания, самостоятельность через игровые решения в изменяющейся ситуации. Такой подход позволяет связать содержание урока физической культуры с задачей личностной самореализации подростков.

В итоге средства спортивных игр обладают значительным педагогическим потенциалом для работы с обучающимися 12–13 лет. Их ценность определяется тем, что они объединяют движение, эмоцию, общение, выбор, правила и командную цель. В такой деятельности подросток получает возможность проявить инициативу, почувствовать собственную значимость, научиться действовать в коллективе и увидеть личный результат. Для дальнейшей логики курсовой это позволяет перейти к характеристике самого контингента обучающихся, поскольку эффективность игровых средств напрямую зависит от гендерных, демографических, психофизических и мотивационно-личностных особенностей подростков данного возраста.

### **1.3 Аналитическая характеристика гендерных, демографических, психофизических и мотивационно-личностных особенностей, обучающихся 12–13 лет**

Обучающиеся 12–13 лет представляют собой особый контингент для педагогической работы средствами спортивных игр, поскольку данный возраст находится на границе младшего и среднего подросткового периода. В это время ребёнок уже не воспринимает себя как младший школьник, но ещё не обладает устойчивой личностной позицией, характерной для старшего подростка. На занятиях физической культурой такая переходность проявляется особенно заметно. Одни обучающиеся активно стремятся показать силу, ловкость, скорость и лидерство, другие избегают публичных действий, опасаются ошибок и предпочитают оставаться в стороне от соревновательных ситуаций.

Для рассматриваемой темы важно учитывать, что вовлечённость обучающихся в процесс личностной самореализации зависит не только от содержания спортивной игры, но и от характеристик самого контингента. Подростки 12–13 лет различаются по уровню физического развития, темпу полового созревания, коммуникативной уверенности, самооценке, мотивации к занятиям физической культурой и отношению к командному взаимодействию. По этой причине одна и та же игровая форма может вызывать у разных обучающихся противоположные реакции. Для одних спортивная игра становится возможностью проявить себя, для других она может восприниматься как риск сравнения, неудачи или негативной оценки со стороны сверстников.

Аналитическая характеристика контингента обучающихся 12–13 лет требует учитывать, что данный возраст связан с неравномерностью развития. Даже в одном классе могут заметно различаться рост, масса тела, уровень координации, быстрота реакции, степень выносливости, эмоциональная устойчивость и готовность к публичному действию. В физкультурно-спортивной деятельности эта неоднородность проявляется особенно ярко, потому что многие действия выполняются открыто, на глазах у сверстников. Подросток не просто выполняет задание, а одновременно сравнивает себя с другими и переживает реакцию группы.

Для личностной самореализации это имеет двойственное значение. С одной стороны, спортивная игра может стать для подростка пространством успеха, где он получает признание за активность, смелость, точность движения или помощь команде. С другой стороны, неудачный игровой опыт способен закрепить неуверенность, особенно если педагогическая организация допускает насмешки, доминирование сильных игроков или постоянное сравнение по физическому результату. В научно-методических публикациях подчёркивается, что подростковый возраст требует особого внимания к условиям включения в физкультурно-спортивную деятельность, поскольку мотивация школьников во многом зависит от эмоционального фона, социальной поддержки и доступности заданий [15].

Поэтому характеристика контингента должна включать не только возрастные особенности, но и педагогические риски. К ним относятся страх ошибки, низкая двигательная уверенность, пассивное участие, стремление избежать контакта с мячом, конфликтность в соревновательных ситуациях и зависимость активности от отношения сверстников. Эти риски не отменяют ценности спортивных игр, но показывают, что игровая форма сама по себе не гарантирует вовлечённости. Педагогический результат появляется только тогда, когда игра адаптирована под реальные особенности подростков.

Демографическая характеристика данного контингента связана прежде всего с тем, что обучающиеся 12–13 лет обычно находятся на этапе обучения в шестом или седьмом классе основной школы. Учебная нагрузка становится более сложной, количество предметов увеличивается, возрастает требовательность педагогов, усиливается значение отношений внутри класса. На этом фоне занятия физической культурой могут выполнять компенсаторную функцию. Они дают возможность сменить интеллектуальное напряжение на двигательную активность, снять эмоциональное напряжение, включиться в командное действие и получить иной опыт успеха, не связанный только с отметками по учебным предметам.

Социальная ситуация развития подростков данного возраста отличается усилением роли группы сверстников. Для обучающегося всё более значимым становится не только мнение взрослого, но и оценка одноклассников. В спортивной игре эта особенность проявляется через стремление быть замеченным, занять определённую роль в команде, получить признание за точное действие, удачную передачу, поддержку партнёра или победный результат. Вместе с тем зависимость от оценки группы может снижать активность у менее уверенных подростков. Если обучающийся заранее предполагает, что его ошибка вызовет насмешку, он начинает избегать мяча, не вступает в борьбу, выбирает позицию вне активного игрового эпизода.

Гендерные особенности обучающихся 12–13 лет также имеют важное значение для организации спортивных игр. В этом возрасте у девочек и мальчиков часто наблюдаются разные темпы физического и психофизиологического развития. Девочки нередко раньше вступают в период интенсивных изменений организма, что может сопровождаться повышенной чувствительностью к внешней оценке, изменением отношения к собственному телу, снижением уверенности в движениях и осторожностью в контактных игровых ситуациях. У мальчиков, напротив, чаще усиливается стремление к демонстрации силы, скорости, смелости и соревновательного преимущества, хотя уровень зрелости внутри группы также остаётся неодинаковым.

Гендерные различия не должны рассматриваться как жёсткое разделение способностей. Более точным является педагогический подход, при котором учитывается разнообразие реакций, интересов и возможностей внутри каждой группы. Среди девочек могут быть обучающиеся с высокой игровой активностью, лидерскими качествами и устойчивой спортивной мотивацией. Среди мальчиков могут быть подростки с низкой уверенностью, страхом ошибки или слабой физической подготовленностью. Поэтому спортивные игры должны строиться не на стереотипном ожидании поведения по полу, а на создании условий, где каждый обучающийся получает доступную роль и возможность проявить себя без давления.

Гендерный аспект в работе с обучающимися 12–13 лет важно рассматривать не как основание для жёсткого разделения, а как фактор педагогического учёта. В этом возрасте у мальчиков и девочек могут различаться не только физические показатели, но и отношение к соревновательности, контактности, командной роли и публичной оценке. Девочки чаще могут проявлять осторожность в ситуациях силового столкновения, более внимательно относиться к эмоциональному климату группы и сильнее реагировать на неудачу при выполнении действия на виду у класса. У мальчиков чаще заметна ориентация на

соревновательный результат, стремление к лидерству и демонстрации физического преимущества. Однако такие проявления не являются универсальными.

В практике физического воспитания более оправдано не противопоставлять мальчиков и девочек, а создавать разные варианты участия внутри одной игровой деятельности. Например, в одной и той же игре можно предусмотреть роли, связанные с передачей, выбором позиции, организацией командного действия, контролем соблюдения правил, точностью выполнения элемента и поддержкой партнёров. Это позволяет снизить зависимость успеха только от силы, скорости или агрессивной соревновательности. В результате обучающиеся получают больше возможностей для проявления индивидуальных качеств.

Гендерная чувствительность в организации спортивных игр также связана с безопасностью и психологическим комфортом. Если игра строится только вокруг контактной борьбы и победы, часть подростков может отстраниться. Если же педагог варьирует правила, вводит задания на взаимодействие, точность, командное решение и взаимную поддержку, участие становится более равномерным. Такой подход особенно важен для личностной самореализации, потому что подросток получает возможность проявить себя в той форме, которая соответствует его возможностям и уровню уверенности.

Психофизические особенности обучающихся 12–13 лет связаны с интенсивными изменениями организма. В этот период продолжается рост тела, изменяются пропорции, развивается мышечная система, совершенствуется координация, но временная несогласованность роста и двигательного контроля может приводить к неловкости, быстрой утомляемости и нестабильности двигательных результатов. Для занятий спортивными играми это особенно важно. Подросток может хорошо понимать задание, но выполнять его неуверенно из-за недостаточной координации, резкого роста, слабой ориентации в пространстве или напряжения перед действиями на виду у класса.

Психофизическое развитие подростков 12–13 лет связано с постепенным усложнением двигательной сферы. В этом возрасте активно развиваются координационные способности, быстрота реакции, способность к переключению внимания и ориентации в пространстве. Однако развитие этих качеств происходит неодинаково. У одних обучающихся уже сформирована достаточная ловкость и уверенность в игровых действиях, у других сохраняются трудности с точностью движений, темпом реакции, равновесием или согласованием движений рук и ног. На уроке физической культуры эта разница становится заметной при выполнении передач, ловли мяча, перемещений, смены направления и действий в ограниченном пространстве.

Для спортивных игр особенно важна координационная готовность. Игра требует не только силы или выносливости, но и умения быстро приспосабливаться к меняющейся ситуации. Подростку необходимо видеть партнёров, учитывать соперников, перемещаться, принимать решение и выполнять техническое действие почти одновременно. Если такие требования оказываются слишком сложными, обучающийся может перейти в пассивную позицию. Поэтому при работе с данным контингентом целесообразно использовать игровые задания с постепенным усложнением, где сначала формируется уверенность в простых действиях, а затем добавляются тактические и соревновательные элементы.

Научно-методические материалы по физическому воспитанию подростков показывают, что двигательная подготовленность в среднем школьном возрасте тесно связана с мотивацией к занятиям. Когда обучающийся ощущает, что задание посильно и результат постепенно улучшается, его готовность участвовать возрастает [16]. Если же игра постоянно демонстрирует неуспех, вовлечённость снижается. В связи с этим педагог должен учитывать не только календарный возраст, но и фактический уровень двигательной подготовленности каждого участника.

Международные рекомендации по физической активности указывают, что детям и подросткам необходимо ежедневно получать не менее шестидесяти минут умеренной или высокой двигательной активности, преимущественно аэробного характера [8]. Всемирная организация здравоохранения также подчёркивает значение регулярной физической активности для здоровья детей и подростков, включая физическое, психическое и социальное благополучие. Для обучающихся 12–13 лет спортивные игры могут стать удобной формой достижения этого уровня активности, поскольку они воспринимаются не как монотонная нагрузка, а как эмоционально насыщенное взаимодействие.

Важным психофизическим фактором является неодинаковый уровень двигательной подготовленности. В одном классе могут находиться обучающиеся, регулярно занимающиеся в спортивных секциях, и подростки, для которых урок физической культуры остаётся почти единственной организованной формой двигательной активности. Разница проявляется в скорости перемещения, точности движений, выносливости, владении мячом, реакции на игровую ситуацию. Если педагог не учитывает эту неоднородность, спортивная игра начинает работать только на уже активных подростков. Остальные оказываются в позиции наблюдателей или формальных участников.

Для повышения вовлечённости особое значение имеет эмоциональное состояние подростков. Возраст 12–13 лет связан с повышенной чувствительностью, импульсивностью, резкой сменой настроения и стремлением к самостоятельности. В

спортивной игре эти качества могут проявляться в азартности, бурной реакции на победу и поражение, спорах по поводу правил, обидах после ошибки, конфликтных эпизодах при распределении ролей. Такие проявления не всегда следует оценивать только как дисциплинарную проблему. Они показывают, что игра является лично значимой для подростка, а значит, педагог может использовать её для развития самоконтроля, ответственности и уважения к партнёрам.

Мотивационно-личностные особенности данного контингента во многом определяют эффективность спортивных игр. В этом возрасте учебная мотивация часто становится избирательной. Подросток активнее включается в те виды деятельности, где видит личный смысл, эмоциональный интерес и возможность признания. Спортивная игра отвечает этим условиям, поскольку содержит понятную цель, быстрый результат, взаимодействие с одноклассниками и элемент соревнования. Однако вовлечённость возникает только тогда, когда подросток не чувствует себя лишним участником. Если роль обучающегося незначима, он быстро теряет интерес даже к внешне привлекательной игре.

Мотивация обучающихся 12–13 лет имеет выраженный ситуативный характер. [23] Подросток может проявлять высокий интерес к игре на одном занятии и резко снижать активность на другом, если условия деятельности кажутся ему несправедливыми, однообразными или слишком сложными. Поэтому при использовании спортивных игр важно поддерживать не только первоначальный интерес, но и устойчивое участие. Для этого подростку нужно видеть личный смысл игровой деятельности. Он должен понимать, какую роль выполняет, как его действия влияют на команду и какие изменения происходят в его собственных умениях.

Вовлечённость усиливается, когда обучающийся получает возможность пережить успех. При этом успех не обязательно должен выражаться в победе. Для подростка значимыми могут быть первая точная передача, удачная защита, участие в командной комбинации, спокойная реакция на ошибку, поддержка партнёра, выполнение роли капитана или соблюдение правил в напряжённой ситуации. Такие эпизоды помогают подростку почувствовать, что личностная самореализация возможна не только через превосходство над другими, но и через собственный прогресс.

В публикациях, посвящённых мотивации школьников к занятиям физической культурой, подчёркивается значение интереса, положительного эмоционального фона и личной значимости двигательной деятельности [17; 24]. Для рассматриваемой темы это означает, что спортивные игры должны подбираться не только по программному содержанию, но и по способности поддерживать внутреннюю активность обучающихся.

Игра должна быть не просто включена в урок, а организована так, чтобы каждый подросток мог найти в ней личный смысл.

В контексте личностной самореализации важно учитывать потребность подростка в автономии, компетентности и принадлежности к группе. Теория самодетерминации Э. Деси и Р. Райана рассматривает эти потребности как базовые условия внутренней мотивации [5].

В спортивной игре автономия проявляется через выбор действия, позиции или тактического решения. Компетентность формируется, когда обучающийся замечает улучшение результата и получает посильную игровую задачу. Принадлежность раскрывается через принятие командой, поддержку партнёров и участие в общей цели. Именно сочетание этих компонентов делает спортивные игры значимыми для самореализации подростков.

Отдельного внимания заслуживает самооценка обучающихся 12–13 лет. В данном возрасте она часто нестабильна и сильно зависит от конкретной ситуации. Подросток может быть уверенным в привычной учебной деятельности, но испытывать напряжение в спортивной игре, где действия видимы для всего класса. Возможна и обратная ситуация, когда обучающийся с трудностями в теоретических предметах получает шанс проявить себя через двигательную активность, командную поддержку, быстроту реакции или лидерство. Для педагогической практики это означает, что спортивные игры позволяют расширить пространство успеха и показать обучающемуся разные способы личностного проявления.

Коммуникативные особенности рассматриваемого контингента также тесно связаны с темой курсовой. Подростки 12–13 лет активно учатся выстраивать отношения, но ещё не всегда умеют договариваться, принимать чужую позицию, конструктивно решать спорные ситуации. Командные спортивные игры создают естественную среду для развития этих умений. Здесь невозможно добиться результата только индивидуальным действием. Передача, страховка, совместное перемещение, выбор тактики и соблюдение правил требуют постоянного контакта между участниками. При грамотной организации игра помогает подросткам осознать ценность сотрудничества.

В то же время спортивные игры могут усиливать уже существующие различия в статусе обучающихся. Более активные и физически подготовленные подростки нередко занимают ведущие позиции, чаще получают мяч, принимают решения и влияют на ход игры. Менее уверенные обучающиеся могут закрепляться в пассивных ролях. Для повышения вовлечённости важно использовать такие педагогические условия, при которых участие каждого становится обязательным и значимым. Это могут быть малые команды,

чередование ролей, игровые задания с ограничением индивидуального доминирования, поощрение передач, совместных решений и взаимной поддержки.

Психофизическая неоднородность обучающихся требует осторожного отношения к соревновательности. Соревнование способно повышать интерес, но при чрезмерном давлении оно может снижать вовлечённость части подростков. Особенно это касается обучающихся с низкой уверенностью, слабой физической подготовленностью или негативным опытом участия в командных играх. Педагогически оправданной является такая организация, где оценивается не только победа, но и личный прогресс, командное взаимодействие, соблюдение правил, активность, точность выполнения задания и готовность поддержать партнёра.

Для систематизации особенностей, обучающихся 12–13 лет целесообразно обобщить основные характеристики контингента, которые необходимо учитывать при использовании средств спортивных игр. Эти характеристики показывают, что вовлечённость подростков зависит не только от содержания игры, но и от того, насколько педагогическая организация занятия соответствует возрастным, психофизическим, мотивационным и коммуникативным особенностям обучающихся.

Таблица 1 – Особенности обучающихся 12–13 лет, влияющие на вовлечённость в спортивные игры

Группа особенностей	Проявление у обучающихся 12–13 лет	Значение для применения спортивных игр
Гендерные особенности	Разные темпы физического и эмоционального развития у мальчиков и девочек, неодинаковая уверенность в контактных и соревновательных действиях	Требуется избегать жёсткого разделения по полу и подбирать роли, позволяющие каждому обучающемуся проявить себя
Демографические особенности	Обучение в среднем звене школы, усложнение учебной нагрузки, усиление роли класса и группы сверстников	Спортивные игры могут выполнять компенсаторную функцию и создавать пространство для общения, движения и смены учебного напряжения

Психофизические особенности	Активный рост организма, изменение координации, различия в уровне физической подготовленности, возможная неловкость движений	Необходимы упрощённые правила, постепенное усложнение заданий и игровые ситуации с посильной двигательной нагрузкой
Мотивационные особенности	Избирательный интерес к деятельности, стремление к признанию, потребность в эмоционально привлекательных формах занятий	Игры должны иметь понятную цель, быстрый результат, элемент выбора и возможность личного успеха
Коммуникативные особенности	Повышенная значимость сверстников, стремление занять место в группе, трудности в конструктивном взаимодействии	Командные задания помогают развивать сотрудничество, взаимопомощь, распределение ролей и ответственность перед партнёрами
Особенности самооценки	Нестабильная самооценка, чувствительность к ошибкам, зависимость от реакции одноклассников и педагога	Важно создавать эмоционально безопасную среду, где оценивается не только победа, но и личный прогресс, активность и вклад в команду

Представленные в таблице особенности показывают, что средства спортивных игр должны применяться не одинаково для всех обучающихся, а с учётом неоднородности подросткового контингента. Наиболее значимым становится не сам факт включения игры в урок физической культуры, а педагогическая организация игрового процесса. Если правила, роли и способы оценки построены только вокруг победы, часть обучающихся может оказаться в пассивной позиции. Если же игра предусматривает разные формы участия, посильные действия, смену ролей и поддержку командного взаимодействия, она становится более доступной для подростков с разным уровнем физической подготовленности и уверенности.

Содержание таблицы позволяет выделить ещё одну важную особенность рассматриваемого контингента. Обучающиеся 12–13 лет нуждаются не только в двигательной активности, но и в педагогически безопасной среде, где ошибка не становится основанием для исключения из общей деятельности. В спортивной игре ошибка неизбежна. Подросток может неточно передать мяч, не успеть занять позицию, нарушить правило или принять неудачное решение. Если такая ситуация сопровождается резкой критикой или насмешкой, вовлечённость снижается. Если же ошибка рассматривается как часть обучения, подросток охотнее продолжает участие.

Эмоциональная безопасность особенно важна для обучающихся с нестабильной самооценкой. В среднем подростковом возрасте реакция сверстников часто воспринимается острее, чем комментарий педагога. По этой причине правила игры должны ограничивать не только технические нарушения, но и формы некорректного общения. Поддержка партнёра, уважение к сопернику, спокойное отношение к ошибкам и признание личного прогресса становятся важными условиями вовлечения. В научно-методической литературе подчёркивается, что воспитательный потенциал спортивных игр раскрывается при целенаправленной организации взаимодействия и создании положительного эмоционального климата [18].

При таком подходе спортивная игра перестаёт быть только способом двигательной нагрузки. Она становится средой, в которой подросток учится принимать себя, взаимодействовать с другими, преодолевать неуверенность и проявлять личные качества. Для обучающихся 12–13 лет это особенно значимо, поскольку именно в этом возрасте формируются устойчивые представления о собственных возможностях и месте в группе.

Для обучающихся 12–13 лет характерна потребность в эмоционально насыщенной деятельности. Спортивные игры соответствуют этой потребности, поскольку включают движение, неожиданность, смену ситуаций, соперничество и коллективное переживание результата. Центры по контролю и профилактике заболеваний США указывают, что детям и подросткам от шести до семнадцати лет рекомендуется ежедневно выполнять не менее шестидесяти минут физической активности, умеренной или высокой интенсивности, а сама активность должна быть разнообразной, соответствующей возрасту и приносить удовольствие [9]. Такой подход подтверждает необходимость выбора игровых форм, которые не только дают нагрузку, но и поддерживают устойчивый интерес подростков.

Анализ особенностей контингента показывает, что обучающиеся 12–13 лет нуждаются в таких средствах физического воспитания, которые одновременно учитывают возрастную эмоциональность, различия в физической подготовленности, потребность в

признании и стремление к самостоятельности. Спортивные игры отвечают этим требованиям при условии педагогически продуманной организации. Для одних подростков они становятся способом проявить лидерство и инициативу, для других возможностью постепенно преодолеть неуверенность, для третьих средством включения в коллектив через простую, но нужную роль.

В рамках данной курсовой рассматриваемый контингент можно охарактеризовать как группу обучающихся, находящихся в периоде активных возрастных изменений, социальной переориентации на сверстников и поиска доступных способов самовыражения. Их вовлечённость в личностную самореализацию зависит от того, насколько образовательная ситуация позволяет действовать осмысленно, безопасно, эмоционально значимо и в контакте с другими. Спортивные игры создают такую возможность, но требуют учёта гендерных, демографических, психофизических и мотивационно-личностных характеристик подростков.

С учётом рассмотренных особенностей можно отметить, что обучающиеся 12–13 лет нуждаются в гибкой организации спортивных игр. Гибкость выражается в возможности менять состав команд, размеры площадки, длительность игровых эпизодов, правила взаимодействия и критерии оценки результата. Такая вариативность позволяет учитывать различия в физической подготовленности и уровне уверенности. При этом педагог сохраняет общую цель занятия, но подбирает такие условия, при которых игра остаётся доступной и развивающей для большинства обучающихся.

Особое значение имеет постепенное расширение самостоятельности подростков. На начальном этапе педагог задаёт правила, распределяет роли и контролирует ход игры. Затем обучающиеся могут получать больше возможностей для выбора. Они способны предлагать игровые решения, обсуждать командную тактику, оценивать собственные действия и анализировать причины успеха или неудачи. Такая организация помогает перевести спортивную игру из обычной активности в средство личностного развития. Подросток начинает понимать, что его участие связано не только с движением, но и с ответственностью, выбором, взаимодействием и самооценкой.

В контексте курсовой работы обучающиеся 12–13 лет могут рассматриваться как контингент, для которого спортивные игры особенно перспективны, но требуют педагогического сопровождения. Возрастная эмоциональность, потребность в признании, стремление к самостоятельности и значимость группы сверстников создают благоприятные условия для вовлечения. Одновременно неустойчивая самооценка, различия в физической подготовленности и чувствительность к ошибкам требуют осторожного подбора игровых

средств. Именно сочетание этих факторов определяет специфику использования спортивных игр в процессе личностной самореализации подростков [19].

В результате аналитическая характеристика обучающихся 12–13 лет позволяет сделать вывод, что данный возраст является благоприятным для использования средств спортивных игр в целях повышения вовлечённости в процесс личностной самореализации. В результате аналитическая характеристика обучающихся 12–13 лет позволяет сделать вывод, что данный возраст является благоприятным для использования средств спортивных игр в целях повышения вовлечённости в процесс личностной самореализации. Подростки этого возраста уже обладают потребностью в признании, самостоятельности и активном взаимодействии, но ещё нуждаются в педагогической поддержке, доступных правилах, посильных ролях и эмоционально безопасной среде. Именно поэтому дальнейшая разработка игровых средств должна опираться не только на содержание спортивных игр, но и на реальные особенности контингента, для которого они применяются.

### **Заключение**

В первой главе были раскрыты теоретические основы использования средств спортивных игр для повышения вовлечённости обучающихся 12–13 лет в процесс личностной самореализации. Анализ личностной самореализации показал, что для подростков данного возраста она связана не только с проявлением индивидуальных способностей, но и с возможностью действовать в группе, принимать решения, получать опыт успеха, проявлять инициативу и постепенно осознавать собственную значимость в образовательной деятельности.

Рассмотрение средств спортивных игр позволило установить, что они обладают выраженным педагогическим потенциалом, поскольку объединяют двигательную активность, эмоциональную включённость, командное взаимодействие, соревновательность и необходимость самостоятельного выбора действий. Именно поэтому спортивные игры могут выступать не только средством физического развития, но и инструментом формирования вовлечённости, ответственности, коммуникативных качеств, уверенности и готовности, обучающихся к личностному проявлению.

Аналитическая характеристика обучающихся 12–13 лет показала, что данный контингент отличается неоднородностью по уровню физической подготовленности, темпам психофизического развития, гендерным проявлениям, мотивации, самооценке и характеру общения со сверстниками. В связи с этим применение спортивных игр требует педагогически продуманной организации, при которой учитываются возрастные

особенности подростков, обеспечивается доступность игровых ролей, поддерживается эмоционально безопасная среда и создаются условия для участия каждого обучающегося.

Полученные теоретические выводы подтверждают актуальность дальнейшей разработки методических материалов по использованию спортивных игр в образовательном процессе. Наиболее перспективным направлением является подбор таких игровых заданий, которые позволяют сочетать физическую активность с развитием инициативности, самостоятельности, ответственности, сотрудничества и личностной самореализации обучающихся 12–13 лет.

**Список использованных источников**

1. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» [Электронный ресурс]. – URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/401333920/> (дата обращения: 10.06.2026)
2. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18 мая 2023 г. № 370 «Об утверждении федеральной образовательной программы основного общего образования» [Электронный ресурс]. – URL: <https://publication.pravo.gov.ru/document/0001202307140040> (дата обращения: 10.06.2026)
3. Федеральная рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура». 5–9 классы [Электронный ресурс]. – М., 2023. – URL: [https://edsoo.ru/wp-content/uploads/2023/09/frp-fizicheskaya-kultura\\_5-9-klassy.pdf](https://edsoo.ru/wp-content/uploads/2023/09/frp-fizicheskaya-kultura_5-9-klassy.pdf) (дата обращения: 10.06.2026)
4. Шумаева Е. А. Проблема самореализации личности подростка в контексте психолого-педагогического знания [Электронный ресурс] // Научный результат. Педагогика и психология образования. – 2023. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/problema-samorealizatsii-lichnosti-podrostka-v-kontekste-psihologo-pedagogicheskogo-znaniya> (дата обращения: 10.06.2026)
5. Ryan R. M., Deci E. L. Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being // *American Psychologist*. – 2000. – Vol. 55, № 1. – P. 68–78
6. Колпачева Е. В. Спортивные игры на уроках физической культуры, как средство физического воспитания обучающихся / Е. В. Колпачева, Е. А. Шуравина, А. Е. Колпачев // *Молодой ученый*. – 2022. – № 44 (439). – С. 362–364. – URL: <https://moluch.ru/archive/439/95967/> (дата обращения: 10.06.2026)
7. Пахомова О. А. Использование игрового метода на занятиях физической культурой [Электронный ресурс] // *Актуальные вопросы физической культуры и спорта*. – 2023. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=54070576> (дата обращения: 10.06.2026)
8. World Health Organization. Physical activity [Электронный ресурс]. – 2024. – URL: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity> (дата обращения: 10.06.2026)
9. Centers for Disease Control and Prevention. Physical Activity Guidelines for School-Aged Children and Adolescents [Электронный ресурс]. – 2024. – URL:

<https://www.cdc.gov/physical-activity-education/guidelines/index.html> (дата обращения: 10.06.2026)

10. Макаренко В. К. Формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом [Электронный ресурс] // Вестник Томского государственного университета. – 2008. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-motivatsii-k-zanyatiyam-fizicheskoy-kulturoy-i-sportom> (дата обращения: 10.06.2026)

11. Помилуйко Ю. В. Динамика готовности подростков к саморазвитию в процессе реализации программы физкультурно-спортивной направленности [Электронный ресурс]. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/dinamika-gotovnosti-podrostkov-k-samorazvitiyu-v-protsesse-realizatsii-programmy-fizkulturno-sportivnoy-napravlennosti> (дата обращения: 10.06.2026)

12. Овсянников Г. В. Игровой метод в занятиях физической культурой и спортом [Электронный ресурс]. – 2023. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=54070550> (дата обращения: 10.06.2026)

13. Иванов А. В. Подвижные игры на уроках физической культуры с детьми и подростками [Электронный ресурс]. – 2021. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=47182174> (дата обращения: 10.06.2026)

14. Мелентьева Н. Н. Особенности реализации методов обучения на уроках физической культуры [Электронный ресурс]. – 2021. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=47231001> (дата обращения: 10.06.2026)

15. Яковлев Б. П. Мотивы интереса и удовлетворенности занятиями физической культурой и спортом учащихся подросткового возраста [Электронный ресурс]. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/motivy-interesa-i-udovletvorennosti-zanyatiyami-fizicheskoy-kulturoy-i-sportom-uchaschihsya-podrostkovogo-vozrasta> (дата обращения: 10.06.2026)

16. Ведерникова Е. В. Изучение мотивации школьников к урокам физической культуры / Е. В. Ведерникова, А. С. Быков, Д. И. Крошихин [Электронный ресурс] // Современные образовательные практики в студенческих исследованиях. – 2023. – С. 300–303. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/izuchenie-motivatsii-shkolnikov-k-urokam-fizicheskoy-kultury> (дата обращения: 10.06.2026)

17. Пискова Д. М. Проблемы и задачи формирования мотивации к урокам физической культуры у школьников 7-х классов / Д. М. Пискова, М. В. Богатикова [Электронный ресурс] // Мир науки. Педагогика и психология. – 2022. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/problemy-i-zadachi-formirovaniya-motivatsii-k-urokam-fizicheskoy-kultury-u-shkolnikov-7-h-klassov> (дата обращения: 10.06.2026)

18. Рублева В. Г. Роль спортивных и подвижных игр в физическом развитии обучающихся среднего и старшего школьного возраста на уроках физической культуры [Электронный ресурс]. – 2021. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=46124681> (дата обращения: 10.06.2026)
19. Кутгин И. В. Формирование интереса школьников 12–14 лет к занятиям физической культурой [Электронный ресурс]. – 2022. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=49426753> (дата обращения: 10.06.2026)
20. Задумина Ю. Н. Формирование мотивации на занятиях физической культуры учащихся 11–12 лет [Электронный ресурс]. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-motivatsii-na-zanyatiyah-fizicheskoy-kultury-uchaschihsya-11-12-let> (дата обращения: 10.06.2026)
21. Гудзев К. К. Игровые методы обучения младших школьников на уроках физической культуры [Электронный ресурс]. – 2021. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=46245852> (дата обращения: 10.06.2026)
22. Кузнецова З. М. Народные игры на уроках физической культуры [Электронный ресурс]. – 2021. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=45574763> (дата обращения: 10.06.2026)
23. Галиуллина Я. С. Педагогические аспекты формирования мотивации школьников старших классов к занятиям физической культурой и спортом [Электронный ресурс]. – 2021. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/pedagogicheskie-aspekty-formirovaniya-motivatsii-shkolnikov-starshih-klassov-k-zanyatiyam-fizicheskoy-kulturoy-i-sportom> (дата обращения: 10.06.2026)
24. Бахарева Е. В. Формирование мотивации к занятиям физической культурой у школьников [Электронный ресурс]. – 2015. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-motivatsii-k-zanyatiyam-fizicheskoy-kulturoy-u-shkolnikov.pdf> (дата обращения: 10.06.2026)