

«football3 handbook: How to use football for social change» is licensed under the Creative Commons Attribution-Non-commercial-Share Alike 4.0 International License. To view a copy of this license, visit <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>. Following partly translation into Ukrainian language contains practical information according to local context and trainer`s experience of Oleksandr Fomichov.

Фізична культура задля соціального розвитку

Сучасні навчальні процеси стають все більше міждисциплінарними та вимагають від вчителів вміння створювати доступні та безпечні умови для природнього прояву соціального потенціалу учнів. Вчителі фізичної культури, так само як і всі інші учасники шкільного середовища, котрі пропонують дітям руханки та спортивні ігри під час уроків, перерв, урочистих заходів, фестивалів та змагань, мають ефективні можливості для привернення уваги учнів до таких тем, як рівність поміж дівчатами та хлопцями, критичне мислення, збереження навколишнього середовища, здоровий спосіб життя, протидія булінгу та інших.

Під час спортивної взаємодії дитина не тільки розвиває атлетичні, дослідницькі та мистецькі здібності, а ще й вчиться спілкуватись, довіряти та спільно досягати командних цілей. Використовуючи спортивний майданчик, як інтерактивну модель суспільства, можна успішно готувати дітей до різноманітних викликів дорослого життя та зрощувати компетенції демократичного громадянства. Як приклад, кампанія “Граї за Права Людини!” для вчителів фізичної культури та представників соціальної сфери, яка поєднує розвиток компетенцій залучення до масового спорту з освітою у сфері прав людини та мала корисний вплив на більш ніж 3 тис. дітей та підлітків, визнана національною програмою “Молодіжний Працівник” Міністерства Молоді та Спорту України, як краща практика молодіжної роботи 2017 р. у сфері освіти та просвітницької діяльності з прав людини, просування рівності та недискримінації серед молоді.

Майже всі руханки та спортивні ігри окрім корисного впливу на здоров'я дітей можуть поширювати серед учнів додаткову соціальну цінність. Майстерність вчителя полягає в кваліфікованому аналізі дитячих потреб та вдалому застосуванні командної фізичної активності, як інструменту позитивних соціальних змін. Так, всесвітньо відомий метод “футбол3” дозволяє об'єднати звичайний футбольний матч та ключові життєві уроки. Цифра “3” в назві вправи говорить о трьох таймах методу: спільне прийняття правил, футбольна гра та післяматчева дискусія. Звичайно, така композиція може використовуватись в будь-якій командній спортивній дисципліні, а за умови маленької кількості гравців, навіть в індивідуальних іграх. Перед знайомством із самим методом, доцільно дізнатись про універсальні принципи, які зроблять Ваші активності доступними, інклюзивними, рівними та зрозумілими для свідомої мультиплікації колегами.

Важливі аспекти застосування спортивних вправ із соціальною складовою

1. Організація та проведення

- Кожну дитину слід сприймати та поважати як особистість. Діти розвиваються та навчаються по-різному, з різними затратами по часу та з різною швидкістю. З цієї причини, Вам завжди слід аналізувати різноманітні фізичні, психологічні та соціальні особливості дітей та враховувати їх при плануванні вправ

- Надавайте перевагу змішаним командам, де дівчата та хлопці грають разом. Під час спільної гри у дівчат формується більш позитивний образ себе та підвищується впевненість, вони стають краще обізнаними щодо власних здібностей
- Всі діти мають активно приймати участь в комфортній для себе ролі. Саме тому, розробіть пропозиції для залучення дітей з інвалідністю та дітей, які можуть не мати спортивної форми (взуття) або можливості виконувати фізичні дії через медичні або особисті причини. Ці діти можуть асистувати Вам, аналізувати хід гри та фіксувати показники, слідкувати за часом та замінами гравців, знімати фото або відео ролики, тощо
- Подавайте приклад як на спортивному майданчику так і за його межами. Слідкуйте за власною поведінкою, лексикою, зовнішнім виглядом. Підтримуйте зоровий контакт слухаючи чи розмовляючи з дітьми, уникайте носіння сонячних окулярів
- Діти мають відчувати визнання, підтримку та чути позитивні відгуки. Намагайтесь гнучко адаптувати ігри таким чином, щоб всі гравці мали змогу впоратися з ними та досягнути успіху. Завжди майте декілька вправ у запасі, а також варіації спрощення або ускладнення
- Для корегування дій гравців використовуйте техніку “сендвіч” (позитив – негатив – позитив): спочатку давайте позитивний зворотній зв’язок, потім пропонуйте необхідні корегування, а закінчіть словами мотивування та похвали. Пояснюйте дітям, що помилки – це нормально, і що завжди можна на них вчитися
- Прислуховуйтесь до думок та проблем дітей. В критичних ситуаціях, надавайте перевагу індивідуальній розмові та спілкуйтесь на рівні очей дитини. За потреби, підтримуйте зв’язок з батьками та шкільним середовищем
- Після заходу поставте дітям декілька відкритих запитань та створіть умови для комфортного обміну враженнями та пропозиціями для наступних ігор. За можливості, робіть це у загальному колі або в малих групах, де модераторами будуть учні з числа асистентів, щоб діти могли бачити один одного та відчувати рівне освітнє ставлення

2. Безпека та здоров’я

- Уникайте ризикованих вправ та ігор, котрі можуть призвести до травм. Зведіть до мінімуму гру головою та цільові навантаження на коліна. Робіть паузи для відпочинку посеред гри, якщо бачите що діти втомлені
- Захищайте кожну дитину і активно протидійте спробам образити, а також іншим проявам неповажної поведінки. Всі діти, незалежно від їх віку, статі, фізичного стану, кольору шкіри, віросповідання, спортивного таланту, місця народження або етнічного походження, повинні відчувати привітне ставлення до себе. Як вчитель та рольова модель, Ви повинні приділяти увагу тому, щоб діти не відчували дискримінації, і не стикалися з фізичним або емоційним болем. Як довірена особа, Ви перебуваєте на стороні дітей з тим, щоб вони відчували себе в безпеці і отримували задоволення від спортивної взаємодії
- Будьте уважні та вимогливі до середовища та інфраструктури. Переконайтеся, що весь інвентар функціонує, і що на спортивному майданчику немає небезпечних ділянок
- Обов'язково спостерігайте за перебігом гри та взаємовідносинами між учнями. Займайте відповідне положення щоб постійно бачити всіх дітей

3. Інвентар

- Перевірте функціонування та перерахуйте інвентар до та після кожної гри
- Слідкуйте, щоб на спортивному майданчику були відсутні зайві м'ячі та інші речі, котрі можуть призвести до травмування дітей

- У разі пробних спортивних занять або руханок у класній кімнаті, використовуйте канцелярські товари або інвентар, який учні можуть зробити за їх допомогою. Як приклад, безпечні ігрові м'ячі створюються із пресованого паперу та обгортаються клейкою стрічкою. Це ж стосується і кольорових манішек для розподілу на команди, котрі можна спільно пошити на відповідних шкільних уроках

Метод “футбол3” (www.football3.info)

З моменту виникнення в Медельїні, Колумбія, футбол3 був у подальшому допрацьований членами мережі streetfootballworld в комплексну методику для сприяння досягненню ряду соціально-важливих тем, таких, як гендерна рівність, здоров'я і миротворча діяльність. Футбол3 дає змогу дітям та молодим людям брати на себе відповідальність за свої дії та справедливо поводитися з іншими. Метод натхненний дворовим футболом, найбільш важливими елементами якого є діалог і вирішення конфліктних ситуацій. Діти вчаться цінувати спілкування та взаємну повагу як на полі, так і поза ним. Оскільки футбол3 - гра без суддів, гравці повинні навчитися самостійно вирішувати конфлікти через діалог та компроміс.

Перший тайм: дві команди збираються, щоб узгодити правила, які вони хочуть використовувати. Відкриті правила обираються для вирішення наявних соціальних питань, наприклад, збільшення участі жінок у спорті. Обговорення полегшує підготовлений медіатор з числа учнів, котрих може бути від одного до трьох. Медіатор використовує матчевий бланк для фіксації правил, на які погоджуються гравці.

Другий тайм: у матчах футбол3, як правило, представлені невеликі команди (наприклад, від п'яти до семи гравців у кожній), які грають менше часу (наприклад, від 10 до 20 хвилин). Ігри відбуваються на футзальних або імпровізованих майданчиках (наприклад, 40 x 20 м. або менше), на вулиці, в парку або на футбольному полі. Під час матчу гравці погоджуються між собою щодо штрафних, вільних ударів та забитих голів. Медіатор уважно стежить за матчем і втручається лише тоді, коли дві команди не можуть самостійно домовитися.

Третій тайм: Команди збираються разом із медіатором, щоб висловити думки стосовно гри і зрозуміти наскільки добре вони дотримувалися правил. Медіатор зачитує всі випадки порушень, які він помітив під час матчу. Команди мають можливість нагородити своїх супротивників балами чесної гри на основі їхньої поведінки. Медіатор додає відповідні бали до рахунку забитих голів, щоб повідомити командам остаточний результат.

Правила.

Ваш бланк матчу футбол3 має містити щонайменше 5 правил, частина з яких має бути фіксованими для всіх ігор уроку або турніру, а частина відкритими, які можуть обиратись гравцями перед кожною грою. Завжди заохочуйте гравців та медіаторів системно підходити до вибору правил та творчо пропонувати нові правила, які збагатять гру та наблизять позитивні соціальні зміни.

Приклади фіксованих правил, які регламентують технічні вимоги до гри:

1. Без воратарів (збільшення кількості голів і шансів кожного гравця забити)

2. Без виходів (якщо граєте у відповідній спортивній залі і бажаєте підвищити кількість дотиків кожного гравця)
3. Не дозволяється підіймати м'яч вище поясу (більш змістовна та виважена гра)
4. Не більш ніж 60 % гравців однієї статі (сприяння гендерній рівності)
5. Без фолів, подкатів та образливих слів (повага до суперника, медіаторів та глядачів)

Приклади відкритих правил, які є ефективним інструментом, щоб виразити чесну гру і звернутися до конкретних соціальних тем:

1. Спільні оплески двох команд після кожного забитого м'яча (повага до суперника)
2. Гол дівчини зараховується за два (заохочення участі дівчат)
3. Зупинка гри після зіткнення або падіння (емпатія, відповідальність)
4. Обидві команди разом виходять та покидають майданчик (навички співпраці)
5. Якщо команда пропускає 2 голи, її склад підсилює запасний гравець-джокер, який може грати тільки до зрівняння рахунку (гнучкість та вміння адаптовуватися, впевненість у собі)
6. В спірних ситуаціях голосують всі включно з медіаторами та рішення приймається більшістю (вирішення конфліктів)
7. Всі гравці повинні віддати хоча б один пас, перед тим як забити гол (принцип участі, вміння слухати та спостерігати)
8. Заміна гравця, який забив гол (прийняття невизначеності, визнання рівності)

Нарахування балів.

Результат матчу складається з суми нарахованих балів за матч та за чесну гру. Кількість балів приймається спільно до початку уроку або турніру.

Наприклад, бали за матч можуть бути розподілені таким чином: 3 бали - перемога, 2 бали – нічия, 1 бал – участь, а бали за чесну гру наступним: 3 бали – команда дотримувалася всіх фіксованих та відкритих правил, 2 бали – команда порушила деякі правила, 1 бал – більшість гравців команди дотримувалася всіх правил.

Таким чином, базуючись на чесній грі та коректній поведінці однієї команди, якщо друга команда перемаже по рахунку, але гратиме нечесно і зазнає поразки, отримавши лише 3 бали, то перша команда перемаже, отримавши 1 бал за участь та 3 бали за чесну гру.

Також, Ви можете прийняти в регламенті додатковий бал, якщо всі гравці команди активно долучились до післяматчевого обговорення або включити в дискусію вікторину з соціальної теми (права дитини, профілактика захворювань, медіа-грамотність, тощо) та додати 1-2 бали до результату переможця.

Пам'ятка медіатора (дайте можливість ознайомитись перед початком гри та поспілкуйтесь після щодо самооцінки стосовно перелічених критеріїв):

Під час гри медіатор заповнює матчевий бланк та робить нотатки про поведінку кожної команди для подальшого обговорення. Медіатор не є арбітром і втручається у хід гри виключно у критичних випадках. Для гармонійного ведення групової дискусії до та після матчу медіатор має прагнути прояву наступних якостей:

Емпатичний - чутливий до емоцій, ідентичностей та цінностей інших людей, включаючи відмінності в гендері, етнічній приналежності, релігії, культурі, тощо
Нейтральний - залишається неупередженим або об'єктивним, не нав'язуючи власної думки чи приймаючи будь-яку сторону

Активний слухач - демонструє справжній інтерес до того, що говорять інші, і дає всім гравцям почуття, що вони почуті

Розуміючий - приймає затримки, проблеми або суперечливі думки, не ставлячись роздратовано, тривожно чи з осудом

Вирішувач проблем - сприяє гарним ідеям, які допомагають іншим знайти рішення, котрі є ефективними та взаємно прийнятними

Спостережливий - уважно стежить за подіями та відзначає важливі моменти та поведінку людей

Гендерно-чутливий – сприяє однаково залученню в процеси людей з різною статтю

Організований - забезпечує, що все підготовлене вчасно і якісно

Гарний комунікатор - говорить голосно та чітко, щоб кожен міг зрозуміти

Захоплений - енергійний та надихаючий інших, створює розважальну атмосферу

Надійний - зберігає конфіденційність і дозволяє іншим почувати себе комфортно та довірливо

Практичні поради

1. Вибір капітанів команд.
Запитайте учнів щодо бажання бути капітанами або запропонуйте зробити капітанами найсильніших гравців в цьому виді спорту (розмежування дітей, котрі відвідують секції, дозволить сприяти їх більшій зацікавленості та створить ширші можливості розвитку іншим гравцям)
2. Формування складів команд.
Щоб уникнути потенційного цькування слабших гравців, корисно використовувати спосіб відбору гравців капітанами, але не у свою, а для наступної команди за годинниковою стрілкою. Таким чином вибір гравців проходитиме більш рівномірно. Скільки це можливо, слід виконувати правило, що кожне коло капітан обирає гравця іншої статі
3. Назви команд.
Запропонуйте командам обрати собі назви методом консенсусу, тобто одноголосого погодження всіма гравцями команди. Коли команди будуть готові озвучити назви, запитайте чи всі гравці згодні з такою назвою, чи можливо хтось хотів іншу але вирішив не сперечатись. При наявності особливої думки попросіть команду з повагою віднести до іншого бачення людини та додати цю назву через дефіс. Зазначте, що першим словом в спільному варіанті буде назва, підтримана більшістю.
4. Хід гри.
При формуванні 3-х та більше команд та за неможливості забезпечити одночасну гру на декількох майданчиках заохочуйте команди, що чекають на свою чергу, активно долучатись в якості вболівальників. Наприклад, гравці команди можуть спробувати спільно вгадати переможця матчу, гравця, який заб'є найбільше голів, та гравця, в котрого буде м'яч при фінальному свистку. Додайте по одному балу за кожну вірну відповідь при остаточному формуванні турнірної таблиці.

