

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Факультет фізичного виховання та спорту
Кафедра медико-біологічних основ фізичного виховання та спорту**

**РОЗВИТОК МОРАЛЬНО-ВОЛЬОВИХ ЯКОСТЕЙ ШКОЛЯРІВ
ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ**

Кваліфікаційна робота

на здобуття ступеня вищої освіти «бакалавр»

Виконав: студент 2 курсу 231 групи
Спеціальності: 014.11 Середня освіта
(Фізична культура)
Османов Ренат Османович

Керівник: кандидат біології наук, доцент
Голяка С.К.

Рецензент: канд. пед. наук, доцентка
Кольцова О.С.

Херсон – 2021

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. Система емоційно-вольової підготовки особистості	5
1.1. Особливості емоційних переживань в руховій діяльності...	5
1.2. Психологічні особливості вольових якостей.....	8
1.3. Виховання морально-вольових якостей засобами фізичної культури та спорту.....	13
Висновки до розділу 1	15
РОЗДІЛ 2. Організація та методи дослідження	17
РОЗДІЛ 3. Результати дослідження морально-вольових якостей ..	19
Висновки до розділу 3	24
ВИСНОВКИ	25
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	27
ДОДАТКИ	30
Додаток А.....	31
Додаток Б.....	33

ВСТУП

Актуальність. Заняття фізичною культурою та спортом завжди насичені емоціями та переживаннями. Саме сильні емоції, якими насичена рухова діяльність, є одним з найважливіших факторів впливу на особистість людини.

Багато дослідників аналізують аспекти впливу занять спортом на вольові якості людини та їх паралельний розвиток з спеціальними фізичними якостями. Наприклад, А.Ц. Пуні наголошує, що формування морально-вольових якостей людини є однією з найголовніших задач фізичного виховання. Зазначимо, що існує безліч підходів до трактування морально-вольових якостей людини, й загалом авторами виділяються біля 35 видів. З огляду на це, М.І. Станін зазначав, що наука ще не визначилась з єдиним розумінням волі.

Дослідник Ю.Л. Ханін пов'язує розвиток вольових якостей з рухливістю нервових процесів людини, а саме збудженням та гальмуванням. З огляду на цей факт, він розподілив вольові якості за двома групами, до однієї з яких увійшли ініціативність, сміливість, енергійність та ін., до іншої - витримка, витривалість, терпіння та ін. С іншого боку Ф.Б. Березін вважає, що волі, як такої взагалі не існує, а є окремі її вияви, які поєднуються у вольові якості.

В будь якому випадку, важливого значення набувають особистісні та морально-вольові якості, які сприяють досягненню успіхів у руховій діяльності й навіть дозволяють досягти високих результатів у спорті (лідерські якості, мотивація, здатність до концентрації, емоційна стійкість, самоконтроль та ін.).

Визначальним завданням сучасної освіти є виховання гармонійної особистості, створення умов для її реалізації. З огляду на це, дослідження особливостей формування морально-вольових якостей засобами фізичної культури та спорту є актуальним.

Мета дослідження полягає у дослідженні впливу занять фізичною культурою та спортом на рівень сформованості моральної вихованості та рівень розвитку вольових якостей особистості.

Завдання дослідження:

1. Охарактеризувати систему емоційно-вольової підготовки у фізичній культурі та спорті;
2. Розкрити сутність виховання морально-вольових якостей засобами фізичного виховання;
3. Визначити рівень сформованості моральної вихованості та рівень розвитку вольових якостей у вихованців фахового спортивного коледжу та учнів ЗЗСО №32.

Об'єкт дослідження – заняття фізичною культурою та спортом.

Предмет дослідження – розвиток морально-вольових якостей засобами фізичної культури та спорту.

Методи дослідження: аналіз науково-методичної та спеціальної літератури; педагогічне тестування; методи математичної статистики.

Теоретичне та практичне значення роботи. Результати дослідження доцільно використовувати при організації освітнього процесу учнів ЗЗСО та спортсменів, а також вчителями та фахівцями у галузі фізичної культури в процесі роботи в школах та секціях.

Структура та обсяг роботи. Кваліфікаційна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків та списку використаних джерел (23 найменування).

РОЗДІЛ 1

СИСТЕМА ЕМОЦІЙНО-ВОЛЬОВОЇ ПІДГОТОВКИ ОСОБИСТОСТІ

1.1. Особливості емоційних переживань в руховій діяльності

Заняття фізичною культурою та спортом відрізняються значною емоційністю. Однак, як і у будь-якій іншій діяльності, всі емоції можуть бути станичними і астенічними і здійснювати позитивний або негативний вплив людину.

В процесі занять руховою діяльністю проявляється безліч емоцій, а саме:

1. Емоції, що базуються на змінах в організмі в процесі занять фізичною культурою та спортом. Рухова активність супроводжується певним станом ейфорії, відчуттями бадьорості, радості. Однак стан перевтоми може призвести до стійкого протилежного стану, апатії, депресії, небажання займатися, незадоволення та ін.

2. Емоції, які пов'язані з високим рівнем технічної майстерності, можливості виконувати складні рухові дії. Дані емоційні переживання відображають стан високої працездатності організму, успіх, відчуття сили, спритності, сміливості. Дані емоції пов'язані з проявами волі, спрямованої на подолання труднощів. Зазначимо, що травматичні пошкодження можуть навпаки викликати емоції бояні, загальмованості, невпевненості у власних силах та ін.

3. Емоції, що пов'язані зі змагальною та ігровою діяльністю, спортивною боротьбою. Ці емоційні переживання пов'язані з напруженістю, оптимізацією зусиль для досягнення перемоги або досягнення найкращого результату.

Дані емоції є дуже інтенсивними та значно більші ніж емоційні стани в звичному житті [2].

4. Емоції пов'язані з естетикою діяльності пов'язані із сприйняттям краси рухів, що відображають досконалість вправу. Найчастіше дані емоції виникають при заняттях гімнастикою, фігурним катанням та інше.

5. Емоції пов'язані з етичними відчуттями, що обумовлені значимістю фізкультурно-оздоровчої та спортивної діяльності. Цьому сприяє почуття відповідальності перед собою, сім'єю, командою та ін. Людина, що володіє цим відчуттям завжди буде відповідально відноситись до рухової діяльності [5].

З огляду на вище означене, фізкультурно-оздоровчій та спортивній діяльності характерні наступні риси:

1. Значні емоційні переживання, що впливають на особистість людини та відображається на її діяльності.

2. Насиченість та різнобічність емоційних переживань.

3. Динамічність емоцій під час рухової діяльності, швидкі переходи від одних емоцій до інших, навіть до тих, які не є характерними для характеру людини [1, 10].

В процесі визначення морально-вольових якостей та психічної підготовленості оцінюють:

- особистісні морально-вольові якості;
- концентрація уваги;
- стабільність занять руховою діяльністю;
- здатність контролювати емоції;
- здатність роботи аналізаторів.

Дослідники зазначають, що до особистісних рис людини, що заємається спортом, належать досить високий рівень агресивності, який знаходиться під контролем, мотивація, твердість характеру, вільність у спілкуванні, стійкість та самоконтроль [18].

Становлення особистості у процесі занять фізичною культурою та спортом неможливе без належної мотивації діяльності. Мотивація є

основою цілеспрямованої поведінки, способів подолання негативних станів на шляху досягнення мети.

На основі цього формується мотивація поведінки, що виявляється суб'єктивних критеріях задоволення досягнення мети в конкретних умовах, в даний момент часу [2, 13].

В дослідженнях особистісних якостей та мотивів фізкультурно-оздоровчої та спортивної діяльності виокремлюють два напрями: перший досліджує та визначає причини обрання саме цього виду діяльності чи виду спорту, другий пояснює причини самоввідачі та інтенсивності роботи [15].

Розрізняють зовнішні та внутрішні причини, що обумовлюють поведінку людини. До зовнішніх відносять різні форми заохочення, а також ознаки успіху такі як грошові винагороди, подарунки. Внутрішніми причинами є особливості нервової системи, потреба в успіху, спілкуванні, особливості рухової діяльності та інше [18].

Прагнення до успіху та нових досягнень базується саме на внутрішніх чинниках, здібностях та стараннях людини, уникнення невдач та негативних ситуацій базується на зовнішніх чинниках, а саме складності рухової діяльності, поставлених завдань та інше.

Людина, що має занадто великий мотив уникнення невдачі, схильна принижувати свої можливості, недооцінювати себе та свої здібності, швидко пригнічуються через невдачі, відбувається заниження самооцінки. Людина, що орієнтована на успіх, адекватно оцінює свої здібності та можливості, поводить протилежним чином, може мобілізуватися в необхідний момент, йдуть до мети [14].

Зазначимо, що на якість рухової діяльності та й, в цілому, на заняття фізичною культурою та спортом впливає стресовий стан, який сприяє формуванню дисоціації фізіологічних та психічних показників [17, 19].

1.2. Психологічні особливості вольових якостей

Різні життєві ситуації обумовлюють прояв волі та силу вольових зусиль, що обумовлено властивостями особистості.

«Вольові якості - це особливості вольової регуляції, які проявляються в конкретних специфічних умовах, обумовлених характером подоланої труднощі» [20].

Прояви волі та вольових актів є довільною функцією організму людини, тобто це, певним чином, автоматичні та рефлекторні акти. І, навпаки, рухові дії які людина вивчає є навмисними і складають певну мету, яка формує усвідомлення того, які вони мають бути. Виходячи з вище означеного, вольові дії є похідну, а не первинну функцію організму людини [8, 19].

Сама по собі воля є свідомою організацією та саморегуляцією діяльності, сновною метою якої є подолання труднощів, самоконтроль, влада над собою та своїми почуттями й діями. У різних людей рівень прояву самоконтролю має різні ступені вираженості.

Людина з розвиненою силою волі вміє долати різноманітні труднощі, які виявляються на шляху до мети. Особливо цьому сприяють такі вольові якості як рішучість, сміливість, психічна витривалість, мужність та ін.

Люди зі слабкою волею важко долають труднощі, пасують перед ними, не можуть себе стримувати, іноді їм важко стримувати одномоментні спонукання задля більш високих моральних цілей [6].

Воля - це здатність особистості досягати мету, долаючи перешкоди.

Виходячі з визначення, вольова поведінка передбачає, перш за все, самоконтроль поведінки, цілеспрямованість, вміння стримуватись у разі необхідності від певних дій. Тобто, це володіння власною поведінкою.

Мета вольової дії полягає у передбачувальному результаті, до якого призводить певна дія.

З огляду на це, вольові дії можна розділити на дві групи:

1. Мимовільні – автоматичні, імпульсивні дії, дії за спонуканням під впливом стану афекту.

2. Навмисні – довільні, які контролюються людиною.

В контексті занять фізичною культурою та спортом, в більшості випадків, вольові дії відносяться до групи довільних [7, 16].

Таблиця 1.1.

Вольові особливості особистості (за К. К. Платоновим)

Вольові властивості	Мета і прагнення до неї	Можливості і мотиви	Боротьба і вибір мотивів	Рішення	Здійснення рішення
Сильна воля	Чітке усвідомлення мети Інтенсивне прагнення	Достатні	Обґрунтовані і швидкі	Обґрунтоване, з інтенсивним прагненням	Стійке
Наполегливість	Віддалена, з інтенсивним прагненням	Нормальні			Дуже стійке
Упертість	Об'єктивно-невиправдана	Визначаються не об'єктивним урахуванням всіх можливостей, а упередженим думкою		Необґрунтоване, з інтенсивним прагненням	Стійке
Податливість	Легко змінюється	Визначаються вселяє впливом інших осіб		Легко змінюється	Різна
Сугести-вність	Відсутній			Дається ззовні	Те ж
Рішучість	Чітке усвідомлення мети Інтенсивне прагнення	Достатні, іноді надмірні	Швидкі, але не завжди обґрунтовані	Чітке і стійке	Стійке
Нерішучість	Теж	Теж	Тривалі	Відсутній або часто змінюється	Відсутній
Слабовілля	Нечітке, зі слабким прагненням	Нечіткі	Незавершені	Без прагнення до його виконання	Нестійке

Основними складовими волі є такі елементи: наполегливість, цілеспрямованість, сміливість, рішучість, критичність, самостійність,

витримка, стійкість, самовладання, ініціативність, старанність і впевненість.

У різних людей в різних видах діяльності вона змінюється, тому поєднання вольових якостей людини необхідно розглядати як динамічну систему, складові якої по різному співвідносяться одна з одною.

Розглянемо підхід до угруповань вольових якостей, які поєднуються за певними ознаками:

1. «Енергія-динамічна сила-інтенсивність» - обумовлює складність досягнення поставлених завдань та шлях до мети.

2. «Майстерність-контроль-дисципліна» - ці якості обумовлюють контроль за допомогою волі різноманітних психічних функцій.

3. «Концентрація-зосередженість-увага» - відіграє важливе значення, коли завдання складні чи нецікаві.

4. «Рішучість-швидкість-моторність» - відіграють важливого значення у прийнятті рішення.

5. «Наполегливість-стійкість-терпіння» - відіграють важливого значення у досягненні поставленої мети.

6. «Ініціатива-відвага-резольюція на вчинки» - відображаються у схильності до ризику.

7. «Організація-інтеграція-синтез» - ці якості виступають як спільну організуючу ланку, поєднання всіх засобів, які необхідні для вирішення поставлених завдань.

Існує інший підхід до класифікації вольових якостей, яка заснована на відповідності різних вольових якостей різним фазам вольових процесів. Початковій фазі вольової дії відповідає ініціативність, після цього проявляються самостійність та незалежність, фазі прийняття рішення відповідають рішучість, енергійність та наполегливість [4].

Деякі дослідники [13] під час розробки класифікації вольових якостей базуються на проявах просторово-часових та інформаційно-енергетичних параметрів.

Просторові параметри засновані на спрямуванні вольової дії на саму людину; тимчасові параметри полягають в процесуальності; енергетичні параметри засновані на вольовому зусиллі, під час якого витрачається енергія; інформаційні параметри засновані на мотивах, меті та завданнях, засобах та методах досягнення результату.

З огляду на це, до просторових параметрів належать незалежність, цілеспрямованість, впевненість, тимчасових параметрів - завзятість, терпіння, впертість, стійкість, твердість, принциповість, послідовність, енергетичних параметрів - витримка, контроль, сміливість, мужність, інформаційних параметрів - принциповість.

Інша класифікація розглядає вольові якості з точки зору значущості для певного виду рухової діяльності. В більшості випадків їх розподіляють на загальні та основні.

Пуні А.Ц. розподіляє вольові якості на три групи: провідні для певного виду спортивної діяльності (спеціалізації), близькі до провідних та підтримуючі.

Вищим й найбільш складним проявом вольових якостей є організація психічних функцій, тобто здібність швидко створювати й підтримувати функціональні зв'язки, які відповідають меті та завданням діяльності. Ця якість пов'язана з тим наскільки людина знає себе та вміє контролювати функціонування своєї психіки [16].

Складність вольової діяльності обумовлює різноманітність вольових якостей особистості. Однією з найважливіших з них є ініціативність, важливою складовою яких є яскравість спонукань та інтелектуальні дані [9].

Пряму протелижність ініціативним людям складають інертні натури. Даним людям дуже складно довго продовжувати справи, їм постійно необхідна допомога та стимуляція ззовні, їм дуже складно щось зробити з власної ініціативи.

Отже на початковому етапі вольової дії основною є ініціативність, слід за нею проявляються самостійність та незалежність як суттєву особливість волі.

Однією з значимих вольових якостей є рішучість, яка проявляється у швидкості та впевненості у своїх діях, відсутністю коливань. Нерішучість навпаки проявляється в тривалих коливаннях до прийняття рішення та у нестійкості самого рішення.

Рішучість обумовлена такими психічними процесами як імпульсивність та обдуманість. Співвідношення цих процесів має фундаментальне значення для вольових якостей особистості. Рішучість напряду пов'язана з темпераментом. Дані процеси обумовлюють типи особистості.

Імпульсивний тип визначається переважанням емоцій над інтелектуальними моментами зважування.

Розсудливий тип відрізняється переважанням над емоціями інтелектуального контролю [13].

Однак, зазначимо, що загалом рішення не є завершенням вольового акту, так само як і рішучість не є основною якістю у прояві волі. У виконанні рухових дій суттєве значення також відіграють енергія, яка розглядається як концентрована сила, яка вноситься в дію, та наполегливість, яка відіграє важливу роль у виконанні прийнятого рішення, в боротьбі з перешкодами на шляху досягнення мети [19].

Враховуючи, що це є двома різними властивостями волі, це обумовлює два типи безвілля:

- нерішучість – невміння чи нездатність прийняти рішення;
- відсутність наполегливості - невміння наполягати та боротися за виконання прийнятого рішення [14].

Зважаючи на те, що в процесі досягнення мети людина стикається не тільки з зовнішніми перешкодами, але й з внутрішніми, а також з протидіями, що виникають при ухваленні певного рішення. Саме тому

значимими вольовими якостями особистості є самоконтроль, витримка та самовладання.

Отже, вольові якості особистості належать до числа найбільш важливих та обумовлюють більшість дій людини, в тому числі й героїчні.

1.3. Виховання морально-вольових якостей засобами фізичної культури та спорту

Заняття фізичною культурою й спортом є дуже важливі в розвитку та становленні особистості, особливо вони впливають на становлення особистості дитини та формування їх морально-вольових якостей.

Заняття фізичною культурою та спортом можуть розглядатися як модель певних соціальних відносин, саме тому їх вплив на моральний розвиток дітей та підлітків незаперечний, оскільки моральна культура особистості формується в умовах всебічної взаємодії між людьми.

Основним завданням сучасної освіти є виховання особистості та створення належних умов для її повноцінної реалізації.

Воля розуміється як один із психічних процесів, який обумовлює здатність людини керувати власною поведінкою, думками, переживаннями, обумовлює здатність людини йти до мети, долати перешкоди та ін.

Моральність – відображає внутрішній світ людини, характеризується усвідомленим виконанням моральних норм, готовність вдосконалюватися. Враховуючи наведене вище, до морально-вольових якостей, відносяться наступні: сміливість, рішучість, цілеспрямованість, толерантність, чесність, наполегливість, взаємоповага, відповідальність, уміння працювати в команді.

Однак, якщо не звертати увагу на цілеспрямований розвиток моральних якостей, то заняття фізичною культурою та спортом можуть

сприяти розвитку негативних рис таких як егоїзм, жорстокість, зарозумілість, неповажне відношення до інших.

Саме тому з раннього дитинства необхідно розвивати відповідальність, чесність, створювати ситуації успіху, що сприятиме підвищенню мотивації та зацікавленості. З іншого боку необхідно пояснювати значення спортивних перемог, роль фізичної культури та спорту у житті людини, значення здорового способу життя.

Одним з впливових засобів фізичної культури є рухливі та спортивні ігри, однак поставлені завдання можуть бути реалізовані лише при правильній їх організації. Кожна гра потребує належного педагогічного супроводу, при недотриманні данної умови це може призвести до деструктивних наслідків. Це обумовлює визначальну роль педагога. Який направляє та підтримує психоемоційну та моральну сфери дітей.

Активна участь в ігровій діяльності, виконання завдань, причастність до успіхів команди сприяє формуванню рішучості, наполегливості та сміливості учнів. Дані якості особливо важливі для дітей, які в подальшому планують займатися спортом.

З метою розвитку здатності до мобілізації сил рекомендовано використовувати різні естафети з подоланням перешкод, стрибками та завданнями на рівновагу. Кожне ускладнення завдань забезпечує подолання страху, формує віру в себе, свої сили та виявляє приховані можливості.

Як вже зазначалось, якостями, на які здійснює вплив заняття фізичною культурою та спортом є цілеспрямованість та наполегливість. У фізкультурно-спортивній діяльності ці здібності проявляються у вмінні ставити мету та формулювати завдання, йти вперед до нових перемог незважаючи на перешкоди. Розвитку цих якостей буде сприяти проведення бесід з питань значення морально-вольових якостей у досягненні високих спортивних результатів, значення та особливості спортивного

характеру, долі видатних спортсменів, приклади спортивної боротьби за медалі та історії перемог [14].

Формуючи у дітей морально-вольові якості необхідно слідкувати, щоб під час ігрової діяльності ніхто не ховався за спинами інших, активно приймав участь у руховій діяльності. Однак, необхідно також пам'ятати про безпеку, та навчати дітей основам попередження травматизму.

Наступною умовою формування морально-вольових якостей у ігровій діяльності є сприяння погодженому вирішенню усіх питань, запобігання конфліктам, підтримка взаємодопомоги, повага до програшу, зберігання дружніх стосунків.

Ще однією з умов є підтримка ініціативи дітей до виступу у ролі помічників вчителя під час проведення гри, залучення їх до виконання відповідальних обов'язків та ін. Це буде сприяти організованості. Також дуже важливо виховувати у дітей спокійне відношення до перемог та поразок.

Зазначимо, що ігри та естафети формують самостійність і творчу ініціативу дітей. Це сприяє підвищенню активності дітей, їх відповідальності, формується позитивне відношення до занять фізичною культурою та спортом. Важливу роль у проведенні гри відіграє фактор дотримання правил. Це сприяє вихованню чесності, справедливості та дисциплінованості.

Однією з необхідних умов проведення фізкультурної та спортивної діяльності є врахування індивідуальних особливостей дітей та їх фізичної підготовленості.

Висновки до розділу 1.

В процесі занять фізичною культурою та спортом розвивають наступні якості:

– особистісні та морально-вольові якості, що забезпечують досягнення високих результатів в різних видах рухової діяльності;

- стабільність виступу на змаганнях, уміння показувати стабільні високі результати;
- зосередженість уваги у різних ситуаціях;
- здатність управляти рівнем збудження, самоконтроль;
- можливості діяльності аналізаторів.

Основну увагу при заняттях фізичною культурою та спортом необхідно приділяти розвитку цілеспрямованості й наполегливості дітей.

Дані якості проявляються в здібностях людини ставити мету та завдання, визначати засоби та методи їх досягнення, у прагненні до нових перемог. Виховання цілеспрямованості забезпечується за рахунок формування у дітей уявлення про значимість активності та участі кожного у вирішенні поставленого завдання, врахування принципу свідомості та активності в освітньому процесі, розуміння важливості особистісних якостей будь-якій діяльності, так і в житті в цілому. Цьому сприяє проведення спеціально підготовлених заходів, активна участь у спортивній та фізкультурній діяльності, а також бесіди з дітьми. Усі заходи мають наголошувати на значимості морально-вольових якостей у житті.

РОЗДІЛ 2

ОРГАНІЗАЦІЯ ТА МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ

Контингент дослідження склали учні 9-10 класів: 102 вихованці фахового спортивного коледжу, що займаються різними видами спорту (група порівняння) та 83 учня ЗЗСО №32 (контрольна група). Дослідження тривало протягом 2020-2021 н.р. і складалося з трьох етапів.

На першому етапі (вересень-листопад 2020 р.) проводився аналіз науково-методичних джерел.

На другому етапі (листопад 2020 р. - лютий 2021 р.) проводилось дослідження з метою визначення морально-вольових якостей у підлітків досліджуваних груп.

На третьому етапі (березень 2021 р.) ми узагальнили науково-методичний матеріал і результати дослідження.

Нами були використані наступні методи дослідження: аналіз науково-методичної й спеціальної літератури; психолого-педагогічне тестування; методи математичної статистики.

У процесі роботи було проаналізовано науково-методичні джерела, що висвітлюють сучасні проблеми педагогіки, психології та теорії й методики фізичного виховання.

В процесі дослідження нами використовувались наступні психолого-педагогічні методи [3, 22].

Дослідження вольової саморегуляції

Мета дослідження: визначити рівень розвитку рольової саморегуляції.

Матеріал та обладнання: тест-опитувальник А.В. Зверькова і Е. В. Ейдмана (додаток А).

Методика «Визначення рівня вихованості» (за П.Третьяковим).

Завдання: визначити стан рівня вихованості учнів; оцінити і виявити тенденції в розвитку виховного процесу; скласти програму корекції рівня вихованості учнів.

Оцінювання проводять за 3-бальною системою: 3 – так, 2 – не зовсім, 1 – ні. На кожну якість (критерії) виводять одну середньоарифметичну оцінку, в результаті кожен учень має 7 оцінок.

Перед провешенням анкетування (додаток Б) необхідно ознайомити учнів із життєвими цінностями, провести обговорення під час виховних заходів, диспутів, “круглих столів” тощо, щоб підлітки усвідомили зміст показників. Також необхідно ознайомити студентів з системою оцінювання.

Методи математичної статистики, застосовувані в даній роботі, були обумовлені цілями й завданнями проведених досліджень і характером проведених експериментів. За допомогою даного методу вираховувалось середнє арифметичне.

РОЗДІЛ 3

РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ МОРАЛЬНО-ВОЛЬОВИХ ЯКОСТЕЙ

При організації нашого дослідження ми припускали, що виховання вольових якостей у учнів в процесі занять фізичною культурою і спортом буде ефективним, так як він передбачає реалізацію наступних умов:

- оптимальний вибір засобів і методичних прийомів, які забезпечують помітний приріст фізичних якостей і спортивного результату, що стимулює інтерес учнів до тренувальних занять;

- забезпечення сполученого педагогічного впливу, спрямованого на виховання вольових і розвиток фізичних якостей учнів при поступовому і систематичному ускладненні вправ, умов їх виконання і підвищенні емоційного і фізичного навантаження;

- використання прийомів самовиховання в процесі самостійних занять фізичною культурою і спортом;

- постійне використання методів переконання і позитивного прикладу;

- використання методів схвалення та засудження, а також контроль за виконанням санітарно-гігієнічного режиму та участю в спортивних змаганнях.

Для визначення вихідного кількісного рівня вольових якостей досліджуваних груп ми використовували тест-опитувальник А. В. Зверькова і Е. В. Ейдмана. Результати отриманих даних контрольної групи викладено в таблиці 3.1.

Отримані дані свідчать, що 23,08% учнів мають занижений рівень вольових якостей (низький та нижче середнього рівні).

Таблиця 3.1.

**Результати дослідження кількісного рівня вольових якостей
контрольної групи**

Рівні	Показники	
	Кіл-ть дітей	%
Низький	4	9,8
Нижче середнього	9	13,3
Середній	23	23,0
Вище середнього	13	16,1
Високий	29	27,3
Неадекватно високий	5	10,5

Отже, особливо важливо допомогти особистості підняти рівень вольових якостей, повірити в себе, у свої можливості, у власну значущість. Така сама кількість чоловік, а саме 23,0%, мають середній рівень розвитку вольових якостей. Рівень вище середнього був одержаний 16,1% учнів. Високий та неадекватно високий рівень розвитку вольових якостей мають відповідно 27,3% та 10,5%. Більш наочно отримані результати представлено на рисунку 3.1.

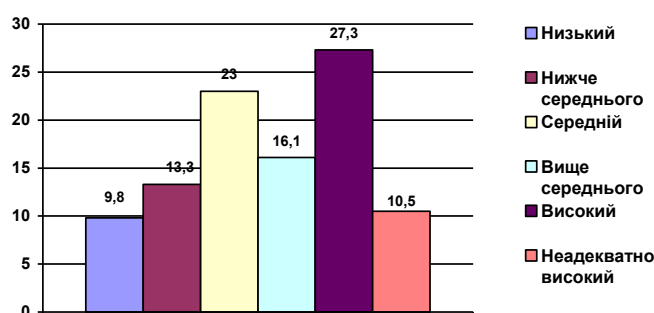


Рис. 3.1. Результати дослідження рівня розвитку вольових якостей КГ

З метою визначення вихідного рівня сформованості моральної вихованості підлітків контрольної групи ми використовували анкету „Визначення рівня вихованості учнів”. Результати даного тестування викладено в таблиці 3.2.

Аналізуючи отримані результати тесту „Визначення рівня вихованості учнів” (за П.Третяковим), ми визначили, що низький рівень розвитку моральної вихованості мають 32,2% чоловік. Даний рівень характеризується низьким рівнем знань моральних норм та правил; проявом пасивної життєвої позиції, ситуативною та егоїстичною поведінкою; спрямованістю змісту виявів; низьким рівнем самоорганізації та самоконтролю; відсутністю прагнення до самовдосконалення та самовиховання.

Таблиця 3.2.

Результати дослідження рівня сформованості моральної вихованості контрольної групи

Рівні	Показники	
	Кіл-ть дітей	%
Низький	26	32,2
Середній	48	54,5
Високий	9	13,3

Середній рівень розвитку моральної вихованості, що характеризується наявністю часткових знань моральних норм та правил, проявом пасивної життєвої позиції, недосконалістю організаторських та комунікативних навичок, обмеженням вияву ініціативи, невпевненістю у власних рішеннях мають 54,5%.

Високий рівень моральної вихованості, що характеризується наявністю належних знань моральних норм та правил, активної життєвої позиції та стійкої моральної поведінки мають лише 13,3%. Особи з високим рівнем моральної вихованості швидко орієнтуються у складних ситуаціях, швидко адаптуються до нових умов та спілкування в новому колективі, приймають самостійні рішення, наполегливі у діяльності та інше.

Більш наочно отримані результати подано на рисунку 3.2.

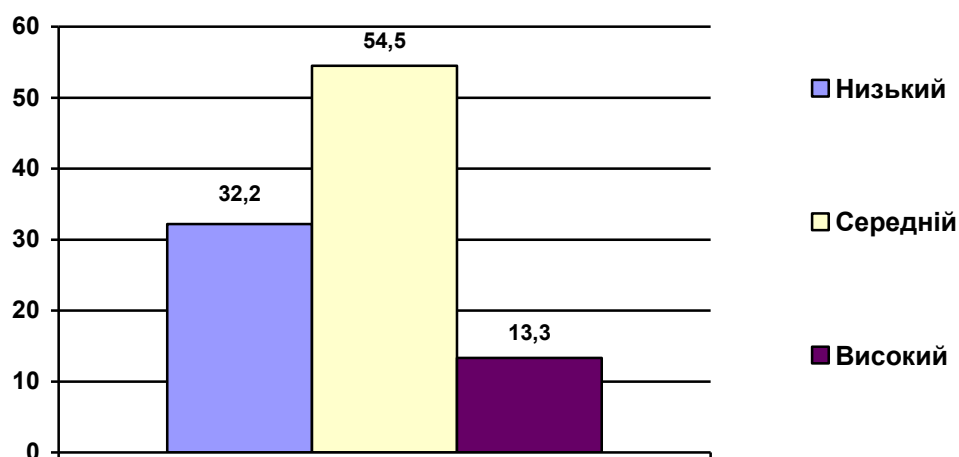


Рис. 3.2. Результати дослідження сформованості моральної вихованості контрольної групи (у відсотках)

Аналіз отриманих результатів тестування кількісного рівня розвитку вольових якостей групи порівняння представлений в таблиці 3.3.

Таблиця 3.3.

Результати дослідження рівня розвитку вольових якостей групи порівняння

Рівні	Показники	
	Кіл-ть дітей	%
Низький	2	4,9
Нижче середнього	8	9,1
Середній	21	18,2
Вище середнього	26	23,8
Високий	31	28,7
Неадекватно високий	14	15,3

Ми з'ясували, що показник низького рівня вольових якостей отримали всього 2 особи, що становить 4,9% від загальної кількості; показник нижче середнього – 8 осіб, що склало 9,1%; середній рівень розвитку вольових якостей мали 21 особа, що склало 18,2%; показник вище середнього отримали 26 осіб, що становить 23,8%; високий рівень розвитку вольових якостей мали 34 особи, що склало 28,7%; неадекватно високий рівень мали 14 осіб, що становить відповідно 15,3%.

Узагальнюючи результати, наведені в таблиці 3.4. та на рисунку 3.3., відзначимо, що в контрольній групі майже половина, а саме 46,16% осіб мали показники середні, нижче середнього та низькі. В групі порівняння кількість осіб, що мають показники середні, нижче середнього та низькі наприкінці становила 32,17%.

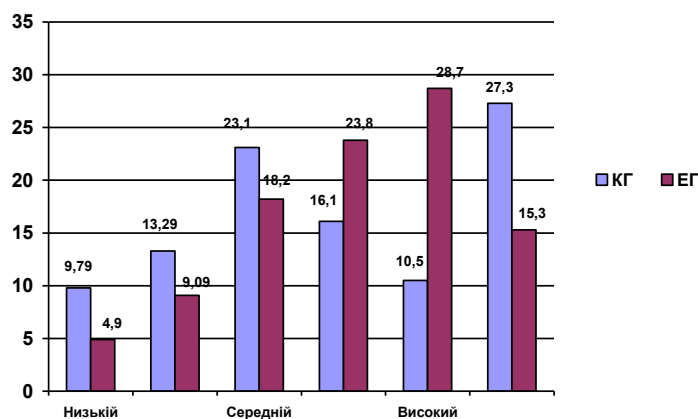


Рис. 3.3. Результати дослідження рівня розвитку вольових якостей

Ми також проаналізували різницю показників розвитку моральної вихованості КГ та ГП (табл. 3.4).

Таблиця 3.4.

Результати дослідження рівня моральної вихованості

КГ та ГП

Рівні	КГ		ГП	
	Кіл-ть дітей	%	Кіл-ть дітей	%
Низький	26	32,2	9	20,3
Середній	58	54,5	63	51,0
Високий	9	13,3	31	28,7

Як презентує таблиця 3.4. показники рівня розвитку моральної вихованості КГ та ЕГ дещо відрізняються.

Якщо кількість дітей з низьким та середнім рівнями КГ складала 86,7%, то в ГП їх кількість складала 71,3% (20,3% – низького рівня; 51% – середнього рівня). Кількість осіб ГП, що отримали високий показник

моральної вихованості склала 28,7% відповідно. Більш наочно отримані результати подано на рисунку 3.13.

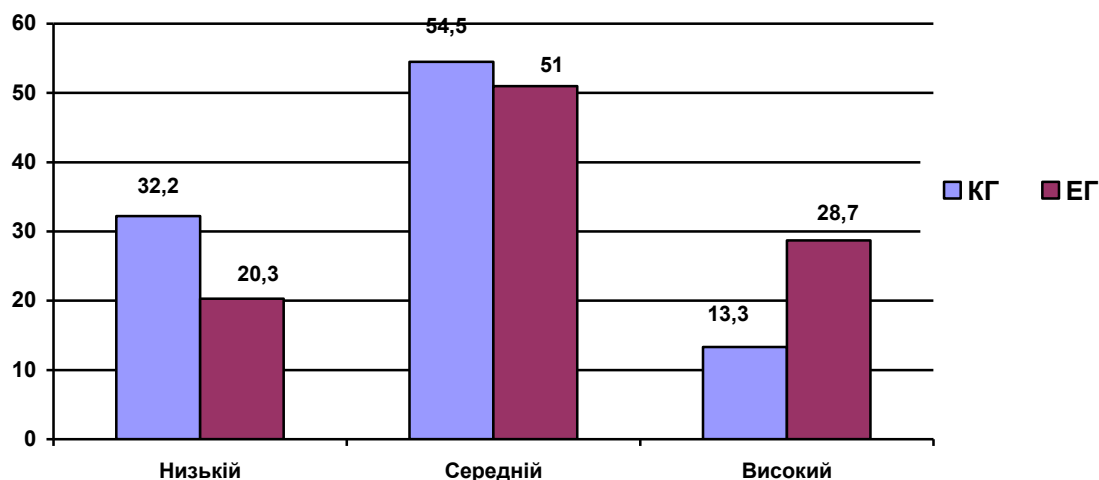


Рис. 3.4. Результати тестування моральної вихованості КГ та ЕГ (у відсотках)

Отримані результати свідчать, що показник низького рівня ЕГ менший на 11,9%; показник середнього рівня менший на 3,5%; показник високого рівня більший на 15,4%.

Висновки до розділу 3.

Отже отримані результати свідчать про позитивний виховний вплив занять фізичною культурою та спортом на розвиток морально-вольових якостей особистості.

ВИСНОВКИ

1. Емоційно-вольова підготовка складається з розвитку особистісних морально-вольових якостей, що забезпечують прояв лідерських якостей, мотивації, вміння концентруватися в потрібний момент, емоційна стійкість, здібність до самоконтролю тощо; стабільність виступу на змаганнях, уміння показувати гарні результати; зосередженість уваги; здатність контролювати рівень збудження, стійкість до стресових ситуацій.

2. При організації занять фізичною культурою та спортом увагу потрібно приділяти вихованню цілеспрямованості й наполегливості особистості. Зазначені якості відіграють вирішального значення в здатності людини формулювати мету, завдання діяльності, цілеспрямованості у досягненні перемог у житті та спортивній діяльності.

Розвиток вольових якостей та моральної вихованості відбувається в процесі формування уявлення про значущість фізкультурно-оздоровчої та спортивної діяльності на основі олімпійських цінностей та ідеалів, що їм притаманні, розвитку активності та самостійності, розумінні важливості особистісних якостей та ціннісних орієнтацій у житті кожної людини.

3. Рівень розвитку вольових якостей в учнів фахового спортивного коледжу наступний: показник низького рівня вольових якостей 4,9%; показник нижче середнього – 9,1%; середній рівень розвитку вольових якостей 18,2%; показник вище середнього отримали 23,8%; високий рівень розвитку вольових якостей 28,7%; неадекватно високий рівень 15,3%.

4. Рівень розвитку вольових якостей у вихованці учнів ЗЗСО №32 наступний: 23,1% вихованців мають занижений рівень вольових якостей (низький та нижче середнього рівні); 23,1%, мають середній рівень розвитку вольових якостей. Показник „вище середнього” отримали 16,1%. Високий та неадекватно високий рівень розвитку вольових якостей мають відповідно 27,3% та 10,5%.

5. Аналіз показників розвитку моральної вихованості показав, що кількість учнів ЗЗСО №32 з низьким та середнім рівнями 86,7%, то в у юних спортсменів їх кількість склала 71,3% (20,3% – низького рівня; 51% – середнього рівня), показник високого рівня моральної вихованості склав 28,7%, що більший на 15,4%.

Результати нашого дослідження свідчать про позитивний виховний вплив занять фізичною культурою та спортом на розвиток морально-вольових якостей особистості

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Артюшенко А. О. Вольові якості школярів і методики їх оцінки. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*, 2001. № 18. С. 31–35.
2. Батаршев А. В. Современные теории личности: Краткий очерк. М.: ТЦ Сфера, 2003. 96 с.
3. Березин Ф. Б., Мирошников М. П., Рожанец Р. В. Методика многостороннего исследования личности. М.: Просвещение, 2006. 74 с.
4. Бурлачук Л., Морозов С. Словарь-справочник по психодиагностике. СПб.: Питер, 2003. 528 с.
5. Гогунев Е. Н., Мартьянов Б. И. Психология физического воспитания и спорта. М. : Академия, 2000. 288 с.
6. Головченко О. Формування особистісних якостей підлітків під час занять фізичною культурою. *Слобожанський науково-спортивний вісник*, 2012. №3. С. 148-153.
7. Гудвин Дж. Исследование в психологии: методы и планирование. СПб.: Питер, 2004. 558 с.
8. Гуменюк Н. П., Клименко В. В. Психология физического воспитания и спорта. К. : Вища школа, 2005. 210 с.
9. Желанова В. В. Морально-вольові якості особистості як суттєва детермінанта формування "навичок ХХІ століття". *Науковий вісник Ужгородського університету. Серія: «Педагогіка. соціальна робота»*, 2017. Вип. 2 (41). URL: <https://dspace.uzhnu.edu.ua/jspui/bitstream/lib/18284/1>
10. Кубар С. М. Гармонізація вольових якостей особистості емоційно-вольової сфери: практикуми. URL: <https://nvk2.khnu.km.ua/res/70-21-85.pdf>
11. Лазарчук А. Цінності людини в науково-психологічному осмисленні. *Психологія і суспільство*, 2003. № 2. С. 19–37.

12.Лайчук А. М. Формування морально-вольових якостей учнів під час тренувального етапу в спортивній школі. *Народна освіта*. URL: https://www.narodnaosvita.kiev.ua/?page_id=5588

13. Марищук В. Л., Блудов Ю. М., Плахтиенко В. А., Серова Л. К. Методики психодіагностики в спорті: учеб. пособие. М.: Просвещение, 1990. 256 с.

14.Платонов В. И. Теория и методика спортивной тренировки. - К. : Вища школа, 1984. 352 с.

15.Плахтиенко В. А., Блудов Ю. М. Надежность в спорте. М. : Физкультура и спорт, 1983. С. 37-43.

16.Психология физического воспитания и спорта / Под ред. Т. Т. Джамгарова, А. Ц. Пуни. М. : Физкультура и спорт, 1999. 144 с.

17.Савельников О. Д. Талант, одаренность и способности в структуре спортивной деятельности. *Теория и практика физической культуры*, 2002. № 4. С.16-20.

18.Сальников В. А. Спортивная деятельность и способности. *Теория и практика физической культуры*, 2001. № 10. С. 24-26.

19.Станин М. И. Психолого-педагогические основы физического воспитания. М. : Просвещение, 2007. 224 с.

20.Фізичне виховання у сучасній школі. URL: <http://pedpresa.com.ua/biblioteka/category/pm/fvss/>

21.Формування морально-вольових якостей, емоційної стійкості. URL: <http://horting.org.ua/node/40993>

22.Шевченко С. Б. Формування особистості та виховання толерантності під час занять з фізичною культурою. URL: http://shevchenkofizvosp.blogspot.ru/p/blog-page_83.html.

23.Штонда А. Г. Змагання як засіб формування вольових якостей учнів. URL: <http://repository.khpa.edu.ua:8080/jspui/bitstream/.pdf>

ДОДАТКИ

Додаток А

Тест-опитувальник А. В. Звєрькова і Е. В. Ейдмана

1. Якщо щось не клеїться, у мене нерідко з'являється бажання залишити цю справу.
2. Я не покидаю своїх планів і справ, навіть якщо доведеться обирати між ними і приємною компанією.
3. Мені неважко стримати спалах гніву, якщо це необхідно.
4. Зазвичай я зберігаю спокій в очікуванні приятеля, який запізнюється.
5. Мене важко відволікти від розпочатої роботи.
6. Мене сильно вибиває з колії фізичний біль.
7. Я завжди намагаюсь вислухати співрозмовника не перебиваючи, навіть якщо йому не терпиться заперечити.
8. Я завжди «гну» свою лінію.
9. Якщо потрібно, я можу не спати впродовж ночі (наприклад, робота, чергування) і весь наступний день бути в «хорошій формі».
10. Мої плани дуже часто перекреслюють зовнішні обставини.
11. Я вважаю себе терплячою людиною.
12. Мені не просто примусити себе холоднокровне спостерігати за видовищем, яке хвилює.
13. Мені рідко вдається примусити себе продовжити роботу після серії образливих невдач.
14. Якщо я ставлюсь до когось погано, мені важко приховати це.
15. Я можу зайнятись своїми справами при незручних та невідповідних обставинах, якщо це необхідно.

Продовження додатку А

16. Мені сильно ускладнює роботу усвідомлення того, що її необхідно обов'язково зробити до певного терміну.
17. Вважаю себе рішучою людиною.
18. Фізичну втому я переношу легше, ніж інші.
19. Краще почекати ліфт, який щойно поїхав, ніж підніматися сходами.
20. Зіпсувати настрій мені не так просто.
21. Іноді якась дрібниця охоплює мої думки, не дає спокою, і я ніяк не можу від неї відчепитися.
22. Мені важче зосередитись на завданні або роботі, ніж іншим.
23. Пересперечати мене важко.
24. Я завжди прагну закінчити розпочаті справи.
25. Мене легко відволікти від справ.
26. Я іноді помічаю, що намагаюсь досягти свого всупереч обставинам.
27. Люди часом заздять моєму терпінню і ретельності.
28. Мені важко зберегти спокій у стресовій ситуації.
29. Я помічаю, що під час монотонної роботи несвідомо починаю змінювати спосіб дії, навіть якщо це призводить до погіршення результатів.
30. Мене, зазвичай, сильно дратує, коли «перед носом» зачиняються дверцята транспорту або ліфта, який від'їжджає.

Додаток Б

Анкета «Визначення рівня вихованості учнів» (за П.Третьяковим)

Завдання: визначити стан рівня вихованості учнів; оцінити і виявити тенденції в розвитку виховного процесу; скласти програму корекції рівня вихованості учнів.

Оцінювання проводять за 3-бальною системою: 3 – так, 2 – не зовсім, 1 – ні. На кожну якість (критерії) виводять одну середньоарифметичну оцінку, в результаті кожен учень має 7 оцінок.

Перед провешенням анкетування необхідно ознайомити учнів із життєвими цінностями, провести обговорення під час виховних заходів, диспутів, “круглих столів” тощо, щоб підлітки усвідомили зміст показників. Також необхідно ознайомити учнів системою оцінювання.

Зміст анкети

1. Ерудиція:

- Міцність і глибина знань;
- Культура мови;
- Доказовість і аргументованість суджень;
- Кмітливність;
- Використання додаткових джерел.

2. Старанність (ставлення до навчання):

- Старанність і сумлінність;
- Регулярність і систематичність занять;
- Самостійність;
- Уважність;
- Взаємодопомога.

Продовження додатку Б

3. Працьовитість (ставлення до праці):

- Організованість і зібраність;
- Ощадливість;
- Звички до самообслуговування;
- Виконання правил безпеки в роботі;
- Естетика праці.

4. Я і природа (ставлення до природи):

- Бережливість до землі;
- Бережливість до рослин;
- Бережливість до тварин;
- Охорона природи в повсякденній життєдіяльності;
- Допомога природі.

5. Я і суспільство:

- Виконання правил для учнів;
- Виконання правил внутрішнього розпорядку;
- Виконання норм і правил людського співжиття;
- Милосердя;
- Участь у житті класу і школи.

6. Естетичний смак:

- Акуратність і охайність;
- Культурні звички в житті;
- Внесення естетики в життєдіяльності;
- Вміння знаходити прекрасне в житті;
- Відвідування культурних центрів.

7. Ставлення до самого себе:

- Я керую собою, своєю поведінкою;
- Вмію організувати свій час;
- Піклується про здоров'я;
- Дотримуюся правил особистої гігієни;
- Я не маю шкідливих звичок.