

7. Liakh, V.Y (2006), "Coordination Abilities: Research and Development", M., 240p.
5. Maleniuk T.V. (2018), "Improvement of the student's speed performance and coordination abilities at the lessons of improving sportsmanship in table tennis" Naukovyi chasopys NPU im. M.P. Dragomanova.. Naukovo pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport): K.: Vyd-vo NPU im. M.P. Dragomanova. Vol. 3 K (97), pp. 320-324.
6. Samokhvalova, I.Iu., Meliushkyna, V.V., Rybalko, P.F. (2018), "Table Tennis As A Means Of Developing The Coordination Abilities Of Students Of The Agrarian University" Visnyk Chernihivskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu. Seria: pedahohichni nauky. Vol. 151. no. 1. – Chernihiv: ChNPU, pp. 133-136.
10. Starosta, V. (1998), "A New Way to Measure and Evaluate Motor Coordination" Teoriya i praktyka fizycheskoi kultury. Vol. 6, pp.8-12.
11. Maman, P., Sandeep, K. B., Jaspal, S. S. (2011), "Role of sport vision and eye hand coordination training in performance of table tennis players", Brazilian Journal of Biomitricity. Vol. 5, no. 2 (ISSN 1981-6324), pp. 106 – 116.
12. Zhang, P., Waard, P., Li, W., Sutherland, S., Jackie Goodway, J. (2012), "Effects of Play Practice on Teaching Table Tennis Skills", Journal of Teaching Physical Education. no. 31. pp. 71-85.

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2020.3(123).11

Захарків С.Й.
Інститут проблем виховання НАПН України, м. Київ

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ВИХОВАННЯ ДИСЦИПЛІНОВАНІСТІ СТАРШИХ ПІДЛІТКІВ У ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ЄДИНОБОРСТВАМИ

У даній статті зроблено спробу розкрити основні теоретичні аспекти виховання дисциплінованості старших підлітків у процесі занять єдиноборствами. Завдяки аналізу психолого-педагогічної літератури встановлено, що проблема виховання дисциплінованості здобувачів освіти є актуальною науковою проблемою й заслуговує особливої уваги на сучасному етапі розвитку освіти. З'ясовано, що дисциплінованість є важливою морально-вольовою якістю особистості, яка характеризується проявом витримки, внутрішньої організованості, життєво необхідних цінностей, виконанням освітніх завдань, обов'язків, норм і правил поведінки. У статті зазначається, що старший підлітковий вік (7-9 класи) є сприятливим щодо виховання дисциплінованості старших підлітків у процесі занять єдиноборствами. Виокремлено, що використання, у процесі виховання дисциплінованості учнів середніх класів, різних видів єдиноборств та спортивно-масової діяльності, є важливими та ефективними засобами формування особистісних якостей.

Ключові слова: дисциплінованість, виховання дисциплінованості, старші підлітки, єдиноборства, здобувачі освіти.

Захарків С.Й. Психолого-педагогический анализ проблемы воспитания дисциплинированности старших подростков в процессе занятий единоборствами. В данной статье сделана попытка раскрыть основные теоретические аспекты воспитания дисциплинированности старших подростков в процессе занятий единоборствами. Благодаря анализу психолого-педагогической литературы установлено, что проблема воспитания дисциплинированности соискателей образования является актуальной научной проблемой и заслуживает особого внимания на современном этапе развития образования. Выяснено, что дисциплинированность является важным морально-волевым качеством личности, которое характеризуется проявлением выдержки, внутренней организованности, жизненно необходимых ценностей, выполнением образовательных задач, обязанностей, норм и правил поведения. В статье отмечается, что старший подростковый возраст (7-9 классы) является благоприятным по воспитанию дисциплинированности старших подростков в процессе занятий единоборствами. Выделено, что использование в процессе воспитания дисциплинированности учащихся средних классов, различных видов единоборств и спортивно-массовой деятельности, являются важными и эффективными средствами формирования личностных качеств.

Ключевые слова: дисциплинированность, воспитание дисциплинированности, старшие подростки, единоборства, соискатели образования.

Zakharkiv S. Psychological and pedagogical analysis of the problem of discipline education in older adolescents in the process of martial arts training. This article makes an attempt to reveal the main theoretical aspects of discipline education in older adolescents in the process of martial arts training. Thanks to the analysis of psychological and pedagogical literature, it has been established that the problem of disciplining education seekers is an urgent scientific problem and deserves special attention at the present stage of education development. It was found that discipline is an important moral and volitional quality of a person, which is characterized by the manifestation of endurance, internal organization, vital values, the fulfillment of educational tasks, responsibilities, norms and rules of behavior. The article notes that senior adolescence (grades 7-9) is favorable for the upbringing of discipline in older adolescents in the process of martial arts. It is highlighted that the use in the process of discipline upbringing of middle school students, various types of martial arts and mass sports activities, are important and effective means of personal qualities formation.

Also, it was possible to find out the main age patterns of older adolescents and their sensitivity to the education of discipline in the process of martial arts, namely: the transition from childhood to adulthood; uneven maturation of functional systems;

the importance of appearance and physique; desire for self-affirmation and independence in practice, stage of development and self-development and others. It is revealed that the use of discipline of martial arts as a kind of sports activity in the process of education is an important and effective means of forming personal qualities, etc.

Key words: discipline, discipline education, older adolescents, martial arts, education seekers.

Постановка проблеми. Наукова проблема виховання дисциплінованості старших підлітків у процесі занять єдиноборствами заслуговує особливої уваги на сучасному етапі розвитку освіти. Адже, попри зроблені помітні кроки у вирішенні завдань даного феномену, проблема цілком не вирішена у сучасній теорії та практиці. Тому є підстави вважати, що в умовах реформування освітнього середовища проблема виховання дисциплінованості здобувачів освіти є недостатньо розробленою й потребує уважного ставлення вчених. Актуальність також обумовлена потребами суспільства у вихованні організованої, відповідальної сучасної молоді, її самореалізації, саморозвитку тощо.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблему виховання морально-вольових якостей учнів середніх класів досліджувала значна кількість педагогів та психологів, таких як І. Бех, О. Борейко, В. Желанова, Е. Єрьоменко, Ж. Кондакова, С. Петригін, Ж. Стельмашук, А. Тіняков та інші. Виховний вплив фізичного виховання і спорту на здобувачів освіти відображено в наукових працях В. Ареф'єва, Д. Бінецького, М. Зубалія, Н. Касіч, О. Остапенка, А. Тінякова, М. Тимчика, Б. Шаповалова та інших. Також, останніми роками здійснено наукові пошуки, зміст яких розкриває ефективність єдиноборств щодо фізичного розвитку та виховання морально-вольових якостей старших підлітків (Л. Авдоніна, С. Захарків, Л. Волков, Е. Єрьоменко, О. Семенюшко, В. Сен та інші). Завдяки вивченню та аналізу психолого-педагогічної літератури можна зробити висновки, що виховання дисциплінованості старших підлітків у процесі занять єдиноборствами є актуальною проблемою, але потребує подальших досліджень у контексті особливостей і потреб сучасної учнівської молоді та освітніх змін тощо.

Мета дослідження – на основі вивчення психолого-педагогічної літератури розкрити зміст виховання дисциплінованості старших підлітків у процесі занять єдиноборствами.

Виклад основного матеріалу дослідження. Завдяки аналізу психолого-педагогічної літератури встановлено, що проблема виховання дисциплінованості була актуальною у різні часи й посідає значне місце серед науковців й учених. Відтак, вдалося узагальнити наукові доробки чеського педагога-гуманіста Я. Коменського, який у XVII сторіччі акцентував увагу на важливості дисципліни. Вчений переконаний, що виховання дисциплінованості молоді повинно здійснюватися у закладах освіти з чіткою, спланованою організацією й постановкою освітнього процесу. Учений відмічає, що найбільш ефективними освітніми методами у процесі виховання дисциплінованості здобувачів освіти є метод особистого прикладу, переконання, похвали, метод осуду, покарання та інші [4].

Важливою є думка В. Селіванова, який вважає, що дисциплінованість є вольовою якістю особистості, яка проявляється в здатності людини підкоряти свої дії, вчинки виконанню загальних правил, завдань та вимог відповідно моралі тощо. При чому, на думку вченого, виховання дисципліни має пройти шлях від зовнішньої дисципліни до внутрішньої, від уміння підкорятися іншим, виконувати покладені обов'язки за власним бажанням та ініціативою. У зв'язку із цим, В. Селіванов вважає, що у здобувачів освіти необхідно виховувати внутрішню дисциплінованість (самодисциплінованість), яка передбачає свідому дисципліну, засвоєння особистістю норм і правил поведінки у різних умовах життєдіяльності; формувати такі ключові компоненти як почуття відповідальності та обов'язку тощо. Крім того, учений виокремлює, що такий вид дисциплінованості не потребує примусу при виконанні завдань. Між іншим В. Селіванов вважає, що освітній процес буде ефективнішим, якщо у процесі виховання дисциплінованості учителі використовуватимуть метод успіху на прикладі відомих й перспективних людей (учнівського ідеалу), вибраної професійної діяльності [8].

На переконання Г. Ващенка під час виховання дисциплінованості школярів педагогам слід приділяти увагу власній поведінці, вчинкам. Оскільки учителі мають показувати особистий приклад дисциплінованості, а саме: вчасно починати і закінчувати уроки; своєчасно перевіряти задані види робіт; бути організованими, витриманими й тактовними у спілкуванні з учнями; слідувати за зовнішнім охайним виглядом та ін. У тому числі, сприяє вихованню дисциплінованості здобувачів освіти, як зазначає Г. Ващенко педагог, використання таких чинників: виконання учнями домашніх завдань різної складності (здійснювати індивідуальний підхід); організація шкільних свят та походів, де учні братимуть активну участь в їх проведенні; застосування самостійної роботи, доручень із чітким встановленням часу їх виконання та інші [2].

У той же час, В. Крутецький стверджує, що проявом дисциплінованості є свідоме підпорядкування особистістю своєї поведінки, діяльності, суспільним правилам, нормам та уміння здійснювати її на практиці. Психолог уточнює, що свідомо дисципліна (самодисципліна) має проявлятися у виконанні людиною завдань, доручень, обов'язків, дотриманні порядку тощо. Учений вважає, що дотримання правил, виконання доручень формують волю особистості, привчає здобувачів освіти долати перешкоди у процесі виконання завдань й досягнення мети, долати «не хочу» заради «потрібно». В. Крутецький радить педагогам виховувати дисциплінованість засновану не на страху, боязні школярів, а на свідомому бажанні, коли учень розуміє необхідність, зміст підпорядкування правилам, нормам [6].

Досліджуючи проблему виховання дисциплінованості здобувачів освіти, О. Омеляненко вдалося з'ясувати, що дисципліна – «це неухильне дотримання встановленого порядку, сумлінне виконання своїх обов'язків, вимог колективу, свідоме підпорядкування поведінки людини громадянському обов'язку» [7].

Отже, на нашу думку, виховання в здобувачів освіти свідомої (внутрішньої) дисциплінованості та самодисциплінованості, сприятиме ефективній організації освітнього процесу у контексті досліджуваної категорії тощо.

Ми погоджуємося з І. Коном, що між віком людини та соціальними можливостями існує певна взаємозалежність. Адже завдяки віковим особливостям, можна передбачити, прогнозувати й слідувати за рівнями розвитку школяра,

визначати його характер діяльності, зміст соціальних ролей та інше. І. Кон вважає, що старші підлітки прагнуть наслідувати дорослих, але при цьому їм властиві такі особливості як: імпульсивність, підвищена емоційна чутливість, балакучість, ризиковані вчинки, (щоб сподобатися одноліткам), непокоря й недовіра, дратівливість, схильність до роздумів та аналізу власних вчинків та інших людей тощо [5].

Підлітковий вік, на думку Л. Божович, має свої специфічні особливості, а саме: проблеми конфліктів, їх походження та подолання; відбувається статевий розвиток; актуалізуються взаємовідносини між однолітками, формується самооцінка тощо. Як зазначає учена, середній шкільний вік є перехідним, етапом психічного розвитку, який спрямовує старших підлітків до самостійного життя. Психолог наводить приклад, що часто незадовільна поведінка учнів середніх класів у школі є показником спроби «хвибно відваги», мета якої полягає у завоюванні поваги, авторитету серед однокласників. Ми погоджуємося з Л. Божович, що недисциплінованість старших підлітків, є прагненням протиставити себе шкільному колективу, бажання бути індивідуальним, неповторним, довести одноліткам свою незламність, непокору, що є також наслідком невміння учнів-підлітків знайти своє місце та інше [1].

На основі аналізу психологічної літератури помітно, що більшість дослідників єдині у поглядах стосовно вікових особливостей старших підлітків й стверджують, що даний вік є одним із найбільш суперечливих, але при цьому, сприятливим щодо виховання моральних та вольових якостей особистості. У своїх наукових працях О. Омеляненко наголошує, що свідомо дисципліна та виховання дисциплінованості має здійснюватися в поєднанні із різномісною освітньою та трудовою діяльністю школярів тощо. При цьому учений наголошує, що спортивно-масова робота, заняття фізичними вправами (регулярні фізичні навантаження) сприяють не лише підтриманню здоров'я здобувачів освіти, а й є засобом виховання самодисципліни [7]. Важливими для нашого наукового пошуку є наукові праці Н. Касіч, яка у дисертаційному дослідженні встановила, що старший підлітковий вік є сприятливим щодо виховання вольових якостей, а фізкультурно-оздоровча діяльність є ефективною у розв'язанні освітніх завдань досліджуваного феномену [3].

Ми погоджуємося з А. Тіняковим, який вважає, що виховання морально-вольових якостей здобувачів освіти має здійснюватися й організовуватися з урахуванням закономірностей конкретного вікового періоду. Учений переконаний, що спортивна, фізкультурна, тренувальна діяльність має великий потенціал щодо розвитку особистісних якостей й має значну виховну функцію (взаємодія учнів-спортсменів між собою у різних, часто непередбачуваних ситуаціях; взаємодія з вчителем фізичної культури, тренером під час спільної діяльності) тощо [11].

Так, на думку В. Сена, вагоме значення для морально-вольового виховання старших підлітків, які систематично займаються єдиноборствами, має впровадження в освітню діяльність змагальної роботи. Оскільки, як стверджує учений, під час змагальної діяльності педагог, тренер має змогу здобути необхідну інформацію, зробити висновки щодо рівнів та особливостей розвитку дисциплінованості учнів середніх класів та інших морально-вольових якостей. У процесі змагань старші підлітки долають труднощі, а саме: уміння переносити значні фізичні та психологічні навантаження; уміння дотримуватися дисципліни, правил та регламенту змагань; уміння керувати власною втомою; адаптація до нових умов та інші. Також В. Сен стверджує, що ефективність виховання морально-вольових якостей старших підлітків засобами єдиноборств залежить від організації педагогами цілеспрямованого освітнього процесу, а саме: використання досвіду поведінки учнів середніх класів, спортсменів; виконання фізичних вправ, спортивної діяльності, яка передбачає подолання труднощів; урахування традицій закладів загальної середньої освіти щодо бойових мистецтв [9].

На думку М. Тимчика, Е. Єрьоменка в освітній роботі з учнями середніх класів слід враховувати й використовувати такі ефективні чинники у контексті їх вікових закономірностей, а саме: залучення старших підлітків до позакласної діяльності (заняття з єдиноборств), яке сприятиме реалізації потреб здобувачів освіти; сприяти, щоб під час занять з хортингу в старших підлітків підвищувалася дисциплінованість та відповідальність за свої дії; використовувати метод змагання та доручення, оскільки вони підтвердили свою ефективність під час організації колективної взаємодії, виконання, яких змушує здобувачів освіти допомагати один одному, долати труднощі, проявляти дисциплінованість, наполегливість та інші важливі особистісні якості; створення у процесі освітньої роботи ситуацій успіху; залучення до занять з єдиноборств та змагальної діяльності батьків та членів родини [10]. Також, М. Тимчику, Г. Коломоєць, Ю. Доукіній вдалося виявити закономірність, що спортивна та фізкультурно-масова діяльність із старшими підлітками є необхідною умовою їх всебічного розвитку, вдосконалення морально-вольових та фізичних якостей тощо [12].

Висновки. Отже, аналіз наукових джерел дав змогу підтвердити неоднозначність, суперечливість й складність організації освітнього процесу щодо виховання дисциплінованості здобувачів освіти в ЗЗСО і доводить, що його ефективність залежить від урахування таких чинників як: розвиток в здобувачів освіти творчого й критичного мислення, уміння аналізувати власні дії, бути організованим, самостійним, керувати своєю поведінкою, дотримуватися чітких правил, виконувати доручення й завдання, бути цілеспрямованим, дисциплінованим тощо. Також, вдалося з'ясувати основні вікові закономірності старших підлітків та їх сенситивність щодо виховання дисциплінованості у процесі занять єдиноборствами, а саме: перехід від дитинства до дорослості; нерівномірне дозрівання функціональних систем; важливість зовнішнього вигляду та тілобудови; бажання до самоствердження та самостійності у практичній діяльності, етап розвитку та саморозвитку та інші. Виявлено, що використання, у процесі виховання дисциплінованості здобувачів освіти, єдиноборств як виду спортивної діяльності, є важливим й ефективним засобом формування особистісних якостей тощо. **Перспективи подальших розвідок у даному напрямі.** Перспективним може бути вивчення: змісту організаційно-педагогічних умов виховання дисциплінованості учнівської молоді у процесі занять єдиноборствами та інше аспекти досліджуваної категорії.

Література

1. Божович Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л. И. Божович. – М. : Просвещение, 1968. – 464 с.

2. Ващенко Г. Г. Виховання волі і характеру. Ч. 2 (педагогічна) / Г. Г. Ващенко. – Бюфало-Мюнхен: „AVANGARD”, 1957. – 270 с.
3. Касіч Н. П. Виховання цілеспрямованості старших підлітків у фізкультурно-оздоровчій діяльності: дис. ...канд. пед. наук : 13.00.07 / Н. П. Касіч. – К., 2019. – 252 с.
4. Коменский Я. А. Избранные педагогические сочинения: В 2 т. [Под ред. А.И. Пискунова] / Я.А. Коменский. – М. : Педагогика, 1982. – Т.2. – 576 с.
5. Кон И.С. Психология ранней юности / И. С. Кон. – Москва: Просвещение, 1989. – 256 с.
6. Крутецкий В. А. Психология / В. А. Крутецкий. – Москва: Просвещение, 1989.
7. Омеляненко О. Виховання дисциплінованості як основи спортивного тренування учнів / О. Омеляненко // Витоки педагогічної майстерності. Серія : Педагогічні науки. – 2015. – Вип. 16. – С. 210-217.
8. Селиванов В.И. Избранные психологические труды / В.И. Селиванов. – Рязань, 1992. – 194 с.
9. Сен В. Д. Нравственно-волевое воспитание подростков средствами восточного единоборства в системе дополнительного образования : на материале занятий кудо: дис. ...канд. пед. наук : 13.00.01 / В. Д. Сен. – Белгород, 2008. – 196 с.
10. Тимчик М. В. Патріотичне виховання старших підлітків у процесі занять хортингом / М. В. Тимчик, Е. А. Єрьоменко // Психолого-педагогічні науки. – №5. – 2013. – 197-202.
11. Тіняков А. О. Виховання моральних якостей учнів спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю: дис. ...канд. пед. наук : 13.00.07. / А. О. Тіняков. – Харків, 2013. – 212 с.
12. Фізичне виховання підлітків у позакласній роботі загальноосвітніх навчальних закладів : навчально-методичний посібник / М. В. Тимчик, Г. А. Коломоєць, Ю. Є. Докукіна [за редакцією М. В. Тимчика]. – К., 2013. – 243 с.

References:

1. Bozhovich L. I. Lichnost i ee formirovanie v detskom vozdaste / L. I. Bozhovich. – М. : Prosveschenie, 1968. – 464 s.
2. Vashchenko H. H. Vykhovannia voli i kharakteru. Ch. 2 (pedahohichna) / H. H. Vashchenko. – Boffalo-Miunkhen: „AVANGARD”, 1957. – 270 s.
3. Kasich N. P. Vykhovannia tsilespriamovanosti starshykh pidlitiv u fizkulturno-ozdorovchii diialnosti: dys. ...kand. ped. nauk : 13.00.07 / N. P. Kasich. – K., 2019. – 252 s.
4. Komenskiy Ya. A. Izbrannyye pedagogicheskie sochineniya: V 2 t. [Pod red. A.I. Piskunova] / Ya.A. Komenskiy. – М. : Pedagogika, 1982. – Т.2. – 576 s.
5. Kon I.S. Psihologiya ranney yunosti / I. S. Kon. – Moskva: Prosveschenie, 1989. – 256 s.
6. Krutetskiy V. A. Psihologiya / V. A. Krutetskiy. – Moskva: Prosveschenie, 1989.
7. Omelianenko O. Vykhovannia dystsyplyinovanosti yak osnovy sportyvnoho trenuvannia uchniv / O. Omelianenko // Vytoky pedahohichnoi maisternosti. Seriya : Pedahohichni nauky. – 2015. – Vyp. 16. – S. 210-217.
8. Selivanov V.I. Izbrannyye psihologicheskie trudy / V.I. Selivanov. – Ryazan, 1992. – 194 s.
9. Sen V. D. Nravstvenno-volevoe vospitanie podrostkov sredstvami vostochnogo edinoborstva v sisteme dopolnitelnogo obrazovaniya : na materiale zanyatiy kudo: dis. ...kand. ped. nauk : 13.00.01 / V. D. Sen. – Belgorod, 2008. – 196 s.
10. Tymchik M. V. Patriotychnе vykhovannia starshykh pidlitiv u protsesi zaniat khortynhom / M. V. Tymchik, E. A. Yeromenko // Psykholoho-pedahohichni nauky. – №5. – 2013. – 197-202.
11. Tiniakov A. O. Vykhovannia moralnykh yakosteі uchniv spetsializovanykh navchalnykh zakladiv sportyvnoho profiliiu: dys. ...kand. ped. nauk : 13.00.07. / A. O. Tiniakov. – Kharkiv, 2013. – 212 s.
12. Fizychnе vykhovannia pidlitiv u pozaklasnii roboti zahalnoosvitnikh navchalnykh zakladiv : navchalno-metodychnyi posibnyk / M. V. Tymchik, H. A. Kolomoiets, Yu. Ye. Dokukina [za redaktsiiei M. V. Tymchika]. – K., 2013. – 243 s.

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2020.3(123).12

УДК 613.8:796.077.5:796/799

Зубрицький Б. Д.

Доцент кафедри фізичного виховання

Національного університету водного господарства та природокористування, м. Рівне

Бірук І. Д.

Асистент кафедри фізичного виховання

Національного університету водного господарства та природокористування, м. Рівне

Сініцина О. В.

Старший викладач кафедри фізичного виховання

Національного університету водного господарства та природокористування, м. Рівне

Петрук Л. А.

Старший викладач кафедри фізичного виховання

Національного університету водного господарства та природокористування, м. Рівне

ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ В СТУДЕНТСЬКІЙ МОЛОДІ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ

У даній статті розглянуто актуальне питання сьогодення щодо збереження здоров'я молоді, яке є головною проблемою сучасного суспільства.