

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЧЕРНІВЕЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ЮРІЯ ФЕДЬКОВИЧА**

**Факультет фізичної культури, спорту та реабілітації
Кафедра теорії та методики фізичної культури**

**РОЛЬ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ У ФОРМУВАННІ
СОЦІАЛЬНОЇ ЗРІЛОСТІ ПІДЛІТКІВ**

**Кваліфікаційна робота
Рівень вищої освіти – другий (магістерський)**

Виконав:

Студент 2-го курсу, 615 групи.

Спеціальності 014.11 Середня освіта (Фізична культура)

(шифр і назва спеціальності)

Скляра Адріана Сергійовича

(прізвище та ініціали)

Керівник: канд. пед. наук, доцент Оксана КИСЕЛИЦЯ

До захисту допущено

на засіданні кафедри

протокол № _____ від _____ листопада 2024 р.

Зав. кафедрою _____ доцент Іван ВАСКАН

Чернівці – 2024

АНОТАЦІЯ

Тема формування соціальної зрілості підлітків за допомогою фізичної культури є надзвичайно актуальною в сучасному світі. Швидкі темпи життя, розвиток технологій, зміна соціальних умов призводять до того, що підлітки все більше часу проводять у віртуальному просторі, що негативно впливає на їхні соціальні навички. Тому пошук ефективних способів розвитку комунікативних, лідерських та інших соціальних компетентностей у молоді є надзвичайно важливим завданням. Фізична культура є потужним інструментом для всебічного розвитку підлітка. Вона не тільки зміцнює здоров'я, але й формує важливі соціальні навички, які будуть корисні їм у подальшому житті. Тому, організація ефективних уроків фізичної культури, спрямованих на розвиток соціальних навичок, є одним з найважливіших завдань сучасного вчителя.

Ключові слова: фізична культура; соціальна зрілість; підлітковий вік; формування особистості; розвиток; рухова активність; комунікація; відповідальність; соціалізація; виховання; навчання; спорт як засіб соціалізації.

ABSTRACT

The topic of forming social maturity of adolescents through physical education is extremely relevant in the modern world. The fast pace of life, the development of technologies, changing social conditions lead to the fact that adolescents spend more and more time in virtual space, which negatively affects their social skills. Therefore, the search for effective ways to develop communicative, leadership and other social competencies in young people is an extremely important task. Physical education is a powerful tool for the comprehensive development of a teenager. It not only strengthens health, but also forms important social skills that will be useful to them in later life. Therefore, the organization of effective physical education lessons aimed at the development of social skills is one of the most important tasks of a modern teacher.

Keywords: physical education; social maturity; adolescence; personality formation; development; motor activity; communication; responsibility; socialization; upbringing; learning; sport as a means of socialization.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
 РОЗДІЛ 1. ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ СОЦІАЛЬНОЇ ЗРІЛОСТІ ТА ЇЇ КОМПОНЕНТІВ У ПІДЛІТКІВ	11
1.1. Поняття соціальної зрілості та її структура	11
1.2. Соціальні почуття та їх особливості у структурі соціальної зрілості ..	20
1.3. Фактори формування компонентів соціальної зрілості у підлітків	23
 РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ	31
2.1. Методи дослідження.....	31
2.2. Організація дослідження	32
 РОЗДІЛ 3. АНАЛІЗ РЕЗУЛЬТАТІВ ДОСЛІДЖЕННЯ СТАНОВЛЕННЯ СОЦІАЛЬНОЇ ЗРІЛОСТІ ТА ЇЇ КОМПОНЕНТІВ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ	34
 ВИСНОВКИ	54
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	57
ДОДАТКИ	60

ВСТУП

Актуальність дослідження. Нестабільні політичні, економічні, ідеологічні, екологічні умови в країні призводять до значних психологічних змін нашого народу, і особливо молоді. Серйозну тривогу викликає втрата значною її частиною почуття відповідальності, інфантильність, егоїзм, що призводить до непорозуміння між дорослими й молодими людьми, між батьками й дітьми. Особливо турбує зростаюча агресивність, жорстокість, цинізм і водночас прогресуюча відчуженість, підвищена тривожність, духовна спустошеність молоді, що зумовлює правопорушну і злочинну поведінку.

Складний процес соціального розвитку особистості, оволодіння досвідом соціальних вчинків і відносин погано регулюються в країні. Сім'я перестала виконувати одну з найважливіших функцій – виховання дітей. Вона повністю передала цю функцію школі, покладається на педагогічні колективи. Учителі, звичайно, багато приділяють уваги учням, але на першому плані, як і багато років тому назад, у школі поставлене навчання, яке складає лише одну із умов становлення особистості і її соціального становлення. Знання навчальних предметів, які вивчаються згідно програми на кожному віковому етапі розвитку дитини, ще не визначають її соціальну спрямованість і соціальну зрілість.

Серйозний психологічний фактор, що здійснює деформуючий вплив на становлення особистості і її соціальної зрілості, – відсутність довіри до підростаючого покоління, ставлення навіть до підлітків і старшокласників як до дітей. Підлітки, старшокласники не втягнуті ніяк у сферу діяльності суспільства. Вони не тільки штучно відмежовані від важливих справ і нічого у своєму житті не вирішують. Звичайно важливу роль у соціальному дозріванні підлітків і старшокласників могли б зіграти дитячі організації, які почали створюватись кілька років тому, але без підтримки й допомоги дорослих діяти вони не в змозі. У результаті спостерігається різке протиріччя

між розвитком сучасних дітей й обмеженими можливостями суспільного функціонування і учні виступають об'єктами і зовсім не суб'єктами виховання і соціального становлення.

Соціально-психологічна дорослість підлітків і старшокласників, їх готовність і потреба в самоствердженні часто стикаються не тільки з нерозумінням контактуючих з ними дорослих, але й ігноруванням їх особистісного розвитку з боку навчально-виховних закладів і значущих дорослих.

У сучасній психології існують різні підходи щодо визначення особистості і особливостей її становлення (І.Д. Бех, І.С. Булах, А.Г. Ананьєв, О.М. Леонтьєв, Л.І. Божович, А.В. Петровський, Г.С. Костюк та ін.). Відома концепція розвитку особистості О.М. Леонтьєва. Він вказує, що особистість являє собою систему, «надчутливу» якість, яку набуває індивід у соціальних відносинах, у які він вступає завдяки своїй діяльності, а розвиток особистості можна розглядати як процес, що характеризується рівнем формування саме такої системної якості особистості, в якій відображається рівень його соціальної зрілості, інтеграції і розкриття суспільної сутності особистості. Як засвідчують експериментальні дані Д.І. Фельдштейна, «соціальний розвиток особистості не тільки випереджає інтелектуальний, але, головне, на всіх вікових переходах (переломних моментах психічного розвитку) базовим, стартовим стає новий рівень її соціальної зрілості, який і визначає можливості переходу на наступний етап онтогенезу» [46, 12]. Цей процес зумовлюється як індивідуальними особливостями дитини, підлітка, старшокласника, так і цілою низкою впливу різних зовнішніх факторів, зокрема, характеру сімейного виховання, особливостей стосунків і взаємодії з найближчим оточенням, системою педагогічних впливів шкільного виховання, подій у суспільстві та ін. А тому соціальний розвиток може бути деформований, викривлений. Отже, процес становлення соціальної зрілості повинен бути під контролем певних державних структур, плануватись як центральне завдання виховання й розвитку особистості.

І.Д. Бех та І.С. Булах надають особливе значення в процесі становлення особистості вихованню, зокрема, «формуванню моральної самосвідомості, в основу якого покладено особистісно-орієнтовану модель» [1; 3].

Глибоке вивчення процесу соціального дозрівання особистості дозволяє детально розглянути особливості формування соціальної ролі індивіда в суспільстві та визначити оптимальні періоди для розвитку соціальних навичок

Рання юність – це справді унікальний період, сповнений як неймовірних можливостей, так і складних викликів. Саме в цей час підлітки активно шукають своє місце у світі, формують власну ідентичність та соціальні зв'язки. Виступаючи як особливий етап становлення особистості, рання юність являє собою складний процес особистісного розвитку, що відзначається різноманітними характеристиками соціальної зрілості. Рання юність – це період бурхливого розвитку, коли підлітки активно формують свою особистість, світогляд і соціальні ролі. Можливості, які їм надаються, а також швидкість їхнього соціального розвитку значною мірою залежать від низки факторів, серед яких: соціальне оточення, культурні особливості, соціально-економічні умови, ЗМІ та соціальні мережі. По мірі становлення дорослості в період ранньої юності змінюються характер і особливості бачення себе в суспільстві, сприймання суспільства, ієрархії суспільних зв'язків, змінюються їх мотиви і міра їх відповідності суспільним потребам.

Соціальна зрілість змістовно розкривається в соціальній спрямованості особистості, соціальній позиції, світогляді, прагненні зрозуміти значення і сенс життя. Значущими критеріями соціальної зрілості в ранній юності стають соціальні почуття, які особливо яскраво проявляються в цей період.

Психологія емоцій і почуттів – одна з найновіших і найскладніших для вивчення проблем у колі психологічних досліджень. Серед них і проблема соціальних почуттів та їх формування в ранній юності, яка залишається

надзвичайно актуальною у наш час і особливо на нинішньому етапі розвитку нашого суспільства.

В.П. Васильєв відмічає, що «перед старшокласниками стоїть завдання соціального й особистісного самовизначення, яка означає чітке орієнтування на визначення свого місця в дорослому світі, у суспільстві» [4, с. 416].

Р.С. Нємов зауважує, що «на період ранньої юності припадає становлення моральної самосвідомості. Саме в цей період юнаки й дівчата зацікавлено й активно обговорюють питання морального вибору, моральності вчинків. Ці питання їх цікавлять не стільки з пізнавальної точки зору, скільки у плані їх власного морального самовизначення у зв'язку з переживанням перших почуттів кохання. Їхні пошуки, пов'язані з моральним вибором у цьому віці, як правило, виходять за межі їхнього безпосереднього спілкування. Бурхливі соціальні події, що відбулися за останні роки і особливо в нашій країні і перетворення, які зараз відбуваються в нас, власною логікою заставляють старшокласників самостійно робити свій вибір, особисто орієнтуватися у всьому, оцінювати результати подій і займати власні незалежні позиції» [30, с. 194].

Отже, період ранньої юності є сензитивним для формування вищих почуттів взагалі і соціальних зокрема.

Основне завдання школи – організація і проведення великої роботи по комплексному – ідейно-політичному, моральному, естетичному, трудовому вихованню учнівської молоді. При такому підході відбувається вплив не лише на інтелект, розум учнів, а й розвиваються їх соціальні почуття – почуття патріотизму, дружби й мирного співіснування народів різних національностей нашої України, почуття колективізму, оптимізму, соціальної відповідальності.

Соціальні почуття – основа становлення соціальної зрілості, необхідна умова розвитку політичної свідомості й активної життєвої позиції, активного ставлення до подій у країні, прагнення до участі у визначенні шляхів

демократизації суспільства, вирішенні економічних проблем, соціально-політичних питань та ін..

Через значні зміни в суспільстві, сучасні старшокласники стоять перед складними виборами та викликами, які потребують від них високого рівня соціальної зрілості. Швидкі зміни в суспільстві, розвиток технологій, глобалізація – все це створює нові умови для життя молодого покоління.

Соціальні почуття формуються поступово й повільно, і часто їх розвиток на кінець навчання у школі не досягає потрібного рівня, що негативно впливає на прояви особистісних можливостей випускників школи, призводить до песимістичного ставлення до свого майбутнього, байдужості до подій у суспільстві, до життя самого суспільства.

Соціальні почуття покликані виховувати педагоги всіх навчальних дисциплін, зокрема при викладанні історії нашої країни, української мови й літератури, географії та ін.. Не останнє місце належить і вчителю фізкультури, адже саме він формує фізичне та моральне здоров'я, почуття відповідальності, соціальну активність, вольової, групової, емоційної, інтелектуальної та організаторської єдності та інших важливих особистісних якостей своїх вихованців.

Цим і зумовлений вибір теми кваліфікаційної роботи: «Роль фізичної культури у формуванні соціальної зрілості підлітків».

Метою дослідження є теоретичне обґрунтування та експериментальне підтвердження ефективності використання занять фізичною культурою для формування соціальної зрілості у підлітків.

Завдання:

1. Проаналізувати теоретичні підходи до розуміння соціальної зрілості підлітків та впливу фізичної активності на особистісний розвиток.
2. Виявити фактори формування соціальної зрілості та соціальних почуттів та дослідити прояви особливостей соціальних почуттів у підлітків.

3. Здійснити аналіз результатів дослідження ефективності використання занять фізичною культурою для формування соціальних навичок у підлітків.

Об'єкт дослідження – процес формування соціальної зрілості підлітків.

Предмет дослідження – вплив фізичної культури на розвиток соціальної зрілості підлітків.

Для розв'язання поставлених завдань використані **методи**: *теоретичні*: аналіз психолого-педагогічної та методичної літератури з проблеми дослідження; загальнонаукові (систематизація, класифікація, узагальнення); *емпіричні*: спостереження, групові, індивідуальні бесіди, тестування, анкетування, методи статистичного опрацювання результатів дослідження.

Гіпотеза дослідження: полягає в припущенні того, що процес формування соціальної зрілості та її складових у старшокласників буде ефективним і результативним, якщо заняття з фізичної культури та спорту стануть одним із ключових чинників розвитку їхньої соціальної спрямованості, моральної зрілості та соціальних почуттів. На таких заняттях, окрім фізичного розвитку, відбувається формування морального здоров'я, соціальної активності, відчуття приналежності до команди та групової єдності (інтелектуальної, вольової, емоційної, організаційної). Створюються максимальні умови для розкриття здібностей, які залишаються поза увагою впродовж вивчення інших предметів, а також для розвитку організаторських і комунікативних навичок, засвоєння моральних норм, цінностей, емпатії та інших важливих якостей.

Теоретичне і практичне значення отриманих результатів. Результати дослідження стануть теоретичною основою для дослідження проблеми становлення соціальної зрілості, а також її компонентів у старшокласників.

Матеріали наукового дослідження можуть бути використані з метою забезпечення супроводу професійної діяльності педагогів; можуть

використовуватися методичною службою освітніх установ, управлінь освіти, підвищення кваліфікації педагогів.

Особистий внесок. Підготовка тез та участь у конференціях з теми наукового дослідження, зокрема:

Адріан Скляр. Киселиця О.М. Вплив занять спортом на розвиток соціальних навичок у старшокласників.

https://www.chnu.edu.ua/media/ibnn3lcv/ffkzl_2024.pdf

Структура роботи: кваліфікаційна робота складається зі вступу, трьох основних розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків.

РОЗДІЛ 1

ФОРМУВАННЯ СОЦІАЛЬНОЇ ЗРІЛОСТІ ТА ЇЇ КОМПОНЕНТІВ У РАННІЙ ЮНОСТІ

1.1. Поняття соціальної зрілості та її структура

Поняття «соціальна зрілість» є досить молодим і багатограним в психології. Незважаючи на велику кількість досліджень, досі не існує єдиного, універсального визначення цього поняття [39; 46-48].

Спробуємо дати визначення цього поняття, виходячи з тлумачення таких понять, як «соціальний», «суспільний», «зрілий», «громадський» та ін. «Соціальний – суспільний, що відноситься до життя людей і їх стосунків у суспільстві» [22].

«Суспільний» означає те, що стосується суспільства, відбувається в ньому та пов'язане з діяльністю людей у соціальному середовищі. «Зрілий» – це той, хто досяг повного розвитку, сформувався як особистість. Також зрілість характеризується як властивість людини, що досягла обдуманості, досконалості, досвіду.

Поняття «зрілість» розглядається як здатність засвоювати моральні норми, принципи міжособистісного спілкування та поведінки в колективі. Зрілість є результатом процесу дорослішання і певною мірою залежить від віку. Вважається, що з віком рівень особистісної та соціальної зрілості зазвичай зростає. Проте соціальна зрілість не визначається лише віком. Її прояви та рівень формування значною мірою залежать від умов, у яких людина виховувалася та розвивалася. Тому підлітки та старшокласники нерідко демонструють високу соціальну зрілість, тоді як деякі дорослі можуть залишатися на дитячому рівні у своїх поглядах та ставленні до важливих аспектів людських відносин.

Таким чином, соціальна зрілість, на наш погляд, є якісною характеристикою рівня психологічного розвитку і психічним станом, що відображає здатність людини усвідомлювати свій рівень розвитку. Вона

виступає показником сформованості правил, норм і стосунків особистості з реальністю та критерієм усвідомлення своєї поведінки у суспільстві.

Соціальна зрілість має свою специфічну структуру.

Перший компонент соціальної зрілості – свідомість, яка розуміється як уміння, здатність розбиратися в оточуючій дійсності, правильно оцінювати й повністю розуміти оточення, здатність мислити, роздумувати й визначати своє ставлення до дійсності, здатність усвідомлювати свої вчинки та емоційні стани. «Свідомість – вищий рівень психічного відображення і саморегуляції і властива лише людині» [27; 28].

Людина, у якої розвинута свідомість, здатна усвідомлювати свої вчинки, переживання, правильно їх оцінювати.

Отже, *другою* складовою соціальної зрілості є самосвідомість – «самоусвідомлення особистістю власних характеристик, особистісних рис, інтересів, потенціалу та інших складових індивідуальності.» [38]. Самосвідомість дозволяє людині пізнати свій внутрішній світ, відчувати його та формувати відповідне ставлення до себе.

Самосвідомість – «це усвідомлення себе як члена суспільства, своїх відносин з соціальним оточенням, своїх сил, дій і вчинків, думок і почуттів. Це знання себе і ставлення до себе» [21]. Становлення самосвідомості є стрижнем морального розвитку і фундаментом соціальної зрілості особистості.

С.Л. Рубінштейн підкреслює, що «самосвідомість – це результат поступового пізнання самого себе. Дитина вчиться пізнавати себе в процесі оволодіння знаннями, спілкування та взаємодії з іншими. Чим більше вона пізнає інших людей, їх мотиви поведінки, чим більше спостерігає за оточуючими в різних життєвих ситуаціях, тим глибше може проникнути у свою сутність» [41].

Будучи невід’ємним компонентом процесу становлення особистості, самосвідомість постійно розвивається під впливом виховання і активної

діяльності людини і при наполегливій роботі особистості над собою може досягти високого рівня.

Третім компонентом соціальної зрілості є моральна зрілість. Моральні якості, моральні норми, моральні цінності, засвоєні й присвоєні людиною, стають регулятором її поведінки. «Моральність – це правила, норми, які виробляються попередніми поколіннями, стають неписаними законами, яких повинні дотримуватись усі без винятку люди. Вони визначають характер дій і вчинків людини, духовні й душевні якості, необхідні їй для організації стосунків і взаємодії в суспільстві» [21; 31].

Моральне виховання як соціальне явище виконує соціальну функцію. Його завдання – передача наступному поколінню нагромадженого суспільством досвіду. Будучи складовою частиною суспільного, моральний досвід включає висновки, принципи, ідеї, правила, вироблені на базі життєвих спостережень і особистого досвіду. Кожне підростаюче покоління засвоює моральний досвід попередніх поколінь і на цій основі будує свої взаємовідносини з навколишнім середовищем і свій моральний досвід. Засвоєння морального досвіду – активний, творчий процес. Визначаючи особистісне ставлення до основних моральних цінностей і норм, вибираючи ідеал, кожне нове покоління вносить у досвід свої корективи. Досвід моральної поведінки у дітей різного віку формується під впливом сімейного виховання, спілкування з соціальним оточенням, навчально-виховного процесу в школі, громадських організацій, ЗМІ та ін.

У формуванні морального досвіду виступають два «взаємопов'язані напрямки:

- 1) вироблення певної системи переконань, звичних відносин, мотивів дій, моральних почуттів;
- 2) вироблення стійких форм поведінки, соціальної спрямованості, позиції стосовно суспільства і способу поведінки в суспільстві» [2]. Вони мають значення тільки в єдності і взаємозв'язку. Кожен із названих

напрямків, взятий окремо, не може забезпечити ефективності становлення моральної зрілості особистості.

Важливим у цьому процесі є самоусвідомлення й самовиховання моральності. Моральне самовиховання, особливо характерне для періоду ранньої юності, є внутрішньою стороною формування моральної зрілості. Моральне самовиховання – «це зусилля людини, спрямоване на вдосконалення самої себе як соціально активної особистості, на засвоєння морального досвіду попередніх поколінь, залучення до норм соціального життя» [38]. Моральне самовиховання – «це вольова діяльність кожного, спрямована на формування високоморальної поведінки, розвиток вимогливості до себе, здатності розумно регулювати свої дії і вчинки відповідно до моральних вимог суспільства, відповідальності перед суспільством за свої дії» [27].

Моральна зрілість – чи не найскладніший компонент соціальної зрілості. Вона включає низку моральних якостей, які повинні досягти повної сформованості, бути усвідомленими й прийнятими особистістю. Це такі якості, як: гідність, доброта, совість, чесність, порядність, доброзичливість, взаємодопомога, альтруїзм, бережливість, ввічливість, правдивість, повага, любов до людини та ін., тобто всі ті якості, які в комплексі складають моральне здоров'я особистості, що створює імунітет до різних видів соціального зла, забезпечує моральний вибір, визначає життєву позицію, усвідомлення сенсу життя.

В.П. Васильєв, І.С. Кон, А.В. Мудрик, Г.С. Костюк, І.С. Булах й інші зауважують, що «моральні почуття становлять основу формування соціальної зрілості та соціальних почуттів. Вони відображають стійке ставлення людини до суспільства, інших людей і самої себе. Ці почуття тісно пов'язані з прийнятими в суспільстві нормами поведінки та з оцінкою відповідності або суперечності дій, вчинків і намірів людини цим нормам» [32].

Четвертим компонентом соціальної зрілості є світогляд особистості. «Світогляд – це погляд на світ у цілому система уявлень про загальні

принципи й основи буття, життєва філософія людини, сума всіх її знань» [38]. «Світогляд – цілісна, стійка система поглядів про світ і закономірності його розвитку, про явища й процеси природи й суспільства. Вона здійснює глибокий вплив на діяльність мас, класів і кожної окремої людини» [45].

Світогляд – «це не лише логічно вибудована система знань, а насамперед система переконань, що відображають ставлення людини до навколишнього світу та визначають її основні ціннісні орієнтири» [23].

Рання юність є ключовим етапом у формуванні світогляду, оскільки саме в цей період відбувається дозрівання пізнавальних і емоційно-особистісних передумов, необхідних для його становлення. Для періоду ранньої юності властиве не просто зростання обсягу знань, а й розширення розумових можливостей, поява теоретичних інтересів і потреб звести нагромадження різноманітних факторів у певну систему і принципи. Юнаки та дівчата активно займаються пошуком свого світогляду, що передбачає соціальну орієнтацію особистості. Це включає усвідомлення особистістю як частини соціальної спільноти, визначення свого майбутнього місця в суспільстві та вибір шляхів його досягнення.

Таким чином, соціально самовизначена людина легше адаптується до змін у суспільстві, будує міцні соціальні зв'язки.

Вчені, які вивчають проблеми становлення особистості старшокласника та її спрямованості І.С. Кон, Р.С. Немов, А.В. Мудрик та ін. звертають увагу на те, що своєрідним фокусом світоглядних пошуків юності стає проблема сенсу життя. У ранній юності це питання виникає вперше. І в цьому полягає особлива складність пошуків відповіді на нього, тому що досвіду практичного життя недостатньо. «Ставлячи питання про сенс життя, юнак чи дівчина думає водночас і про напрямки суспільного розвитку взагалі, і про конкретні цілі власного життя» [13].

Підліток прагне не тільки з'ясувати та усвідомити суспільне, об'єктивне значення можливих напрямків власної діяльності, а разом з тим, знайти особистісний зміст та зрозуміти, що саме може дати ця його

діяльність йому, чи відповідає вона його індивідуальності? Він хоче визначити, «яке його особисте місце в суспільному житті, в якій саме діяльності в найбільшій мірі розкриваються його індивідуальні здібності» [12, с. 139-140].

Учитель фізичної культури, розвиваючи фізичні сили учнів, його фізичне здоров'я, одночасно повинен роз'яснювати своїм вихованцям, що відповіді на ці питання визрівають у процесі діяльності і в практиці життя, що є багато форм суспільно-корисної діяльності, які можуть допомогти їм знайти себе, реалізувати свої потенційні можливості і здібності. Життя людини надзвичайно багатогранне, і воно дає змогу особистості шукати себе в багатьох напрямках, у багатьох видах творчості. Питання, які постають перед старшокласниками про сенс життя, полягає не тільки в тому, ким бути, щоб знайти, відкрити себе, а в тому, яким бути, тобто сенс життя не визначається лише вибором професії. Необхідне перш за все моральне самовизначення.

Питання про сенс життя як погляд на себе з позиції іншої людини, на думку І.С. Кона, – це психологічний симптом певної незадоволеності. Рефлексія та критична переоцінка цінностей, що зазвичай зводяться до роздумів над сенсом життя, психологічно часто супроводжуються паузою або «вакуумом» у діяльності чи міжособистісних стосунках.

«У старшокласників рефлексія, (сприймання себе з позиції іншого і самоаналіз) зумовлена очікуваннями, пов'язаними з визначенням своєї перспективи, прагненням не помилитись, правильно оцінити минулий відрізок життя й змодельовати майбутнє» [18].

Критичний погляд на свій життєвий шлях і свої стосунки з оточуючим світом «піднімає особистість старшокласника над безпосередньо «даними» умовами, і він відчуває себе суб'єктом діяльності й будови свого життя» [12, с. 140-143].

Дослідник А.В. Мудрик, вивчаючи становлення світогляду старшокласників, вважає, що саме по собі виникнення питання «В чому сенс

життя?» свідчить про те, що наступив час перемін, морального вибору і прийняття рішень.

У ранній юності питання про сенс життя надзвичайно турбує кожну молоду людину через відсутність досвідченості в пошуках відповіді на нього. Лише формується певний рівень готовності до пошуків таких відповідей.

Пошук сенсу життя – не просте завдання для старшокласника. «Хочеться знайти відповідь, яка б могла разом пояснити і себе, і своє життя, і оточуючих людей, і своє місце серед них і в житті взагалі, і своє сьогодні і завтра» [29, с. 117-118].

У процесі занять спортом в учнів старшого шкільного віку під впливом свого вчителя формується переконаність у тому, що лише людина, витривала фізично й сильна духом, вольова, цілеспрямована, з широким обсягом знань може знайти себе, визначити правильно своє місце в суспільстві, бути корисною йому й отримувати задоволення від життя.

Відомо, що світоглядні акценти не вирішуються один раз в житті. Кожен поворот, зміна в соціальній ситуації спонукають особистість знову повертатись до цих питань, переглядати свої минулі рішення і вчинки, зміст прожитого минулого. У ранній юності це робиться найбільш категорично.

Питання про сенс життя є однією з ключових тем, що постають у період ранньої юності. Це час, коли молоді люди активно шукають відповіді на складні питання і прагнуть знайти свій шлях у світі. Вони часто очікують на універсальну відповідь, яка буде однаково релевантною для всіх їхніх однолітків. Однак сенс життя є індивідуальним і змінюється в залежності від досвіду та життєвих обставин кожної особистості.

На уроках фізкультури і спорту і при індивідуальній роботі по підготовці спортсменів до участі у змаганнях, а також у процесі самих змагань складаються оптимальні умови, де учні можуть переконатись у своїх можливостях, у своїх прихованих здібностях і в тому, що розкрити себе, а разом з цим принести користь іншим можна лише в практичній діяльності.

Заняття за розкладом чи за спеціальним планом дають можливість учителю фізкультури формувати організаторські й комунікативні здібності, моральні норми й цінності, розвивати навички й культуру спілкування, вміння будувати свої стосунки з оточуючими, встановлювати й підтримувати контакти з новими людьми, що набуває неабиякого значення у формуванні світогляду та соціальних почуттів у ранній юності.

«Стосунки з оточуючими у процесі занять на уроках фізкультури і спорту і на різнорівневих змаганнях, комунікативна взаємодія з ними допомагає дівчатам і юнакам краще пізнати їхнє життя, їхній життєвий досвід, а також свої здобутки і особливості впродовж свого життя, «пізнати себе», намагатися оцінити свої можливості та наблизитися до відповіді на питання про сенс життя, до самовизначення і самосприйняття» [33].

Спілкування з іншими людьми, стосунки з найближчим оточенням – один із важливих факторів становлення самосвідомості та світогляду старшокласника.

Науковець А.В. Мудрик, вивчаючи спілкування старшокласників у різних умовах (у школі, в сім'ї, у дворі, у позашкільних закладах, у літніх таборах), прагнув визначити його значення для особистості. Результати досліджень засвідчили, що «спілкування перш за все допомагає старшокласнику пізнати самого себе. І чим старшими були опитувані, тим частіше вони про це заявляли. У цілому більше 40% респондентів дали такі відповіді» [29, с. 32].

А.С. Макаренко дійсно глибоко проаналізував складність формування світогляду у підлітків. Його концепція «ближньої» та «віддаленої перспективи» є надзвичайно актуальною і донині.

Ближня перспектива: Це повсякденні справи, актуальні проблеми, бажання, які виникають «тут і тепер». Це можуть бути шкільні завдання, стосунки з друзями, розваги.

Віддалена перспектива: Це більш глобальні цілі, мрії, плани на майбутнє. Це пов'язано з вибором професії, створенням сім'ї, внеском у суспільство.

П'ятим компонентом, що входить до змісту соціальної зрілості, є соціальні почуття. «До соціальних почуттів ми відносимо любов до Батьківщини, бажання й готовність реалізувати свої здібності й можливості на благо суспільства, переживання радості за досягнення нашого народу, міцну соціальну спрямованість кожного, соціальну відповідальність, оптимізм і ін..» [6; 7].

Отже, короткий огляд досліджень різних авторів засвідчує, що рання юність – це оптимальний період для формування соціальної зрілості і її складових. На цьому етапі проходить розвиток світогляду, значно ширшим стає обсяг знань, формуються погляди на світ, на закономірності його розвитку. Перед кожним юнаком чи дівчиною постає питання професійного, суспільного і морального самовизначення, відбувається становлення моральної самосвідомості та готовності до морального вибору. Виникає питання визначення власної цінності в суспільстві, сенсу життя та потреба відшукати відповідь на нього. Це активізує пізнавальну та емоційно-вольову сфери психіки, заставляє старшокласника звернутись до самоаналізу та самооцінювання, аналізу й визначення цінності прожитого відтинку власного життя і передбачення майбутнього. Старшокласники більше придивляються до соціального оточення й краще пізнають інших людей, а разом з цим і себе, свій внутрішній світ, своє ставлення до окремих спільнот і суспільства в цілому.

Найяскравішим критерієм рівня сформованості соціальної зрілості є соціальні почуття.

1.2. Соціальні почуття та їх особливості у структурі соціальної зрілості

Виховання соціальних почуттів у старшокласників може бути ефективним, якщо воно спиратиметься на глибоке розуміння психологічної суті, сфери функціонування і особливостей їх розвитку.

«Соціальними є почуття, в яких особистість відчуває свою приналежність до певної соціальної спільноти та виражає своє ставлення до її життєдіяльності і перспектив розвитку» [34, с. 6].

Соціальні почуття є однією з типових характеристик особистості людини. Справедливо вважають дослідники, що соціальні почуття – органічний компонент світогляду особистості та її соціальної зрілості.

Важливість соціальних почуттів у психічній діяльності людини пояснюється великою кількістю виконуваних ними функцій. На відміну від інших почуттів, які мають по три – чотири функції, соціальним почуттям належить не менше десяти: регулятивна, цілеутворююча, ціннісно-орієнтаційна, адаптивна, ідентифікаційна, комунікативна, мотиваційна, оціночна, прогностична, гедонічна. Це пояснюється тим, що, крім функцій, властивих усім взагалі почуттям, до функцій соціальних почуттів додаються ще функції, що виникають на фоні специфіки ставлення особистості до суспільства.

Вивчення питання про функції соціальних почуттів засвідчує, що деякі функції у певних соціальних почуттях виражені інтенсивніше, ніж у інших. Це зумовлюється характером сфери (спілкування, дії чи пізнання), в якій ці почуття найчастіше проявляються.

Соціальні почуття численні й різноманітні. Реальне їх функціонування показує, що кожне з них потрібно розглядати як одну з точок своєрідного континууму, сукупності соціальних почуттів. У межах цих неперервних утворень можлива й необхідна класифікація соціальних почуттів.

В основу класифікації соціальних почуттів покладено принцип діалектично-матеріалістичного розуміння особистості як суб'єкта дії,

пізнання і спілкування. За цим принципом визначено систему соціальних почуттів, яка включає в себе низку різних блоків.

В.Л. Поплужний розглядає соціальні почуття в соціально-психологічному аспекті. Перш за все він виділяє групу тих, які спрямовані на емоційне поєднання людини із спільнотою. Це ідентифікаційні почуття. До них належить почуття партійності, патріотизму, інтернаціоналізму, загальноукраїнської гордості, соціальної відповідальності та ін. Ці почуття тим легше виникають, чим більше комунікативних зв'язків особистості замикається всередині спільності. У свою чергу вони посилюють комунікативність, закріплюють особистість у спільності. Ці почуття об'єднують людей. Ідентифікаційні соціальні почуття можуть спрямовуватися на державу, народ, націю, суспільство, шкільний колектив і т.д. Саме завдяки цим почуттям людина залучається до спільності не тільки на основі якихось об'єктивних соціальних ознак (національності, освіти тощо), а й на психологічній, емоційній основі. Цілісність, інтегрованість, об'єднаність людей у групи будується на соціальних почуттях. Хоча особистість пов'язана з ідентифікаційними соціальними почуттями, з життєдіяльністю даної спільності, все ж у цій сфері лише ідентифікаційних почуттів виявляється недостатньо.

Тому до них приєднуються діяльно-творчі соціальні почуття, тобто почуття соціальної практики і соціальної творчості (соціально практичні і соціально творчі почуття): революційності, почуття нового, почуття змагання, почуття романтики, ентузіазм, самовідданість і т.д.

У школах нагромаджено значний позитивний досвід формування соціальних почуттів у старшокласників шляхом активізації їх навчальної, трудової, громадської діяльності.

Значущість таких почуттів особливо зростає, коли людина стикається з нездоланими в життєвому розумінні перешкодами. Непродуктивність діяльності може спинити людину в її діях, приректи її на пасивну споглядальність, якщо вона не має відповідних соціальних почуттів.

Соціальні почуття діяльно-творчого рівня оптимально функціонують і розвиваються в сприятливих соціальних умовах, відповідним чином організованих умовах праці.

Соціальне пізнання породжує соціальні почуття пізнавально-проективного рівня, тобто коли людина не тільки зміцнює і примножує своєю діяльністю те, що вона дістала шляхом соціального успадкування, а й бачить майбутнє своєї спільності, переживає її перспективи.

Ідентифікаційні соціальні почуття пов'язані із зробленим, вирішеним. Вони «вбирають» у себе все те, що людина переживає в ході активної життєдіяльності. Пізнавально-проективними почуттями є переживання, пов'язані з незробленим, але запланованим, прогнозованим. У цілому соціальні почуття розвиваються по схемі : що є, що робиться, що буде.

Виділення трьох блоків соціальних почуттів певною мірою умовне. «У реальній дійсності одні й ті ж соціальні почуття часто проявляються на різних рівнях» [34, с. 6-11].

Б.І. Додонов (1987), В.Л. Поплужний [1979], С.Л. Рубінштейн (1946), Д. Майєрс (2004), А.В. Мудрик (1990) звертають увагу на те, що переживання людини часто утворюють стійкі комплекси. Людина відображає певні події не через одну якусь емоцію чи одне якесь почуття, а через ці комплекси.

Соціальні почуття теж розглядаються не окремо, а в системі. Такий підхід має своє наукове пояснення. Система соціальних почуттів має емерджентні властивості, тобто такі, які не притаманні тим елементам (окремим почуттям), що її утворюють. В.Л. Поплужний виділяє чотири такі властивості.

Перша з таких властивостей – сумацийний ефект – означає, що системі соціальних почуттів властиве нагромадження емоційної інтенсивності в цілому, незважаючи на те, що складові цієї системи можуть послаблюватися чи посилюватися. Сукупність соціальних почуттів призводить до сильного емоційного реагування на події, які самі по собі незначні. У даному разі

спрацьовує не окреме емоційне почуття, а весь комплекс соціальних почуттів чи певний їх емоційний блок.

Другою емерджентною властивістю системи соціальних почуттів є те, що на рівні системи емоційна реакція стає більш динамічною, ніж на рівні окремого соціального почуття, бо зростає «зачепленість» особистості по різних емоційних каналах.

Третя емерджентна властивість системи соціальних почуттів проявляється в тому, що системні переживання соціальних почуттів краще закріплюються. Це особливо необхідно враховувати при їх формуванні у школярів.

Четверта емерджентна властивість полягає в тому, що розвинутий комплекс соціальних почуттів в особистості учня робить його більш піддатливим до спільних групових переживань (ефект групи). «Це можливе лише тоді, коли в групі є люди з високою соціальною чутливістю» [34, с. 10-11].

1.3. Фактори формування компонентів соціальної зрілості у підлітків

Усі компоненти соціальної зрілості особистості розвиваються, але не одночасно і не раптово. У юнацькі роки їх розвиток відбувається інтенсивніше. Прояв соціального інтелекту, соціальної спрямованості, моральних якостей, соціальних почуттів прослідковується уже в учнів молодшого й середнього шкільного віку.

Одним із значущих факторів формування складових соціальної зрілості (світогляду, моральної зрілості, соціальних почуттів, самосвідомості та ін.) є вікові особливості ранньої юності. «Лише в ранній юності при наявності так званого соціального ряду розвитку у зв'язку з такими особливостями юнаків і дівчат, як прагнення знайти себе в навколишньому соціальному світі, розгадати себе в майбутньому, визначити своє місце в суспільстві, знайти

відповідь на питання про сенс життя, з'являються небувалі до цього можливості для соціального становлення особистості, виховання й розвитку компонентів соціальної зрілості» [19].

Важливе місце серед умов становлення компонентів соціальної зрілості займає вплив суспільних подій на учнів на завершальній стадії навчання в школі. Шлях пізнання соціально-політичного аспекту життя складний і суперечливий. Він пролягає через подолання старшокласниками незрілих уявлень, примітивних понять. Не слід забувати, що і в умовах морально-політичного розвитку суспільства існує безліч об'єктивних суперечностей, відбувається боротьба нового із старим. Тому соціальні погляди, моральні цінності, світогляд, соціальні почуття старшокласників бувають суперечливими і з часом можуть змінюватись під впливом подій, що відбуваються в суспільстві.

Пізнаючи життя, учень зустрічається з новими фактами, подіями, вчинками. В усьому цьому складному світі він повинен розібратись, що для нього є нелегким завданням і викликає емоційні напруження. Сучасні соціально-політичні умови життя, події, які відбуваються в країні, прискорюють, збагачують і ускладнюють прагнення молодих людей швидше розібратись у навколишньому світі і в самому собі, у своїх позиціях по відношенню до суспільства. У зв'язку з цим не у всіх молодих людей відразу з'являються зрілі соціальні позиції, соціальні почуття, моральні цінності тощо. Крім того, не завжди старшокласники усвідомлюють недостатню сформованість своєї соціальності.

Серед різних компонентів соціальної зрілості варто виділити один з найбільш виразних як критерій рівнів сформованості соціальності особистості – соціальні почуття. Як уже зазначалось, до соціальних почуттів відносяться переживання, пов'язані з належністю до соціуму, дотриманням чи порушенням моральних норм і правил взаємин і взаємодії в суспільстві, з проявом соціальних позицій, соціальної спрямованості, з досягненнями суспільства та ін.

Старшокласнику особливо важливо усвідомити домінуючі переживання, пов'язані з соціальним його становленням.

Усвідомити й осмислити ступінь сформованості соціальних почуттів і їх значущість йому допомагають люди з найближчого оточення: класні керівники, вчителі, батьки. Саме до них звертається юнак чи дівчина із складними питаннями за допомогою в пошуках розуміння та пояснення цих подій і фактів.

Неабияке значення «у формуванні компонентів соціальної зрілості і зокрема соціальних почуттів набуває такий фактор, як соціальна ситуація розвитку в ранній юності» [7; 9]. У житті учнів старшого шкільного віку виникає низка значущих для них подій, які при певних умовах можуть стимулювати становлення соціальних почуттів: отримання паспорта, який засвідчує визнання суспільної значущості особистості, їх дорослість, права й обов'язки дорослої людини – члена суспільства; підготовка до служіння в армії, що спрямовує старшокласника на усвідомлення своєї ролі в суспільстві; підготовка до вибору професії, а відтак і свого місця в суспільстві, що пов'язане з необхідністю самоаналізу, морального самовизначення і нерідко здійснення морального вибору; підготовка до сімейного життя; подальше навчання та розширення кола спілкування з новими людьми в нових колективах; самостійна трудова діяльність значної частини випускників школи та ін.

Ці всі фактори заставляють юнаків і дівчат стати інтелектуально й емоційно більш активними. До такого роду емоційних навантажень на сферу своєї соціальної активності старшокласники внутрішньо готові. Але перешкодою до реалізації своєї соціальної активності може стати нестача конкретних знань, умінь і навичок. Значущі дорослі (батьки, педагоги) повинні допомогти молодим людям усунути цю невідповідність між соціальними почуттями і нестачею досвіду суспільного життя, інакше створяться умови для негативних явищ, які послаблюють активізацію

соціальних почуттів юнаків і дівчат і затримують формування соціальної зрілості.

У результаті досліджень виявлено, що на розвиток соціальних почуттів впливають певні вікові особливості старшокласників: одні властивості сприяють їх розвитку, інші дещо ускладнюють цей процес. Наприклад, прагнення старшокласників до самоутвердження сприяє оволодінню системою ідейно-моральних цінностей суспільства, активізує інтерес до суспільно корисної діяльності, бажання краще пізнати себе й реалізувати свої можливості і т.п., що позитивно впливає і на розвиток соціальних почуттів. Самоутвердження тісно пов'язане з поглибленим самоаналізом пережитого. Соціальні явища, події, факти старшокласники емоційно сприймають і переживають, а ці переживання стають предметом рефлексії, самоаналізу й самооцінки.

Важливим фактором змістовного збагачення соціальних почуттів у ранній юності є «розширення соціальних контактів і кола спілкування» [9].

Розвиток соціальних почуттів, особливо проєктивного рівня, поглиблюється завдяки розширенню й усвідомленню юнаками й дівчатами їхніх соціальних зв'язків. Кожен старшокласник у певних ситуаціях долає порівняно вузький сімейний світ, органічно поєднує своє «Я» з групами й колективами, а через них і з суспільством. Почуття своєї потрібності іншим, своєї значущості призводить до зростання їхнього оптимізму, бо дістає більш широку соціальну основу.

На розвиток соціальних почуттів учнів, що досягли періоду ранньої юності, позитивно впливає така їх вікова особливість, як прагнення до ідеалу. Юнаки й дівчата мріють бути схожими на людей, які стали для них взірцем у житті чи в діяльності. Ними можуть бути люди з найближчого оточення чи образи героїв прочитаних творів, побачених художніх фільмів тощо, яким властиві позитивні особистісні якості, риси характеру, професійні здібності, високий соціальний статус, авторитет і повага в суспільстві, прояв гордості за

належність до спільноти та ін. Порівняння себе з ідеалом викликає в них відповідні соціальні почуття, спонукає до соціально значущих вчинків.

Формування соціальних почуттів старшокласників ускладнюється через суперечливість їх загального психологічного профілю, в якому поєднуються вікові риси дорослого й підлітка. Така суперечливість проявляється в тому, що їхні соціальні почуття проєктуються на великі справи і не поширюються на малі, буденні.

На розвиток соціальних почуттів значний вплив має специфіка переживань старшокласника. У сфері соціальних почуттів учнів старшого шкільного віку можуть спостерігатись односторонність, однополярність їх переживань, що проявляється найчастіше у формі позитивних емоцій (радість, зворушеність, задоволеність та ін.). Така однополярність може призвести до того, що можуть вирости розчулені споглядачі, а не активні творчі особистості. Згідно з вимогами діалектики «соціальні почуття старшокласників у своїй структурі повинні мати не лише позитивні емоції, а й переживання із знаком «мінус» (гнів, ненависть, антипатія тощо), які спрямовуються на боротьбу із злом, з тими, хто є носієм асоціальної спрямованості» [18; 29].

На формування почуттів у період ранньої юності впливає така вікова риса, як максималізм в оцінках соціально-політичних подій і різних фактів. Рання юність не приймає того, що відходить, відживає свій вік. Вона завжди прагне до нового. І це добре. Але недосвідченість юнаків й дівчат поєднана з властивою їм гарячковістю, а це призводить до того, що молоді люди не завжди можуть відрізнити нове від повсякденного, побачити в старому не тільки негативне, а й позитивне. Усе це позначається на формуванні таких соціальних почуттів, як почуття нового, соціальних перетворень тощо.

Щоб усунути труднощі й суперечності, які ускладнюють розвиток соціальних почуттів необхідно відповідно корегувати всю систему комплексного виховання в школі. І.Д. Бех віддає перевагу особистісно-орієнтованому вихованню, «що спрямоване на усвідомлення вихованцем себе

як особистості, власної цінності, на його вільне і відповідальне самовираження» [1]. Інакше можуть виникнути недоліки у вихованні соціальних почуттів (невідповідність інтенсивності соціальних почуттів суспільним нормам, нечітка їх спрямованість у практичній діяльності), а також при відповідних несприятливих умовах за законами діалектики соціальні почуття можуть стати асоціальними.

Великого значення для формування соціальних почуттів у ранній юності набуває спілкування. Спілкування поліфункціональне. Серед різних функцій особливо важлива в даному плані синдикативна функція – «функція об'єднання. Багато актів спілкування мають своєю безпосередньою метою виявлення і зміцнення спільності між людьми в рамках великих і малих груп. Об'єднання відбувається на певній основі і являє собою процес, орієнтований на вирішення соціальних завдань. Об'єднання особистостей уже саме по собі соціально суттєве як необхідна передумова для вирішення різноманітних завдань. Створення будь-яких груп, організацій з різною структурою і різними ступенями єдності є проявом чітко вираженої синдикативної значущості спілкування» [18]. Синдикативна функція спілкування має місце завжди там, де створюються будь-які об'єднання і в спорті, а також у вираженні болілими власних почуттів на спортивних змаганнях. Їхні реакції проявляються у тім, щоб визначити соціально єдність, яка хоч і з'явилася. «Коли присутні на спортивних змаганнях вголос виражають своє ставлення до успіхів і невдач команд, вони звертаються не лише до спортсменів, а й один до одного, об'єднуючись таким чином у своїх переживаннях» [19]. Вони також об'єднуються і з самими спортсменами, підтримують їх у такий спосіб.

Ще одна функція спілкування відіграє важливу роль у формуванні соціальних почуттів – це функція самовираження спортсмена. Особливого значення самовираження набуває у творчій (різні види мистецтва: діяльність художника, композитора, музиканта, дизайнера) та спортивній діяльності, продукт яких соціально значущий і стає предметом спілкування між людьми,

«об'єднання людей на основі визнання – невизнання цього продукту, смаків, моди, розуміння значення для всіх чи особистого смислу та ін.» [20; 26].

На формування соціальних почуттів впливають також різноманітні форми позашкільної роботи, в тому числі заняття у спортивних секціях, спортивних школах, спортивні змагання за честь школи, мікрорайону тощо.

Особливого значення у формуванні компонентів соціальної зрілості в цілому набувають відносини юнаків і дівчат «Я і суспільство» та «Я в суспільстві». У цих відносинах виділяють два різні типи. У першому випадку суб'єкт співвідносить себе із суспільством, при орієнтації на суспільство, де воно виступає основним системоутворюючим моментом самовизначення. У другому – актуалізується оцінка себе в суспільстві.

Психологічна суть відносин, що характеризують повернення на себе в суспільстві, усвідомлення себе членом суспільства концентрується в соціальній позиції, умовно названою формулою «Я в суспільстві». Розглядання себе серед інших, бажання бути як інші, ствердження себе, самореалізація пов'язані з актуалізацією предметно-практичної сторони діяльності. Позиція «Я і суспільство», де реалізується потреба людини у визначенні свого місця в житті, у визнанні, у виділенні свого «Я» в системі рівноправних відносин з іншими людьми, закономірно пов'язана з актуалізацією діяльності, спрямованої на засвоєння норм людських відносин. «У ранній юності потреба визнання свого «Я» з боку суспільства трансформується в потребу самореалізації, що призводить до орієнтації на себе – на формування власних життєвих планів і визначення особистісної перспективи» [48].

Отже, співіснуючи, ці два типи позицій по-різному актуалізуються, виступаючи як певний результат, що характеризує зміст соціального розвитку. Проходить усе більш помітне соціальне дозрівання. Л.С. Виготський, Д.Б. Ельконін висловлюють думку, що «в соціальному розвитку особистості від зміни її позиції в суспільстві і по відношенню до суспільства фіксуються рубежі цього розвитку» [50].

Позиція «Я і суспільство» – вузловий, поворотний тип, що фіксує якісні зрушення в соціальному розвитку, який здійснюється через розвиток особистості, знаменуючи перехід на новий етап онтогенезу. «Обидва типи фіксують займання особистістю соціальної позиції нового рівня» [39; 46].

Отже, на формування компонентів соціальної зрілості в ранній юності та соціальних почуттів як її компонента – критерію впливають різні фактори: вікові особливості періоду ранньої юності, соціальна ситуація психічного розвитку в цей період, спілкування в колі найближчого оточення та в умовах його розширення за рахунок переходу в нові групи й колективи тощо.

Роль учителя фізкультури у формуванні соціальної зрілості старшокласників справді недооцінена. Фізична культура – це не лише про здоров'я тіла, а й про розвиток волі, дисципліни, командного духу та багатьох інших якостей, які є невід'ємною частиною соціальної зрілості.

РОЗДІЛ 2

МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1. Методи дослідження

Для підтвердження ефективності використання занять фізичною культурою для формування соціальних навичок у підлітків, було застосовано широкий спектр методів і підходів. Зокрема, проводився аналіз наукових джерел, організовувалися індивідуальні та групові бесіди, використовувалося спостереження без активної участі, а також проводилося тестування, анкетування та статистичний аналіз отриманих даних.

Вивчення й аналіз науково-методичної та психолого-педагогічної літератури: беручи за основу позиції дослідників, Ми визначили шляхи та фактори, що сприяють формуванню соціальної зрілості у молоді під впливом занять фізичною культурою;

Узагальнення одержаної інформації: логічне завершення дослідження, обґрунтування результатів, підведення підсумків.

Спостереження – полягає у детальному розгляді об'єкту дослідження (соціальна зрілість та її структура), реєстрації факторів формування компонентів соціальної зрілості в навчальному процесі у старшокласників. Спостереження здійснювалося згідно плану, фіксувалося й з використанням технічних засобів навчання.

Опитування (бесіда, анкетування) – дозволило нам одночасно опитати велику кількість осіб, можливість постанови як прямих, так і не прямих питань; бесіда – дозволила нам отримати інформацію про переваги та безпосередню точку зору кожного із респондентів, не обмежуючи їх варіантами відповідей.

Математичні: за допомогою методів математичної статистики та логічних операцій визначаються (у кількісному та відсотковому відношенні) результати дослідження.

2.2. Організація та етапи дослідження

I етап (жовтень-листопад, 2023 р.): вивчалась й аналізувалась науково-методична та психолого-педагогічна література з даного питання; визначались мета, завдання, гіпотеза дослідження; здійснювався підбір груп досліджуваного контингенту;

II етап (грудень, 2023 р. – червень, 2024 р.): розроблялися матеріали експериментального дослідження (спостереження, індивідуальні й групові бесіди, анкетування, тестування);

III етап (червень – жовтень, 2024 р.): обробка і порівняльний аналіз одержаних даних; здійснення узагальнень та висновків.

Спостереження здійснювалось за поведінкою учнів 10 класів у Городенківському ліцеї №2 Городенківської міської ради саме під час занять з фізичної культури.

Об'єктом спостереження виступали взаємини учнів, їхня манера спілкування, ставлення до вимог учителя, реакція на успіхи та досягнення однокласників тощо. Завдяки спостереженню вдалося виявити певні особливості характеру учнів, їхнє ставлення один до одного, специфіку поведінки та окремі особистісні якості.

Обговорення зазначених питань проводилося у форматі групових та індивідуальних бесід, зокрема зосереджуючись на таких темах:

1. Вплив спорту на формування особистості.
2. Спорт як основа здорового способу життя.
3. Роль спорту у зміцненні морального та фізичного здоров'я.
4. Взаємозв'язок спорту та реалізації потенційних можливостей особистості.
5. Вплив занять спортом на формування світогляду юнаків і дівчат.
6. Спорт як засіб розвитку організаторських і комунікативних навичок школярів.

Такий формат дозволив глибше дослідити різні аспекти впливу спорту на особистісний розвиток.

Учитель-організатор під час бесід створював атмосферу довіри, відкритості та можливості для вільної дискусії. Це сприяло виявленню ставлення учнів до фізичної культури як навчальної компоненти, розуміння її призначення для кожного із них, а також оцінки впливу фізкультури та спорту на розвиток їхньої емоційної сфери, особистісних рис, моральних якостей і загальних міркувань щодо власного розвитку.

Для уточнення результатів, отриманих під час бесід та спостережень, нами були розроблені дві анкети.

1. Анкета для старшокласників містила 8 запитань, які дозволяли оцінити вплив занять фізичною культурою на формування моральних норм, якостей, соціальної позиції, світогляду, а також на емоційну сферу (Додаток А).

2. Анкета для студентів-педагогів була спрямована на вивчення їхніх поглядів щодо можливостей формування компонентів соціальних почуттів і соціальної зрілості, способів активізації самопізнання та самовдосконалення учнів, формування світогляду тощо (Додаток Б).

Кожен учасник отримував анкети змішаного типу з покроковою інструкцією, яка містила прохання ретельно ознайомитися із запитаннями та письмово висловити свої думки щодо кожного запитання.

Комфорту учасників і об'єктивності відповідей сприяло те, що анкетування проводилося анонімно у груповій формі. Отримані дані аналізувалися окремо за кожним питанням, визначалися типові групові відповіді, а також здійснювався підрахунок статистичних показників.

Вибірку становили 60 осіб: 40 учнів 10-х класів Городенківського ліцею №2 Городенківської міської ради та 20 майбутніх учителів фізичної культури – студентів 4-их курсів спеціальності «Середня освіта (фізична культура)» (факультет фізичної культури, спорту та реабілітації Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича).

РОЗДІЛ 3

АНАЛІЗ РЕЗУЛЬТАТІВ ДОСЛІДЖЕННЯ СТАНОВЛЕННЯ СОЦІАЛЬНОЇ ЗРІЛОСТІ ТА ЇЇ КОМПОНЕНТІВ В УЧНІВ СТАРШИХ КЛАСІВ

На констатуючому етапі дослідження здійснювалося анкетування учнів 10 класу (40 осіб), що дало нам саме такі результати:

На запитання *«Які риси індивідуальності ви розвиваєте на уроках фізичної культури?»* респонденти визначили декілька груп рис особистості.

Перша група особистісних рис, зазначена учнями, як і очікувалося, стосується вольових якостей характеру: 70% респондентів виділили суперництво, 65% – силу волі, а 55% – цілеспрямованість і наполегливість.

Друга група рис охоплює моральні та соціальні якості: 40% учнів згадали почуття групової єдності, товариськість, уважність до оточуючих і старанність.

Крім того, кожен третій респондент відзначив, що завдяки фізичному вихованню та спорту розвиває почуття взаємовиручки і взаємодопомоги, а кожен четвертий – опановує правила культури спілкування.

На запитання *«Чи допомагають заняття фізичною культурою та спортом у самоорганізації та самовідкритті?»* Ми отримали 65% позитивних відповідей, 10% негативних та кожен четверту відповідь – «я не знаю».

Окрім того ми виявили, що фізкультура та спорт дуже мало допомагають зрозуміти події, що відбуваються в країні та світі – 70% негативно та 15% позитивно; 60% респондентів висловили позитивне ставлення до занять фізичною культурою і спортом (наприклад, користь, здоров'я), 35% – проявляють байдужість; 65% вважають, що фізична культура необхідна також і у старших класах, проте 20% не впевнені, що вона потрібна. Дані констатують, що заняття фізичною культурою й спортом

формують відчуття «групи»: 65% учасників опитування задоволені успіхом команди, а 10% є зовсім байдужими до успіхів чи невдач класу.

Характеризуючи потрібного сучасній школі учителя фізичної культури, респонденти виділили бажаних якостей кілька груп.

Перша група якостей, зазначена респондентами, стосується професійної компетентності вчителя. Вони вважають, що педагог має бути справжнім «майстром» своєї справи, добре орієнтуватися в різних видах спорту, мати звання чемпіона України або майстра спорту, а також бути висококваліфікованим фахівцем із розвиненими моральними й соціальними якостями.

Друга група включає фізичні характеристики: учитель фізичної культури повинен бути фізично здоровим, витривалим, сильним і загартованим.

Третя група охоплює моральні й соціальні якості: чесність, добродушність, доброта, справедливість, здатність до співчуття та бути «гарною людиною».

До четвертої групи належать риси, що визначають рівень людської культури: освіченість, культурність, уміння ефективно спілкуватися, переконувати та володіти почуттям гумору.

П'ята група стосується зовнішності: учитель має бути молодим, привабливим і струнким.

Окрім цього, фізичне виховання та спорт значно впливають на самооцінку респондентів. Так, 70% учнів відзначили, що спортивні досягнення або невдачі позитивно впливають на їхнє самопізнання та самооцінку, тоді як 20% повідомили про негативний вплив.

Паралельно з опитуванням школярів було проведено дослідження серед студентів 4-го курсу за спеціальністю «Середня освіта (Фізична культура)» факультету фізичної культури, спорту та реабілітації ЧНУ ім. Ю. Федьковича. Учасниками стали 20 студентів, які готуються не лише викладати фізичну

культуру, а й працювати з учнями в рамках класного керівництва та інших педагогічних завдань.

Майбутні педагоги вважають, що уроки фізичної культури відіграють важливу роль у формуванні особистісних якостей учнів. Таку думку підтримали 80% респондентів, які наголосили, що фізичне виховання сприяє розвитку почуття суперництва, сили волі, впевненості у собі, почуття групової належності та збагаченню знань.

Серед умов, необхідних для успішного залучення учнів до занять фізичною культурою, 75% опитаних зазначили важливість індивідуального підходу, 70% – заохочення слабших учнів, підтримку змагального духу та розвиток фізичної підготовки, а 60% підкреслили важливість безпосередньої участі у спортивних змаганнях.

Заняття фізичною культурою, на думку 76% студентів, сприяють формуванню світогляду учнів та визначенню їх соціальної позиції. Частина респондентів (24%) залишила відповідь "не знаю".

Майбутні вчителі також визначили чотири ключові соціальні почуття, які розвиваються у школярів під час занять спортом: дружба, повага до інших, відчуття ліктя та повага до себе.

На думку студентів, учитель фізичної культури сучасної школи має бути фізично й психічно здоровим, бути зразком для наслідування, дотримуватися здорового способу життя та мати високий рівень фізичної підготовки.

Порівняння очікувань старшокласників щодо вчителя фізичної культури із уявленнями майбутніх педагогів показує суттєву невідповідність. Це розходження уявлень може впливати на ставлення учнів до уроків фізичної культури, їх сприйняття вчителя, настроїв, поведінку в класі, а також створювати підґрунтя для конфліктів між учнями й педагогами.

Для того, щоб вивчити вплив оточення на соціальний розвиток підлітків, було проаналізовано їх реальні та бажані міжособистісні стосунки, особливо під час дозвілля. Дані дослідження (див. таблицю 1) демонструють,

що більшість респондентів віддають перевагу спілкуванню з друзями у вільний час, тоді як спілкування з батьками залишається на другому плані.

Крім того, певна частина учнів проводить вільний час самотньо (наодинці з собою). Це є характерним для цього вікового періоду, коли підлітки відчують потребу залишатися на самоті для осмислення власних переживань чи з інших причин.

Таблиця 1

Бажане та реальне партнерство у проведенні вільного часу (у %)

Оточення	Сам	З бать- ками	З друзями	З одноклас никами	З учите- лями	З цікавими особистостями
З ким тобі цікаво проводити вільний час?	15,3	22,7	70,3	10,1	0	0
З ким хотів би вільний час проводити?	4,6	19,9	61,3	19,9	2,2	26,5

Це можуть бути творчість, бажання визначити сенс життя, замислитись над своїми стосунками з оточенням, пережити перше почуття любові, створити образ свого майбутнього тощо. Але якщо старшокласник постійно у вільний час залишається сам-на-сам із своїми проблемами, процес його соціального становлення значно затримується. Дослідження виявило, що старшокласники лише трохи більше п'ятої частини свого часу проводять із батьками. Ще менше вони бажають витратити вільний час у сімейному колі. Натомість кожен четвертий учень прагне спілкуватися з цікавими дорослими, що заслуговує на увагу педагогічного колективу. Відсутність такого спілкування створює відчутний дефіцит корисної інформації, що погано впливає на формування соціальної зрілості старшокласників та її основних компонентів.

Особливу роль у формуванні суспільної зрілості відіграє педагог. Учитель має коригувати процес розвитку соціальної зрілості учнів, спрямовувати його, допомагати реалізувати на практиці набуті соціальні навички, заохочувати самовдосконалення та самовиховання.

Однак сприйняття вчителів учнями обмежується здебільшого їх професійними функціями. Школярі взаємодіють з педагогами переважно у діловому середовищі, сприймаючи їх як виключно ділових осіб, і часто недостатньо знають їхні особистісні якості. Через це вчителі рідко асоціюються у свідомості учнів із потенційними партнерами для спілкування чи відпочинку.

Ця ситуація свідчить про необхідність більш тісної взаємодії між педагогами та учнями в неформальному середовищі. Такі контакти можуть сприяти зменшенню емоційної дистанції, підвищенню рівня довіри та формуванню позитивного ставлення до освітнього процесу й особистісного розвитку.

Отже, стосунки і спілкування як один із конструктивних факторів соціального становлення старшокласника значно розширюються, відрізняються більшою рухливістю, складною структурою і змістом.

Спілкування з однолітками є важливим фактором у процесі соціалізації старшокласників, оскільки воно сприяє формуванню серйозного ставлення до свого суспільства. Взаємодія з однолітками дає їм можливість отримати підтримку, виразити себе, знайти визнання своєї соціальної важливості. Проте значущі дорослі не завжди задовольняють потребу учнів у визнанні їх значимості та корисності.

Така ситуація часто призводить до того, що старші учні шукають підтвердження своєї цінності в неформальних групах. Створення таких груп може варіюватися від позитивних до деструктивних (наприклад, злочинних), де молодь може виразити себе, задовольнити потребу в спілкуванні і знайти місце для реалізації своїх можливостей.

Вивчення мотивації створення різних компаній дозволяє краще зрозуміти потреби старшокласників і визначити, що саме мотивує їх до об'єднання в певні соціальні групи. Ці дані можуть допомогти в розробці ефективних стратегій підтримки та виховання підлітків, орієнтуючи їх на більш конструктивні та здорові форми соціальної активності.

Для детального аналізу мотивацій і видів таких компаній можна звернутися до таблиці 2, де представлені різні типи груп і мотиви їх формування серед старшокласників.

Таблиця 2

Мотивація до створення неформальних груп

№з/ п	Мотиви	%
1.	Наявність комунікативної взаємодії	51,2
2.	Єдність за інтересами	26,8
3.	Нагода «згаяти» вільний час	11,4
4.	Можливість створення своєї організації	9,6
5.	Спроба відчувати смак алкоголю, наркотиків, пізнати статеві стосунки	9,1
6.	Намагання втечі від родинних негараздів	8,2
7.	Прагнення відійти від опіки дорослих	5,1

Вуличні групи часто не займаються змістовною чи пізнавальною діяльністю, яка могла б сприяти розвитку позитивних рис особистості або соціальної зрілості. Замість цього вони можуть ставати просторами для формування негативних моделей поведінки. У таких компаніях часто виникають поведінкові порушення, асоціальні або антисоціальні тенденції, а також підвищена ймовірність виникнення ображаючої чи навіть злочинної поведінки серед молоді.

Це відбувається через те, що багато юнаків та підлітків шукають способи виразити себе через сумнівні чи ризиковані вчинки, такі як вживання

алкоголю, наркотиків чи участь у бійках. Вони намагаються перевірити свої межі і здобути визнання в межах групи, іноді не замислюючись про можливі негативні наслідки.

Таким чином, вуличні групи часто відіграють негативну роль у формуванні соціальної зрілості та відповідальності. Вони можуть стати майданчиком для розвитку шкідливих звичок і помилкових цінностей, якщо не забезпечити молодь здоровими альтернативами для самовираження та соціалізації. Важливою є роль педагогів, батьків і громади в створенні таких умов, де молодь може знайти підтримку, взаєморозуміння і можливість розвитку в позитивному напрямку.

Враховуючи те, що період ранньої юності – це період активного самоствердження й соціального й морального вибору, значущим дорослим необхідно звернути особливу увагу на мікро-соціум, у якому залюбки перебуває старшокласник. Персоналії, що складають компанію, зміст інтересів, ідеали, прагнення, цілі, розуміння й тлумачення сенсу життя ними являють собою надзвичайно важливий фактор у формуванні соціальної зрілості кожного члена групи.

Як уже було вказано, соціально зрілій особистості властиві такі якості, як дотримування моральних норм співіснування, правил культури взаємин і спілкування, моральна зрілість із змістовним наповненням моральними якостями та цінностями і т.п. Вивчення культури спілкування та частоти вживання спиртних напоїв нашими досліджуваними, ми виявили: переважна більшість вживає нецензурні слова: 15% – постійно, 55% – іноді і лише третина старшокласників не вживає лихослів'я; кожен четвертий вживає спиртні напої часто, кожен другий – інколи і лише четверта частина опитуваних дала негативну відповідь – «не вживаю».

Важливо відмітити: 51,4% досліджуваних частіше всього чують нецензурні слова в школі від однолітків, 46% – на вулиці у процесі міжособистісного спілкування дорослих, підлітків і навіть дітей, 2,2% – вдома. Це свідчить про загальне зниження культури спілкування, суцільне

порушення норм і правил мовних стосунків. Коло дорослих, до яких придивляється й прислухається рання юність, прагнучи закріпити свою дорослість, стає для юнаків і дівчат негативним зразком у плані культури спілкування й організації стосунків з соціальним оточенням.

Запитання "Що може тебе заставити скоїти злочин?" є надзвичайно важливим для розуміння соціальних і моральних орієнтацій учнів. Відповіді на нього можуть пролити світло на внутрішні конфлікти, що відбуваються в молодіжному середовищі, а також на рівень соціальної зрілості школярів.

Деякі типові відповіді можуть включати:

1. Тиск з боку однолітків: Часто підлітки вказують, що соціальний тиск, бажання відповідати вимогам групи або страх бути осміяним можуть спонукати їх до неправомірних вчинків.

2. Фінансові труднощі або матеріальна потреба: Бажання поліпшити свій соціальний статус або забезпечити себе матеріально можуть також призвести до спокуси до кримінальних вчинків.

3. Емоційні стреси або конфлікти з батьками: Деякі учні можуть вказати на ситуації, коли через непорозуміння в родині, відчуття безнадійності або ображеності вони могли б вчинити помилкові дії.

4. Відсутність підтримки та розуміння: Відчуття ізольованості, самотності або недостатньої підтримки з боку дорослих може бути ще однією причиною, що призводить до таких думок чи вчинків.

5. Вплив негативних зразків поведінки: Учні, які ростуть в умовах соціальних проблем або мають негативні приклади в родині чи серед однолітків, можуть вважати злочинний шлях як єдиний спосіб вирішення своїх проблем.

Це важливе питання для аналізу під час виховної роботи з учнями, оскільки воно показує потенційні ризики та джерела, які можуть впливати на моральний і соціальний розвиток підлітків. Відповіді на це питання також вказують на необхідність розвитку гуманістичних, патріотичних і

відповідальних цінностей серед молоді через освітні програми, фізичну культуру та інші форми позашкільної діяльності (Таблиця 3).

Таблиця 3

Визначення мотивації щодо вчинення злочину (у %)

№з/п	Мотиви	%
1.	Примусити вчинити злочин ніщо не може	62,1
2.	Прагнення відстояти себе	16,2
3.	Спроба помститися за образу	13,4
4.	Небажання втрачати у компанії авторитет	3,5
5.	Регулярні конфлікти з батьками	2,4
6.	Бажання збагатитися матеріально	1,4
7.	Відсутність знань про міру покарання	1,0

Результати дослідження, що стосуються ціннісного ставлення старшокласників до моральних цінностей та прагнення до моральної поведінки, є важливими для розуміння рівня моральної зрілості учнів старшого шкільного віку. Зібрані дані можуть показати не лише готовність учнів до моральних вчинків, а й те, як виховання, соціальні фактори та особисті переконання впливають на їхні моральні орієнтації.

Дві особливості ціннісного ставлення підлітків до моральних цінностей:

1. Визнання моральних норм як необхідних для суспільства. Більшість учнів визнають важливість моральних принципів для розвитку здорового соціуму. Це вказує на те, що навіть попри можливі проблеми в поведінці, більшість учнів розуміють значення моральних норм для гармонійного співіснування.

2. Індивідуальний підхід до моральних принципів. Старшокласники виявляють схильність до інтерпретації моральних норм через призму власних

переживань і життєвого досвіду. Це вказує на значну роль особистих переконань та життєвих ситуацій у формуванні їхніх моральних суджень.

Чотири рівні прагнення до моральної поведінки:

1. Високий рівень моральної зрілості. Це група учнів, які не тільки розуміють моральні принципи, а й активно їх застосовують у своїй поведінці. Вони здатні здійснювати моральні вчинки без зовнішнього тиску, з урахуванням власної етики та моральних переконань.

2. Помірний рівень моральної зрілості. Учні цієї групи можуть демонструвати моральні вчинки, проте вони потребують певних умов або стимулів для цього. Вони усвідомлюють моральність своїх вчинків, але не завжди застосовують їх безпосередньо.

3. Низький рівень моральної зрілості. Ця група учнів іноді проявляє моральну поведінку, але швидше за все в ситуаціях, коли це вигідно або коли є необхідність пристосуватися до вимог зовнішнього середовища (наприклад, в шкільному середовищі чи в родині).

4. Низький рівень усвідомлення моральних норм. Учні цієї категорії не завжди усвідомлюють необхідність моральних вчинків і часто нехтують моральними нормами. Вони можуть здійснювати аморальні вчинки через нестачу самосвідомості чи вплив зовнішніх факторів, таких як середовище чи соціальні зв'язки.

Це дослідження є важливим інструментом для подальшої роботи з учнями та для того, щоб правильно спрямовувати виховний процес, який допомагає формувати у старшокласників зрілі моральні орієнтири. У свою чергу, вчителі та батьки можуть використовувати ці дані для корекції поведінки та морального розвитку молоді, а також для запобігання негативним явищам, таким як девіантна або асоціальна поведінка.

Виявлено такі ознаки ціннісного ставлення до моральних цінностей і якостей:

1) судження досліджуваних про наявність практичного інтересу до моральної поведінки (ми назвали цю ознаку пізнавальним компонентом ставлення до моралі);

2) компонент поведінки.

Це запитання допомагає визначити, як старшокласники розуміють сенс моральної поведінки і які їхні пріоритети у взаєминах з іншими людьми. Вибір варіантів відповідей дозволяє визначити різні рівні усвідомлення моральних принципів та готовність до моральних вчинків.

Розглянемо можливі трактування кожного варіанту:

1. Визнання самоцінності особистості та рівності всіх людей у досягненні щастя та гідності життя, прагнення до моральної поведінки: цей варіант свідчить про високий рівень моральної зрілості, де старшокласники бачать мораль як важливий принцип для досягнення гармонійних взаємин та соціальної справедливості.

2. Прагнення розвивати якості моральної поведінки, щоб мати можливість встановлювати гуманні стосунки між людьми: цей варіант показує, що учень усвідомлює моральну поведінку як засіб для налагодження добрих, взаємоповажних відносин із оточенням.

3. Важливість володіння нормами та правилами моральної поведінки для досягнення життєвої мети: цей варіант демонструє практичний підхід до моралі, де учень розглядає мораль як інструмент для досягнення особистих цілей, кар'єри або успіху.

4. Шанобливе ставлення до інших; імпонує взаємна ввічливість: цей варіант вказує на поважне ставлення до людей і акцент на етикет і ввічливість у взаємодії. Це менш глибоке розуміння моралі, але важливе для формування правильних соціальних навичок.

5. Не бачу сенсу: цей варіант є тривожним, оскільки він може свідчити про байдужість до моральних норм або нездатність бачити їхню значущість, що може бути наслідком недостатньої соціальної та емоційної зрілості.

Аналіз результатів таких опитувань може дати цінну інформацію про рівень моральної свідомості учнів та вказати на напрямки для корекції виховної роботи в школі.

Аналізуючи вибір відповідей на поставлене запитання, здійснений респондентами, можна зробити висновок про наявність зацікавленого ставлення до моральної поведінки та рівень його розвитку як однієї із складових соціальної зрілості.

Але недостатньо знати лише їхні судження про моральну поведінку. Важливо визначити рівень прагнення до здійснення моральних вчинків, який реалізується в практичній поведінці. З цією метою досліджуваним пропонувалося визначити відповідність власної моральної поведінки за таким критерієм:

1. «Знаю норми і правила моральної поведінки учнів».
2. «Умію аргументувати правильність своїх дій з позиції моральних вимог».
3. «Не допускаю у своїй поведінці аморальних вчинків».
4. «Умію виявити наполегливість у розв'язанні моральних конфліктів, можу передбачити наслідки аморального вчинку».
5. «Прагну до моральної поведінки не лише в громадських місцях, але й коли залишаюсь наодинці».
6. «Звертаюсь до компетентних людей з метою вироблення моральних позицій».
7. «Працюю над моральним самовдосконаленням власної особистості» [34].

У процесі дослідження учні здійснювали свій вибір тих критеріїв, що характеризують співвідношення теоретичних знань про моральну поведінку і практичну їх реалізацію досліджуваними.

Для аналізу результатів суджень старшокласників про особистий сенс моральної поведінки важливо поділити їх на групи за типами відповідей, що дозволить визначити тенденції в їх моральних орієнтирах.

Таблиця 4

Виявлення цікавості до сенсу моральної поведінки (у %)

№з/п	Зміст моральної поведінки	10 клас
1.	Відсутній інтерес	4,9
2.	Пряма зацікавленість	0
3.	Прагматичний/практичний інтерес	14,1
4.	Практичний/суспільно значимий інтерес	33,5
5.	Моральний/практичний інтерес	47,4

Дані показники свідчать, що у старшокласників найяскравіше проявляються практичний моральний і практичний суспільно значущий інтерес до моральної поведінки, що свідчить про зростання усвідомлення цінності здійснення моральних дій і вчинків; на третій позиції практичний (прагматичний) інтерес. Виявлена також група учнів, у яких відсутній взагалі інтерес до такого роду поведінки. Вони байдужі до формування моральності особистості, не бачать ніякого сенсу в моральній поведінці.

Вибір критеріїв, що характеризують прагнення до моральної поведінки, дозволив визначити рівні розвитку цього прагнення серед учасників дослідження – середній та низький. Згідно з результатами, наведеними в таблиці 5, більшість респондентів мають середній рівень бажання до моральної поведінки, тоді як інші демонструють низький рівень, що, безсумнівно, негативно позначається на соціальній зрілості підлітків як комплексному психологічному явищі.

На основі отриманих результатів можна зробити кілька висновків: дослідницький матеріал показує, що протягом навчання підлітків у старших

класах соціальна зрілість та її складові ще не досягли такого рівня розвитку, який відповідав би вимогам суспільства для раннього підліткового віку.

Таблиця 5

Рівні потягу до моральної поведінки (у %)

№з/п	Рівні потягу щодо моральної поведінки	10 клас
1.	Високий	0
2.	Середній	81,1
3.	Низький	14,5
4.	Дуже низький	4,4
5.	Нульовий	0

Значній частині старшокласників властиве бажання набувати якостей моральної поведінки, формувати ознаки моральної зрілості як важливого компонента соціального дозрівання. Але існує дисонанс між інтересами до моральної поведінки і прагненням до здійснення моральних дій і вчинків. Теоретичний інтерес переважає, «перекриває» практичне прагнення до моральної поведінки. Про це свідчить відсутність високого рівня практичного прагнення до моральної поведінки. Хоч нагромадження знань завжди є основою вироблення вмінь і навичок будь-якої діяльності, становлення соціальної зрілості і її надзвичайно важливих компонентів, зокрема соціальних почуттів і моральної зрілості, вимагає якнайбільшого наближення обсягу теоретичних знань та інтересів й практичного прагнення до здійснення моральної поведінки.

Педагогам, що працюють з учнями старших класів, варто звернути особливу увагу не лише на пропаганду моральних цінностей, а особливо на вироблення моральних навичок поведінки, формування моральних якостей та

готовності дотримуватись моральних норм поведінки, прийняття моральності особистості як компоненту соціальної зрілості, тобто дбати про становлення моральної зрілості, що є також основою соціальних почуттів, у яких фіксується й через які проявляється соціальна зрілість старшокласників.

Як уже зазначалося, суттєву, ключову роль у формуванні соціальної зрілості і соціальних почуттів особистості, як їх важливих складових, відіграє емоційна й чуттєва сфера.

У наукових джерелах зазвичай розрізняють два рівні емоційних станів: нижчі, які включають позитивні емоції, що виникають від задоволення базових потреб, або ж втома, та вищі переживання, що пов'язані з усвідомленням власних почуттів і емоцій. До таких переживань відноситься емпатія, яка є важливою складовою соціальних почуттів. Враховуючи обсяг дипломної роботи, було обрано саме емпатію для глибшого дослідження, оскільки вона є складним психічним і морально-емоційним явищем, що є необхідним компонентом соціальної зрілості та соціальних почуттів.

Існує кілька підходів до визначення сутності емпатії. Психологи описують її як здатність розуміти та відчувати емоційний стан іншої людини, що дозволяє проникнути в її досвід. Дослідники виділяють різні форми емпатії: емоційну емпатію, яка базується на механізмах проектування й відтворення моторних й афективних реакцій іншої людини; когнітивну емпатію, яка опирається на інтелектуальні процеси (порівняння, аналогії тощо); предикативну емпатію, що полягає в здатності передбачати емоційні реакції іншої особи у конкретних ситуаціях. Окремо виокремлюють співпереживання, яке характеризується переживанням тих самих емоцій, які переживає інша людина, через узагальнення з нею, й співчуття, що є переживанням особистих емоційних станів у відповідь на переживання іншої особи (27, с. 463-464).

Науковець Фельдштейн Д.І. стверджує, що «за своїм змістом процес емпатії є, в основному, інтелектуальним і емоційним, а також, що емоції й почуття суб'єкта емпатії не тотожні тим, які переживає людина, що стала

об'єктом емпатії. Вони розглядають емпатію як системне утворення, яке включає такі сторони: розуміння емоційного стану іншої людини (когнітивний рівень), співпереживання чи співчуття, яке відчуває суб'єкт емпатії по відношенню до іншої людини (афективний рівень), активна поведінка суб'єкта емпатії, спрямована на надання допомоги людині, що стала об'єктом емпатії (поведінковий рівень). Емпатія як динамічна властивість має біосоціальну природу і піддається у певній мірі вихованню. Українські психологи визначають емпатію як розуміння ставлень, стосунків, почуттів, психічних станів іншої людини; як емоційну чуйність, здатність людини на емоційний відгук, співчуття, співпереживання, розуміння внутрішнього стану іншої людини; внутрішнього світу (вникнення в переживання, у внутрішній світ) інших людей, що здійснюється поза раціональним компонентом» [48, с. 87].

Ми досліджували формування рівнів емпатії у підлітків. Вибірка була сформована, враховуючи те, що саме на цьому етапі розвитку у молоді вже зазвичай проявляються більші почуття, до яких належить емпатія. Ці почуття здебільшого уже сформовані й лише чітко проявляються у ставленні до соціального оточення, а також розуміються їх носіями. Однак, покращення емпатії може бути на різних рівнях у різних осіб.

Для визначення структури емпатії нашої вибірки ми використовували тестову методологію тенденцій емпатії (І.М. Юсупов). У тестуванні брали участь учні 10-А та 10-Б класів у Городенківського ліцею №2 Городенківської міської ради (по 20 осіб у кожній групі). Тест включав 36 питань. Інструкція з тесту пропонувала уважно прочитати кожне запитання та відповісти на них, вибравши одне з таких: «майже завжди» («4» бали), «часто» («3» бали), «іноді» («2» бали), «ні, ніколи» («1» бал), «Я не знаю» («0» балів).

Результати дослідження емпатії серед старшокласників були розраховані за спеціальною шкалою, де кількість набраних балів відображає рівень сформованості тенденцій емпатії у респондентів.

Дані, що характеризують рівень емпатії старшокласників, наведені в таблиці 6.

Таблиця 6.

Вікові особливості емпатійності у старшокласників (у %)

Клас Рівень емпат.	10-А	10-Б
Дуже високий	38	10
Високий	12	12
Нормальний	18	12
Низький	11	28
Дуже низький	21	38

Дані таблиці демонструють різноманітність проявів емпатії серед старшокласників. Особливо виражена контрастність рівнів емпатійності серед учнів десятих класів. Показники сформованості емпатії варіюються залежно від класу, у якому навчаються учні. Рівні емпатії учнів 10-А та 10-Б класів значно відрізняються. У 10-А класі половина учнів має високий або дуже високий рівень емпатії, тоді як у 10-Б класі ці рівні спостерігаються лише у кожного п'ятого учня. Значна різниця також спостерігається в показниках дуже високого рівня емпатії. У 10-Б класі у два рази менше учнів з нормальним рівнем емпатії, при цьому вдвічі більше учнів з низьким та дуже низьким рівнями емпатії, порівняно з учнями 10-А класу.

Бесіда з учнями 10-А класу та аналіз їхньої успішності дає змогу визнати існування принаймні трьох факторів, які впливають на прояви емпатійності на цих рівнях:

1) прагнення до самоутвердження як у групах однолітків, так і у власних очах і очах значущих дорослих через досягнення успіхів у навчанні, що знаходить своє вираження у зміні самоставлення й самооцінки у бік зростання позитивного її аспекту, в почутті впевненості у собі, а також у

розвитку таких якостей, як чуйність, здатність співпереживати емоційні стани інших;

2) сформованість колективу, досягнення в його розвитку рівнів інтелектуальної, моральної та емоційної єдності учнів як основи боротьби за честь, високий статус класу, що «вчить» переживати не окремо за себе, свої успіхи, але й за друзів, однокласників і своїх педагогів;

3) у результаті цього, що значущі дорослі (батьки) не завжди приймають центральне психологічне новоутворення, яке виникає в підлітковому віці і не зникає в ранній юності, – їхнє почуття дорослості, яке й стає стимулом і спонукою прагнення до самостійності, незалежності і самоствердження, у них зростає рівень такого стану, як емоційна вразливість, а разом з тим і здатність розуміти емоційні стани інших, розуміти й усвідомлювати біди оточуючих, проявляти готовність на значно вищому рівні надавати допомогу іншим.

Загальна картина прояву емпатійних тенденцій дає змогу допустити, що розвиток і прояв емпатійності старшокласників залежить не стільки від віку, скільки від інших факторів: від ставлення до своїх учнівських обов'язків, зокрема до вимог учителя, до себе та до інших, від поставлених перед собою перспективних цілей і моделювання майбутнього, свого місця у суспільстві, від психологічного клімату в колективі, стану виховної роботи з учнями, традицій і звичок стосунків і спілкування та ін., що значущим дорослим необхідно враховувати в організації виховних заходів для формування соціальних почуттів учнів та їх соціальної зрілості.

Більшості людей притаманний середній рівень емпатійності. Результати дослідження свідчать, що ця модель не працює для старших школярів. Це тому, що учень старших класів ще не повністю сформована особистість. Чимало структурних компонентів цієї особистості продовжують формуватися, включаючи емоційну сферу. Значущим дорослим важливо знати, як відбувається цей розвиток, як проявляється така важлива для людини і її емоційного життя властивість, як емпатія. Це дасть змогу

продумано підходити до умов, що сприяють нормалізації емпатійних тенденцій на різних вікових етапах психічного розвитку старших учнів і на цій основі розвивати ті особисті емоційні й моральні якості, які складають зміст соціальних почуттів.

Охарактеризуємо стисло характеристики рівнів розвитку емпатійності.

Дуже високий рівень емпатійності «проявляється у хворобливому розвитку співпереживання, у надзвичайно тонкій реакції на настрій партнера по спілкуванню. Людей з дуже високою емпатійністю оточуючі використовують у своїх цілях, обрушуючи на них усі свої емоційні стани. Надто емпатійні особи дуже погано себе почувають у присутності людей з «важким» характером, часто переживають комплекс провини, бояться спричинити комусь клопоти чи зачепити їхні переживання». Ті, які є надто раними, страждають з найменшого приводу, потребують емоційної підтримки. Надмірна емпатійність може призвести до невротичних зривів.

Висока емпатійність – це чутливість до потреб і проблем інших, великодушність, схильність вибачати людям багато їхніх вчинків, справжній інтерес до людей. «Особи з високим рівнем емпатії емоційно чуйні, комунікабельні, швидко встановлюють контакти і знаходять загальну мову з оточуючими й незнайомими людьми (у нових умовах), стараються не допускати конфлікти і знаходити компромісні рішення в конфліктних ситуаціях. Вони добре переносять критику у свою адресу, в оцінці подій більше покладаються на свої почуття, ніж на аналітичні висновки». Віддають перевагу умовам, щоб працювати в оточенні людей і потребують соціального схвалення своїх дій. Їх легко вивести з емоційної рівноваги.

Нормальний рівень – емпатійності – «це не «товстошкірі» люди, але й не надто чутливі. В оцінці інших людей у міжособистісних стосунках вони беруть за основу їхні вчинки і менше довіряють своїм враженням. Емоційні прояви в них знаходяться під самоконтролем. У спілкуванні уважні, прагнуть зрозуміти співрозмовника, а коли партнери надто «виливають» свою душу, свої почуття, це викликає в них втрату терпіння. Коли вони не впевнені, що

їхня точка зору буде прийнята, вони її не висловлюють». Їх більше цікавлять дії і вчинки героїв фільмів чи літературних творів, ніж їхні почуття. Відчують труднощі в прогнозуванні розвитку стосунків між людьми, тому часто вчинки оточуючих стають для них неочікуваними. У них скуті почуття, що заважає повноцінно сприймати й розуміти людей.

Низький рівень емпатійності проявляється в ускладненні встановлення контактів з людьми. «Особи з низьким рівнем емпатії незатишно почуваються в гамірній і галасливій компанії. Емоційні прояви у вчинках інших людей здаються їм незрозумілими й невиправданими, позбавленими сенсу. Вони віддають перевагу тому, щоб займатись конкретною справою в умовах усамітнення, є прихильниками точних формулювань і раціональних рішень. Можна думати, що в них небагато друзів, яких вони цінують за ділові якості і ясний розум, а не за чуйність». Таке ж ставлення й до них з боку оточуючих. Коли вони відчують самотність і відчуженість, оточуючі не поспішають до них із своєю уважністю і співчуттям.

Щоб виправити таке ставлення, їм потрібно розкритися, бути уважними до поведінки близького оточення й сприймати їхні потреби за свої.

«Дуже низький рівень емпатійності» – «емпатійні тенденції не розвинені. Їм важко першими вступати в розмову, вони уособлені. Особливі труднощі у спілкуванні з дітьми і набагато старшими людьми. Часто не знаходять взаєморозуміння з оточенням. Вони полюбляють гострі відчуття, віддають перевагу спортивним змаганням, а не мистецтву. У діяльності надто центровані на собі. Дуже продуктивні в індивідуальній роботі. Іронічно ставляться до сентиментальних проявів, болісно реагують на критику, хоч і бурхливо на неї не реагують. Їм потрібна гімнастика почуттів» [14, с. 70-71].

Таким чином, формування та вираження соціальної зрілості підлітка безпосередньо пов'язане з розвитком його особистості та вмінням співпереживати. Рівень соціальної зрілості підлітка та його ставлення до світу залежать від того, наскільки розвинені в нього такі особистісні якості, як емпатія, відповідальність та комунікабельність. Соціальне середовище

формує соціальну зрілість підлітка, але саме розвиток особистісних якостей, зокрема здатності до співпереживання, визначає, як підліток взаємодіє з цим середовищем.

ВИСНОВКИ

Проведене нами дослідження, засноване на аналізі наукової літератури та емпіричних даних, дозволяє зробити такі висновки:

1. Соціальна зрілість особистості – це багатогранне поняття, яке охоплює широкий спектр аспектів, таких як самосвідомість, світогляд і соціальні почуття. Саме останні відіграють визначальну роль у формуванні зрілої особистості, допомагаючи підліткам знайти своє місце в суспільстві та визначитися зі своїми життєвими цінностями.

Соціальні почуття – це багатогранне психологічне явище, що відображає нашу зв'язаність з іншими людьми та суспільством в цілому. Вони охоплюють широкий спектр емоційних переживань, від почуття солідарності до почуття відповідальності за майбутнє нашого суспільства.

Рання юність – це критичний період для формування громадянської позиції. Саме в цей час закладаються основи для розвитку таких важливих якостей, як патріотизм, соціальна відповідальність і толерантність.

Формування соціальної зрілості – це результат взаємодії різних соціальних факторів, які впливають один на одного і на розвиток особистості в цілому.

2. Фізична культура – це потужний інструмент для всебічного розвитку особистості. Заняття спортом допомагають не лише зміцнити здоров'я, але й сформувати моральні якості, розвинути соціальні навички та почуття приналежності до колективу. Заняття спортом сприяють соціальній адаптації підлітків, допомагаючи їм знайти своє місце в колективі, навчитися взаємодіяти з іншими людьми та будувати міцні соціальні зв'язки.

Заняття фізичною культурою допомагають підліткам розкрити свої таланти, знайти своє місце в житті і розвинути важливі соціальні навички.

Заняття спортом допомагають підліткам зрозуміти свої сильні сторони і визначитися з майбутньою професією. Багато спортивних навичок і якостей, таких як дисципліна, командна робота і лідерство, корисні у будь-якій професійній діяльності.

3. Моральні почуття є основою гуманістичних цінностей, які лежать в основі будь-якого цивілізованого суспільства. Розвиток моральних почуттів – це запорука формування відповідальних громадян, які дбають про благополуччя інших людей і суспільства в цілому

Розуміння різних видів соціальних почуттів і їх взаємозв'язку допомагає нам краще зрозуміти себе і інших людей. Свідоме формування соціальних почуттів є важливою умовою для гармонійного розвитку особистості і створення більш справедливого і гуманного суспільства.

Соціальні почуття часто виникають як результат взаємодії багатьох факторів, таких як особистий досвід, соціальне оточення, культурні норми тощо. Ці фактори накопичуються і підсилюють один одного, створюючи більш інтенсивні та стійкі переживання.

Складні соціальні переживання, які включають в себе кілька почуттів одночасно, залишають більш глибокий слід в пам'яті і емоційній сфері людини. Це пов'язано з тим, що вони залучають більше нейронних зв'язків і утворюють більш стійкі асоціації.

4. На розвиток соціальних почуттів у старшокласників впливає цілий комплекс факторів, як зовнішніх (соціальна ситуація), так і внутрішніх (вікові особливості). Ці фактори взаємодіють і формують соціальну зрілість підлітків. Розвиток соціальних почуттів у старшокласників – це складний і багатогранний процес, який вимагає комплексного підходу. Важливо створити в школі атмосферу довіри і підтримки, де кожен підліток зможе реалізувати свій потенціал і знайти своє місце в житті.

Заняття спортом сприяють не лише фізичному розвитку, а й формують важливі соціальні навички та емоційний інтелект.

Емпіричні дані підтверджують, що регулярні фізичні навантаження сприяють становленню в старшокласників таких важливих соціальних компетенцій, як самосвідомість, самоконтроль, моральні принципи та вміння працювати в команді.

Виявлено суттєвий розрив між очікуваннями підлітків щодо вчителя фізкультури та реальними навичками майбутніх педагогів. Цей розрив може негативно вплинути на мотивацію учнів до занять фізкультурою та ефективність навчального процесу. Крім того, рівень емпатії учнів тісно пов'язаний з атмосферою в класі та підходами вчителя, що вимагає індивідуального підходу до кожного учня.

Дослідження підтвердило, що учні старших класів мають власні уявлення про ідеального вчителя фізкультури. Ці уявлення, а також рівень емпатії учнів, значною мірою залежать від особливостей класного колективу та виховної роботи. Тому вчителі фізкультури повинні враховувати індивідуальні особливості кожного класу та будувати свою роботу з урахуванням цих факторів.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бех І. Гуманізм у вихованні підростаючої особистості. Рідна школа, 1995. №9. С. 23-25.
2. Боришевський М.Й. Моральні переконання та їх формування у дітей. Київ: Знання, 2019. 128 с.
3. Булах І.С. Концептуальна модель становлення моральної самосвідомості у підлітковому віці. Психологія. Збірник наукових праць. Київ: НПУ імені М.П.Драгоманова, Випуск 16, 2002. С. 83-91.
4. Васильєв В.П. Юридична психологія. Київ, 2008. 234 с.
5. Васильєв І.А., Тихомиров О.К. Емоції і мислення. Київ, 2000. 254 с.
6. Ващенко Т. Діагностика моральних цінностей особистості школярів. Рідна школа, 2006. № 2. С. 24-25.
7. Вікова та педагогічна психологія: навч. посіб. / О.В. Скрипченко, Л.В. Долинська, З.В. Огороднійчук та ін. Київ: Просвіта, 2001. 416 с.
8. Вишневський О. Орієнтири національного виховання. Рідна школа, 1994. № 5. С. 42-46.
9. Гамезо М.В., Петрова Є.А., Орлов Л.М. Вікова і педагогічна психологія: навч. посібн. для студентів всіх спеціальностей педагогічних вузів. Київ, 2003. 512 с.
10. Гозман Л.Я. Психологія емоційних відношень. Київ, 1991. 175 с.
11. Грот Н. Психологія емоцій. Тексти. Київ, 2005. 288 с.
12. Дідик Н. М. Розвиток особистісної зрілості майбутніх соціальних педагогів. Освітологічний дискурс. 2014. № 1(5). С. 58-69.
13. Демиденко В.К. Совість. Рідна школа, 2004. № 10. С. 34-36.
14. Додонов Б.І. В світі емоцій. Київ, 2017. 140 с.
15. Ізард К.Е. Психологія емоцій. Київ, 1999. 464 с.
16. Киселиця О., Мосейчук Ю., Мороз О. Становлення соціальної зрілості старшокласників (у контексті діяльності вчителя фізичної культури).

- Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві.
№ 3(43), 2018, С. 12-19.
17. Клапаред Е. Відчуття та емоції. Психологія емоцій. Київ, 2014. 288 с.
 18. Ковалев А.Г. Виховання почуттів. Київ, 2001. 93 с.
 19. Комісарик М.І., Леко Б.А., Чуйко Г.В. Основи психології спорту. Чернівці, 2004. 400 с.
 20. Кон І.С. Психологія ранньої юності. Київ, 1999. 255 с.
 21. Кон І.С. Психологія юнацького віку. Київ, 1998. 90 с.
 22. Корнєв М.Н., Коваленко А.Б. Соціальна психологія. Київ, 1995. 400 с.
 23. Коротки педагогічний словник пропагандиста / під ред. М.І. Кондакова, А.С. Вишнякова. Київ, 1994. 367 с.
 24. Крюгер Ф. Сутність емоційного переживання. Психологія емоцій. Тексти. Київ, 1994. 288 с.
 25. Левківський М. В. Соціальна зрілість старшокласників (підходи до формування). Оновлення змісту, форм та методів навчання і виховання в закладах освіти: зб. наук. праць. Наукові записки Рівненського державного гуманітарного університету. Вип. 32. Рівне: РДГУ, 2005. С. 85-87.
 26. Леонтьєв А.М. Потреби, мотиви, емоції. Київ, 1999. 40 с.
 27. Лук А.М. Емоції і особистість. Київ, 1982. 176 с.
 28. Майєрс Д. Соціальна психологія. Київ, 2004. 510 с.
 29. Мар'єнко І.С. Моральне становлення особистості школяра. Київ, Педагогіка, 1989. 356 с.
 30. Мудрик А.В. Час пошуків і рішень або старшокласникам о них самих. М., 1990. 191 с.
 31. Основи загальної психології / за ред. С.Д. Максименка. Київ, 1998. 224 с.
 32. Поплужний В.Л. Громадянськість і вікові аспекти її розвитку. Рідна школа, 1994. № 11. С. 33-35.

33. Поплужний В.Л. Виховання соціальних почуттів у старшокласників. Київ, 2009. 32 с.
34. Психологічний словник / за ред. В. І. Войтка. Київ: Вища школа, 2002. 28 с.
35. Психологія / за ред. Г.С. Костюка. Київ, 2002. 45 с.
36. Психологія / за ред. Ю.Л. Трофімова. Київ, 2000. 145 с.
37. Психологія. Словник / під ред. А.В. Петровського і М.Г. Ярошевського. Київ, 1990. 432 с.
38. Психологія сучасного підлітка / під ред. Д.І. Фельдштейна. Київ: Просвіта, 2007. 540 с.
39. Роджерс К. Емпатія. Психологія емоцій. Тексти. Київ, 2004. 288 с.
40. Рубинштейн С.Л. Основи загальної психології. Київ, 2000. 342 с.
41. Семиченко В.А. Психологія емоцій. Київ, 1999. 135 с.
42. Симонов П.В. Інформаційна теорія емоцій. Психологія емоцій. Тексти. Київ, 1999. 288 с.
43. Скрипченко О., Волинська Л., Огороднійчук З. Психологія. Київ, 2001. 245 с.
44. Словарі з етики / під ред. А.А. Гусейнова і І.С. Кона. Київ, 1999. 234 с.
45. Фельдштейн Д.І. Психологічні закономірності соціального розвитку особистості в онтогенезі. Питання психології, 2005. № 6. С. 26-38.
46. Фельдштейн Д.І. Психологічні закономірності становлення дитини. Педагогіка, 2019. № 5. С. 71-77.
47. Фельдштейн Д.І. Психологічні основи суспільно корисної діяльності підлітків. Київ: Просвіта, 2011. 245 с.
48. Тест-опитувальник особистісної зрілості / під ред. Ю.З. Гільбуха. Київ: НПЦ Перспектива, 1995. 88 с.

ДОДАТКИ

Додаток А

АНКЕТА

(для учнів старших класів)

1. Які якості особистості розвиваються у вас на заняттях фізкультури (потрібне підкреслити)?

- | | |
|-----------------------------------|--------------------------------|
| - відповідальність | - збагачення знань |
| - переконаність | - сила волі |
| - працелюбність | - заздрість до досягнень інших |
| - уважність | - справедливість |
| - суперництво | - культура спілкування |
| - наполегливість | - доброзичливість |
| - взаємовиручка | - товариськість |
| - взаємодопомога | - цілеспрямованість |
| - почуття групи | - невпевненість у своїх силах |
| - інші якості (допишіть потрібне) | |

2. Чи допомагають вам заняття з фізкультури і спорту в самоорганізації і самопізнанні? (потрібне підкреслити)

- так - ні - не знаю

3. Чи допомагають заняття з фізкультури і спорту краще розуміти події, що відбуваються в країні та у світі?

- так - ні - не знаю

4. Яким, на вашу думку, повинен бути вчитель фізкультури сучасної школи. Назвіть 4-5 основних якостей.

4. Чи вплинуло на вас досягнення або невдача (підкреслити) у спорті на ставлення до себе?

- позитивно - негативно (підкресліть)

5. Як ви ставитесь до уроків фізкультури:

- позитивно - негативно - байдуже (потрібне підкреслити)

6. Чи потрібна, на ваш погляд, фізкультура у старших класах?

- так - ні - не знаю

7. Які почуття виникають у вас в умовах:

- успіху команди (групи, класу)
- поразки або невдачі команди (групи, класу).

АНКЕТА

(для студентів – майбутніх учителів фізичної культури)

1. Як ви вважаєте, чи сприяють уроки фізкультури і спорту формуванню особистісних якостей учнів?

- Так - ні - не знаю

2. Які риси характеру та психологічні якості можна розвивати на заняттях фізкультури і спорту? Назвіть 5-6.

3. При яких умовах можна допомагати учням на уроках фізкультури і спорту краще пізнати себе, свої можливості? Назвіть основні умови.

4. Якими якостями особистості повинен характеризуватись учитель фізкультури і спорту сучасної школи? Назвіть 5-6 основних.

5. Чи сприяють, по-вашому, заняття з фізкультури і спорту формуванню світогляду та власної позиції учнів?

- Так - ні - не знаю

6. Як ви вважаєте, які суспільні почуття розвиваються в учнів на заняттях з фізкультури і спорту? (підкресліть)

- дружби	- честі	- патріотизму
- порядності	- доброзичливості	- злості, гніву
- заздрості	- почуття «ліктя»	- взаємодопомоги
- поваги до людей	- поваги до себе	- впевненість у перспективі
-	інші (допишіть)	

7. За яких умов, на вашу думку, на уроках фізкультури і спорту є можливість виховувати в учнів моральні якості, прищеплювати моральні норми поведінки? Назвіть основні.

8. Які здібності, по-вашому, розвиваються в учнів на уроках фізкультури і спорту?

ВПРАВА**«Самооцінювання рівня зрілості та готовності до дорослого життя»**

Мета: навчитися давати самооцінку зрілості та готовності до дорослого життя.

Хід роботи:

I. Оберіть відповіді на запитання. Позначте їх на окремому аркуші.

1. Як часто ви думаєте про те, що вам не слід було щось говорити або робити?

- а) дуже часто – 1 бал;
- б) іноді – 3 бали.

2. Якщо ви спілкуватиметеся з дуже дотепною людиною, то ви:

- а) постараетесь позмагатися з нею в дотепності й перемогти – 5 балів;
- б) не будете змагатися з нею, а просто похвалите її дотепність – 1 бал.

3. Виберіть одну з думок, найбільш вам близьку:

- а) те, що багатьом здається везінням, насправді є результатом наполегливої праці – 5 балів;
- б) успіх часто залежить від щасливого збігу обставин – 1 бал;
- в) у складній ситуації головне не завзятість або везіння, а людина, яка зможе тебе підтримати або втішити – 3 бали.

4. Якщо вам покажуть шарж або пародію на вас, то ви:

- а) посмієтесь і будете радіти тому, що у вас знайшли щось веселе й оригінальне – 3 бали;
- б) теж спробуєте знайти щось смішне в тому чи тій, хто пародіював вас, і у відповідь подаруєте шарж або пародію на цю людину – 4 бали;
- в) образитесь, але не дасте цього зрозуміти – 1 бал.

5. Чи часто вам не вистачає часу, якщо треба виконати протягом дня багато різних завдань?

- а) так – 1 бал;
- б) ні – 5 балів;
- в) не знаю – 3 бали.

6. Своєму другові (подрузі) на день народження ви оберете:

- а) подарунок, який подобається вам – 5 балів;
- б) подарунок, якому, як вам здається, буде радий ваш друг, хоча вам особисто він не подобається – 3 бали;
- в) подарунок, реклама якого привернула вашу увагу – 1 бал;

7. Чи любите ви уявляти собі різні ситуації, у яких ви поведетесь не так, як у реальному житті?

- а) так – 1 бал; б) ні – 5 балів; в) не знаю – 3 бали.

8. Чи зачіпає вас те, що дехто з вашого класу вчиться краще, ніж ви?

- а) так – 1 бал; б) ні – 5 балів; в) іноді – 3 бали.

9. Чи отримуєте ви задоволення, коли заперечуєте комусь, не погоджуєтесь з ним?

а) так – 5 балів; б) ні – 1 бал; в) не знаю – 3 бали.

10. Заплющте очі й спробуйте уявити собі один з трьох кольорів – блакитний, жовтий або червоний. Ви уявили:

а) блакитний – 1 бал; б) жовтий – 3 бали; в) червоний – 5 балів.

II. Полічіть отримані бали.

III. Ознайомтеся з результатами тесту та зробіть висновки.

47–38 балів. Ви впевнені в собі, сміливо висловлюєте свою думку, вмієте критикувати інших, але не дуже любите, коли критикують вас. Оскільки у вас високий рівень самовпевненості, то ви можете недооцінити складності ситуації й переоцінити свої можливості в даному випадку.

37–24 бали. Ви надійна людина, вам можна довіряти. Ви вмієте знаходити вихід з непростих життєвих ситуацій. У вас адекватна самооцінка й позитивне самосприйняття.

23–10 балів. Імовірно, ви не дуже задоволені собою, часто вдаєтеся до самозвинувачень, але це зовсім не означає, що люди, які вас оточують, поділяють вашу думку про вас. У вас підвищена критичність до себе, а також терпляче ставлення до вад інших.

Кваліфікаційна робота містить результати власних досліджень. Використання ідей, результатів і текстів наукових досліджень інших авторів мають посилання на відповідне джерело.

_____ (Скляр Адріан Сергійович)
(підпис)