

Научная статья

<https://doi.org/10.31862/1819-463X-2026-3-180-190>

УДК 796.011.1

5.8.2. Теория и методика обучения и воспитания

ПРОЕКТ СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ КАК СРЕДСТВО ВОСПИТАНИЯ НРАВСТВЕННО-ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ ПОДРОСТКОВ

Т. К. Ким, А. А. Стариков

Московский педагогический государственный университет

Аннотация. В статье представлены результаты опытно-экспериментальной работы по разработке и апробации методики воспитания нравственно-волевых качеств у подростков 14–15 лет в рамках проекта спортивной направленности. Исследование проводилось на базе общеобразовательной школы с участием 60 учащихся, разделенных на экспериментальную и контрольную группы. В основе методики лежит системное сочетание средств физического воспитания (спортивные игры, легкая атлетика, гимнастика, самозащита без оружия и др.) и целенаправленных воспитательных практик, ориентированных на формирование нравственных качеств и волевой сферы личности обучающегося: дисциплинированности, ответственности, справедливости, самообладания, нравственной мотивации, уважения к соперникам и целеустремленности. Диагностика осуществлялась с помощью анкетирования и тестирования (методики Н. Н. Обозова и А. И. Шемишуриной), а статистическая обработка данных – с применением t-критерия Стьюдента. Результаты исследования позволяют заключить о статистически значимом приросте показателей сформированности нравственно-волевых качеств у обучающихся экспериментальной группы ($p < 0,05$), что подтверждает эффективность предложенного подхода. Разработанная методика может быть рекомендована к использованию в образовательных организациях для гармоничного развития личности подростков через активное приобщение к ценностям физической культуры и спорта.

Ключевые слова: подростки, нравственное воспитание, волевые качества, спортивный проект, физическая культура, методика

© Ким Т. К., Стариков А. А., 2026



Контент доступен по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 International License
The content is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License

Для цитирования: Ким Т. К., Стариков А. А. Проект спортивной направленности как средство воспитания нравственно-волевых качеств подростков // Наука и школа. 2026. № 3. С. 180–190. <https://doi.org/10.31862/1819-463X-2026-3-180-190>.

SPORTS-ORIENTED PROJECT AS A MEANS OF FORMING MORAL AND VOLITIONAL QUALITIES OF TEENAGERS

T. K. Kim, A. A. Starikov

Moscow Pedagogical State University

Abstract. *The article presents the results of experimental work on the development and testing of methods for the formation of moral and volitional qualities in 14-15-year-olds as part of a sports-oriented project. The study was conducted on the basis of a comprehensive school with the participation of 60 students, divided into experimental and control groups. The methodology is based on a systematic combination of physical education tools (sports games, athletics, gymnastics, self-defense without weapons, etc.) and purposeful educational practices focused on the formation of moral qualities and volitional sphere of the student's personality: discipline, responsibility, justice, self-control, moral motivation, respect for rivals and determination. The diagnostics was carried out using questionnaires and testing (methods of N. N. Obozov and A. I. Shemshurina), and statistical data processing using the Student's t-test. The results of the study allow us to conclude that there was a statistically significant increase in the indicators of the formation of moral and volitional qualities among the students of the experimental group ($p < 0.05$), which confirms the effectiveness of the proposed approach. The developed methodology can be recommended for use in educational organizations for the harmonious development of the personality of adolescents through active involvement in the values of physical culture and sports.*

Keywords: *adolescents, moral education, volitional qualities, sports project, physical education, methodology*

Cite as: Kim T. K., Starikov A. A. Kim T. K., Starikov A. A. Sports-Oriented Project as a Means of Forming Moral and Volitional Qualities of Teenagers. *Nauka i shkola*. 2026, No. 3, pp. 180–190. <https://doi.org/10.31862/1819-463X-2026-3-180-190>.

Введение

Анализ практической деятельности показывает, что педагоги и тренеры, работающие с подростками 14–15 лет, в основном фокусируются на достижении спортивных результатов, физическом развитии и недостаточно уделяют внимание воспитанию таких важных качеств личности молодого человека, как самодисциплина, справедливость, ответственность, коммуникабельность. В этой связи многие молодые люди испытывают трудности в вопросах социализации в обществе: не обладают умением самостоятельно разрешать конфликты, зачастую демонстрируют неуважительное отношение к своим сверстникам и людям старшего возраста. Все это говорит о слабой социально-воспитательной работе в обозначенном направлении с подростками

в условиях семьи и образовательных организаций. В то же время не в полной мере используется незаурядный потенциал физической культуры и спорта как средства воспитания обучающихся, формирования личностно-психических качеств. Проблема исследования заключается в необходимости разработки и апробации методики воспитания нравственно-волевых качеств у подростков 14–15 лет, участников проекта спортивной направленности. На этапе осмысления представленной проблемы мы опирались на труды авторитетных ученых в области педагогики и психологии, создавших научный фундамент для понимания механизмов становления и развития личности на разных этапах онтогенеза. Так, Л. И. Божович в работе «О нравственном развитии и воспитании» раскрывает, каким образом занятия физическими упражнениями и спортом создают необходимые предпосылки для развития нравственно-волевых качеств подростка [1]. С. Л. Рубинштейн в работе «Основы общей психологии» показывает психологические аспекты развития личности и взаимосвязь между мотивацией, эмоциями и проявлением волевых качеств в процессе занятий физическими упражнениями и спортом [2]. Ш. А. Амонашвили в статье «Гуманно-личностная педагогика: теория и практика» объясняет важность индивидуального подхода к каждому подростку, показывает необходимость создания условий для развития морально-волевых качеств, напрямую связывает активные занятия различными видами двигательной активности и спортом с его нравственным воспитанием [3]. Б. Т. Лихачев в работе «Воспитание и этика» выделяет значимость нравственных идеалов, утверждая, что они являются основой этического поведения в обществе, выдвигает идею о том, что занятия спортом – это средство достижения не только физического, но и духовного развития подростка [4]. Именно с опорой на труды этих выдающихся ученых была разработана экспериментальная методика воспитания нравственно-волевых качеств у подростков, которая успешно апробирована в рамках реализации проекта спортивной направленности. Исследование основывается на идее сопряженного воспитания физических и нравственно-волевых качеств у подростков в процессе занятий физическими упражнениями и спортом. Объектом исследования является процесс воспитания нравственно-волевых качеств у подростков, предметом исследования – содержание методики воспитания нравственно-волевых качеств у подростков в рамках реализации проекта спортивной направленности. В рамках разработанной методики (далее – Методика) занятия строились с учетом возрастных особенностей подростков и исходного уровня сформированности нравственно-волевых качеств.

Методы и организация исследования

Исследование проводилось на базе ГБОУ г. Москвы школы № 324 «Жар-птица» с целью оценки эффективности разработанной методики воспитания нравственно-волевых качеств у подростков в рамках проекта спортивной направленности. В исследовании приняли участие 60 учеников в возрасте 14–15 лет, из них 30 подростков были участниками проекта спортивной направленности (экспериментальная группа, ЭГ), а 30 подростков занимались по общеобразовательной программе по физической культуре и в школьных секциях по различным видам спорта (контрольная группа, КГ). Методы исследования: анализ и обобщение специальной литературы, педагогический эксперимент, анкетирование, тестирование. Первичные анкетирования, тестирования проведены с целью определения исходного уровня сформированности нравственно-волевых качеств у подростков и последующей детальной разработки экспериментальной методики, реализованной в рамках проекта спортивной направленности. Математическая обработка фактологических данных про-

водилась с использованием t-критерия Стьюдента для двух независимых выборок. Организация исследования состояла из следующих этапов: диагностического, экспериментального и итогового. При организации исследования был учтен этический аспект, а именно: получено согласие родителей учеников и администрации школы для проведения опытно-экспериментальной работы. Каждый участник ознакомился с целями исследования, данные участников были обезличены.

Результаты исследования и их обсуждение

Опираясь на полученные данные в результате первичных анкетирований и тестирований, мы провели опытно-экспериментальную работу по разработанной методике воспитания нравственно-волевых качеств у подростков 14–15 лет в рамках проекта спортивной направленности. Ее основные аспекты и их описание приведены в табл. 1. Для оценки эффективности разработанной методики были проведены повторные тестирования, анкетирования подростков ЭГ и КГ, результаты которых приведены в табл. 2 и табл. 3.

Таблица 1

Методика воспитания нравственно-волевых качеств у подростков в рамках проекта спортивной направленности

Нравственно-волевое качество	Содержание	Методы и формы реализации	Критерии оценки
1. Дисциплинированность	Соблюдение распорядка тренировок, выполнение заданий без напоминаний	Тренировки по строгому графику. Индивидуальные планы достижений. Дневник самоконтроля	Регулярность выполнения заданий. Рост баллов в тесте Н. Н. Обозова
2. Ответственность	Самоконтроль за своими действиями, вклад в командные результаты	Командные проекты (например, эстафеты с распределением ролей). Обсуждение ошибок и их исправление	Оценка педагога по участию в команде. Рост показателей личных моральных ценностей
3. Справедливость	Уважение к правилам, признание заслуг соперников	Соревнования с акцентом на соблюдение правил. Беседы о примерах несправедливого поведения в спорте	Количество нарушений правил. Рост баллов в тесте А. И. Шемшуриной
4. Самообладание	Способность сохранять спокойствие в напряженных ситуациях	Симуляция стрессовых ситуаций при судейской ошибке. Техники дыхания и релаксации	Результаты тестирования стрессоустойчивости. Снижение жалоб на волнение перед соревнованиями
5. Нравственная мотивация	Готовность действовать в соответствии с этическими нормами	Поощрение за проявление справедливости (награды). Рефлексия после соревнований («Что я сделал правильно?»)	Количество поощрений за этическое поведение. Средний балл по тесту мотивации
6. Уважение к соперникам	Признание достоинств соперника, отказ от агрессии	Соревнования с ритуалами уважения (рукопожатие). Обсуждение ролевых игр («Как поступить, если соперник ошибся?»)	Наблюдение за поведением во время соревнований. Рост баллов (анкета) общепринятых ценностей
7. Целеустремленность	Ставить и достигать краткосрочные и долгосрочные цели	Постановка целей, их анализ, публичное признание достижений	Количество достигнутых целей. Рост самооценки силы воли

Методика воспитания нравственно-волевых качеств у подростков в рамках проекта спортивной направленности (далее – Проект), реализованная с сентября 2023 по май 2024 г., сочетала занятия физическими упражнениями и целенаправленные воспитательные практики с целью становления семи ключевых качеств: дисциплинированности, ответственности, справедливости, самообладания, нравственной мотивации, уважения к соперникам и целеустремленности. В рамках Проекта с целью активного формирования у подростков 14–15 лет указанных нравственно-волевых качеств применялись следующие средства и методы физического воспитания: спортивные игры и их элементы – футбол, баскетбол, волейбол (командные), бадминтон, настольный теннис (индивидуальные), лыжная подготовка, легкая атлетика, гимнастика, самозащита без оружия, подвижные игры, различные воспитательные практики. Занятия распределялись по триместрам с учетом постепенного усложнения задач и интеграции навыков, что обеспечивало системный подход к развитию личностных качеств. В I триместре (сентябрь–ноябрь) основное внимание уделялось развитию дисциплинированности и ответственности: подростки дважды в неделю занимались динамическими разминками, растяжкой с индивидуальным подходом к уровню подготовленности, с целью воспитания указанных качеств активно использовались упражнения и элементы игр в бадминтон, волейбол, баскетбол. Одновременно вводились воспитательные практики, включавшие ведение индивидуальных планов с пошаговыми целями, например, достижение показателя 2,18 м в прыжке в длину для юношей и 1,83 м для девушек за месяц, а также проведение эстафет, формирующих доверие (к тренеру и команде) через механизм взаимозависимости и общей ответственности за результат соревнования, таких как «Сила доверия». Для поддержания дисциплины и преодоления трудностей, связанных с систематическими опозданиями или невыполнением заданий, применялись «лестница достижений», предоставлявшая право на капитанство в спортивных играх за регулярное выполнение задач, и дневники самоконтроля, фиксировавшие прогресс и усиливавшие целеустремленность. Такая структура позволила создать плавный переход от освоения базовых навыков к формированию устойчивых личностных качеств, заложив основу для дальнейшей работы во II–III триместрах.

Во II триместре (декабрь–февраль) делался акцент на формирование у подростков таких качеств, как справедливость, уважение к сопернику, самообладание и нравственная мотивации. Занятия включали командные соревнования (эстафеты, мини-турниры по баскетболу и другие спортивные дисциплины), где соблюдение правил и уважение к соперникам были ключевыми. Воспитательные практики проводились через обсуждение результатов соревнований (например, «Как поступить, если соперник явно грубил во время игры?») и ритуалы уважения (рукопожатия до и после соревнований, публичные признания достоинств соперников). Трудности в виде грубых нарушений правил решались заменой участников во время соревнований, пропуском подростком следующей игры, а также проведением дополнительных занятий по коррективке поведения и повышению физической подготовки. Внедрена система поощрений за этическое поведение (медали за честность, сертификаты). В процессе физической подготовки широко использовались «стрессовые симуляции» (например, внезапная замена участника эстафеты или перестановка его на другую позицию), а воспитательные практики включали техники дыхания, визуализации и рефлексии («Что я сделал правильно?»). Волнение перед соревнованиями и снижение мотивации из-за усталости преодолевались через адаптацию

к нагрузкам, повышение уровня физической подготовленности и групповые обсуждения эмоций после стрессовых ситуаций, что повышало устойчивость к стрессу.

В III триместре (март–май) происходила окончательное формирование вышеуказанных нравственно-волевых качеств и моральной мотивации. Применялись комплексные тренировки, которые объединяли все полученные навыки в эстафете, в спортивных играх, а воспитательные практики – финальные соревнования «Турнир с наградами за честность», где победа зависела, кроме прочего, от этичного поведения. Анкетирование и тестирование (по методикам Н. Н. Обозова и А. И. Шемшуриной) оценивали динамику показателей сформированности личностных качеств у подростков. Трудности в виде снижения активности преодолевались через систему поощрений (медали, сертификаты), публичное признание и рефлексия в виде эссе «Как я изменился за год?», что закрепляло нравственную мотивацию. Итоги исследования подтвердили эффективность методики как средства гармоничного развития личности подростков, объединяя физическую активность с воспитанием этических норм, самоконтроля и действий во благо коллектива.

Реализация средств физического воспитания и спортивной тренировки в рамках целенаправленного формирования нравственно-волевых качеств личности подростков требовало создания особых педагогических условий, обеспечивавших не только физическое развитие, но и глубокое моральное и волевое становление. Ключевыми педагогическими условиями являлись: системность и преемственность в отборе и применении средств; целенаправленное моделирование учебно-тренировочных и соревновательных ситуаций, ориентированных на развитие конкретных качеств; использование рефлексивных и оценочных механизмов; включение подростков в активную самостоятельную деятельность; создание эмоционально положительной, поддерживающей атмосферы, способствовавшей внутренней мотивации и личностному росту.

Особое значение при этом имело согласование организационно-методических подходов между различными видами двигательной деятельности – бадминтоном, гимнастикой, легкой атлетикой, лыжной подготовкой, настольным теннисом, самозащитой без оружия, волейболом, футболом, баскетболом и подвижными играми. Такое согласование обеспечивало преемственность в развитии таких качеств, как дисциплинированность, ответственность, справедливость, самообладание, целеустремленность, уважение к соперникам и нравственная мотивация. Например, дисциплинированность формировалась не только через строгий регламент тренировок по волейболу (сигналы, ритуалы начала и окончания занятий), но и через повторяющиеся упражнения в бадминтоне (точные подачи в зоны), где требовался постоянный самоконтроль и соблюдение правил. Подобная многократность и разнообразие контекстов закрепляли качество как устойчивую черту поведения. Целеустремленность развивалась как в индивидуальных формах («Лестница целей» в бадминтоне, «Миссия на месяц» в самбо), так и в коллективных (эстафеты в легкой атлетике), где успех зависел от каждого. При этом была важна методическая последовательность: от постановки малых, достижимых задач к более сложным, от внешней мотивации (поощрение, символическое награждение) к внутренней (осознание ценности цели, гордость за результат). Аналогично, ответственность формировалась через распределение ролей и функций – будь то зона ответственности в волейболе, обязанности капитана в гимнастике или ведение дневника тренировок. Это позволяло подростку не просто выполнять задание, а осознавать свою роль в общем результате

и нести за нее личную ответственность. Справедливость и уважение к сопернику развивались через специально сконструированные игровые и судейские ситуации: «Смена ролей» в баскетболе, «Судья на один тайм» в футболе, «Судья в себе» в волейболе. Эти методы учили объективности, честности и умению ставить интересы команды выше личных амбиций. Важно, что после таких упражнений обязательно следовало обсуждение – педагогический прием, способствующий осмыслению опыта и переводу внешнего действия во внутреннюю установку. Нравственная мотивация и самообладание формировались в условиях, где подросток сталкивался с трудностями, стрессом и необходимостью контролировать свои эмоции. Примером служит работа с волнением перед соревнованиями по настольному теннису при участии школьного психолога, анализ схваток в самозащите или выполнение сложных гимнастических элементов, требующих концентрации и терпения. Здесь педагогические условия включали не только регулирование физической нагрузки, но и психоэмоциональную поддержку, обучение техникам саморегуляции и рефлексии. Особую роль играли подвижные игры, которые выступали универсальным инструментом для развития таких качеств, как взаимопомощь, сострадание, милосердие, бережливость и преданность. Их преимущество – в естественности, игровой форме и эмоциональной вовлеченности, что делало процесс воспитания менее директивным и более личностно значимым. Например, в игре «Помоги другу» подростки не просто выполняли задание, а проживали ситуацию сопереживания и заботы, что формировало эмпатию и готовность к действию.

Таким образом, педагогические условия реализации средств физического воспитания и спортивной тренировки оказываются эффективными тогда, когда они выстроены как целостная система, где каждый вид деятельности дополняет другой, а методы и организационные формы направлены не только на достижение спортивного результата, но и на формирование у подростка внутреннего стержня – совокупности нравственных принципов и волевых установок, необходимых для полноценной жизни в обществе. Преемственность достигается за счет единства целей, последовательности в усложнении задач, разнообразия форм и методов, а также постоянного акцента на осознанности, ответственности и уважении – как к себе, так и к другим.

С целью разработки Методики и оценки ее эффективности были проведены первичные (на начальном этапе исследования, до реализации Проекта) и повторные (на конечном этапе исследования, после реализации Проекта) тестирования и анкетирования подростков ЭГ и КГ. Для оценки исходного и итогового уровней нравственно-волевых качеств у участников на начальном и конечном этапах исследования проведена работа по предварительной и окончательной диагностике. В табл. 2 представлены результаты участников ЭГ и КГ на старте и в конце реализации проекта спортивной направленности с определением уровней сформированности критериев нравственно-волевых качеств по результатам анкетирования. Диагностика проводилась с использованием двух анкет, включающих вопросы по «общепринятым моральным ценностям, принципам, правилам и взглядам» и вопросы, позволяющие оценить «личные моральные ценности» подростков. Каждый блок анкеты включал 10 вопросов со шкалой оценки от 0 до 3 баллов, что позволило распределить результаты по трем уровням: низкий (0–10 баллов), средний (11–20 баллов), высокий (21–30 баллов). Как представлено в табл. 2, на начальном этапе эксперимента группы (ЭГ и КГ) были однородны по всем исследуемым критериям, что исключило влияние

предвзятости и обеспечило объективность последующих сравнений и создало основу для оценки эффективности экспериментальной Методики. Данные табл. 2 показывают, что подростки обеих групп в начале исследования демонстрируют средний уровень сформированности общепринятых (11,70 баллов в КГ и 11,97 в ЭГ) и личных (около 15 баллов в обеих группах) моральных ценностей, статистически значимые различия между группами ($p > 0,05$) отсутствуют. В конце исследования по результатам анкеты с вопросами об «общепринятых моральных ценностях» (уважение к соперникам, справедливость, терпимость, порядочность) в ЭГ наблюдается прирост на 9,6 балла (с 11,97 до 21,57), тогда как в КГ – всего на 1 балл (с 11,7 до 12,7), $t = 14,233$; $p < 0,05$, что указывает на положительную динамику в освоении социальных норм при занятиях по предложенной Методике; по результатам анкеты с вопросами о «личных моральных ценностях» (индивидуальные представления о добре, ответственности, честности, дисциплине) в ЭГ показатель вырос на 7,9 балла (с 15,03 до 22,97), тогда как в КГ – на 0,6 балла (с 14,97 до 15,57), $t = 14,079$; $p < 0,05$, что подтверждает эффективность разработанной Методики.

Таблица 2

Динамика показателей сформированности нравственно-волевых качеств у подростков контрольной и экспериментальной групп по результатам анкетирования на начальном и завершающем этапах опытно-экспериментальной работы

Критерии (по результатам анкетирования)	Показатели сформированности, баллы				t-Критерий Стьюдента ($t_{\text{таб}} = 1,96$)		Достоверность различий (p)	
	Начальный этап		Конечный этап		Начальный этап	Конечный этап	Начальный этап	Конечный этап
	КГ (n = 30) $x_1 \pm \sigma_1$	ЭГ (n = 30) $x_2 \pm \sigma_2$	КГ (n = 30) $x_3 \pm \sigma_3$	ЭГ (n = 30) $x_4 \pm \sigma_4$				
«Общепринятые моральные ценности, принципы, правила и взгляды»	11,70 $\pm$ 2,340	11,97 $\pm$ 2,799	12,74 $\pm$ 1,656	21,567 $\pm$ 2,918	0,394	14,233	> 0,05	< 0,05
«Личные моральные ценности, меняющиеся общественные нормы и индивидуальные представления, принятые в социуме»	14,97 $\pm$ 2,415	15,03 $\pm$ 2,287	15,57 $\pm$ 2,036	22,967 $\pm$ 1,941	0,107	14,079	> 0,05	< 0,05

В табл. 3 представлены результаты первичного и повторного тестирования по показателям уровней «самооценки силы воли», «нравственной самооценки», «нравственной мотивации».

Таблица 3

**Показатели сформированности нравственно-волевых качеств
по результатам тестирований на начальном и завершающем этапах опытно-
экспериментальной работы у подростков 14–15 лет
контрольной и экспериментальной групп**

Тестирования	Показатели сформированности, баллы				t-Критерий Стьюдента ($t_{\text{таб}} = 1,96$)		Достоверность различий (p)	
	Начальный этап		Конечный этап		Начальный этап	Конечный этап	Начальный этап	Конечный этап
	КГ (n = 30) $\bar{x}_5 \pm \sigma_5$	ЭГ (n = 30) $\bar{x}_6 \pm \sigma_6$	КГ (n = 30) $\bar{x}_7 \pm \sigma_7$	ЭГ (n = 30) $\bar{x}_8 \pm \sigma_8$				
«Самооценка силы воли»	15,53 ± 3,649	17,41 ± 4,889	17,22 ± 4,963	22,53 ± 4,418	1,648	4,323	> 0,05	< 0,05
«Диагностика нравственной самооценки»	24,31 ± 5,832	25,03 ± 7,125	24,97 ± 5,357	33,17 ± 4,554	0,429	6,284	> 0,05	< 0,05
Тест «нравствен- ной мотивации»	2,33 ± 0,745	2,47 ± 1,147	2,31 ± 0,642	3,74 ± 0,586	0,527	8,688	> 0,05	< 0,05

Применялись следующие тесты: 1) «Самооценка силы воли» Н. Н. Обозова (15 вопросов), интерпретация: 0–12 баллов – слабая воля, 13–21 – средний уровень, 22–30 – высокий уровень [6]; 2) «Диагностика нравственной самооценки» А. И. Шемшуриной, интерпретация: 10–15 баллов – низкий уровень, 24–33 – средний уровень, 34–40 – высокий уровень; 3) «Тест нравственной мотивации» А. И. Шемшуриной, интерпретация: 0–1 балл – низкий уровень, 2–3 – средний уровень, 4 – высокий уровень [5]. Как видно из табл. 3, начальные показатели по всем трем тестам были средними, близкими к низким, не отличались между группами ($p > 0,05$) и выступили основанием для оценки динамики изменений нравственно-волевых качеств подростков в процессе занятий по предлагаемой Методике.

В результате опытно-экспериментальной работы по тесту «Самооценка силы воли» в КГ средний балл вырос незначительно (с 15,5 до 17,2), а в ЭГ – на 5,1 балла (с 17,4 до 22,5), статистическая значимость: $t = 4,323$; $p < 0,05$, что подтверждает эффективность разработанной Методики в развитии самодисциплины, целеустремленности, устойчивости к стрессу. По тесту «Нравственная самооценка» в ЭГ баллы выросли на 8,2 балла (с 25,0 до 33,2), тогда как в КГ – незначительно (с 24,3 до 24,97). Результаты показывают ($t = 6,28$; $p < 0,05$) статистически значимое различие в улучшении собственных моральных норм (развитие таких качеств личности, как справедливость, уважение к правилам, признание заслуг соперников) в ЭГ по сравнению с КГ. По тесту «Нравственная мотивация» в ЭГ средний балл увеличился с 2,47 до 3,7 (переход из диапазона «средний» в «высокий»), тогда как в КГ остался на том же уровне (2,3), что указывает на значительный рост готовности в ЭГ действовать в соответствии с этическими нормами по сравнению с КГ, различия являются также статистически достоверными ($t = 8,688$; $p < 0,05$).

Выводы и рекомендации

Опытно-экспериментальная работа подтвердила эффективность разработанной методики воспитания нравственно-волевых качеств у подростков 14–15 лет, реализованной в рамках проекта спортивной направленности. Организация занятий физическими упражнениями и спортом в сочетании с воспитательными практиками привела к значительному росту таких показателей, как «самооценка силы воли» (на 5,1 балла), «нравственная самооценка» (на 8,2 балла), «нравственная мотивация» (со «среднего» до «высокого» уровня), «общепринятые моральные ценности» (на 9,6 балла), «личные моральные ценности» (на 7,9 балла). Результаты статистически значимы ($p < 0,05$), что подтверждает гипотезу о том, что представленный проект по физической культуре и спорту, включающий комплекс мероприятий направленного воспитания нравственно-волевых качеств выступает эффективным средством гармоничного развития личности подростков. Основной эффект достигается за счет системного подхода, объединяющего физическую активность с соблюдением этических норм, самоконтроля и действий во благо спортивного коллектива.

Разработанная Методика может использоваться педагогами при организации физкультурно-спортивной работы в общеобразовательных организациях и учреждениях дополнительного образования детей и подростков. При этом требуется подготовка учителей физической культуры, тренеров и других специалистов для реализации воспитательных практик на занятиях физическими упражнениями и спортом и выстраивания эффективной работы с подрастающим поколением в рамках учебной и внеучебной деятельности. Оценка динамики сформированности нравственно-волевых качеств школьников на основе анкетирования и тестирования позволит проводить корректировку Методики с учетом возрастных особенностей обучающихся. Распространение передового опыта среди педагогического сообщества с целью усиления внимания к вопросам воспитания нравственно-волевых качеств подростков, широкое внедрение программ и технологий, в том числе с использованием воспитательного потенциала физической культуры и спорта, выступают важным компонентом деятельности системы образования в условиях глобальных вызовов.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Божович Л. И., Конникова Ф. Е. О нравственном развитии и воспитании // Вопросы психологии. 2016. № 1. С. 80–90.
2. Кузнецова Ю. В. О перспективных подходах к воспитанию личности в контексте современного образования // Наука и образование в контексте глобальной трансформации: сборник статей XIV Международной научно-практической конференции, Петрозаводск, 04 апреля 2024 г. Петрозаводск: Междунар. центр науч. партнерства «Новая Наука» (ИП Ивановская И.И.), 2024. С. 37–41.
3. Амонашвили Ш. А. Гуманно-личностная педагогика: теория и практика // Образование и саморазвитие. 2012. № 5 (33). С. 28–32.
4. Клемяшова Е. М. Книга Б. Т. Лихачева «Воспитание и этика» // Экологическая культура личности: воспитание детей и молодежи. М.: Ин-т семьи и воспитания, 2010. С. 17–24.
5. Ерина Ю. И., Ким Т. К., Кузьменко Г. А. Оценка сформированности нравственных основ личности спортсменом 13–15 лет // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. 2023. Т. 18, № 2. С. 9–16.
6. Порошина М. В., Комогорцев Г. И. Занятия физической культурой как средство развития морально-волевых качеств подростков // Вестн. Бурятского гос. ун-та. 2010. № 13. С. 111–114.

REFERENCES

1. Bozhovich L. I., Konnikova F. E. O нравstvennom razvitii i vospitanii. *Voprosy psikhologii*. 2016, No. 1, pp. 80–90.
 2. Kuznetsova Yu. V. O perspektivnykh podkhodakh k vospitaniiu lichnosti v kontekste sovremennogo obrazovaniya. In: *Nauka i obrazovanie v kontekste globalnoy transformatsii. Proceedings of the XIV International scientific and practical conference, Petrozavodsk, 04 Apr. 2024*. Petrozavodsk: Mezhdunar. tsentr nauch. partnerstva “Novaya Nauka” (IP Ivanovskaya I.I.), 2024. Pp. 37–41.
 3. Amonashvili Sh. A. Gumanno-lichnostnaya pedagogika: teoriya i praktika. *Obrazovanie i samorazvitie*. 2012, No. 5 (33), pp. 28–32.
 4. Klemyashova E. M. Kniga B. T. Likhacheva “Vospitanie i etika”. In: *Ekologicheskaya kultura lichnosti: vospitanie detey i molodezhi*. Moscow: In-t semyi i vospitaniya, 2010. Pp. 17–24.
 5. Erina Yu. I., Kim T. K., Kuzmenko G. A. Otsenka sformirovannosti нравstvennykh osnov lichnosti sportsmenov 13–15 let. *Pedagogiko-psikhologicheskie i mediko-biologicheskie problemy fizicheskoy kultury i sporta*. 2023, Vol. 18, No. 2, pp. 9–16.
 6. Poroshina M. V., Komogortsev G. I. Zanyatiya fizicheskoy kulturoy kak sredstvo razvitiya moralno-voleykhn kachestv podrostkov. *Vestn. Buryatskogo gos. un-ta*. 2010, No. 13, pp. 111–114.
-

Ким Татьяна Константиновна, доктор педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой, кафедра теоретических основ физической культуры и спорта, Московский педагогический государственный университет

Kim Tatiana K., ScD in Education, Associate Professor, Head, Theoretical Foundations of Physical Culture and Sports Department, Moscow Pedagogical State University

e-mail: tk.kim@mpgu.su

Стариков Александр Александрович, магистрант, Московский педагогический государственный университет

Starikov Alexander A., Student in the Master’s Degree, Moscow Pedagogical State University

e-mail: aa_starikov1@student.mpgu.edu

Статья поступила в редакцию 30.05.2025; принята к публикации 16.02.2026
The article was submitted 30.05.2025; accepted for publication 16.02.2026