**ВСТУП**

**Актуальність теми.** Зміни, що відбуваються в політичній, економічній та соціальній сферах життєдіяльності людини, впливають на психологічне формування особистості [15, 17, 62, 91]. Зокрема, духовна спустошеність, цинізм, жорстокість, ворожість – це характерні ознаки розвитку сучасного суспільства. В умовах реформування сучасної освіти актуалізується проблема збереження відносно стабільних психічних станів суб’єктів навчально-виховного процесу [, , , ].

Психічні стани, як базове поняття, ставали предметом системного наукового аналізу у дослідженнях багатьох вчених та психологів [, , 68, ]. Структурними компонентами психічного здоров'я в рамках холістичного підходу, запропонованого [], розглядається в єдності зв’язку та розвитку фізичної (тілесної), соціальної (положення в суспільстві), психічної (чуттєвої, емоційної), духовної (дотримання принципів гуманізму, справедливості, честі) сфер людини.

Особливо насторожує факт зростання кількості злочинів серед молоді. Чимало дітей та підлітків відзначаються підвищеною агресивністю, нервозністю, надмірною чутливістю, емоційною неврівноваженістю та вразливістю [11, 27, 42, 81]. Стрімке зростання рівня агресивності – одна з найбільш актуальних проблем сьогодення. З огляду на це, доречними є наукові здобутки дослідників агресивності в різних сферах діяльності суб’єкта [76].

Сьогодні викликають стурбованість дані, які переконливо доводять, що поруч з різноманітними відхиленнями у фізичному розвитку та стані здоров’я шкільної молоді є також і девіантна поведінка [6, 22, 37, 73, 100], яка посилюється у школярів з кожним роком навчання [15, 17, 62, 91].

Праці, присвячені агресії, утворюють особливий пласт наукових досліджень у галузі фізичної культури та психології (О. Алексєєв, Б. Вяткін, В. Некрасов, Л. Радченко та ін.). Проте, здійснений нами аналіз наукових праць Б.Дж. Кретті, С.Курилюка, Р. Марґґтенса, Р. Найдіффера, G. Russel, В. Хлопецького, О. Фотуйми привів до висновку, що питання корекції прояву агресивності підлітків залишається відкритим [15, 17, 62, 91].

Важливість розв’язання психолого-педагогічної проблеми агресивності підлітків у навчальній діяльності, її недостатнє дослідження та необхідність пошуку обґрунтованих засобів корекції агресивності зумовили вибір теми дослідження – «Фізична культура як засіб корекції агресивної поведінки підлітків».

**Зв’язок роботи з науковими програмами, планами, темами.** Кваліфікаційна робота виконана відповідно до теми кафедри теорії та методики фізичної культури і спорту «Теоретико-методичні основи диференційованого фізичної культури в дошкільних закладах освіти, школах і позашкільних установах» (номер державної реєстрації 0116U003890) – 2015-2020 рр. Роль автора полягає в науковому обґрунтуванні та поглибленому вивченні впливу фізичної культури на агресивність підлітків, як наукової проблеми.

**Мета дослідження** полягає у науковому обґрунтуванні та теоретичному аналізі мотивації щодо підвищення рухової активності учнів середніх класів.

**Завдання дослідження:**

1. Проаналізувати теоретичні засади агресивності підлітків та виявити можливості її корекції в аспекті фізичної культури.
2. З’ясувати структуру психоемоційного стану та прояви агресивності школярів 14-15 років.
3. Вивчити можливості фізичної культури для корекції девіантної поведінки підлітків.

**Об’єкт дослідження –** фізична культура школярів.

**Предмет дослідження** – фізична культура як засіб корекції агресії в підлітків.

Для досягнення визначеної мети та виконання поставлених завдань було використано такі **методи дослідження**: *теоретичні* (аналіз, синтез, порівняння, узагальнення даних науково-методичної літератури та матеріалів експериментальних досліджень сучасних учених); *емпіричні* (спостереження, опитування, анкетування, бесіди, інтерв’ю).

**Наукова новизна отриманих результатів:**

* *розширено й доповнено* інформацію про шляхи корекції агресивної поведінки учнів;
* *набули подальшого розвитку* зміст, форми та методи занять фізичною культурою учнів середнього шкільного віку.

**Практичне значення роботи***.* Основні положення роботи можуть бути використані під час викладання навчальних дисциплін «Теорія і методика фізичної культури», «Фізична культура з методикою навчання» у процесі підготовки вчителів початкової школи, а також у різних формах методичної роботи, системи післядипломної освіти та управлінській діяльності керівників закладів середньої освіти з проблеми профілактики та корекції агресивної повдінки учнів.

**Апробація результатів дослідження.** Результати дослідження обговорювалися на науково-методичній конференції ДВНЗ «Прикарпатський національний університет іменні Василя Стефаника» (2020-2021р.), І науково-практичний семінар учнів, аспірантів і молодих учених «Сучасні тенденції розвитку фізичної культури, спорту, фізичної терапії та ерготерапії» ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника», кафедра теорії та методики фізичної культури, м. Івано-Франківськ, 2021 р..

**Обсяг і структура роботи.** Робота обсягом 58 сторінок складається зі вступу, трьох розділів, висновків та списку використаних джерел (100 найменувань), ілюстрована двома рисунками та містить 2 таблиці.

**РОЗДІЛ 1**

**ТЕОРЕТИЧНІ ПІДХОДИ ДО ВИКОРИСТАННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ЯК ЗАСОБУ ПОДОЛАННЯ НЕГАТИВНИХ ПСИХОЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ ПІДЛІТКІВ**

**1.1 Теоретичний аналіз психологічних чинників агресивності у підлітків**

Науковець Л.Берковіц у своїх дослідженнях констатував, що визначення агресії різноманітні, немає єдиної думки серед дослідників та спостерігається різноманітність у термінології [2, 9, 40]. Він вважає, що необхідно розмежовувати поняття агресивності, агресії та агресивної поведінки.

Агресивність у психології (від лат.*agressio* – напад ). Велика українська енциклопедія розкриває це поняття як багатозначний термін: по-перше, це ситуативний стан, що характеризується афективними спалахами гніву та імпульсивними проявами поведінки, спрямованими на об’єкт фрустрації, що став причиною конфлікту. По-друге, риса особистості, що спричиняє відносно стабільну схильність до агресії. Агресивність як риса особистості може зумовлюватися несприятливим соціальним досвідом, вродженими диспозиціями, психопатологією тощо [29]. Більшість наукових праць розкриває поняття «агресивність» як постійну готовність до агресивної поведінки, та як властивість особистості [25, 48].

Г.Коджапірова тлумачить агресивність як «цілеспрямовану деструктивну поведінку, що суперечить нормам і правилам існування людей у суспільстві та наносить фізичної шкоди або викликає негативні переживання, продукує стан напруженості, страху, пригніченості» [27].

Проте, дослідник В.Клайн вважає, що агресивність має «певні здорові риси», саме вони можуть бути корисними для суспільного життя [43]. Це такі риси як завзятість, наполегливість, ініціативність. Отже, науковці частіше розглядають агресивність як стійку рису особистості, готовність до агресії, іноді агресивність розглядають як ситуативну рису. Агресивність може виявлятись у різних формах та видах, проявами агресивності є агресія та агресивна поведінка. Термін агресія вживають як характеристику тимчасового психічного стану особистості, її емоційної сфери. Хоча перш за все поняття агресія розглядають як прояв агресивності [18, 36].

Проблемі агресивності присвячено велика кількість наукових праць та досліджень, та незважаючи на те, що феномен агресивності постійно обговорюється вченими, проблема її сутності залишається відкритою [18, 36].

Психологічні механізми агресивності першим почав вивчати психоаналітик З.Фрейд. Науковець виділив такі фундаментальні інстинкти як життя і смерть Вічні, незмінні інстинкти життя і смерті вроджені, а тому і агресивність є невід’ємна властивість людської природи [18, 36].

Накопичена енергія «агресивного драйву» повинна отримати «розрядку» через спалах агресії. Психоаналітики вважають, що агресивна енергія повинна постійно розряджатися (участь у спортивних змаганнях, руйнування неживих предметів, досягнення позиції домінування, влади тощо) [53].

Біологічна (етологічна) теорія агресивності. Представник цієї теорії К. Лоренц визначаючи риси подібності між поведінкою досліджуваних тварин і людською поведінкою, робить висновки, що спосіб поведінки в обох випадках обумовлений однією і тією ж причиною. Він уподібнює агресію людини агресії тварин та пояснюють це суто біологічно, як засіб вижити у боротьбі з іншими істотами, як засіб захисту та збереження свого життя через знищення чи перемогу над суперником. У цьому сенсі людина, як активний захисник свого життя біологічно запрограмований на агресію. Таким чином етологи розглядають агресивну поведінку людини як спонтанну ворожу реакцію. На його думку К. Лоренца агресія є первинним інстинктом, який спрямовано на збереження виду. Це дозволяє усвідомити всю небезпеку агресії. Те, що вона є спонтанна та неочікувана, дає можливість усвідомити всю її небезпеку. Якщо б інстинкт агресії був лише реакцією на певні зовнішні умови, то становище людства було б не таким небезпечним, так вважали психологи та соціологи. [34, 35]. К.Лоренцвважає, що природа людської агресивності інстинктивна, так як і механізм, який забороняє знищувати собі подібних. Проте припускає, що виховання, моральна відповідальність людей за власне майбутнє зможе регулювати людську агресію. Однак є етологи, які вважають, що люди, як би вони ні хотіли, не можуть контролювати прояви своєї агресії, тому завжди будуть агресивні сутички, вбивства, і взагалі людство може себе знищити у війнах.

Агресія є інстинктом, а агресивні мотиви є вроджені - так вважали Т.Гоббс, З.Фрейд, К.Лоренц. Проте теорія агресії як інстинкту не може розкрити різновиди агресивності різних людей та в різних культурах [34, 35].

Пізніше популярною теорією агресивності стала фрустраційна (мотиваційна) теорія «фрустрації – агресії», суть якої у наступному: будь-яка фрустрація створює внутрішній мотив та завжди призводить до агресії у будь-якій формі; агресія завжди є результатом фрустрації. Автор цієї теорії Д.Доллард[24, 29] розглядає агресивну поведінку як ситуативний, а не еволюційний процес. Чотири основних поняття є основою схеми «агресія-фрустрація», це поняття агресія, фрустрація, гальмування, заміщення. Вчений розглядає агресію, як бажання нанести шкоду іншої людині своїми діями, як акт цілеспрямованої реакції, що наносить шкоду організму [34, 35].

Емоційний стан людини, який він виникає коли з‘являється перешкода на шляху до досягнення бажаної мети, коли неможливо задовільнити власні потреби називається фрустрація. Вона може накопичуватись, посилюючи агресію. Її розмір залежить від того, яка сила мотивації до виконання бажаної дії, від того, які перешкоди на шляху до досягнення мети, яка повинна бути кількість цілеспрямованих дій, щоб досягти мету. Гальмування – це обмеження дій або їх припинення у результаті очікування негативних наслідків. Сила очікуваного нападу залежить від гальмування будь-якого акту агресії. Заміщення - це коли людина власні агресивні дії спрямовує на будь-кого, але не істинне джерело фрустрації [30].

Погляди Д.Долларда і Н.Міллера зазанали критики з боку інших дослідників. Насамперед, критикували характер реакції на фрустрацію. Антропологі вказали, що не в усіх культурах агресія є типовою реакцією на фрустрацію. Представники групової динаміки З.Дембо, К. Левін [39] та інші підтвердили експериментально, що реакції на фрустрацію можуть бути різні, а не тільки агресія.

Науковці А.Бандура, А.Маслоу, С.Розенцвейг [6] та інші вказують на те, що фрустрація зовсім не єдиний фактор, який породжує агресію, більш імовірної, що агресію викличуть погроза чи образа. У результаті практики експериментальних досліджень фрустраційна теорія с часом зазнала певних змін. Агресію стали розглядати як природний наслідок фрустрації. Вчені довели, що агресія вважається домінантною реакцією на фрустрацію, але в результаті научання можуть бути набуті неагресивні відповіді на фрустрацію, якщо агресивні реакції каралися або не винагороджувалися. Прихильники фрустраційно-агресивної гіпотези велику увагу приділяли дослідженню умов, за яких ситуація фрустрації призводить до виникнення агресивних дій. Науковці виявили важливі змінні, які впливають як на виникнення так і на гальмування агресії, до них відносять подібність-відмінність агресорів і жертви, виправданість – невиправданість агресії, агресивність як особистісна характеристика досліджуваних.

Такій підхід має свої недоліки, передусім відсутність чіткості в розумінні фрустрації.

В експериментальних дослідженнях акцент змістився з аналізу причин виникнення фрустрації а потім агресії на вивчення змінних, що сприяють виникненню й гальмуванню агресії. Але важливо те, що фрустрація як і раніше розглядалася як неминучій попередній чинник виникнення агресії. Науковці вважали,що фрустрація – провокаційна умова будь-якого агресивного акту.

В теорію фрустрації агресії Л. Берковіц ввів три суттєві поправки, а саме: фрустрація не обов’язково реалізується в агресивних діях, але вона стимулює готовність до них; навіть при готовності агресія не виникає без належних умов; вихід із фруструючої ситуації за допомогою агресивних дій виховує в людині звичку до подібних дій [9, 41].

Фрустраційна теорія зазнала великих змін у ході наукового обґрунтування та з’явилися дві самостійні течії. Науковці однієї течії продовжують вивчати умови, за яких фрустрація призводить до агресії, вони залишились прихильниками фрустраційно-агресивної гіпотези[43,44]. Прихильники іншої течії створили власну концепцію фрустрації, в її основі аналіз фрустраційних ситуацій, класифікації та типології реакції на фрустрацію. С. Розенцвейг підкреслює причини, які викликають фрустрацію: позбавлення, втрати та конфлікт.

У результаті експериментальних досліджень С. Розенцвейг визначив зовнішню, внутрішню, несуб’єктивну спрямованості на фрустрацію. Зовнішня спрямованість – це відкритий прояв агресії, він стосується предметів, обставин, соціального оточення; внутрішня спрямованість-це звинувачення самого себе, вимоги, які адресовані собі; несуб’єктивна спрямованість, за якої відсутні вимоги, агресія, заперечується наявність конфлікту. Також науковець виокремлював такі види реакції: перешкоджаюча-домінантна, самозахисна, наполегливо рішуча [50].

З думкою Берковіца погоджується науковець Т.Шібутані. Він теж вважає, що агресивна реакція це лише одна з форм проявів фрустрації [44]. Другою типовою реакцією на фрустрацію він вважає відступ. Він може бути фізичним, або психологічним. Якщо відступ є усвідомленим, він називається стримуванням. Не завжди стримування є конструктивним виходом із ситуації, згодом воно може дати про себе знати. Автор також наводить приклад ще однієї реакції на фрустрацію – фантазію, яка використовує образи в якості задоволення потреби. На думку Б. Крейхi [30], важливо відрізняти «адекватну», або «адаптивну», агресію від «неадекватної», або «неадаптивної». Адаптивна агресія – це поведінковий прояв внутрішніх механізмів (біологічних, психологічних, когнітивних, емоційних), що виконують свою природну функцію. Адаптивна агресія не має серозних негативних наслідків, вона допомагає в конкурентній боротьбі задовольнити власні потреби [39, 41]. Пізнавальний, емоційний, вольовий компоненти в агресивний поведінці виділяв М. Левітов. [38, 41]. Пізнавальний компонент проявляється в орієнтуванні, що вимагає розуміння ситуації, виділення в ній об‘єктів нападу. Особливої уваги потребує вивчення впливу погрози на агресію. Не кожна погроза викликає агресивний стан, вважає Р. Лазарус, але й не кожен агресивний стан,спровокований погрозою [39]. Емоційний компонент виражається, насамперед, у гніві, але він не щоразу переходить в агресію. Більше того, не завжди гнів її провокує. Наприклад, «безсилий» гнів – реакція на фрустрацію – не призводить до агресивної поведінки. «Благородний» гнів – обурення з приводу поганого вчинку – також не припускає агресію як поведінку. Крім гніву, спостерігаються також інші емоції та почуття, що входять до складової емоційного компоненту агресивного стану: недоброзичливість, злість, мстивість, а інколи й садизм.

М. Левітов вважає, що рішучість, наполегливість, цілеспрямованість належать до вольового компоненту, а іноді і ініціативність та сміливість. Нерідко в боротьбі, яка вимагає вольових якостей, виникає та розвивається агресивний стан. Але «якщо з формального боку агресивний стан є вольовим актом, то було б зовсім неправильним відносити його до проявів сили волі. Сила волі не в формальному, а у справжньому, змістовному значенні терміна, визначається соціальною цінністю мети, наполегливістю, обумовленою певними цілями; вона виявляється не в агресії, а в її змісті і протидії, тобто тільки в такій боротьбі, що має суспільне і моральне позитивне значення» [41].

А. Басс, видатний дослідник поведінкового підходу до агресії, характеризує фрустрацію як блокування процесу інструментальної поведінки та вводить поняття атаки. Атака - це акт, який постачає ворожі стимули організму. Сильну агресивну реакцію викликає атака, слабку викликає фрустрація [8].

А. Басс визначив чинники, які впливають на силу агресивних звичок. Це, по-перше, частота й інтенсивність випадків, у яких індивід був роздратований, атакований, фрустрований. Якщо індивід одержує багато гнівних стимулів, він буде реагувати більш агресивна, ніж ті, хто одержував менше таких стимулів. По-друге, якщо індивід часто досягає успіх шляхом агресії, це впливає на формування сильних атакуючих звичок.

Успіх може бути зовнішнім ( коли досягається винагорода та усуваються перешкоди), та внутрішнім (коли відбувається різке ослаблення гніву). Тенденція, яка виробилася до атаки, може унеможливлювати для індивіда розрізнення ситуацій,

що провокують і не провокують агресію. По-третє, це культурні й субкультурі норми, які засвоює людина з дитинства, і які можуть полегшити розвиток у неї агресивності [8, 24]. Науковець ввів поняття інструментальної та ворожої агресії. Інструментальна, це коли агресія стає інструментом особистого збагачення або просування, під інструментальною агресією ставляться цілі, які не пов’язані із заподіянням шкоди. Якщо у індивіда є намір спричинити зло, це - ворожа агресія. Поведінку, що містить погрозу, та наносить збиток іншим, А. Басс [34] визначав як агресію. Важливо розглядати агресію як психічний стан, а не тільки як поведінку. До свого складу психічний стан включає емоційні, вольові та пізнавальні компоненти. В гніві та злості проявляється емоційний компонент агресивного стану. Індивід переживає сильну емоцію гніву на всіх етапах агресивного стану. Іноді ця емоція приймає форму афекту або ярості. Вольова сторона агресії проявляється у таких формальних якостях як рішучість, цілеспрямованість, наполегливість, сміливість, ініціативність. Науковець вважає, що поняття агресивності необхідно розрізняти від поняття ворожості. Ворожість він характеризує як реакцію, що розкриває негативні почуття, оцінки подій і людей. Пізнавальний компонент полягає в орієнтуванні, що потребує розуміння ситуації, бачення об’єкту для нападу [34, 35].

Слід зауважити, що агресія не завжди супроводжується гнівом, а почуття гніву не обов’язково призводить до агресії.

А. Басс виділяє таки види агресії: фізичну агресію (бійка, використання фізичної сили проти когось; подразнення – готовність до вияву негативних почуттів при найменшому порушенні (грубість); вербальна агресія – вираження негативних почуттів як через форму (крик, лайка), так і через зміст словесних відповідей (прокльон, загрози)[8].

А. Бандура, відомий представник поведінкового підходу до агресії, наголошував, що людина навчається агресивним діям, якщо з дитинства бачить агресивну поведінку батьків та інших людей [5,6]. Дослідження показали, що фізичне покарання дитини стає моделлю агресивної поведінки, яке дорослий передає дитині. Результати дослідження підтвердили, що агресивні хлопці покірно поводили себе вдома, але по відношенню до однолітків, та інших людей проявляли агресію.

Існує теорія відчуження, яка полягає в тому, що засади агресивної поведінки формуються ще у ранньому дитинстві. Якщо діти не отримують необхідну їм увагу, яку вони потребують від батьків, вони почуваються винними, відстороненими, не відчувають любові батьків. Це впливає на виникнення переживань, формування низької самооцінки, почуття провини. Стійка установка на агресивну поведінку виникає саме на цьому психологічному підґрунті. Таким чином діти намагаються привернути хоч якусь увагу.

Проте, щоб пояснити агресивну поведінку людини, жодна теорія не може бути застосована самостійно. Існують ще інші теорії, які пояснюють агресивну поведінку. Так Д. Зільман запропонував теорію переносу збудження, що пояснює процес генералізації фізіологічного порушення з однієї ситуації на іншу. Ця концепція ґрунтується на тому припущенні, що

фізіологічне порушення не зникає моментально, а вгасає поступово, тому відбувається перенесення збудження з однієї ситуації на іншу, яка не пов’язана з першою. Крім вказаних вище теорій та гіпотез К. Бартол у своїй монографії розглядає й інші пояснення людської агресивності: соціальне вивчення, когнітивні моделі агресії, етологічний підхід, а також пояснення за допомогою факторів оточуючого середовища, впливу масмедіа, тощо[11].

Останнім часом проблемі агресивності присвячуються дослідження ряду науковців, які характеризують даний феномен із різних позицій. Сучасні психологи виокремлюють етологічний (З. Фрейд, А. Фрейд, К. Лоренц), соціологічний (А. Бандура, Г. Андрєєва) , діяльнісний (А. Берковиц, А. Реан), мотиваційний (Є. Гладкова, С. Єніколопов), поведінковий (Т. Румянцева, Р. Трамбле), аксіологічний (Т. Алєксєєнко, К. Ізард), особистісний (О. Атемасова, О. Волянська, М. Охрімчук), підходи щодо розуміння сутності агресивності особистості [34, 35].

Підлітковий вік це складний період у житті людини, який існує між дитинством та дорослістю, це етап, коли відбуваються швидкі зміни на біологічному, психологічному, соціальному рівнях.

Біологічно на цьому етапі відбувається статеве дозрівання, усі системи організму стають більш зрілими. Складне формування нової особистості відбувається на психологічному рівні. В цей час підліток набуває нові соціальні статуси, виконує нові обов’язки, грає нові соціальні ролі, це відбувається на соціальному рівні.

Відбувається завершення орієнтації дитини на «жіночу» та «чоловічу» діяльність.

Сьогодні у сучасній віковій психології немає єдиного погляду на вікові межі підлітку. Залежно від критерію, який покладено в основу періодизації дітей 10-12 років відносять до молодшого шкільного чи підліткового віку[54].

Питання верхньої межі підліткового віку теж не визначено. Різні науковці відносять молодих людей 15-17 років до різних вікових груп. Д. Ельконін називає підлітковістю період з 11 до 17 років [21]. Л. Божович відносить старший шкільний вік до ранньої юності [12].

Отже період розвитку дитини від 10-11 років до 14-17 років охоплює підлітковий вік. Для цього періоду характерні таки психолого-фізіологічні особливості: процес статевого дозрівання значно впливає на формування особистості підлітку, незграбність, непропорційність тіла, впливає формування заниженої самооцінки. В цей час спостерігаються перепади судинного мозкового тонусу, які викликають швидку зміну фізичного стану та відповідного настрою.

Свої особливості має підліткова сексуальність, сексуальне збудження посилює емоційну нестабільність, що супроводжує процес статевого дозрівання. У підлітковому віці процес психосексуального розвитку дівчат починається приблизно

на 2 роки раніш, ніж у хлопців, і триває протягом 3-4 років, а не 4-5 років. Хлопці, фізично сильніше дівчат, проте мають більшу чутливість до впливу як фізичних, так і психічних факторів. Невипадково в хлопців частіше, ніж у дівчат, зустрічаються психічні порушення. Психіатр А. Личко підкреслює, що, якщо підліток не взмозі прийняти свою власну сексуальність, то він намагається відгородитися, сховатися за допомогою психологічних захисних механізмів [33].

Це може бути аскетизм (підкреслено зневажливе відношення і вороже ставлення до чутливості, як до чогось брудного, низького), або інтелектуалізація (демонстрація відсутності інтересу до чутливості).

В підлітковому віці формується образ «Я». Саме він та зовнішній вигляд підлітку впливає на розвиток особистості, встановлення відношення з оточуючими пошук нових контактів, та соціальну поведінку. Позитивна самооцінка підлітку, прийняття його однолітками великою мірою залежить від фізичної привабливості.

Дуже важливо саме у підлітковому віці активно формувати почуття ідентичності, визначити свою роль в світі, будувати власну систему цінностей та моралі. Для підліткового віку характерно почуття сором’язливості, невпевненість у собі. Деякі підлітки закриваються, уникають контактів з однолітками, інші навпаки поводять себе екстравагантна, намагаючись за напускною бравадою приховати тривогу, деякі стають підозрілими, готовими сперечатися та битися з найменшого приводу. А. Лічко, вітчизняний психіатр, вважає, що підлітковий вік, це період , коли відбувається загострення проблем, коли проявляється акцентуація , а сильні психогенні фактори спричиняють дезадаптацію особистості. Вона може бути довготривала, або тимчасова. Саме до таких факторів відноситься підліткова сенситивність. Підлітки чутливо реагують на оцінки своєї зовнішності, на зауваження стосовно умінь та здібностей, разом с цим, в поведінки відбувається критичне ставлення до оточуючих, самовпевненість, надмірне ставлення до інших. З одного боку чутливість поєднується з емоційною ригідністю, з іншого боку сором’язливість поєднується з хамством, з одного боку бажання бути визнаним, поєднується з бажанням бути незалежним з другого обожнювання кумирів, часто випадкових, та боротьба с авторитетами. У стресовій ситуації проявляються такі емоції та почуття як страх, злість до інших та до себе, напруга, печаль, депресія.

Старший підлітковий вік відрізняється тим, що відбувається удосконалення управління власними почуттями та настроєм, збільшується тривалість емоційних реакцій, змінюються способи вираження емоцій.

Розглянемо більш детально психологічні чинники агресивності підлітків. Нинішній етап розвитку науки характеризується тенденціями, відповідно до яких науковці відмовляються від абсолютизації будь-якого одного чинника, що детермінує агресію підлітку. Актуальним є підхід багатофакторного розуміння причин агресії, коли враховуються різні її детермінанти.

Агресивність – складне явище, у якому за схожою картиною проявів зовні, можуть бути різні детермінанти. Проблемі особливостей агресії у підлітковому віці присвятили свої роботи науковці А.Бандура, О. Бовть, Б. Крейхі, Ф. Райс, М. Раттер, А. Реан, Л. Семенюк, І. Фурманов. Дослідники виділили основні групи чинників цього явища. Серед них: соціальні та індивідуально психологічні. Психологічні чинники, які впливають на агресію підлітків: особливості нервової системі, відчуття тривоги, імпульсивність, стан фрустрації, самооцінка, почуття неповноцінності. Вагомими чинниками є порушення міжособистісних стосунків, відчуття ізоляції, незахищеність, відторгнення, невпевненість, не сформованість вмінь саморегуляції, прагнення до самоствердження.

Розкриємо більш детально чинники, які будемо аналізувати у підлітків досліджуваної групи.

Тривожність характеризує емоційний процес середній тривалості, який відображає суб’єктивний, оціночний та несвідомий аналіз даної ситуації та виражається у відчутті невизначеності до майбутніх несприятливих подій. Г. Сельє [46] вказує на відносну користь даного стану, як першого етапу, адаптації, захищає сили організму, допомагає впоратися з короткочасним сильним впливом на психіку. Тривожність може бути як риса особистості. Тривога є складовою психічних, соматичних неврологічних розладів, а також у здорових людей після психічної травми, у особистостей з відхиленнями у поведінці. Сьогодні прийнято виділяти ситуативну та особистісну тривожність. Ситуативна виникає, коли спокою та благополуччю загрожує неприємна подія, наприклад іспит. Подія закінчується, тривога зникає. В підлітковому віці важко сприймати та адекватно оцінювати позитивні та негативні події власного життя. Невпевненість в такому випадку закріплює негативний емоційний досвід і тривога перетворюється в стійке формування особистісної тривожності. Ще однією причиною підвищення тривожності можна назвати формування у підлітків психастенічної акцентуації характеру, основною рисою якої є тривожні реакції. Так стратегія поведінки призводить до невпевненості у власних силах, заважає підліткам навчатись, налагоджувати міжособистісні сосунки. Дуже часто, щоб скрити тривожність, підлітки поводять себе агресивно. Найбільш розповсюдженим проявом агресії можна назвати образи, підвищення голосу, бійки.

Самооцінка. Характер будь-якої людини проявляється не тільки у відношенні до іншої людини, але і до самого себе. Людина порівнює себе з оточуючими, та, нарешті, формує стійку думку про власну особистість:про зовнішність, здоров’я, інтелект, місце у суспільстві. В людей з неврозами самооцінка буває надто високою або надто низькою (я найдобріший, найгарніший, найчесніший). В людей, у яких завищена самооцінка виникають труднощі під час спілкування. Неадекватна оцінка себе, зневажливе відношення до інших породжує негативізм оточуючих. Надто висока самооцінка формує таку рису особистості як образа. Отже завищена самооцінка негативно впливає на формування особистості, та породжує конфлікти. Надто низька самооцінка породжує залежність від інших, комплекс неповноцінності, несамостійність. Така самооцінка притаманна людям з тривожним, педантичним типом акцентуації характеру. На формування самооцінки впливає багато факторів з раннього дитинства: відношення батьків, вчителів, становище серед однолітків. Людина спочатку навчається оцінювати інших, і тільки в 14-15 років починає аналізувати власні результати та оцінювати себе.

Фрустрація - специфічний емоційний стан людини, який виникає в разі появи нездоланих перешкод на шляху до бажаної мети. Фрустрація проявляється як агресія, озлобленість, яка може бути спрямована на інших(агресивна фрустрація) або на себе, коли людина звинувачує самого себе (регресивна фрустрація). Якщо стани фрустрації повторюються часто, вони можуть закріпити деякі характерні риси особистості: агресивність, заздрість, озлобленість одних; безініціативність, млявість, комплекс неповноцінності, байдужість інших. Якщо людина довгій час не виходить зі стану фрустрації, формується невроз. Автори теорії «фрустрація-агресія» [15] вважають, що будь-яка фрустрація створює внутрішнє спонукання або мотив до агресії.

Темперамент – це характеристика людини з боку динамічних особливостей його психічної діяльності, а саме: темпу, швидкості, ритму, інтенсивності діяльності психічних процесів та станів, ступеню емоційності. Темперамент - це зовнішній прояв типу вищої нервової діяльності людини, тому у результаті виховання, самовиховання цей зовнішній прояв може змінюватись відбувається «маскування» істинного темпераменту. Кожна людина від народження має один з чотирьох типів темпераменту, саме він визначає силу, швидкість, активність наших реакцій на події життя, ступень емоційності та нервової збудженості особистості. До агресивної поведінки схильні деякі типі темпераменту. Менш всього схильні до активної агресії меланхоліки. Для них характерна: підвищена чутливість, реакція на стрес проявляється у власних переживаннях, вони віддають перевагу самотності, страждають наодинці. Саме меланхоліки найбільш схильні до суїциду. До активної агресії не схильні флегматики. Вони врівноважені, зовні спокійні. Щоб флегматик став агресивним, треба його систематично провокувати. Він зможе відповісти агресією на агресію, але це майже неможливо. Сангвінік не агресивний по своїй природі. В ситуації стресу сангвінік захищає себе активно. Схильні до активної агресії холерики. Вони вкрай неврівноважені. Часта зміна настрою, підвищена збудженість. Холерики часто вступають в конфлікти, вони найбільш схильні до депресій та самогубств.

Проведений нами аналіз дозволив зрозуміти, що феномен агресивності є актуальною проблемою. Генетичні, еволюційні, соціальні, політичні фактори с часом накопичувались, змінювали її форми та прояви.

**1.2 Використання засобів фізичної культури для профілактики та корекції агресивної поведінки підлітків**

В умовах глибокої політико-правової кризи, на тлі якої відбуваються державотворчі процеси в Україні, у молодіжному середовищі спостерігається наростання відчуженості, байдужості, відчуття невпевненості в завтрашньому дні, зневіри в можливість цивілізованого життя. Негативною тенденцією сьогодення стає збільшення чисельності асоціальних проявів поведінки, поширення агресивності та жорстокості, нівелювання таких універсальних моральних якостей, як чесність, справедливість, відповідальність, почуття власної гідності та обов’язку.

Узагальнення наукової літератури [1, 3, 5, 6], а також власний досвід дають можливість визначити оптимальні педагогічні умови корекції агресивної поведінки учнівської молоді засобами фізичної культури. Такими умовами, на нашу думку, є: своєчасна діагностика порушень агресивної поведінки учнівської молоді та індивідуальний підхід до вибору адекватних виявленим недолікам засобів фізичної культури; урахування корекційних можливостей засобів фізичної культури в навчальній і позанавчальній роботі.

Так, перша педагогічна умова, тобто своєчасно проведена комплексна діагностика (виявлення індивідуальних відмінностей агресивної поведінки особистості для прогнозування подальшої корекційної роботи) дозволяє встановити порушення у учнів моральної свідомості (здатності до засвоєння моральних понять), спрямованості (культури вияву моральних почуттів, переконань, позитивних рис характеру) і досвіду (сформованості навичок і звичок моральних дій, потреби у самовдосконаленні).

Установлення порушень у учні моральної свідомості (здатності до засвоєння моральних понять) зумовило необхідність діагностики сформованості у учні таких моральних понять, як «добро», «совість», «порядність», «доброзичливість», «милосердя», «відповідальність», «толерантність» та ін. Аналізуючи отримані результати, ми припускаємо, що високий рівень розуміння цих понять виявляють учні, які можуть пояснити їхню сутність, розкрити основні структурні елементи та застосувати ці знання на практиці. Достатній рівень характерний для тих учні, які не завжди можуть правильно пояснити зміст указаних понять, не зовсім чітко уявляють їхню роль у моральній поведінці. Низький рівень демонструють учні, які не можуть розкрити зміст моральних понять і не пов’язують знання моральних понять із професійною діяльністю.

Визначаючи усвідомлення учнівською молоддю моральних понять, інтерес до них, мотивацію їх засвоєння та застосування, ми виходили з багаторічного досвіду фізичної культури у школі. Найважливішими узагальнюючими показниками при визначенні основних моральних понять було визнано спосіб поведінки, реальну діяльність, мотиви та характер учинків учні. Це дозволило повніше з’ясувати конкретні вияви добра і зла, справедливого та несправедливого, емоційного та байдужого як необхідну умову сформованості моральної поведінки.

Як показали результати проведеного нами опитування з вивчення сформованості моральних понять, у значної кількості юнаків і дівчат (38 %) їхній рівень був недостатнім. Оскільки єдність знань і поведінки проявляється в діяльності, ми провели спостереження за практичними діями на заняттях фізичної культури, на спортивних змаганнях, у позанавчальний час при виконанні учнями доручень. До уваги бралося ставлення учні до спортивно-масової роботи, потреба в такій діяльності, мотиви участі в ній, ступінь прояву ініціативи та самостійності, уміння співвідносити моральні знання з діями.

Високий ступінь усвідомлення моральних понять виявили учні (15 %), які були задоволені участю у спортивно-масовій роботі. Вони самі виступали ініціаторами проведення спортивних заходів, підтримували ініціативу інших учнівів, з інтересом та відповідальністю ставилися до наданих їм доручень.

Достатнє усвідомлення моральних понять продемонстрували учніви (47 %) з нестійким ставленням до спортивно-масової роботи на заняттях фізичної культури та в позанавчальній діяльності. Учні цієї групи не мали достатніх навичок застосування моральних понять на практиці. У позанавчальний час вони брали участь у спортивно-масовій роботі, але інтерес до неї виникав у процесі самої діяльності. Такі учні рідко виступали ініціаторами, проте ініціативу інших підтримували. Вони потребували уважного ставлення до себе, систематичного стимулювання своєї моральної поведінки.

На жаль, недостатнє усвідомлення моральних понять виявили учнів (38 %), які характеризуються пасивністю у ставленні до занять фізичної культури та спортивно-масової роботи. Такі учні виступали виконавцями за умови постійного контролю. Ініціативи вони не проявляли, іноді відмовлялися від участі у змаганнях, в естафетах, у спортивних іграх та святах. Доручення виконували без інтересу до результатів діяльності.

У ході опитування вчителі фізичного виховання мали можливість постійно спостерігати за моральною поведінкою юнаків і дівчат, у разі потреби відповідно коригували їхню діяльність, керуючи процесом перетворення моральних понять учнівської молоді у переконання.

Результати дослідження дозволили нам виявити такі основні недоліки усвідомлення моральних понять у учнівської молоді, що потребує в подальшому проведення відповідної педагогічної корекції: 1) моральні поняття розглядаються переважно в рамках загальних проблем суспільної та індивідуальної свідомості у сфері моралі; 2) зростає потреба розробки і втілення у практичну діяльність учнівської молоді морально-педагогічних вимог і норм, які регулюватимуть її дії та відносини в навчально-виховному процесі вищої школи; 3) проблемі корекції моральних понять, особливо на заняттях фізичної культури не приділяється достатньої уваги; 4) на даному етапі реформування вищої освіти в Україні проблема корекції моральних понять у учнівської молоді розроблена недостатньо.

Матеріали нашого дослідження стали основою для пошуку відповідних засобів фізичної культури для корекції в кожного учня потреби в самовдосконаленні. Реалізація цих засобів дозволила встановити, що самовдосконалення є наслідком і умовою залучення всіх учнівів без виключення до занять фізичної культури у школі. Це також вимагає конкретизації мети фізичної культури юнаків і дівчат, адекватного їй вибору системи методів і засобів фізичної культури відповідно до укладеної програми. Ми дійшли висновку, що особливого значення набуває ведення учнями щоденника, який допомагає пригадувати життєві ситуації, обмірковувати їх значення у своєму житті, привчає фіксувати, а потім аналізувати свої вчинки, свою діяльність і на цій основі складати програму самовдосконалення.

Щоб діагностувати ставлення учнівської молоді до проблеми самовдосконалення, науковці запропонували програму вдосконалення власного «Я», що включала такі обов’язкові розділи: самозобов’язання на тиждень; самооцінка виконання прийнятих на тиждень зобов’язань; самозвіт виконання зобов’язань за місяць; самокритика виконання зобов’язань за місяць. Складання програми самовдосконалення допомагає пригадувати життєві ситуації, обмірковувати їх значення у своєму житті, привчає фіксувати і аналізувати вчинки, діяльність, працювати над власними недоліками.

На думку науковців, контроль із боку вчителя фізичної культури поступово має перерости у самоконтроль учня. Проте педагогічний вплив із метою регуляції вольових дій досягає лише тоді кінцевого результату, якщо згодом перетворюється на самовплив школяра, на прагнення до саморегуляції своєї інтелектуальної, емоційної сфери, фізичного стану організму. У нашому дослідженні ми розглядаємо саморегуляцію як один із внутрішніх чинників самовдосконалення учнівської молоді. Кожному вчителеві вищої школи слід брати до уваги те, що самовдосконалення – це свідома діяльність учня, яка спрямована на найповнішу його реалізацію як особистості. Ґрунтуючись на активізації механізмів саморегуляції, таке самовдосконалення передбачає наявність чітко усвідомлених цілей, ідеалів, особистісного змісту. Воно пов’язане з певним рівнем самосвідомості, критичним мисленням, здатності до самовизначення, самовираження, саморозкриття і самовдосконалення. Тому одним із завдань вчителя фізичної культури є формування у учнівської молоді відповідних умінь і навичок щодо роботи над собою.

Друга педагогічна умова передбачає врахування корекційних можливостей засобів фізичної культури у навчальній і позанавчальній роботі. Виявлені попередньо порушення моральної поведінки учнівської молоді зумовлюють необхідність вироблення індивідуального підходу до вибору засобів фізичної культури адекватно встановленим недолікам. При цьому під засобами фізичної культури розуміємо природні або спеціально створені об’єкти, умови, дії, що утворюють виховне середовище, виконуючи при цьому корекційну функцію.

Очевидним є те, що корекція агресивної поведінки учнівської молоді на заняттях фізичної культури полягає в цілеспрямованому впливі на моральні поняття, переконання, ідеали, почуття, високі моральні якості, навички і звички моральних дій та прагнення до самовдосконалення. У процесі корекційної роботи розв’язуються два тісно поєднаних завдання – вплив на уявлення юнацтва про норми і правила моральної поведінки, а також на внутрішню потребу в їх дотриманні і виконанні.

**Висновки до першого розділу**

1. Розкрито основні прояви та проблеми підліткового віку, проаналізовано психологічні чинники агресивності підлітків, а саме: тривожність, самооцінку, фрустрацію, темперамент.

2. З’ясовано, що вивчення проблематики агресивної та розуміння психологічних причин агресивної поведінки підлітків лежить у площині психологічних особливостей підліткового віку.

3. Встановлено, що важливою педагогічною умовою корекції девіантної поведінки учнівської молоді є врахування корекційних можливостей засобів фізичної культури у навчальній і позанавчальній діяльності.

**РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ**

**2.1 Методи дослідження**

Для досягнення мети дослідження та вирішення поставлених у дипломній роботі завдань, були використані такі методи:

1. Теоретичний аналіз і узагальнення матеріалів науково-методичних джерел;

 2. Педагогічне спостереження;

3. Опитування.

4. Вивчення методики дослідження та критерії оцінювання психоемоційного стану та прояву агресивності учнів*.*

*Теоретичний аналіз і узагальнення матеріалів науково-методичних джерел.*Вивчення вимог науково-правових документів, аналіз довідкових матеріалів, науково-методичної літератури дали можливість розкрити сутність понять рухова активність, потреба, виявити основні методи її формування (переконання, привчання, заохочення та структурні компоненти, які будуть покладені в основу подальших досліджень.

Опрацювання джерельної бази дозволило узагальнити інформацію про психологічні особливості учнів, віком 14-15 років, їх фізичний розвиток, функціональні можливості організму, ставлення до засобів фізичної культури.

На основі аналізу і узагальнення літературної джерельної бази було визначено об’єкт, предмет, мету, сформульовані завдання дослідження.

*Педагогічне спостереження* проводилось упродовж всієї експериментальної роботи, де вивчались особливості психоемоційного стану учнів, ставлення до фізичних вправ, різних форм фізичного виховання, інтерес до фізичної культури.

*Опитування* використовувалось з метою одержання інформації з окремих питань структурних компонентів психоемоційного стану учнів. Під час дослідження використовувались різні форми опитування; бесіди, інтерв’ю. Усі бесіди та інтерв’ю проводились у вигляді усного опитування учнів, учителів середніх класів, фахівців фізичної культури, батьків.

*Вивчення методики дослідження та критерії оцінювання психоемоційного стану та прояву агресивності підлітків.* Для вивчення рівня і характеру психоемоційного стану, пов'язаного зі школою, у дітей середнього шкільного віку було застосовано тест шкільної тривожності Філіпса. Визначення показників та форм агресії здійснювалось за методикою А.Басса-А.Даркі. (адаптація О.Осницького).

**2.2 Організація дослідження**

Теоретико-методологічний аналіз проводився на основі наукової джерельної бази та науково-методичних матеріалів з піднятої проблеми.

Дослідження проводилось серед 16 школярів, віком 14-15 років Косівської загальноосвітньої школи І-ІІІ ступенів, Чортківського району, Тернопільської області. Поряд з цим вивчалась думка керівників школи, директорів, заступників, учителів середніх класів, батьків.

Дипломна робота виконувалася у чотири етапи:

*Перший етап* (10-11.2020) дослідження присвячувався аналізу довідкових джерел науково-методичної літератури з піднятої проблеми, а також вибору об’єкта, предмета дослідження, формулювання мети, завдань дослідження. На цьому етапі було визначено базу та зроблено відбір найбільш доцільних засобів, форм і методів дослідження.

*На другому етапі* (11-12.2020) дослідження було вивчено методики дослідження психоемоційного стану та прояву агресії учнів, віком 14-15 років.

Поряд з цим проводилось опитування серед педагогічного колективу на предмет прояву агресивності в учнів середніх класів.

*Третій етап* (01-02.2021) передбачав вивчення можливостей фізичної культури для корекції агресії в підлітків.

*Четвертий етап* (03-05.2021) передбачав узагальнення матеріалів, обґрунтування шляхів вирішення проблеми, висвітлення способів застосування отриманих узагальнених результатів теоретико-методологічного аналізу, формулювання висновків.

**РОЗДІЛ 3. ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРА ЯК ЗАСІБ КОРЕКЦІЇ**

**АГРЕСІЇ У ПІДЛІТКІВ**

 **3.1 Структурні особливості психоемоційного стану та прояви агресивності у школярів 14-15 років.**

У сучасному суспільстві проблема агресивності молоді набуває все більшої актуальності. Відомо, що причини прояву агресії можуть бути найрізноманітнішими: деякі соматичні захворювання чи захворювання головного мозку, виховання в родині, негативний приклад оточення, перегляд фільмів, різноманітні комп’ютерні ігри і т.п., а також соціальні фактори, пов’язані із негативним впливом на нервову систему та психіку підростаючого покоління. Особливої уваги потребує учнівська молодь, діяльність яких пов’язана з постійним фізичним та психоемоційним напруженням.

Агресія, як генетично стійка індивідуальна характеристика, детермінована не тільки зовнішніми та внутрішніми умовами розвитку, але й успадкованими задатками. Аналізуючи відносний вклад генотипу і середовища у варіативність узагальнених показників агресії М.Алфімова та В.Трубніков прийшли до висновку, що ці фактори рівноцінно впливають на розвиток та прояв агресії [1].

За даними Р. Мортенс [5] людина, яка перебуває в умовах стресу, часто стає тривожною і надто напруженою. Для усунення цих станів автор пропонує інтенсивне фізичне навантаження, яке може повернути організм до стану фізичної та психічної рівноваги.

Агресивна поведінка, по зауваженню авторів [1], відмічена у контексті соціальної взаємодії певної категорії людей з метою завдання шкоди супернику. С.Соловйова [6] вважає, що агресивність є стійкою особистісною рисою, формується у процесі соціалізації людини і вказує на схильність до агресивної поведінки, але сама по собі вона не є показником соц- іальної небезпеки суб’єкта. В залежності від структурно-функціональних зв’язків з іншими компонентами особистості агресивність може бути реалізована і в соціально-позитивній поведінці, для сприяння збереження цілісності та автономності особистості, її активності при встановленні соціальних контактів, для підтримання певної структури та ієрархії домінантно-субординаторських відносин.

В літературі [3] також є думка, що визначальне місце у формуванні агресивної поведінки належить механізму навчання на основі спостереження та наслідування при позитивному підкріпленні агресивної реакції. У подальшому подібні навички удос- коналюються, підкріплюючись новими актами агресивної поведінки, і можуть визначати вибір соціальних ситуацій, продовження яких передбачає можливість здійснення агресії.

Агресія може бути також безпосереднім результатом фрустрації, яка має місце у тому випадку, якщо не досягається поставлена мета. При цьому фрустрація вважається провокатором агресії, що в свою чергу полегшує прояви чи підтримує агресивну поведінку [2].

В дослідженні брали участь 16 осіб 14-15 річного віку. Результати проведеного анкетування показали, що учні мають деякі особливості у психоемоційній сфері та прояви різних форм агресії (табл.1).

Так, у найбільшої кількості осіб (від 48,1% до 76,2%) відмічається середній рівень досліджуваних показників психоемоційного стану. Відсоток учнів, які мають високий рівень за такими показниками як тривожність, психічна втома, емоційний стрес достатньо значний (29,9%-30,1%), що пояснюється, можливо, початком епідемії COVID-19 та онлайн навчанням, або за змішаною системою, зміною соціального середовища, підвищеною відповідальністю, великими навантаженнями, як розумового, так і фізичного характеру. Тому є нагальна потреба здійснення оптимізуючих заходів у навчальній поза навчальній діяльності та для прискорення соціально-психологічної адаптації.

За допомогою кореляційного аналізу були визначені взаємозв’язки між психоемоційними показниками. Так, вірогідні коефіцієнти кореляції було знайдено між показниками працездатності та саморегуляції (r = 0,78), тривожністю та психічною втомою (r = 0,65), тривожністю та вегетативним коефіцієнтом (r=0,74), що, ймовірно, пояснюється спільними механізмами нейрогуморальної регуляції процесів (рис.1).

**Таблиця 1**

**Характеристика психоемоційних станів та різних форм агресії у підлітків 14-15 років**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Показники | Рівні |
| Низький | Середній | Високий |
| 1 | тривожність | 8,9 % | 61,2 % | 29,9 % |
| 2 | психічна втома | 3,2 % | 66,7 % | 30,1 % |
| 3 | психічна напруга | 28,4 % | 58,9 % | 12,7 % |
| 4 | емоційний стрес | 7,3 % | 62,6 % | 29,9, % |
| 5 | саморегуляція | 5,9 % | 76,2 % | 17,9 % |
| 6 | вегетативнийкоефіцієнт | 40,8 % | 52,1 % | 7,1 % |
| 7 | працездатність | 17,7 % | 48,1 % | 34,2 % |
| 8 | відхилення відаутогенної норми | 24,1 % | 66,6 % | 9,3 % |
| 9 | Фізична агресія | 3,2% | 27,3% | 69,5% |
| 10 | Непряма агресія | 28,9% | 69,5% | 1,6% |
| 11 | Роздратування | 14,1% | 75% | 10,95 |
| 12 | Негативізм | 11,7% | 39,8% | 48,5% |
| 13 | Підозрілість | 13,3% | 71,1% | 15,6% |
| 14 | Вербальна агресія | 6,3% | 48,4% | 45,3% |
| 15 | Загальна агресія | 3,1% | 74,2% | 22,7% |
| 16 | Ворожість | 6,3% | 76,5% | 17,2% |

За результатами анкетування можна аналізувати, що основною характеристикою є бажання звільнитися від емоційного стресу, конфліктів та різноманітних протиріч у повсякденному житті. Наявне бажання змінити на краще ситуацію, у якій знаходиться людина і на необхідність набуття особистістю впевненості у собі. У 17,2% осіб, є потреба в емоційному спокої, гармонії та відпочинку. Існує потреба у розумінні і схваленні поведінки оточенням, не вистачає тепла та підтримки, що пояснюється відсутністю спілкування з близькими для них людьми, їх батьків, звичного оточення.



Рис. 1 – Схема кореляційніих зв’язків між різними психоемоційними показниками. Примітка: (ПВ) - психічна втома, (ВАН) - відхилення від аутогенної норми, (ВК) - вегетативний коефіцієнт, (ПП) - показник працездатності, (ТР) - тривожність, (СР) – саморегуляція.

Встановлено, що 15,6% та17,2% від загальної кількості осіб, відповідно вказують на наявність стресового стану, потяг до життя, звільненого від тягарів, отримання самостійності в діях та на потребу у підвищенні рівня самооцінки.

У 8,6% та 6,3% досліджуваних відмічався наявність в учнів відчуття безнадійності. У такому стані вони здійснюють протистояння усьому неприємному для них, дратівливому, проявляють неадекватність поведінки. Ці учні намагатимуться змінити ситуацію будь-яким шляхом, в залежності від стану нервової системи, рівня культури та виховання. У 9,3% - 29,9 % учнів спостерігаються негативні особливості в психоемоційному стані. Тому, безперечно, з цими учнями необхідно проводити корекційну роботу.

Аналіз показників агресії учнів за методикою А.Басса-А.Дарки дозволив виявити групу осіб, які мають завищені показники (за багатьма шкалами) типової агресивної поведінки (фізична, вербальна та непряма агресія, негативізм, ворожість, загальна агресія, підозрілість). Привертають увагу високі показники фізичної агресії (69,5%) та вербальної агресії (45,3%), що стає типовим для учнівського середовища (табл.1).

В результаті дослідження встановлено, що учні мають підвищені показники негативних аспектів психоемоційної сфери та прояви різних форм агресії. Відтак, це потребує пошуку дієвих шляхів та засобів корекції у навчальній діяльності учнівської молоді.

 **3.2. Фізична культура як засіб соціальної адаптації девіантної поведінки у підлітків.**

Здоров’я – це безцінне надбання не тільки кожної людини, але й усього суспільства в цілому, це основна умова й запорука повноцінного і щасливого життя. У Статуті Всесвітньої організації охорони здоров'я сказано, що здоров`я – це стан повного фізичного, душевного і соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороб та фізичних вад. Здоров’я допомагає виконувати плани, успішно вирішувати основні життєві завдання, долати труднощі, а якщо доведеться, то й значні перевантаження. Добре здоров`я розумно зберігається і зміцнюється самою людиною та забезпечує їй довге й активне життя. Проблема здоров’я підлітків сьогодні є гостро актуальною. Педагоги все більше усвідомлюють, що саме вони можуть немало зробити для здоров’я студента. Це стосується кількох аспектів професійної діяльності педагога, пов`язаних із питаннями охорони здоров’я вихованців.

Відтак, існує наявна проблема подальшого вивчення, з'ясування, конструктивного та ґрунтовного аналізу профілактики та корекції девіантної поведінки учнів засобами фізичної культури; визначення сенсу утворення девіантної поведінки; розвиток емоційно-вольової і потребо-мотиваційної сфери особистості, що попереджають виникнення стресових ситуацій, які стимулюють формування моральної поведінки, адекватної реакції на різні життєві ситуацій; створення умов для формування здорового способу життя; впровадження інтерактивних технологій щодо залучення учнів до систематичних занять фізичною культурою та спортом.

В останні роки мережа оздоровчо-спортивних споруд у системі дитячо-юнацького спорту скорочується: закриваються спортивні комплекси; багато споруд знаходяться в аварійному стані, не відповідають санітарно-гігієнічним нормам, не забезпечені устаткуванням, необхідним для навчально-тренувального процесу та змагань; не має практичного застосування ідея будівництва нових.

Слабкою ланкою в розвитку дитячо-юнацького спорту залишається програмне, навчально-методичне та медичне забезпечення, наукове обґрунтування методів і засобів фізичного і морального виховання дітей і підлітків з асоціальною поведінкою. Як свідчать результати дослідження, такий контингент перспективний для занять екстремальними видами спорту. Однак спортивні педагоги дистанціюються від „важких” підлітків, оскільки останні порушують дисципліну, палять і вживають алкогольні напої, схильні до вживання наркотиків.

В умовах життєвих змін, що відбуваються сьогодні у світі, особливо в Україні, зокрема у нас на Донбасі йде перебудова психології людини, її поглядів, переконань, звичок, моральних цінностей і соціальних ролей. Найбільш чутливими до соціальних і психологічних стресів виявилися підлітки. Сьогодні спостерігається різке зростання конфліктних, недисциплінованих, які не вміють володіти собою підлітків. В особливостях їх поведінки криються витоки алкоголізму, наркоманії, моральної деградації неповнолітніх. Серед сучасних проблем, коли батьки в основному зайняті тим, як знайти роботу, щоб прогодувати сім'ю, соціальна знедоленість дітей і підлітків є найбільш трагічною за своїми наслідками. У зв'язку з цим найважливішим завданням сьогодення є розробка та реалізація соціальних програм у галузі освіти і виховання підростаючого покоління, що передбачають систему заходів попередження, подолання та корекції асоціальних відхилень у поведінці.

Слабке здоров'я, безліч невирішених соціальних проблем перетворюють саму незабутню яскраву сторінку в житті людини – дитинство - в темну смугу безрадісного існування, в боротьбу за виживання. Щоб зберегти здоров'я першочерговими завданнями профілактики девіантної поведінки слід розглядати:

 - підвищення відповідальності батьків за здоров'я дітей та рівень їх освіти в галузі фізичної культури і спорту;

- фізичну культуру як навчальний предмет, який має бути включений в план усіх освітніх установ;

- обсяг рухової активності на всіх вікових етапах.

Фізична культура впливає на життєво важливі сторони індивіда, отримані у вигляді задатків, які передаються генетично і розвиваються в процесі життя під впливом виховання, діяльності і навколишнього середовища.

Останнім часом все актуальнішим стає питання впливу фізичного виховання на особистісні установки людини і на його ставлення до оточуючих. Адже з допомогою занять фізичною культурою і спортом можна проводити профілактику девіантної поведінки (алкоголізм, тютюнопаління, наркоманія) дітей і молоді.

Загальновідомо, що здоров'я протягом останніх 10-15 років погіршується. Це пояснюється рядом обставин: не облаштованою і прозорістю кордонів між суміжними державами, економічним і політичним перебудовою суспільства, переділом форм власності, згортанням державного виробництва, які привели до безробіття, зубожіння, безпритульність, зростання злочинності і бездуховності. Як наслідок - загрозливе поширення шкідливих звичок, таких як алкоголізм, тютюнопаління і наркоманія, і зловживання ними.

Посилюють становище оточуючі сьогодні дитини жорстокість, насильство, кримінальні розбірки, які обрушуються на нього з рекламних щитів і екранів телебачення, пропаганда сумнівних цінностей і задоволень. Після таких процедур зомбування, мабуть, вже важко розраховувати на любов і вдячність з боку молодого покоління, на його високу культуру. Під загрозою опинилося саме існування системи здорового способу життя.

Життєвий досвід показує, що засоби фізичної культури і спорту сприяють комплексному вирішенню проблеми підвищення рівня здоров'я, виховання та освіти підростаючого покоління. Фізична культура і спорт, будучи превентивними засобами підтримки і зміцнення здоров'я, в силах забезпечувати профілактику не тільки різних захворювань і шкідливих звичок, але і девіантної поведінки підлітків. Проблема, як, де і з ким проводити особистий вільний від навчання час підлітку, дуже важлива: вона хвилювала і хвилює суспільство в усі часи.

Підсумки тестування оцінки зберігання здоров'я і шкідливих звичок свідчать про те, що проблема розповсюдження та вживання наркотичних засобів, психотропних та інших одурманюючих речовин як і раніше, надзвичайно актуальна. В 11 років кожен другий знає про наркотичні властивості конопель або препаратів опійної групи, в 13 років - вже дві третини, а до 16 років частка дітей, обізнаних про наркотичні речовини, наближається до 80%. Всі ці відомості отримані із засобів масової інформації. На жаль, рідко ця інформація дає правдиве уявлення про страшну небезпеку перших кроків практичного знайомства з цим пороком. Однак є величезний резерв різних джерел (батьки, педагоги, друзі і т. д.), які можуть вчасно проінформувати і вберегти підлітків від цієї біди. Зростають масштаби залучення дітей та молоді до споживання таких психоактивних речовин, як тютюнові вироби та алкогольні напої. У віковій групі 11-20 років курять і вживають спиртні напої - в цю категорію молоді все активніше залучаються і дівчата.

Необхідність знаходження шляхів протистояння наркоманії серед дітей і підлітків, використовуючи всі можливі засоби, наявні в розпорядженні суспільства, включаючи таку важливу сферу діяльності, як фізична культура і спорт, яка як соціально значущий вид діяльності відповідає потребам формується особистості і забезпечує її успішну соціалізацію.

Фізична культура, будучи наукою, зачіпає фізичну активність людини, накопичила значний досвід вирішення різних проблем, таких як формування фізичної культури особистості та здорового стилю життя, відновлення, збереження та зміцнення стану здоров'я, соціалізація людини засобами фізичної культури і спорту і інше.

У сформованих умовах роль фізична культура постійно зростає серед молоді та підлітків. Основна спрямованість фізична культура полягає у відволіканні дітей від асоціальних явищ мікросередовища, залученні в спортивні секції, формуванні інтересу до систематичних занять фізичними вправами, в етичному вихованні при активному використанні засобів і методів фізична культура.

Також великий вплив надає оздоровчо-реабілітаційна фізична культура, вона включає в себе оздоровчу, лікувальну та адаптивну фізичну культуру. Оздоровчо-реабілітаційні властивості використання фізичних вправ у відновленні, збереженні і зміцненні здоров'я в поєднанні з іншими лікувальними засобами вже давно доведено. Тому використання їх у практиці соціальної роботи, безсумнівно, дозволить вирішувати медико-соціальні проблеми дітей та молоді.

Слід розвивати систему пропаганди ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА через засоби масової інформації, і особливо телебачення, оскільки для більшості дітей і підлітків саме воно - основне джерело інформації. Тут необхідно показувати, наприклад, правильно виконувати технічні футбольні прийоми, а не рекламу сигарет з відомими спортсменами. На телебаченні повинні бути передачі, де відомі всьому світу спортсмени, розповідають, як вони домоглися високих результатів. Доцільно збільшити час, відведений на демонстрацію уроків з розвитку сили, витривалості, спритності, які повинні проводити відомі спортсмени і тренери. Саме такий шлях сприятиме масовому залученню підлітків до занять фізичною культурою.

Фізична культура є ефективним засобом збереження і зміцнення здоров'я, фізичного розвитку, поліпшення фізичної підготовленості і підвищення працездатності; досягнення фізичної досконалості; формування потреби у здоровому стилі життя; підтримки життєвих сил людини.

Фізична культура розширює коло спілкування людей, дає можливість співпереживати, естетичне і емоційне сприйняття.

Спорт розглядається як важливий соціальний засіб залучення дітей та молоді до здорового способу життя та профілактична робота щодо попередження їх можливої девіантної поведінки шкідливих звичок. Профілактика девіантної поведінки підлітків буде ефективною, якщо в процесі занять фізичною культурою в школі будуть забезпечені наступні організаційно-педагогічні умови:

1. Виявлення та систематизація соціально-психологічних та фізичних особливостей підлітків, які мають асоціальну поведінку.

2. Розробка програмно-методичного забезпечення профілактики девіантної поведінки підлітків та використання його в процесі секційних занять фізичним вихованням.

3. Розроблено та реалізовано педагогічну модель профілактики девіантної поведінки підлітків у школі

4. Систематизовано методи контролю та корекції девіантної поведінки підлітків у процесі секційних занять фізичним вихованням.

 Останнім часом на етапах розвитку суспільства помічений інтерес до фізичної культури і спорту, які є універсальним механізмом для самореалізації та самовдосконалення людини в його подальшому розвитку. Значний соціальний потенціал фізичної культури і спорту необхідно повною мірою використовувати в профілактиці шкідливих звичок як найбільш результативний і найменш витратний механізм ефективного оздоровлення підростаючого покоління.

У даній ситуації виникають протиріччя між вимогами, що пред'являються сучасним суспільством, і станом виховної роботи, зокрема:

* між необхідністю створення єдиного виховно-освітнього простору і недостатньою розробленістю її теоретичних і методологічних підстав для роботи з підлітками, що мають асоціальні відхилення в поведінці;
* між сучасними вимогами до організації навчально-виховного процесу в загальноосвітній школі та відсутністю нормативно-правового та методичного забезпечення виховно-профілактичної діяльності;
* між змістом існуючих програм з фізичного виховання підлітків, що враховують найчастіше лише фізичний розвиток, і сучасними вимогами фізкультурно-оздоровчої діяльності, спрямованої на формування особистості підлітка.

У зв'язку з цим актуальною проблемою сучасного суспільства є пошук нових засобів використання фізичної культури і спорту для попередження та подолання асоціальних відхилень у поведінці підлітків. Також процес профілактики девіантної поведінки підлітків буде цілеспрямованим і продуктивним при забезпеченні наступних організаційно-педагогічних умов:

- виявлення і систематизації соціально-психологічних і фізичних особливостей підлітків, що мають асоціальну поведінку;

- розробці програмно-методичного забезпечення профілактики девіантної поведінки підлітків і використанні його в процесі секційних занять фізичним вихованням в школі;

— розробці і реалізації педагогічної моделі профілактики девіантної поведінки підлітків в школі;

- систематизації методів контролю та корекції девіантної поведінки підлітків у процесі секційних занять фізичним вихованням у школі.

Для профілактики девіантної поведінки підлітків потрібна розробка:

 1.Програми комплексів тренінгових вправ з психофізичної спрямованістю, практичної моделі профілактики девіантної поведінки підлітків, інтегрованої методики контролю і корекції девіантної поведінки. Достовірно встановлена їх ефективність в профілактиці девіантної поведінки в процесі секційних занять фізичним вихованням.

2.Програмно-методичне забезпечення профілактики девіантної поведінки підлітків в процесі секційних занять фізичним вихованням, що включає теоретичний матеріал, матеріал для практичних занять, спеціалізовані тренінгові вправи, спрямовані на корекцію психофізичного стану підлітків, методику контролю девіантної поведінки підлітків в процесі секційних занять.

3.Педагогічна модель профілактики девіантної поведінки підлітків в процесі секційних занять, що включає такі блоки: «оздоровчо-ознайомчий» - лекції та бесіди про користь занять фізичною культурою, батьківські збори, зустрічі зі спортсменами високих спортивних розрядів, перегляд агітаційних і навчальних відеофільмів, аналіз індивідуальних особливостей підлітків, проведення занять низької інтенсивності з урахуванням їх інтересів .

4. Методика контролю і корекції девіантної поведінки підлітків в процесі занять фізичною культурою.

Відтак, з вищесказаного можна зробити наступні висновки:

1 Недостатнє опрацювання питань, що розкривають специфіку профілактичної роботи з підлітками, які мають девіантну поведінку.

2. Виявлено індивідуальні особливості підлітків з асоціальною поведінкою: низький інтерес до різних соціально-значущих видів діяльності; негативне ставлення до виховних заходів; порушення дисципліни і пропуски занять; конфлікти з однолітками, педагогами і батьками; низька успішність. Аналіз фізичного розвитку і фізичної підготовленості доводить, що в групі підлітків соціального ризику нижче рівень розвитку швидкісно-силових якостей і витривалості.

3. Розробленість організаційно-педагогічних умов профілактики девіантної поведінки підлітків, що включають: спільну спрямованість профілактичної роботи соціальних педагогів, психологів, інспекторів дитячої кімнати міліції і тренерів; врахування інтересів підлітків у процесі секційних занять; програмно-методичне забезпечення процесу фізичної культури підлітків із асоціальною поведінкою;

4. Створення педагогічної моделі профілактики девіантної поведінки підлітків в процесі занять, яка включає в себе наступні етапи: оздоровчо-ознайомлювальний, підтримувально-розвиваючий, базово-формуючий.

5. Переорієнтування підлітків на нову сферу діяльності, включенні їх до відповідної мікрогрупи відповідно до його інтересів, створення умов, що перешкоджають небажаному спілкуванню, зв'язкам поза навчальним закладом, в основному за рахунок зайнятості у вільний від навчання час.

6. Систематичне і планомірне залучення до занять фізичними вправами з урахуванням особистісних особливостей підлітка.

7. Залучення учнів у спортивні секції; підтримка засобами фізичної культури мотивації, потреб і формування досвіду адекватної поведінки підлітків на заняттях.

8. Використання інтересу підлітка до певної спортивно-оздоровчої діяльності, а також складати план занять з побажаннями самих підлітків.

Фундаментом фізичної працездатності учнів є: різнобічна фізична підготовка, обов'язкова послідовність збільшення навантаження, використання допоміжного обладнання, цілеспрямованість кожного тренування, впровадження психологічно прийомів. Не допускати форсування підготовки для досягнення високих спортивних результатів в найкоротші терміни.

Асоціальна поведінка розуміється нами як відхилення від соціальних і моральних норм, набуло останнім часом масового характеру, що поставило це явище в центр уваги соціологів, педагогів, психологів, медичних працівників та правоохоронних органів. Психологічні дослідження цього явища беруть початок в психоаналізі, біхевіоризмі, гуманістичної психології та інших напрямках. У вітчизняній психологічній, соціально-педагогічній науці приділяється увага проблемі асоціальній поведінці, особливо в зв’язку з появою категорії «важкі» підлітки (Л. Божович, А. Личко, А. Макаренко, В. Новіков та ін.) або підлітки «групи ризику» (Ю. Василькова, М. Галагузова, І. Дементьєва, А. Мудрик, Л. Олиференко, Т. Шульга та ін.). До категорії «групи ризику» відносять дітей з неблагополучних сімей, педагогічно запущених, соціально-депривованих, що характеризуються різними проявами девіантної та делінквентної поведінки, які мають схильність до суїциду і т.д. [2]. Незважаючи на значні зусилля фахівців в галузі педагогіки, психології та соціології, спрямовані на вивчення стану проблем загальноосвітньої школи, визначення теоретичних основ навчання в сучасних умовах, впровадження нових технологій педагогічної взаємодії з учнями, проблема виховання підростаючого покоління як і раніше залишається актуальною як в теоретико-методологічної площини, так і в практичній сфері її реалізації.

Назріла необхідність в комплексному вивченні та педагогічному обґрунтуванні сутності девіантної поведінки, заснованому на нових дослідницьких підходах до вивчення особливостей девіантної поведінки підлітків в сучасних соціально-економічних умовах, до організації комплексної допомоги та соціальної підтримки даної категорії, до формування всебічно розвиненої, соціально-повноцінної особистості, а також до розробки виховно-профілактичних технологій і програм, які враховують особистісні та соціальні фактори.

До соціальних факторів належать зростання злочинності, міграційні процеси, індустрія наркотиків і алкоголю, руйнування природного середовища, безробіття. Психофізичні чинники визначаються вродженими порушеннями в розвитку і віковими особливостями пубертатного періоду у формуванні особистості підлітків. Існуючі соціальні проблеми (наркоманія, агресивність, алкоголізм і т.д.) змушують нас задуматися про те, чому це відбувається. Чому дитина спочатку відкрита і спрямована до добра, дорослішаючи, поступово набуває асоціальний тип поведінки. Дефіцит таких понять, як милосердя, доброта, повага один до одного в суспільстві все частіше призводить до байдужій відношенню до долі дитини. У школах спостерігається зростання формального ставлення до дітей, простіше стали ставитися до збільшення числа відхилень у поведінці і правопорушень. Педагогічні чинники, пов’язані з потребами модернізації системи освіти, з різким зниженням кількості та якості форм позашкільної роботи з підлітками, зокрема з закриттям спортивних секцій і клубів, з переведенням їх на комерційні форми роботи, що різко знижує відсоток підлітків, які займаються фізкультурно-оздоровчої та спортивною діяльністю. Профілактика девіантної поведінки учнів стає найважливішим завданням сучасного суспільства і держави. Ми припускаємо, що використання фізичної культури і спорту в виховно-профілактичної роботи з підлітками девіантної поведінки сприятиме підвищенню мотивації та інтересу до систематичних занять фізичними вправами, зміни негативних емоційних станів (тривожності, агресивності), збереженню і зміцненню здоров’я, розвитку фізичних і морально етичних якостей у девіантних підлітків.

Отже, важливою ланкою в цій роботі є структура навчально-виховного процесу і різноманітність форм навчально-методичного матеріалу. Очевидно, що фізкультурно-оздоровча діяльність чинить серйозний вплив на психологічну складову особистості, а оскільки ми розглядаємо період дитинства і пубертатний період, то, безсумнівно, величезний вплив фізичної культури і спорту на формування і становлення особистості в цей період. Очевидно, що в процесі занять фізичною культурою і спортом в значній мірі слабшає дія тривожно-агресивних компонентів особистості за рахунок перенесення цих негативних компонентів, в соціальному плані, на стратегію боротьби і змагання, що значною мірою створює виховну і профілактичну основу, знижує ризик девіантної і девіантної поведінки учнів.

З огляду на особливу виразність негативних соціально-екологічних і топологічних впливів на організм і психіку підлітків з девіантною поведінкою, загрозу алкоголізації і наркозалежності, рішення цієї комплексної проблеми пов’язано з посиленням фізкультурно-оздоровчої спрямованості технологій в контексті забезпечення координації зусиль центральних органів виконавчої влади, які працюють з проблем профілактики девіантної поведінки в підлітковому віці.

Для того щоб виховно-профілактична робота була ефективною, необхідно створення таких умов:

1) виявлення адекватності та ефективності застосовуваної профілактики на основі даних соціально-педагогічного моніторингу;

2) науково-методичне оснащення процесу взаємодії школи та сім’ї з організації і проведенні профілактики девіантної поведінки учнів засобами фізичної культури.

Основним пріоритетом в роботі з підлітками девіантної поведінки повинно бути перенесення акценту на виховний аспект, на попередження і подолання девіантної поведінки. Особливо слід підкреслити і враховувати той факт при формуванні фізичних і морально-етичних якостей у учнів, що правильне рішення конкретного завдання неможливо без створення умов взаємодопомоги, взаємопідтримки і опори на внутрішній потенціал. Це допоможе подолати соціальну невлаштованість, вроджені недуги і безвідповідальність дорослих.

Керуючись принципами соціалізації і гуманізації в процесі виховно-профілактичної роботи з підлітками, слід спрямувати зусилля педагога на формування загальнолюдських цінностей, на діагностику і розвиток соціально спрямованих цінностей і мотивів для їх практичної реалізації.

У сучасному світі помітно ослаблення соціальних зв’язків, а фізична культура і спорт набуває великого значення в зв’язку з тим, що спілкування відбувається поза домом і навчанням, і фізкультурно-спортивні заходи набувають статус «соціально-психологічних», де підлітки збираються для формування і підтримки дружніх, неформальних позитивних відносин.

Отже, прояв уваги по відношенню до учнів, співпереживання і співчуття, яких вони позбавлені в сім’ї, дозволяє компенсувати відсутність цих емоцій, і передбачає формування позитивної поведінки. Формування таких якостей особистості, як доброта, чуйність, терпимість, дисциплінованість, чесність, порядність, певною мірою залежать від правильної організації процесу фізкультурно-оздоровчої діяльності.

Важливо, також підкреслити, що заняття фізичною культурою і спортом заповнюють вакуум вільного часу, прищеплюють навички здорового способу життя, формують позитивні звички і найчастіше змінюють склад референтної групи, в якій студент знаходиться. Актуалізація особистісного потенціалу підлітка і його бажання добитися позитивного результату, безсумнівно, формують вміння та навички, необхідні для прийняття самостійних і правильних рішень в життя. Для вимірювання готовності до реалізації різних форм девіантної поведінки нами була використана методика діагностики схильності до відхиляється, орієнтована на виявлення внутрішньої, в тому числі не проявляється зовні, схильності до відхилень в підлітковому віці.

**Таблиця 2**

**Чинники, що впливають на формування ставлення студентської молоді до власного здоров’я**

|  |  |
| --- | --- |
| **№** | Фактори або суб’єкти впливу |
| 1. | Батьки |
| 2. | Спосіб життя сім'ї |
| 3. | Однолітки |
| 4. | Власне переживання серйозних недуг, хронічні захворювання |
| 5. | Хвороби рідних і близьких людей |
| 6. | Книги, журнали, телебачення |
| 7. | Заняття в спортивних секціях |
| 8. | Лекції з валеології, безпеки життєдіяльності, заняття з фізичної культури |
| 9. | Життєвий випадок |

Таким чином, технологія профілактики та корекції девіантної поведінки підлітків засобами фізичної культури і спорту включає цілеспрямовану діяльність колективу, що складається з низки етапів педагогічної діяльності по організації і реалізації спортивно-оздоровчої спрямованості в виховно-освітньому процесі. Профілактика девіантної поведінки підлітків – творчий процес, який зобов’язує педагогів-тренерів проводити пошук і реалізовувати ефективні підходи, методи і прийоми формування інтересу до занять фізичною культурою, успішної адаптації до соціального середовища, умов і вимог сучасного суспільства.

 **Висновки до третього розділу**

1. З’ясовано, що активізація рухової діяльності, розвиток фізичних і морально-етичних якостей, мають істотний вплив на психічний стан підлітків з девіантною поведінкою. Спостерігається ефективність застосовування спортивно-оздоровчих занять, фізичних вправ з розділу рухливих і спортивних ігор.

2. Встановлено позитивний вплив використання форм, засобів, методів і методичних прийомів фізичної культури на взаємовідношення підлітків з асоціальною поведінкою в системі соціальних відносин на формування фізичних і морально-етичних якостей.