

## **ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК МЕТОД ВОСПИТАНИЯ ТРУДНЫХ ПОДРОСТКОВ** **Physical culture as a method of educating difficult teenagers**

**О. В. Кулаков**, студент

**И. М. О. Джолиев**, старший преподаватель

Уральский государственный аграрный университет

(Екатеринбург, ул. Карла Либкнехта, 42)

*Рецензент:* О. П. Неверова, кандидат биологических наук, доцент

### **Аннотация**

В современное время все чаще стал возникать вопрос перевоспитания трудных подростков. Такие личности зачастую не имеют понятия о социальных нормах, ценностных ориентирах и нравственности. Общество должно воспитывать сознательных личностей гражданского общества, и одним из способов воспитания трудных подростков является физическая культура и спорт.

В данной статье изучен вопрос влияния на поведение и формирование жизненной позиции физической культуры и спорта. Отмечен положительный эффект от физических активностей, а также учтен факт влияние преподавателей физической культуры, тренеров на формирование личности трудного подростка.

**Ключевые слова:** воспитание, трудные подростки, спорт, физическая культура, нравственность, характер.

### **Summary**

In modern times, the question of re-education of difficult teenagers has become more and more frequent. Such individuals often have no idea about social norms, value orientations and morality. Society should educate conscious individuals of civil society, and one of the ways to educate difficult teenagers is physical culture and sports.

This article examines the issue of influence on the behavior and formation of the life position of physical culture and sports. The positive effect of physical activities was noted, and the fact of the influence of physical education teachers, coaches on the formation of the personality of a difficult teenager was also taken into account.

**Keywords:** upbringing, difficult teenagers, sports, physical culture, morality, character.

**Цель исследования** – изучить влияние физической культуры на поведение и воспитание трудных подростков.

**Методы исследования** – изучение научно-методической литературы, педагогическое наблюдение.

**Результаты исследования.** Формирование в подростковой среде понимания здорового образа жизни и культуры здоровья – проблема, которая остается актуальной и по сей день. В настоящее время существует острая необходимость привлечения подростков к досуговой деятельности, например, спорту, в свободное внеучебное время, а также проблема улучшения здоровья среди подростков.

За последнее время можно четко отследить тенденцию увеличения подростков, не способных приспособиться к условиям текущей социальной среды, и, как следствие, эта неспособность проявляется в отрицательных отклонениях в поведении. Эта проблема важна тем,

что поведение этих подростков непосредственно влияет на других людей, так как каждый человек существует в обществе. Это проявляется в неуважительном отношении к более старшим людям, а также в жестоком и агрессивном отношении по отношению к своим сверстникам или к младшим [1]. Такие подростки требуют к себе индивидуальный подход, коррекцию своего поведения с помощью направления энергии в различные виды досуга, в частности в спорт.

Прививание подросткам нравственных качеств непосредственно связано с процессом формирования личности, что подразумевает под собой умение верно выстраивать свое поведение в соответствии с социальными нормами и моральными принципами. Психологическим базисом для регуляции поведения выступают волевые установки и качества, способность подавлять свои негативные желания, а также навык подчинения своего поведения сложившейся ситуации или необходимости [2].

Ошибки в воспитании детей, школьников, подростков порождают формирование отрицательных черт в характере юной личности, что приводит к отклонениям в поведении и нравственно-моральном развитии, а также становится причиной формирования негативного девиантного поведения. В случае развития такого поведения причиной для повышенного беспокойства становятся проблемы алкоголизма, наркомании и токсикомании в подростковой среде.

К сожалению, в современном обществе прослеживается отрицательная тенденция снижения возраста, в котором начинается алкоголизм и наркомания, что, в свою очередь, ведет к стойкому увеличению числа подростков, имеющих различные разрушающие пагубные привычки. А это ведет к необратимым негативным последствиям со здоровьем. Несформированный неокрепший организм получает пагубное воздействие, и ситуация усугубляется криминальными проблемами, а также распространением инфекционных заболеваний, а частности вируса иммунодефицита человека (ВИЧ) [3].

Неоднократно проведенные исследования показывают, что первые опыты употребления алкоголя, никотина, наркотиков случаются еще задолго до совершеннолетия, а также находится в близкой связи с укладом семьи и микросредой, в которой живет и воспитывается подросток. Через общение со своими сверстниками у юной личности формируется самосознание и развиваются методы познания других людей. Зачастую это проходит безболезненно и оставляет определенный след на психике подростка, с которым он не способен справиться самостоятельно. И под влиянием, опять же, микросреды подросток прибегает к употреблению алкоголя, наркотиков, никотина, вследствие чего формируются зависимости и пагубные привычки.

На основе современной теории психологии специалисты разделяют подростков на три группы в зависимости от воспитательной и социальной запущенности [4].

В первую группу относят подростков, которые имеют нормальные отношения с другими представителями общества, однако имеют отрицательные черты характера и специфические возрастные особенности психики. Некоторый процент этих подростков имеет проблемы с физическим развитием.

Во вторую группу специалисты относят подростков, у которых четко прослеживается эгоцентризм. Это отрицательное качество гиперболизирует отрицательные черты их характера, что влияет на их способность находится в обществе. Таким подросткам сложно находить общий язык со сверстниками, они резко реагируют на любую критику в свой адрес, проявляют агрессию в ответ на замечания. У них отсутствует желание учиться, нет мотивации на какую-либо деятельность, поэтому они запросто могут быть втянуты в плохую компанию.

В третью группу специалисты относят организаторов плохих компаний. Такие подростки проявляют излишнюю агрессивность, часто замечаются в хулиганстве. У таких подростков отсутствует правильно выстроенная психоэмоциональная связь с родителями, поэтому для них нет авторитетов. Такие подростки чаще всего состоят на учете в комиссии по делам несовершеннолетних.

Отсутствие должного воспитания, контроля, незрелость внутриличностных ценностей, норм и ориентиров и то, какое влияние перечисленное имеет на подростка, показывает насколько важна роль воспитательно-профилактической деятельности.

Воспитательно-профилактическая деятельность выделяет в себе следующие методы [5].

Во-первых, необходимо грамотно организовывать досуг молодежи. В свое свободное время подросток предоставлен сам себе, часто не имеет за собой контроля в этот период времени. Именно в свободное внеучебное время у подростка может появиться желание скоротать время за какими-нибудь отрицательными привычками, в это время подростки связываются с плохими компаниями. Именно поэтому необходимо предлагать разные варианты досуговой деятельности для подростков, так как это «перетянет» их внимание.

Во-вторых, крайне важно уделять особое внимание психологическому воспитанию юных личностей. Важно научить подростков верной стратегии поведения в конфликтной ситуации, а также противостоять трудным жизненным ситуациям.

В-третьих, необходимо формировать в подростковом сознании отрицательное отношение к алкоголю, никотину и наркотикам, и прививать такое отношение необходимо начинать в юном возрасте.

И в-четвертых, следует прививать подросткам самостоятельность, сознательность и стимулировать их активность.

Используя данные методы, подросткам прививаются социальные нормы, правила поведения, формируются внутренние установки и убеждения, а также закладывается стремление к здоровому образу жизни.

Приучение подростков к физической культуре, спорту, здоровому образу жизни является одним из наиболее эффективных способов воздействия на формирующуюся личность. И, несомненно, это оказывает положительное влияние в борьбе с девиантным поведением и способствует социализации подростков. Процесс физического воспитания – педагогический процесс формирования двигательных умений и навыков. Физическое воспитание несет в себе цель формирования правильной гармоничной личности, у которой физическая подготовка находится в единой взаимосвязи с умственным, психологическим и нравственным развитием.

В социализации трудных подростков с девиантным поведением физическая культура и спорт играют важную роль, так как способствует улучшению физической подготовки, но и также создает среду, в которой существует подросток. Именно поэтому особое внимание следует уделять приучению подростков к физической культуре и спорту, так как это прививает особую нравственность, формирует внутренний стержень, тренирует характер и волю [6]. Однако приучить подростка к физической культуре и спорту недостаточно, важно изучить мотивацию в этом вопросе. Ведь ходить можно для формирования в себе нравственной личности, а можно ходить, чтоб величиной мышц зарабатывать авторитет среди сверстников. Поэтому педагогам, преподавателям и тренерам необходимо вовремя вмешиваться в этот вопрос и прививать верное мировоззрение и убеждения подросткам.

Также не стоит забывать и про окружение подростка. В случае негативного влияния компании на него, необходимо привлекать к спорту его друзей и товарищей, а если это не представляется возможным, то нужно создать более сильную мотивацию к занятию спортом. А

чтобы это получилось, наставникам важно знать, за какими ценностными ориентирами будет идти подросток и что для него особенно актуально на данном периоде жизни.

Одни ребята ценят большую физическую силу и стремятся к ее увеличению. Таким подросткам стоит приводить в пример выдающихся спортсменов и указывать на их положительные личные качества, которые были проявлены в каком-либо поступке. Другие ребята могут стремиться к лидерству через спорт. Таким ребятам стоит давать возможность к самореализации через проявление лидерских качеств в различных ситуациях, такой подросток мог бы быть капитаном в командном виде спорта.

Помимо увлечения спортивной секцией необходимо правильно выстраивать поведение наставников в иной среде пребывания подростков. В школе таких ребят необходимо привлекать к общественно полезной деятельности, давать поручения, поддерживать инициативы: быть старостой класса, быть дежурным по этажу, позволить организовать одноклассников на какое-либо мероприятие. Это, безусловно, поднимет самооценку подростка, уровень притязания и целеустремленность.

Необходимо в открытую выражать доверие к нравственности подростка, это вызывает в ответ положительную реакцию. В период формирования личности очень важно замечать и хвалить успехи подростка, ведь он стремится к тому, чтоб его заметили. В сложной подростке преподавателю, тренеру необходимо заметить и выделить для себя положительные черты характера подростка и акцентировать на этом внимание. Это позволит подростку разглядеть в себе то, к чему ему следует стремиться и станет для него стимулом для исправления. Это крайне положительно повлияет на его самооценку, ведь подросток не всегда уверен в том, что в чем-то он хорош или в каких-то моментах имеет положительные качества. При этом в разговоре с таким подростком преподавателю, тренеру стоит быть искренним в своих словах [7].

Также одним из способов воспитания трудных подростков является привлечение своих воспитанников, которые раньше были трудными подростками и на наглядном примере показывать путь их становления. А также приглашать для бесед успешных спортсменов, которые бы являлись авторитетом для подростков.

Безусловно, необходимо обеспечивать всестороннее развитие личности подростка, ведь все возможные виды деятельности влияют на формирование ориентиров, норм и правил, гражданской позиции и нравственности. Но в то же время нельзя недооценивать влияние физической культуры и спорта на воспитание подростка. Особенно ярко прослеживается это влияние в процессе социализации трудных подростков с девиантным поведением. Воздействие будет эффективно не когда оно происходит принудительно, а тогда, когда у человека будет иметься личная мотивация. Поэтому преподавателям, тренерам крайне важно донести значимость физической культуры и спорта до подростков. К каждому подростку необходим индивидуальный подход, и тогда физическая культура и спорт действительно станут отправной точкой в воспитании трудных подростков. Верная мотивация, личная целеустремленность в регулярной физической активности в досуговое время сократит негативное девиантное поведение среди подростков, будет воспитывать высоконравственное поколение, которое имеет положительные черты характера, а также будет представлять достойную смену поколению наших родителей.

### **Библиографический список**

1. Дударенко Е. А., Глистенкова О. В., Головки М. И., Половодов И. В. Физическая культура как метод воспитания подростков, склонных к антисоциальному поведению [Элек-

тронный ресурс] // Наука-2020. 2022. № 4 (58). Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/fizicheskaya-kultura-kak-metod-vozpitanija-podrostkov-sklonnyh-k-antisotsialnomu-povedeniyu>.

2. Стрельникова И. В. Психолого-педагогические особенности воспитания трудных подростков средствами физической культуры [Электронный ресурс] // Вестник ВятГУ. 2010. № 2-1. Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologo-pedagogicheskie-osobennosti-vozpitanija-trudnyh-podrostkov-sredstvami-fizicheskoy-kultury>.

3. Некрасов С. Н., Джолиев И. М., Сосновских Д. С. Воспитание патриотизма. Духоподъемная идеология // Аграрное образование и наука. 2017. № 1.

4. Некрасов С. Н., Сосновских Д. С., Джолиев И. М. Воспитание патриотизма исторической России и проблемы развития РФ // Молодежь и наука. 2017. № 5.

5. Дидарова И. К. Методика занятий физической культурой с трудными подростками в условиях социально-реабилитационного центра: автореф. канд. пед. наук. Волгоград, 2010.

6. Антонова Л. Н. Дети группы риска как социально-педагогический феномен // Педагогика. 2010. № 9.

7. Некрасов С. Н., Джолиев И. М., Сосновских Д. С. Воспитание патриотизма в системе образования взрослых как фактор национальной безопасности России // Аграрное образование и наука. 2017. № 4.