DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2026.08(208).17
УДК: 37.015.31:796-053.6

Литовченко О. В.,
доктор педагогічних наук,
старший науковий співробітник,
завідувач відділу позашкільної освіти,
Інститут проблем виховання НАПН України, м. Київ
https://orcid.org/0000-0001-8696-9610
Поліщук Т.В.,
старший викладач кафедра фізичного виховання
Київський національний університет імені Вадима Гетьмана, м. Київ
https://orcid.org/0009-0007-9794-5711
Линник А.М.,
старший викладач кафедри філософії, права та соціально-гуманітарних наук,
Національна академія статистики, обліку та аудиту,
викладач кафедри фізичного виховання,
Національний університет харчових технологій, м. Київ
https://orcid.org/0000-0002-0492-7685

ПЕДАГОГІЧНІ МЕХАНІЗМИ ВИХОВАННЯ МОРАЛЬНО-ВОЛЬОВОЇ СТІЙКОСТІ СТАРШИХ ПІДЛІТКІВ У СПОРТИВНО-МАСОВІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

У статті розкрито можливості спортивно-масової діяльності у вихованні морально-вольової стійкості старших підлітків. Обґрунтовано, що потенціал спортивно-масової діяльності розкривається через добровільне прийняття правил; набуття учасниками досвіду подолання фізичних, емоційних та комунікативних труднощів; переживання успіху й невдачі та досвіду конструктивного ставлення до них; відповідальність за особистий внесок у спільний результат; необхідність контролювати імпульсивні реакції та приймати виважені рішення.

З'ясовано, що спортивно-масова діяльність створює сприятливі умови для виховання самовладання, наполегливості, цілеспрямованості й здатності до морального вибору.

Визначено педагогічні механізми виховання морально-вольової стійкості старших підлітків у спортивно-масовій діяльності: ціннісно-смислове наповнення її змісту; формування мотиваційно-вольових зусиль; створення ситуацій морального вибору; формування командної взаємодії та соціальної відповідальності; рефлексивне осмислення й саморегуляція поведінки. Встановлено, що результативність цих механізмів забезпечується за дотримання сукупності умов: систематичності і ціннісної спрямованості; добровільності й доступності участі; відповідності завдань віковим та індивідуальним можливостям підлітків; дотримання фізичної та психологічної безпеки.

Ключові слова: *морально-вольова стійкість; старші підлітки; спортивно-масова діяльність; педагогічні механізми; фізична культура, морально-вольові якості.*

Lytovchenko Olena. Pedagogical mechanisms for fostering moral and volitional resilience in older adolescents through mass sports activities. *The article explores the potential of mass sports activities for fostering moral and volitional resilience in older adolescents. It is substantiated that the educational potential of mass sports activities is realized through the voluntary acceptance and fair observance of rules; participants' acquisition of experience in overcoming physical, emotional, and communication-related difficulties; experiencing success and failure and developing a constructive attitude towards them; taking responsibility for one's personal contribution to a shared outcome; the need to control impulsive reactions and make well-considered decisions.*

It has been found that sports and mass activities create favorable conditions for the development of self-control, perseverance, purposefulness, and the ability to make moral choices.

The pedagogical mechanisms for fostering moral and volitional resilience in older adolescents through mass sports activities are identified as follows: providing activities with value-based and meaning-oriented content; developing motivational and volitional effort; creating situations requiring moral choice; developing teamwork and social responsibility; and promoting reflective awareness and behavioural self-regulation.

The effectiveness of these mechanisms is ensured through a set of conditions, including the systematic organization and value orientation; voluntary and accessible participation; the correspondence of tasks to adolescents' age-related and individual capabilities; and adherence to physical and psychological safety requirements.

Keywords: *moral and volitional resilience; older adolescents; mass sports activities; pedagogical mechanisms; physical education; moral and volitional qualities.*

Постановка проблеми. Суспільні виклики, спричинені повномасштабною війною, тривалим психоемоційним напруженням, нестабільністю соціального середовища, актуалізують потребу у вихованні зростаючої особистості, здатної свідомо регулювати власну поведінку, протистояти негативним впливам, долати труднощі й бути ефективною у

складних життєвих ситуаціях. Важливою особистісною якістю за таких умов є морально-вольова стійкість, що виявляється у здатності дотримуватися моральних норм і ціннісних переконань, зберігати самовладання, виявляти наполегливість, дисциплінованість, відповідальність, врівноваженість тощо.

Старший підлітковий вік є сенситивним періодом для виховання морально-вольової стійкості. У цей час відбувається інтенсивне формування ціннісних орієнтацій, розвивається здатність до саморегуляції та усвідомленого вибору способів поведінки. Водночас емоційна нестійкість, залежність від оцінювання однолітків, прагнення до самоствердження можуть зумовлювати у старших підлітків надмірну імпульсивність, труднощі в саморегуляції, ситуативність морального вибору, схильність уникати відповідальності та недостатню наполегливість у досягненні поставленої мети.

Значним потенціалом щодо виховання в учнівства морально-вольових якостей характеризується спортивно-масова діяльність. Її змагальний, командний і суспільно орієнтований характер створює природні ситуації морального вибору, подолання фізичних та емоційних труднощів, дотримання правил, відповідальності за спільний результат, взаємодопомоги. Участь старших підлітків у спортивних святах, турнірах, естафетах, квестах, фестивалях, днях здоров'я та інших колективних формах фізичної активності сприяє набуттю досвіду самоконтролю, витримки, цілеспрямованості, дисциплінованості та конструктивної командної взаємодії.

Результативність спортивно-масової діяльності залежить від її ціннісного спрямування, змістового наповнення, характеру взаємодії учасників, відповідного педагогічного супроводу, що актуалізує необхідність визначення механізмів, які забезпечують перетворення участі старших підлітків у спортивно-масовій діяльності на цілеспрямований процес виховання морально-вольової стійкості.

Аналіз літературних джерел. У психолого-педагогічних дослідженнях морально-вольова стійкість розглядається як інтегральна якість особистості, що виявляється у здатності діяти відповідно до моральних переконань, зберігати самоконтроль, долати труднощі та відповідально поводитися в умовах напруження й невизначеності. Її основними проявами є наполегливість, рішучість, емоційна витримка, саморегуляція, дисциплінованість і готовність до морального вибору.

С. Максименко, В. Невмержицький, О. Хникін, О. Каплинський та інші дослідники пов'язують морально-вольову стійкість із внутрішньою організованістю особистості, її здатністю мобілізувати вольові зусилля, усвідомлювати моральний зміст власних дій і долати зовнішні та внутрішні перешкоди [4; 7]. О. Крайнюк та О. Колчина акцентують увагу на функціональному аспекті цієї якості, що виявляється у збереженні працездатності, контролі емоційних станів, упевненості у власних можливостях і раціональному використанні особистісних ресурсів у складних ситуаціях [3].

У дослідженнях зарубіжних авторів морально-вольова стійкість аналізується у взаємозв'язку із саморегуляцією, самоконтролем і психологічною стійкістю. Ґ. Дьюар до її проявів зараховує здатність контролювати імпульсивну поведінку, відновлювати емоційну рівновагу, протистояти стресу та ухвалювати обдумані рішення. А. Дакворт і К. Мілкман наголошують, що сприятливими умовами для виховання морально-вольової стійкості є автономний вибір, усвідомлення особистих цілей і можливість самореалізації [9; 10].

Значний потенціал для виховання цієї якості має фізична культура, зокрема спортивно-масова діяльність, у процесі якої моральні переконання зростаючої особистості поєднуються з вольовою регуляцією та набувають вияву в конкретних способах поведінки. Дослідники Т. Кравченко, Т. Троценко, Н. Базилевич, В. Масол, М. Тимчик доводять, що систематична фізична активність сприяє розвитку дисциплінованості, цілеспрямованості, витримки, рішучості, наполегливості [2; 5; 6].

Водночас виховний ефект спортивної діяльності не є автоматичним. Він залежить від змісту занять, характеру взаємодії, педагогічного супроводу, урахування вікових та індивідуальних особливостей підлітків, підтримки їхньої ініціативності й рефлексії набутого досвіду [8].

Важливою умовою реалізації виховного потенціалу спортивно-масової діяльності є її організація на засадах компетентнісного підходу, що передбачає активну залученість учнів, варіативність форм роботи, практичну спрямованість завдань і застосування набутого досвіду в різних ситуаціях [1]. За такого підходу старші підлітки виступають активними суб'єктами діяльності.

Отже, спортивно-масова діяльність є сприятливим середовищем для виховання морально-вольової стійкості старших підлітків за умови її цілеспрямованої педагогічної організації.

Мета статті – розкрити виховні можливості спортивно-масової діяльності, визначити та обґрунтувати педагогічні механізми виховання морально-вольової стійкості старших підлітків у процесі спортивно-масової діяльності.

Виклад основного матеріалу дослідження. Спортивно-масова діяльність є організованою формою добровільного залучення учнів до доступної рухової, змагальної, оздоровчої та командної активності. На відміну від спеціалізованої спортивної підготовки, вона орієнтована на широке коло учасників із різними фізичними можливостями, рівнями підготовленості та спортивними інтересами. Можливості спортивно-масової діяльності у вихованні морально-вольової стійкості зумовлені її діяльнісним, емоційно насиченим, змагальним і колективним характером. Виховний потенціал спортивно-масової діяльності розкривається через: добровільне прийняття правил і чесне їх дотримання; набуття учасниками досвіду подолання фізичних, емоційних та комунікативних труднощів; переживання успіху й невдачі та досвіду конструктивного ставлення до них; відповідальність за особистий внесок у спільний результат; взаємодопомогу, підтримку, повагу до партнерів і суперників; необхідність контролювати імпульсивні реакції та приймати виважені рішення; доступність ситуацій для самооцінювання, рефлексії та коригування поведінки.

Водночас сам факт участі у спортивному заході не гарантує позитивних особистісних змін. Виховний результат залежить від педагогічного супроводу та змістового наповнення діяльності. Її потенціал реалізується через

сукупність педагогічних механізмів, які забезпечують поступовість і системність виховних впливів, засвоєння моральних цінностей, мобілізацію вольових зусиль та закріплення відповідних способів поведінки:

- ціннісно-смислове наповнення, що забезпечує усвідомлення старшими підлітками морального змісту спортивно-масової діяльності. Його дія полягає у співвіднесенні спортивної поведінки з цінностями чесності, гідності, відповідальності, справедливості, взаємоповаги та солідарності. Педагог має акцентувати увагу учасників на тому, що результат спортивної взаємодії визначається способом його досягнення, ставленням до партнерів і суперників, умінням дотримуватися правил та зберігати гідність за будь-якого підсумку змагання. Реалізації цього механізму сприяють обговорення моральних дилем, аналіз конкретних спортивних ситуацій, формулювання командних цінностей і правил чесної гри;
- формування мотивації до вольових зусиль, спрямованих на внутрішню готовність старших підлітків долати труднощі. Реалізація цього механізму передбачає постановку посильних, але достатньо складних завдань, поступове підвищення вимог, створення ситуацій успіху, підтримку самостійного цілепокладання та фіксацію особистого прогресу. Важливо, щоб старші підлітки оцінювали власні досягнення за динамікою розвитку, якістю докладених зусиль і здатністю завершувати розпочате, а не винятково за місцем у змаганні. Це сприяє становленню наполегливості, цілеспрямованості, витримки та впевненості у власних можливостях;
- створення ситуацій морального вибору через включення підлітків у діяльність, що потребує самостійного прийняття рішення та відповідальності за його наслідки. Такими ситуаціями можуть бути вибір між особистим і командним результатом, визнання власного порушення, підтримка слабшого учасника, дотримання правил за відсутності зовнішнього контролю, конструктивна реакція на несправедливе рішення або невдачу. Педагогічна цінність таких ситуацій полягає у переході від знання моральної норми до її практичного застосування. Після завершення діяльності доцільно аналізувати мотиви вибору, його наслідки та можливі альтернативи поведінки;
- формування командної взаємодії та соціальної відповідальності: спільна мета, взаємозалежність результатів і розподіл ролей створюють умови для усвідомлення підлітком власної відповідальності перед іншими. У командній діяльності він навчається узгоджувати особисті прагнення зі спільними інтересами, надавати й приймати допомогу, конструктивно вирішувати суперечності, визнавати внесок інших учасників. Реалізація цього механізму потребує ротації командних ролей, залучення кожного учасника до спільної роботи та недопущення дискримінації за рівнем фізичної підготовленості;
- рефлексивно-регулятивний характер діяльності, який сприяє усвідомленню підлітками власних емоцій, мотивів, рішень, виборів, способів поведінки тощо. Для цього можуть використовуватися обговорення, рефлексивні запитання, самооцінювання, взаємооцінювання, аналіз критичних епізодів і ведення щоденника особистих досягнень; важливою умовою є безпечна довірлива атмосфера.

Ефективність визначених механізмів забезпечується за дотримання сукупності педагогічних умов: систематичності спортивно-масової діяльності; її ціннісної спрямованості; добровільності й доступності участі; відповідності завдань віковим та індивідуальним можливостям підлітків; дотримання фізичної та психологічної безпеки.

Висновки. Спортивно-масова діяльність є ефективним засобом виховання морально-вольової стійкості старших підлітків, оскільки її змагальний, командний та емоційно насичений характер створює природні умови для подолання фізичних і психологічних труднощів, мобілізації вольових зусиль, здійснення морального вибору та відповідального прийняття рішень. Систематична участь у спортивних заходах сприяє вихованню наполегливості, витримки, дисциплінованості, самовладання, цілеспрямованості й відповідальності, формує здатність дотримуватися встановлених правил, гідно сприймати успіхи та невдачі, узгоджувати власні інтереси з інтересами команди, виявляти взаємоповагу й підтримку. Її виховний потенціал реалізується через цілеспрямовану педагогічну організацію, ціннісне спрямування змісту, поступове ускладнення завдань, створення ситуацій морального вибору та рефлексивного осмислення підлітками набутого досвіду.

Перспективи подальших досліджень можуть бути спрямовані на обґрунтування та розроблення методики виховання морально-вольової стійкості старших підлітків засобами спортивно-масової діяльності, а також визначення діагностичного інструментарію для оцінювання її результативності.

Література

1. Гедзюк Д. О. Сучасна практика проведення уроків фізичної культури в умовах Нової української школи // Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15. 2025. Вип. 8(195). С. 39-44. DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.08(195).08
2. Кравченко Т. П., Троценко Т. Ю., Базилевич Н. О. Гуманістична, духовно-моральна цінність фізичної культури, спорту і туризму та їх місце у сучасному суспільстві // Молодий вчений. 2019. № 4.1(68.1). С. 12-15.
3. Крайнюк О., Колчина О. Морально-вольові якості студентів-допризовників у процесі фізичного виховання. Спортивна наука України. 2014. № 6(64). С. 43-49.
4. Максименко С. Д., Невмержицький В. М. Морально-психологічна стійкість як умова конструктивної життєвої перспективи особистості // Актуальні проблеми психології : зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка. Екологічна психологія. 2018. Т. VII, вип. 46. С. 147-156.
5. Масол В. В. Виховання рішучості старшокласників у процесі занять фізичною культурою : дис. ... канд. пед. наук / Інститут проблем виховання НАПН України. Київ, 2023. 254 с.
6. Тимчик М. В. Фізичне виховання старших підлітків у процесі спортивних ігор у загальноосвітніх навчальних закладах // Сучасний виховний процес: сутність та інноваційний потенціал. Івано-Франківськ : НАІР, 2013. С. 437-440.
7. Хникін О., Каплинський В. Організаційно-педагогічні умови виховання морально-вольових якостей підлітків у процесі позашкільної роботи з фізичної культури // Наукові записки Вінницького державного педагогічного

університету імені Михайла Коцюбинського. Серія: Педагогіка і психологія. 2022. Вип. 70. С. 30-35. DOI: https://doi.org/10.31652/2415-7872-2022-70-30-35

8. Bessa, C., Hastie, P., Rosado, A., & Mesquita, I. Sport education and traditional teaching: Influence on students' empowerment and self-confidence in high school physical education classes. Sustainability. 2021. 13(2), 578. https://doi.org/10.3390/su13020578

9. Dewar G. Teaching self-control: Evidence-based tips. Parenting Science. 2023. URL: https://parentingscience.com/teaching-self-control/

10. Duckworth A. L., Milkman K. L., Laibson D. Beyond willpower: Strategies for reducing failures of self-control. Psychological Science in the Public Interest. 2018. Vol. 19. No. 3. P. 102-129. https://doi.org/10.1177/1529100618821893

11. Nataliia Liakhova, Oleksandr I. Orlov, Valeriia V. Masol, Liliia M. Rudenko, Mykola I. Lukjanchenko, Vasyl M. Maksymiak, Olha A. Atamas (2025). Preservation and restoration of students mental health during the war through the use of rationally organized motor activity. Acta Balneologica, 67 (4), 275-281. https://doi.org/10.36740/ABAL202504106

References

1. Hedziuk, D. O. (2025). Suchasna praktyka provedennia urokiv fizychnoi kultury v umovakh Novoi ukrainskoi shkoly [Modern practice of conducting physical education lessons in the New Ukrainian School]. Naukovyi chasopys Ukrainskoho derzhavnoho universytetu imeni Mykhaila Drahomanova. Seriia 15, (8(195)), 39-44. https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.08(195).08

2. Kravchenko, T. P., Trotsenko, T. Yu., & Bazylevych, N. O. (2019). Humanistychna, dukhovno-moralna tsinnist fizychnoi kultury, sportu i turyzmu ta yikh mistse u suchasnomu suspilstvi [Humanistic, spiritual and moral value of physical culture, sports and tourism and their place in modern society]. Molodyi vchenyi, (4.1(68.1)), 12-15.

3. Krainiuk, O., & Kolchyna, O. (2014). Moralno-volovi yakosti studentiv-dopryzovnykiv u protsesi fizychnoho vykhovannia [Moral and volitional qualities of pre-conscription students in the process of physical education]. Sportyvna nauka Ukrainy, (6(64)), 43-49.

4. Maksymenko, S. D., & Nevmerzhytskyi, V. M. (2018). Moralno-psykholohichna stiikist yak umova konstruktyvnoi zhyttievoi perspektyvy osobystosti [Moral and psychological resilience as a condition for a constructive life perspective of the individual]. Aktualni problemy psykholohii: Zbirnyk naukovykh prats Instytutu psykholohii imeni H. S. Kostiuka. Ekolohichna psykholohiia, 7(46), 147-156.

5. Masol, V. V. (2023). Vykhovannia rishuchosti starshoklasnykiv u protsesi zaniat fizychnoiu kulturoiu [Development of determination in high school students during physical education activities] [Candidate's dissertation, Institute of Problems on Education of the NAES of Ukraine].

6. Tymchyk, M. V. (2013). Fizychne vykhovannia starshykh pidlitkiv u protsesi sportyvnykh ihor u zahalnoosvitnikh navchalnykh zakladakh [Physical education of older adolescents through sports games in general education institutions]. In Suchasnyi vykhovnyi protses: Sutnist ta innovatsiinyi potentsial (pp. 437-440). NAIR.

7. Khnykin, O., & Kaplynskyi, V. (2022). Orhanizatsiino-pedahohichni umovy vykhovannia moralno-volovykh yakostei pidlitkiv u protsesi pozashkilnoi roboty z fizychnoi kultury [Organizational and pedagogical conditions for developing adolescents' moral and volitional qualities in extracurricular physical education]. Naukovi zapysky Vinnytskoho derzhavnoho pedahohichnoho universytetu imeni Mykhaila Kotsiubynskoho. Seriia: Pedahohika i psykholohiia, (70), 30-35. https://doi.org/10.31652/2415-7872-2022-70-30-35

8. Bessa, C., Hastie, P., Rosado, A., & Mesquita, I. (2021). Sport education and traditional teaching: Influence on students' empowerment and self-confidence in high school physical education classes. Sustainability, 13(2), Article 578. https://doi.org/10.3390/su13020578

9. Dewar, G. (2023). Teaching self-control: Evidence-based tips. Parenting Science. Retrieved July 22, 2026, from https://parentingscience.com/teaching-self-control/

10. Duckworth, A. L., Milkman, K. L., & Laibson, D. (2018). Beyond willpower: Strategies for reducing failures of self-control. Psychological Science in the Public Interest, 19(3), 102-129. https://doi.org/10.1177/1529100618821893

11. Nataliia Liakhova, Oleksandr I. Orlov, Valeriia V. Masol, Liliia M. Rudenko, Mykola I. Lukjanchenko, Vasyl M. Maksymiak, Olha A. Atamas (2025). Preservation and restoration of students mental health during the war through the use of rationally organized motor activity. Acta Balneologica, 67 (4), 275-281. https://doi.org/10.36740/ABAL202504106

Стаття надійшла до редакції / Received 15.07.2026
Прийнята до друку / Accepted 19.08.2026
Опубліковано / Published 26.08.2026