

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

КАФЕДРА СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ДИСЦИПЛИН

КУРСОВАЯ РАБОТА

Развитие решительности у обучающихся 13-14 лет на
уроках по физической культуре с использованием средств
баскетбола

БПО-23-ФК1-№ 137920.1693-с. 23. 000. КР

Студент

гр. БПО-23-ФК1



А.Е. Ладынская

Руководитель

Старший преподаватель



Г.В. Степанов

Владивосток 2026

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ВВГУ»)

ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА
Кафедра спортивно-педагогических дисциплин

ЗАДАНИЕ

на курсовую работу

Студенту группы БПО-23-ФК1

Ф.И.О. студента Ладынская Алиса Евгеньевна

Тема курсовой работы:

Развитие решительности у обучающихся 13-14 лет на уроках по физической культуре с использованием средств баскетбола

Вопросы, подлежащие разработке (исследованию):

1. Провести анализ литературных и информационных источников;
2. Спроектировать методическую разработку;
3. Внедрить методическую разработку для проверки ее результативности.

Основные источники информации, используемые для разработки темы:

1. Филипченко С.Н., Маторин Д.О. Особенности формирования волевых качеств у подростков в процессе занятий спортивными играми // Современные наукоемкие технологии. 2017. № 8. С. 111-115.

2. Астахова О. М. Активизация воспитательного компонента в учебном процессе // Вестник Белорусской государственной сельскохозяйственной академии. 2024. №2.

Срок представления работы 16 апреля 2026 г.

Дата выдачи задания 16 февраля 2026 г.

Студент Ладынская А.Е.

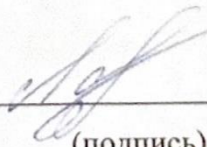
(Ф.И.О.)



(подпись)

Руководитель ВКР Степанов Г.В.

(Ф.И.О.)



(подпись)

ГРАФИК

подготовки и оформления курсовой работы

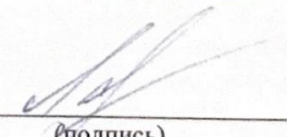
Студента Ладынская Алиса Евгеньевна
группы БПО-23-ФК1

Тема: Развитие решительности у обучающихся 13-14 лет на уроках по физической культуре с использованием средств баскетбола

№ п/п	Выполняемые работы и мероприятия	Срок выполнения	Отметка о выполнении
1	Выбор темы и согласование с руководителем	09.02.26	<i>выполнено</i>
2	Подбор первичного материала, его изучение и обработка. Составление актуального списка источников	09.02.26 – 16.02.26	<i>выполнено</i>
3	Разработка и представление руководителю одного из параграфов Первой главы	16.02.26 – 23.02.26	<i>выполнено</i>
4	Разработка и представление руководителю следующего параграфа Первой главы	23.02.26 – 02.03.26	<i>выполнено</i>
5	Разработка и представление руководителю заключительного параграфа Первой главы	02.03.26 – 09.03.26	<i>выполнено</i>
6	Написание Заключения по Первой главе Составление списка литературы	09.03.26 – 16.03.26	<i>выполнено</i>
7	Разработка презентации и доклада Получение справки на наличие заимствований и отзыва научного руководителя	16.03.26 – 30.03.26	<i>выполнено</i>
8	Защита Курсовой работы	30.03.26 – 16.04.26	<i>выполнено</i>

Студент Ладынская А.Е.
(Ф.И.О.)

Руководитель ВКР Степанов Г.В.
(Ф.И.О.)


(подпись)


(подпись)

Содержание

Введение.....	6
Глава 1 Теоретические основы исследования возможностей использования средств баскетбола для развития решительности у обучающихся 13-14 лет на уроках физической культуры.....	9
1.1 Понятие и сущность решительности как волевого качества личности.....	9
1.2 Методические аспекты использования средств баскетбола для развития решительности у подростков 13-14 лет.....	11
1.3 Психофизиологические особенности обучающихся 13-14 лет.....	13
Заключение.....	17
Список использованных источников.....	19

Введение

Актуальность исследования. Современное общество требует от подростков развития волевых качеств, поскольку они играют ключевую роль в успешной адаптации к условиям быстроменяющегося мира. Волевые качества представляют собой устойчивые психологические свойства личности, проявляющиеся в способности преодолевать трудности, целенаправленно достигать поставленных целей и контролировать эмоциональные реакции. В качестве динамичного командного и ситуативно изменчивого командного вида спорта, баскетбол обладает значительным потенциалом для формирования таких характеристик, как настойчивость, самодисциплина и воля к победе. Специфика баскетбола, требующая мгновенного анализа обстановки и принятия оптимального тактического решения в условиях дефицита времени и пространства, создает идеальную естественную модель для тренировки волевых качеств, в частности решительности. Особенно важно внедрение этого вида спорта в воспитательный процесс образовательных учреждений, ориентированный на подростков в возрасте 13–14 лет, в период активного психологического и физиологического развития.

Проблема исследования: недостаточная эффективность существующих методов формирования волевых качеств у подростков в рамках школьной и дополнительной образовательной деятельности. Не хватает системных исследований, показывающих роль баскетбола в укреплении психофизиологических аспектов личности, в частности — волевых качеств у подростков 13-14 лет.

Объект исследования: является физическое воспитание старших школьников.

Предмет исследования: содержание занятий баскетболом и его элементов, как средство формирования волевых качеств у обучающихся 13-14 лет.

Цель исследования: обосновать содержание использования баскетбола и его элементов, как средства психофизического развития волевых качеств у обучающихся в возрасте 13-14 лет, способствующую их личностному и физическому росту.

Гипотеза исследования: предполагается, что систематическое включение специфических средств баскетбола (тактических упражнений, модельных игровых ситуаций, заданий на выбор и реализацию решений в условиях дефицита времени) в структуру уроков физической культуры повысит уровень сформированности решительности у обучающихся 13-14 лет.

С учетом выдвинутой цели и гипотезы были сформулированы **следующие задачи исследования:**

1. Провести анализ литературных и информационных источников по данной проблеме.
2. Определить уровень формирования волевых качеств путем анкетирования и разработать содержание занятия с использованием баскетбола и его элементов;
3. Внедрить и определить результативность разработанных занятий посредством анкетирования.

Методы исследования:

1. Анализ литературных источников.
2. Анкетирование.
3. Методы математической статистики.

Методическая новизна: собранный и проанализированный материал может стать основой методической разработки, направленное на эффективное развитие волевых качеств у обучающихся 13-14 лет. Так же решительность рассматривается не как изолированное качество, а как интегрированный результат взаимодействия когнитивной, эмоциональной и двигательной сфер, формируемый в специфических условиях баскетбольной игровой деятельности на уроках физической культуры.

Практическая значимость исследования состоит в возможности применения собранного материала для подготовки выпускной квалификационной работы.

Организация исследования.

Работа проводилась в три этапа.

На первом этапе осуществлялось изучение отечественной литературы по исследуемой проблеме; происходил сбор эмпирического материала о состоянии проблемы формирования решительности у обучающихся 13-14 лет и влияние баскетбола на развитие волевых качеств; конкретизировались объект и предмет исследования, формировались его методологические и концептуальные основания.

На втором этапе будут разработаны урочные занятия с использованием средств баскетбола для развития волевых качеств, в том числе решительности, обучающихся 13-14 лет.

На третьем этапе будет осуществлено внедрение разработанных урочных занятий, направленных на развитие волевых качеств, в том числе решительности, у обучающихся 13-14 лет.

Также будет оформлена текстовая и презентационная часть выпускной квалификационной работы.

Апробация и внедрение в практику результатов будет осуществляться в процессе работы с обучающимися 13-14 лет в условиях МБОУ СОШ №2.

Структура и объем работы. Работа включает введение, три раздела, заключение, список использованных источников.

1 Теоретические основы исследования возможностей использования средств баскетбола для развития решительности у обучающихся 13-14 лет на уроках физической культуры

1.1 Понятие и сущность решительности как волевого качества личности

Решительность традиционно рассматривается в психологии и педагогике как сложное волевое качество, проявляющееся в способности личности своевременно принимать обоснованные решения в условиях неопределенности, преодолевать внутреннее колебания и немедленно переходить к их практической реализации [1]. В структуре волевой сферы решительность неразрывно связана с целеустремленностью, выдержкой, смелостью и самоконтролем. Как отмечают исследователи, волевые качества не являются врожденными, они формируются в процессе преодоления объективных и субъективных трудностей, требующих мобилизации внутренних ресурсов [2], [3]. Особую роль в становлении решительности играет учебная и игровая деятельность, где ребенок регулярно сталкивается с необходимостью выбора стратегии действий.

В современной педагогике решительность характеризуется не как импульсивность или поспешность, а как результат взвешенного, но быстрого анализа ситуации, готовность принять ответственность за последствия и отсутствие прокрастинации в критических моментах [4]. Для подростков 13-14 лет это смысловое различие имеет принципиальное значение. Если импульсивность является неконтролируемой эмоциональной реакцией на внешний раздражитель, часто ведущей к тактическим ошибкам, то истинная решительность базируется на оперативном мышлении и уже сформированных двигательных стереотипах. В этом возрасте подросток учится за доли секунды оценивать расстановку сил, прогнозировать развитие событий и выбирать оптимальную стратегию. Формирование данного качества требует создания педагогических условий, стимулирующих самостоятельность мышления и действий. К таким условиям относится постепенный отказ от жестких директивных указаний со стороны учителя в пользу предоставления обучающимся права самостоятельного выбора тактических вариантов. Уроки физической культуры, в отличие от академических дисциплин, предоставляют уникальную возможность моделировать ситуации, где задержка в принятии решения напрямую влияет на результат действия, что естественным образом тренирует волевой механизм [5]. В условиях урока физической культуры, в частности обучающей игры в баскетбол, у ученика нет времени обдумать ответ, решение нужно принимать быстро, в зависимости от хода и

изменчивости игры. Психологические исследования подчеркивают, что решительность тесно коррелирует уровнем интернальности и волевого самоконтроля.

Подростки с высокой интернальностью чаще демонстрируют готовность брать ответственность на себя и действовать уверенно. Тогда как экстернальная позиция склоняет к тому, что успех или неудача приписываются внешним обстоятельствам, везению или действиям других людей. В таком случае школьник склонен к нерешительности, пассивности и постоянному ожиданию внешнего руководства или прямой подсказке учителя [6]. Воспитание решительности должно опираться на принцип постепенного усложнения требований, где каждое последующее задание требует более быстрого и точного выбора в условиях меняющихся обстоятельств. В методике обучения баскетболу это реализуется через поэтапное введение ограничивающих факторов. На начальном этапе обучающиеся отрабатывают технические элементы в статичных или заранее задуманных условиях, где время на принятие решения не лимитировано. По мере закрепления двигательного навыка педагог вводит элементы пассивного, а затем и активного сопротивления, ограничивает время на выполнение действия или сужает игровое пространство. Такой подход помещает подростка в условия, где необходимо принимать решение в условиях нарастающего дефицита времени, что способствует не только совершенствованию моторных реакций, но и развитию оперативного мышления, периферического зрения и способности к антиципации, то есть предвосхищению действий соперника. При этом важно избегать искусственного создания стрессовых ситуаций, заменяя их на педагогические выверенные задачи с четко обозначенными критериями успеха [7], [8]. Педагогу необходимо формулировать задания и давать обратную связь так, чтобы главным показателем эффективности выступал факт своевременного, смелого и обоснованного решения, а не исключительно его конечный результат. Такой методический прием снижает значимость ошибки, формирует у подростка устойчивую внутреннюю готовность к самостоятельным действиям и переводит процесс принятия решений из сферы страха в сферу осознанной инициативы.

Таким образом, решительность представляет собой не изолированный психологический феномен, а сложное интегративное волевое качество личности, формирующееся на стыке когнитивных, эмоциональных и двигательных сфер. Оно формируется в процессе систематического преодоления ситуативных трудностей. В контексте школьного возраста, особенно в период подросткового становления, такими трудностями часто выступают страх публичной ошибки, давление со стороны сверстников или необходимость действовать в дефиците времени или пространства.

Развитие решительности в подростковом возрасте требует педагогического сопровождения, направленного на укрепление уверенности в собственных силах, формирование навыков оперативного анализа и готовности к самостоятельному выбору тактики действий. Педагог выступает не только как инструктор, но и как наставник, формирующий у обучающихся навык оперативного анализа меняющейся обстановки. Главная задача педагога заключается в воспитании внутренней готовности учащихся к самостоятельному, ответственному выбору тактики действий, даже в условиях неопределенности. Именно такой комплексный подход позволяет трансформировать абстрактное понятие воли в устойчивую личностную характеристику, которая в дальнейшем будет сопровождать обучающихся не только в условиях спортивной деятельности, но и в повседневной учебной и социальной жизни.

1.2 Методические аспекты использования средств баскетбола для развития решительности у подростков 13-14 лет

Баскетбол занимает особое место среди спортивных игр благодаря высокой динамичности, непрерывной смене игровых ситуаций и необходимости мгновенной координации двигательных и когнитивных процессов. В отличие от циклических видов спорта, баскетбольный матч представляет собой череду нестандартных задач, где каждый участник должен постоянно оценивать пространство, расположение партнеров и соперников, а также прогнозировать траекторию движения мяча. Исследования подтверждают, что занятия баскетболом оказывают комплексное влияние на нравственное, волевое и физическое развитие школьников, формируя устойчивость к стрессу и способность быстро адаптироваться к изменяющимся условиям [9], [10]. В контексте уроков физической культуры средства баскетбола (технические приёмы, тактические комбинации, ситуационные задания) выступают эффективным инструментом развития решительности.

Ключевым методическим аспектом является моделирование игровых ситуаций, требующих принятия решения в условиях дефицита времени и пространства. Например, упражнения на быстрый выбор направления передачи, решение «атаковать или отступить» при прессинге или выбор способа завершения атаки в зависимости от действий защитника напрямую тренируют механизм решительности [11], [12]. Одним из ключевых методических аспектов является моделирование игровых ситуаций, требующих принятия решения в условиях дефицита времени и пространства. На практике это реализуемо с использованием таких упражнений или учебных игр, где ограничено число участников, таких как «два против одного» или «три против двух» в условиях быстрого прорыва. В

таких упражнениях ученик вынужден сделать выбор за доли секунды. Педагогическая ценность таких заданий заключается в том, что они исключают возможность длительного обдумывания, заставляя обучающегося опираться на интуицию, ранее сформированные двигательные навыки и мгновенную оценку обстановки [13]. При этом важно подчеркнуть, что на уроках физической культуры акцент делается не столько на абсолютной тактической безошибочности, сколько на самом факте своевременного и уверенного принятия решения.

Современные методические подходы рекомендуют использовать дифференцированные задания, где сложность выбора постепенно увеличивается. На начальном этапе решительность тренируется в упрощенных условиях (например, передача мяча в свободную зону с двумя вариантами выбора), затем добавляют элементы сопротивления, ограничения по времени и меняющиеся роли в команде. Важным условием является создание ситуации успеха; педагог должен фиксировать не только результат действия, но и сам факт своевременного принятия решения, даже если оно привело к технической ошибке. Это снижает страх перед ошибкой, который является основным барьером для проявления решительности [4], [14].

Подвижные и ситуативные игры на основе баскетбола способствуют активизации воспитательного компонента урока, переводя абстрактные понятия «смелость», «ответственность», «решительность» в плоскость реальных действий [15], [16]. В отличие от стандартных и повторяющихся упражнений, где алгоритм движения известен заранее, игровая ситуация постоянно генерирует новые, нестандартные вызовы. Именно в такие моменты происходит тренировка воли: ученик обучается не бояться ошибки, понимая, что в командной игре ответственность распределена, а неудача является лишь поводом для последующего конструктивного анализа, а не для личного осуждения. Тренерские и педагогические методики подчеркивают, что для развития решительности необходимо минимизировать директивные указания во время игры, предоставляя капитанам или звеньям возможность самостоятельно выстраивать тактику, корректировать ошибки и нести ответственность за коллективный результат [17], [18]. Вместо этого педагогу рекомендуется вступить в роль модератора. Для подростков 13-14 лет, чья ведущая потребность заключается в самоутверждении и признании со стороны сверстников, такая степень доверия педагога становится мощнейшим мотивационным фактором, стимулирующим проявление лидерских качеств.

Таким образом, можно с уверенностью утверждать, что методический потенциал средств баскетбола для развития решительности у подростков 13-14 лет высок. Однако

полная реализация этого потенциала возможна исключительно при условии целенаправленного отбора упражнений, моделирующих ситуации выбора и педагогического сопровождения, направленного на снижение тревожности и поощрение самостоятельности в принятии решений. В результате такого комплексного подхода навыки быстрого, обоснованного и ответственного выбора, успешно транслируются в повседневную жизнь и способствуют гармоничному развитию личности подростка.

1.3 Психофизиологические особенности обучающихся 13-14 лет

Возраст 13-14 лет соответствует периоду среднего подросткового возраста, который характеризуется интенсивными психофизиологическими перестройками, определяющими специфику формирования волевых качеств. В этот период наблюдается «пубертатный скачок роста», где скелетная мускулатура развивается быстрее, чем сердечно-сосудистая и нервная системы. Это может приводить к временному ухудшению координации движений, «подростковой неуклюжести». Однако именно преодоление этих временных трудностей на уроках физической культуры становится мощным стимулом для развития воли и настойчивости. В этот период происходит активное созревание структур центральной нервной системы, однако процессы возбуждения часто преобладают над процессами торможения. Данный физиологический дисбаланс объясняет повышенную лабильность, импульсивность реакций и определённую склонность к неоправданному риску [19], [20].

В контексте занятий баскетболом это может проявляться в поспешных действиях, таких как необдуманный бросок по кольцу или игнорирование тактических установок. Тем не менее, при грамотном педагогическом управлении, эта же особенность становится ценным ресурсом: высокая лабильность нервных процессов позволяет подросткам быстро переключать внимание и мгновенно реагировать на динамично меняющуюся игровую обстановку, что является естественным фундаментом для тренировки механизма решительности. Одновременно с физиологическими изменениями активно развивается абстрактно-логическое мышление, способность к рефлексии и формированию дифференцированной самооценки, что создает благоприятную основу для формирования волевых качеств, включая решительность [21], [1]. Подросток уже способен не просто механически выполнять двигательное действие, но и анализировать причины своих ошибок, прогнозировать действия соперника и выстраивать простейшую игровую стратегию.

Важно отметить, что в возрасте 13-14 лет ведущей потребностью становится признание со стороны сверстников. Мнение команды и статус часто имеют для подростка большее значение, чем оценка учителя. Поэтому ситуации, требующие проявления решительности должны создаваться педагогом так, чтобы возможная ошибка воспринималась коллективом не как повод для критики, а как естественный этап обучения. Поддержка со стороны педагога и одноклассников помогает трансформировать естественную подростковую импульсивность в конструктивную, обоснованную решительность, необходимую как для успешной игровой деятельности, так и для гармоничного личностного роста.

Подростки 13-14 лет стремятся к самостоятельности и признания со стороны сверстников, их самооценка становится более дифференцированной, но одновременно более уязвимой к внешней оценке [22]. В групповой деятельности, такой как баскетбол на уроках физической культуры, значимость мнения команды часто превышает значимость указания учителя. Это требует от педагога умения выстраивать доверительные отношения, где ошибка воспринимается как часть учебного процесса, а не как повод для критики [23], [24]. Нерешительность в этом возрасте часто маскируется под безразличие или агрессивность, что связано с защитными механизмами психики при страхе показаться некомпетентным в глазах сверстников [8].

Физиологические изменения, включая неравномерное развитие опорно-двигательного аппарата и вегетативной нервной системы, могут вызывать быструю утомляемость, что косвенно снижает волевую выносливость и способность к длительной концентрации [20]. Однако именно спортивные игры с переменной нагрузкой, такие как баскетбол, способствуют гармонизации нервной регуляции, повышают устойчивость к стрессу и укрепляют механизмы саморегуляции [25]. Игровая среда предоставляет подростку возможность проиграть социальные роли лидера, исполнителя, стратега, что способствует формированию внутренней уверенности и готовности к самостоятельным действиям [11], [18].

Педагогический процесс должен учитывать, что в 13-14 лет мотивация к деятельности смешается с внешней (оценка учителя) на внутреннюю (личностный рост, принадлежность к группе, самоутверждение). Развитие решительности в этот период будет эффективным только при условии, что задания воспринимаются подростками как значимые, соответствующие их потребностям в самостоятельности и признании [17], [26]. Учет возрастных особенностей позволяет трансформировать естественную подростковую

импульсивность в конструктивную решительность, направляя энергию в русло целенаправленных действий в рамках правил спортивной игры. Таким образом, психофизические качества обучающихся 13-14 лет носят противоречивый, но высоко-ресурсный характер. С одной стороны неравномерное развитие организма и эмоциональная лабильность, быструю утомляемость и страх совершить ошибку. С другой стороны, активное развитие абстрактно-логического мышления, рефлексии и стремления к самостоятельности создают благоприятную почву для целенаправленного воспитания волевых качеств. Успех этого процесса напрямую зависит от педагога: должен смещаться фокус с внешней оценки на внутреннюю мотивацию, через создание на занятии атмосферы доверия. Учащиеся должны понимать, что имеют право на тактический выбор и право на ошибку, что и становится основой для формирования уверенной, ответственной и социально адаптированной личности.

Резюмируя первую главу и параграфы к ней:

1. Выявив сущность решительности как волевого качества, установлено, что она представляет собой способность своевременного принимать обоснованные решения в условиях неопределенности, преодолевать внутренние колебания и действовать целенаправленно. Данное качество неразрывно связано с развитием когнитивной и эмоциональной сфер, а также с такими чертами характера, как смелость и самоконтроль. Успешное развитие решительности зависит от педагогических условий. К ним относятся формирование атмосферы психологической безопасности, снижение страха совершить ошибку, а также систематическое стимулирование самостоятельности мышления и действия обучающегося через предоставление ему права на тактический выбор в учебной игре.

2. Изучив методический потенциал средств баскетбола, определено, что они обладают высоким воспитательным потенциалом благодаря динамичности, необходимости быстрого выбора тактики и моделированию реальных ситуаций принятия решений. В отличие от стандартных циклических упражнений, баскетбол естественным образом моделирует реальные ситуации, где промедление или нерешительность ведут к потере инициативы. Систематическое включение ситуационных заданий и дифференцированных упражнений на уроках физической культуры создает оптимальную среду для тренировки механизма решительности. При грамотном методическом сопровождении, когда педагог поощряет сам факт своевременного принятия решения, у обучающихся постепенно снижается страх перед ошибкой. Это позволяет перенести процесс выбора из сферы

длительного сознательного анализа в сферу автоматизированных, интуитивно обоснованных действий, что и является сутью формирования решительности. 3.

Проанализировав психофизические особенности обучающихся 13-14 лет, выявлено, что данный возрастной период является сенситивным для формирования характера и волевой сферы, так как именно в этом возрасте закладываются основы самостоятельности и личной ответственности. Он характеризуется активным созреванием структур центральной нервной системы, при котором процессы возбуждения часто временно преобладают над процессами торможения. Это объясняет естественную эмоциональную лабильность и импульсивность реакций. Однако именно эти физиологические предпосылки, при грамотном педагогическом управлении, становятся ценным ресурсом. Высокая лабильность нервных процессов позволяет подросткам мгновенно переключать внимание и оперативно реагировать на быстро меняющуюся обстановку. Задача педагога заключается в том, чтобы направить этот поток в конструктивное русло, трансформируя стихийную импульсивность в осознанную решительность через создание ситуаций успеха, снижение страха ошибки и постепенное усложнение задач.

Заключение

В ходе выполнения курсовой работы была достигнута поставленная цель: обосновано содержание использования баскетбола и его элементов как средства психофизического развития волевых качеств, в частности решительности, у обучающихся в возрасте 13–14 лет, способствующего их личностному и физическому росту.

Для достижения цели были последовательно решены все поставленные задачи исследования, что позволяет сформулировать следующие основные выводы:

1. На основе анализа литературных и информационных источников установлено, что решительность является сложным интегративным волевым качеством. Она проявляется в способности личности своевременно принимать обоснованные решения в условиях неопределенности, преодолевать внутренние колебания и немедленно переходить к их практической реализации. Выявлено, что уроки физической культуры, в отличие от академических дисциплин, создают уникальную педагогическую среду, где задержка в принятии решения напрямую влияет на результат действия, что естественным образом тренирует волевой механизм.

2. Изучение психофизиологических особенностей подростков 13–14 лет показало, что данный возраст характеризуется активным созреванием центральной нервной системы, развитием абстрактно-логического мышления и рефлексии, стремлением к самостоятельности и высокой чувствительностью к оценке сверстников. В этот период естественная подростковая импульсивность и эмоциональная лабильность могут быть успешно трансформированы в конструктивную решительность при условии гибкого педагогического подхода, ориентированного на внутреннюю мотивацию и доверие.

3. Определено, что баскетбол обладает высоким методическим потенциалом для развития решительности благодаря своей высокой динамичности, непрерывной смене игровых ситуаций и необходимости мгновенной координации двигательных и когнитивных процессов. Ключевым аспектом является моделирование игровых ситуаций, требующих принятия решения в условиях дефицита времени и пространства (например, выбор направления передачи или способа завершения атаки). Систематическое включение таких ситуационных заданий и дифференцированных упражнений создает оптимальную среду для тренировки механизма решительности.

Методическая новизна работы заключается в рассмотрении решительности не как изолированного психологического качества, а как интегрированного результата

взаимодействия когнитивной, эмоциональной и двигательной сфер, формируемого в специфических условиях баскетбольной игровой деятельности.

Таким образом, учет возрастных психофизиологических закономерностей в сочетании с грамотным и целенаправленным использованием средств баскетбола позволяет не только улучшить физические показатели школьников, но и сформировать устойчивые волевые качества, необходимые для их успешной личностной адаптации, социальной самореализации и преодоления трудностей в дальнейшей жизни.

Список использованных источников

1. Выготский Лев Семёнович Психология развития ребенка URL: <https://ds232.centerstart.ru/sites/ds232.centerstart.ru/files/archive/Выготский%20Л.С.%20Психология%20развития%20ребенка.pdf>

2. Филиппченко С.Н., Маторин Д.О. ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ У ПОДРОСТКОВ В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ СПОРТИВНЫМИ ИГРАМИ // URL: <https://top-technologies.ru/ru/article/view?id=36789> Современные наукоемкие технологии. 2017. № 8. С. 111-115

3. Татьяна Михайловна Беспалова, Алена Владимировна Рыбалко ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ПОДРОСТКОВ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ АГРЕССИВНОСТИ // Прикладная юридическая психология. 2024. №2 (67). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/otvetstvennost-podrostkov-s-raznym-urovнем-agressivnosti>

4. Семён Фёдорович Ануфриев, Светлана Ивановна Поздеева Методика воспитания морально-волевых качеств у детей и подростков средствами спортивной деятельности // Ped.Rev.. 2025. №1 (59). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/metodika-vospitaniya-moralno-volevyh-kachestv-u-detey-i-podrostkov-sredstvami-sportivnoy-deyatelnosti> (дата обращения: 05.06.2026). Мешкова И.В., Коноплева О.С., Останина А.А. Исследование ценностей здоровья и спорта у обучающихся подросткового возраста. – 2024

5. Джанашиа Арсений Зурабович ИНТЕРНАЛЬНОСТЬ И ВОЛЕВОЙ САМОКОНТРОЛЬ СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ ВОВЛЕЧЕННОСТИ В САМОВОСПИТАНИЕ // Вестник Могилевского государственного университета имени А. А. Кулешова. Серия С. 2026. №1 (67). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/internalnost-i-volevoy-samokontrol-starshih-podrostkov-s-raznym-urovнем-vovlechenosti-v-samovospitanie>

6. Чердынцева Е.А. Баскетбол как эффективное средство физического развития подростков. URL: <https://multiurok.ru/files/basketbol-kak-effektivnoe-sredstvo-fizicheskogo-razvitiya.html>

7. Нигамедьянова Н.З. Формирование волевых качеств у подростков 12-14 лет через игру баскетбол. URL: <https://elibrary.ru/tgcqvz>

8. Ашурова Е. П. БАСКЕТБОЛ И ЕГО ВЛИЯНИЕ НА ФИЗИЧЕСКОЕ И НРАВСТВЕННОЕ ВОСПИТАНИЕ ПОДРОСТКОВ // Вестник науки. 2023. №6 (63). URL:

<https://cyberleninka.ru/article/n/basketbol-i-ego-vliyanie-na-fizicheskoe-i-nravstvennoe-voospitanie-podrostkov>

9. Филиппченко С.Н., Маторин Д.О. ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ У ПОДРОСТКОВ В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ СПОРТИВНЫМИ ИГРАМИ // Современные наукоемкие технологии. 2017. № 8. С. 111-115; URL: <https://top-technologies.ru/ru/article/view?id=36789> Михайлова С.С. Развитие волевого потенциала у юных баскетболистов

10. Анжиганова В. Н. Современное использование подвижных игр на уроках физической культуры // Обучение и воспитание: методики и практика. 2013. №8. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennoe-ispolzovanie-podvizhnyh-igr-na-urokah-fizicheskoy-kultury>

11. Алексеева Елена Николаевна, Кецеров Георгий Анатольевич Подвижные игры как средство повышения эффективности уроков физической культуры // Наука и образование сегодня. 2019. №12 (47). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/podvizhnye-igry-kak-sredstvo-povysheniya-effektivnosti-urokov-fizicheskoy-kultury>

12. О. М. Астахова АКТИВИЗАЦИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНОГО КОМПОНЕНТА В УЧЕБНОМ ПРОЦЕССЕ // Вестник Белорусской государственной сельскохозяйственной академии. 2024. №2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/aktivizatsiya-voospitatelnogo-komponenta-v-uchebnom-protsesse>

13. Гребнев Станислав Андреевич, Орешкин Даниил Константинович НАПРАВЛЕННОЕ ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ // Вестник науки и творчества. 2025. №6 (106). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/napravlennoe-formirovanie-lichnosti-detey-srednego-shkolnogo-vozrasta-v-protsesse-fizicheskogo-vozpitaniya>

14. Ишина Н.А. Баскетбол-фактор, повышающий физическое развитие, формирование характера и социализацию. – 2025. URL: <https://solncesvet.ru/opublikovannyye-materialyi/basketbol-faktor-povyshayushchiy-fiziche.20145565271/>

15. Прокудин А. М., Гарифулина К. Р., Стельмашенко А. В. ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ НА СОСТОЯНИЕ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ //

Парадигма.2025. №10-2 URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-fizicheskikh-uprazhneniy-na-sostoyanie-nervnoy-sistemy>

16. Чуракова В.Г. Подростковый возраст в свете разных концепций. URL: <https://elibrary.ru/pmkyzn>

17. Катерина, Анна Андреевна. Психология подросткового возраста [Текст] : учебное пособие / А. А. Катерина ; М-во образования и науки Российской Федерации, Орский гуманитарно-технологический ин-т (филиал) Федерального гос. бюджетного образовательного учреждения высш. проф. образования "Оренбургский гос. ун-т". — Орск : Изд-во Орского гуманитарно-технологического ин-та, 2015. — 159 с. : табл. : 21 см.; ISBN 978-5-8424-0770-5

18. Татьяна Михайловна Беспалова, Алена Владимировна Рыбалко ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ПОДРОСТКОВ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ АГРЕССИВНОСТИ // Прикладная юридическая психология. 2024. №2 (67). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/otvetstvennost-podrostkov-s-raznym-urovнем-agressivnosti>

19. Жулина Ю. О., Пренас Н. Н., Запрометова С. А. Влияние ценностных ориентаций личности на восприятие видов спорта // Миссия конфессий. 2024. №74. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-tsennostnyh-orientatsiy-lichnosti-na-voSPIriatie-vidov-sporta>

20. Мешкова Ирина Владимировна, Коноплева Оксана Сергеевна, Останина Александра Алексеевна ИССЛЕДОВАНИЕ ЦЕННОСТЕЙ ЗДОРОВЬЯ И СПОРТА У ОБУЧАЮЩИХСЯ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА // Проблемы современного педагогического образования. 2024. №84-2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-tsennostey-zdorovya-i-sporta-u-obuchayuschih-sya-podrostkovogo-vozrasta>

21. Лахтин Артем Юрьевич, Саруханян Екатерина Оганесовна Педагогические условия формирования профессионально значимых качеств средствами физической культуры // Физическое воспитание и студенческий спорт. 2026. №1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/pedagogicheskie-usloviya-formirovaniya-professionalno-znachimyh-kachestv-sredstvami-fizicheskoy-kultury>

22. Мария Вячеславовна Пасикова КАТЕГОРИИ И ПОНЯТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СВЕТЕ ИЗМЕНЕНИЙ СОВРЕМЕННОГО ОБЩЕСТВА // Вестник ТИУиЭ.

2025. №1 (45). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/kategorii-i-ponyatiya-fizicheskoy-kultury-v-svete-izmeneniy-sovremennogo-obschestva>

23. Кормилицын Юрий Васильевич, Кузьмина Марина Евгеньевна
ФОРМИРОВАНИЕ ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ СТУДЕНТОВ ЧЕРЕЗ СПЕЦИАЛЬНЫЕ
ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ // Вестник науки и образования. 2025. №11 (166)-2. URL:
<https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-volevyh-kachestv-studentov-cherez-spetsialnye-fizicheskie-uprazhneniya>

24. Силиверстова Екатерина Владимировна Развитие воли и самоконтроля у подростков. URL: <https://www.b17.ru/article/131721/>

25. Ганыч Степан Альбертович Развитие волевых качеств на уроках физической культуры у юношей 13-14 лет. – 2017. URL: <https://elib.kspu.ru/document/25>

26. Геннадий Борисович Кондраков, Разамбек Русланович Пихаев, Наурбек Магомеднабиевич Нуцалов, Эмир Русланович Цицкиев Роль спорта в формировании личности и развитии характера на примере спортсменов в военное время // Управление образованием: теория и практика. 2024. №3-2 (79). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/rol-sporta-v-formirovanii-lichnosti-i-razvitii-haraktera-na-primere-sportsmenov-v-voennoe-vremya/>