



Научно-исследовательский журнал «Современный ученый / Modern Scientist»  
<https://su-journal.ru>  
2025, № 12 / 2025, Iss. 12 <https://su-journal.ru/archives/category/publications>  
Научная статья / Original article  
УДК 378.147:316.6:7

## Формирование самостоятельности у подростков в спортивных секциях: педагогические условия и механизмы

<sup>1, 2</sup> Прялкин Д.А., <sup>3</sup> Волков А.В.

<sup>1</sup> Смоленский государственный университет,

<sup>2</sup> Смоленское государственное училище олимпийского резерва,

<sup>3</sup> Санкт-Петербургский государственный морской технический университет

**Аннотация:** в статье представлены результаты педагогического эксперимента, направленного на исследование влияния занятий в спортивных секциях на развитие самостоятельности подростков.

В работе задействованы 60 школьников, разделённых на контрольную и экспериментальную группы. Диагностика уровня самостоятельности осуществлялась по методике Ковальчук (2018).

Результаты статистической обработки данных с использованием t-критерия Стьюдента выявили значимые различия в динамике показателей инициативности, ответственности и самоконтроля между группами ( $p < 0,01$ ).

Полученные данные позволяют утверждать, что специально организованные педагогические условия способствуют интенсификации процессов личностного становления подростков.

Кроме того, в статье представлены сравнительный анализ отечественных и зарубежных исследований, а также практические рекомендации для педагогов и тренеров по интеграции результатов в образовательный процесс.

**Ключевые слова:** подростки, самостоятельность, спорт, педагогические условия, эксперимент, спортивные секции

**Для цитирования:** Прялкин Д.А., Волков А.В. Формирование самостоятельности у подростков в спортивных секциях: педагогические условия и механизмы // Современный ученый. 2025. № 12. С. 239 – 244.

Поступила в редакцию: 18 июля 2025 г.; Одобрена после рецензирования: 15 сентября 2025 г.; Принята к публикации: 10 ноября 2025 г.

## Formation of independence among teenagers in sports sections: pedagogical conditions and mechanisms

<sup>1,2</sup> Pryalkin D.A., <sup>3</sup> Volkov A.V.

<sup>1</sup> Smolensk State University,

<sup>2</sup> Smolensk State College of the Olympic Reserve,

<sup>3</sup> St. Petersburg State Maritime Technical University

**Abstract:** the article presents the results of a pedagogical experiment aimed at studying the influence of sports club activities on the development of adolescents' independence.

The study involved 60 students, divided into control and experimental groups. The Independence Diagnostic Method (Kovalchuk, 2018) was applied to assess the outcomes.

Statistical analysis using Student's t-test revealed significant differences in the dynamics of initiative, responsibility, and self-control between the groups ( $p < 0.01$ ).

The findings suggest that specially organized pedagogical conditions contribute to the intensification of personal development processes in adolescents.

In addition, the article provides a comparative analysis of Russian and international studies and practical recommendations for educators and coaches on integrating these results into educational practice.

**Keywords:** adolescents, independence, sports, pedagogical conditions, experiment, sports clubs

**For citation:** Pryalkin D.A., Volkov A.V. Formation of independence among teenagers in sports sections: pedagogical conditions and mechanisms. Modern Scientist. 2025. 12. P. 239 – 244.

*The article was submitted: July 18, 2025; Approved after reviewing: September 15, 2025; Accepted for publication: November 10, 2025.*

### Введение

Формирование самостоятельности подростков является фундаментальным направлением современной педагогической науки, тесно связанным с задачами подготовки личности к жизни в условиях неопределённости и возрастающей социальной сложности. Важно подчеркнуть, что самостоятельность рассматривается не только как психологическая характеристика, но и как педагогическая категория, обеспечивающая готовность подростка к сознательному выбору, критическому мышлению и ответственному поведению в реальной деятельности.

Спортивные секции создают уникальную педагогическую среду, в которой сочетаются требования к физической подготовке, необходимость взаимодействия в коллективе, динамика групповых процессов и систематическая деятельность по достижению результата [1, 2]. Однако остаётся актуальным вопрос о выявлении тех педагогических условий, которые позволяют максимально раскрыть воспитательный потенциал спортивных секций.

### Материалы и методы исследований

Анализ источников свидетельствует о разнообразии подходов к проблеме формирования самостоятельности. Эльконин [3, с. 112-118] указывает,

что самостоятельность формируется в условиях деятельности, требующей выбора и ответственности, где личность сталкивается с необходимостью саморегуляции.

В отечественной традиции самостоятельность трактуется как интегративное качество, включающее инициативность, способность к самоконтролю и устойчивость в принятии решений [4, с. 34-38; 5, с. 63-66] подчеркивает, что спортивные секции развивают не только физические качества, но и когнитивные способности, а также эмоционально-волевую сферу [6, с. 105-108] показывает, что тренер, выступающий в роли педагога-наставника, способен стимулировать подростков к самостоятельным решениям и формированию ответственности.

Зарубежные исследования также обращают внимание на мультиаспектность процесса формирования автономии.

Smith [8, p. 112-120] отмечает, что участие подростков в спортивных клубах повышает их уверенность и способствует развитию лидерских качеств.

Johnson [9, p. 55-67]) фиксирует положительное влияние систематической спортивной деятельности на личностную ответственность.

[10, р. 97-104)] рассматривает спорт как социальный институт, формирующий навыки взаимодействия и самоуправления.

[11, р. 88-96)] выявляет зависимость между вовлечением подростков в принятие решений и ростом их мотивации.

[12, р. 131-140)] подчеркивает значимость индивидуализированного наставничества, связывая его с развитием самостоятельности и автономии.

Таким образом, анализ литературы позволяет утверждать, что спортивная деятельность обладает значительным воспитательным потенциалом, однако специфика педагогических условий остаётся предметом дальнейших исследований.

Экспериментальная работа осуществлялась на базе трёх образовательных учреждений г. Санкт-Петербурга в течение 12 недель. В исследовании приняли участие 60 подростков в возрасте 13-15 лет. Они были распределены на две группы:

**Контрольная группа** (30 человек) – занятия

проводились по традиционной методике без акцентирования внимания на формировании самостоятельности;

**Экспериментальная группа** (30 человек) – тренировочный процесс был организован с акцентом на педагогические условия: предоставление права выбора ролей в команде, включение подростков в организацию тренировочных мероприятий, ведение дневников самоконтроля, а также систематическая рефлексия.

Занятия проходили 3 раза в неделю по 90 минут.

Для диагностики уровня самостоятельности использовалась методика Ковальчук (2018), позволяющая измерять параметры инициативности, ответственности и самоконтроля. Обработка данных осуществлялась с использованием t-критерия Стьюдента для независимых выборок, что обеспечило объективность интерпретации различий.

### Результаты и обсуждения

Таблица 1

Показатели уровня самостоятельности по параметрам до эксперимента (10-балльная шкала).

Table 1

Indicators of the level of independence by parameters before the experiment (10-point scale).

Параметр	Контрольная группа (M±SD)	Экспериментальная группа (M±SD)	t	p
Инициативность	5,6 ± 1,0	5,7 ± 1,1	0,31	0,75
Ответственность	5,9 ± 1,2	6,0 ± 1,1	0,28	0,78
Самоконтроль	5,8 ± 1,1	5,9 ± 1,0	0,26	0,79

Таблица 2

Показатели уровня самостоятельности по параметрам после эксперимента (10-балльная шкала).

Table 2

Indicators of the level of independence by parameters after the experiment (10-point scale).

Параметр	Контрольная группа (M±SD)	Экспериментальная группа (M±SD)	t	p
Инициативность	6,1 ± 1,2	7,5 ± 1,0	3,24	0,002
Ответственность	6,4 ± 1,1	7,7 ± 0,9	3,56	0,001
Самоконтроль	6,3 ± 1,0	7,5 ± 0,8	3,41	0,001

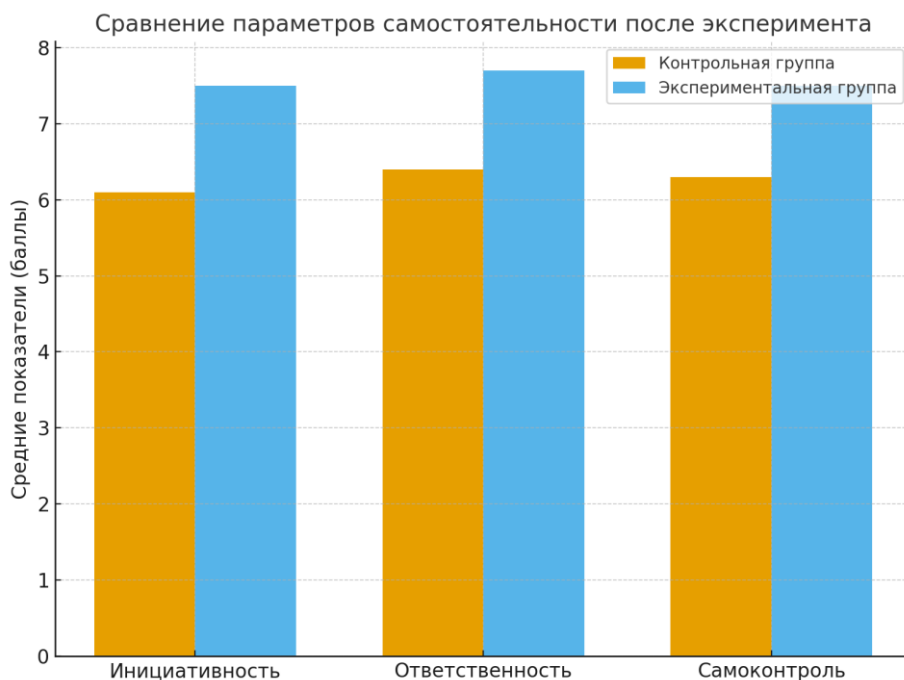


Рис. 1. Сравнение параметров самостоятельности после эксперимента.  
Fig. 1. Comparison of independence parameters after the experiment.

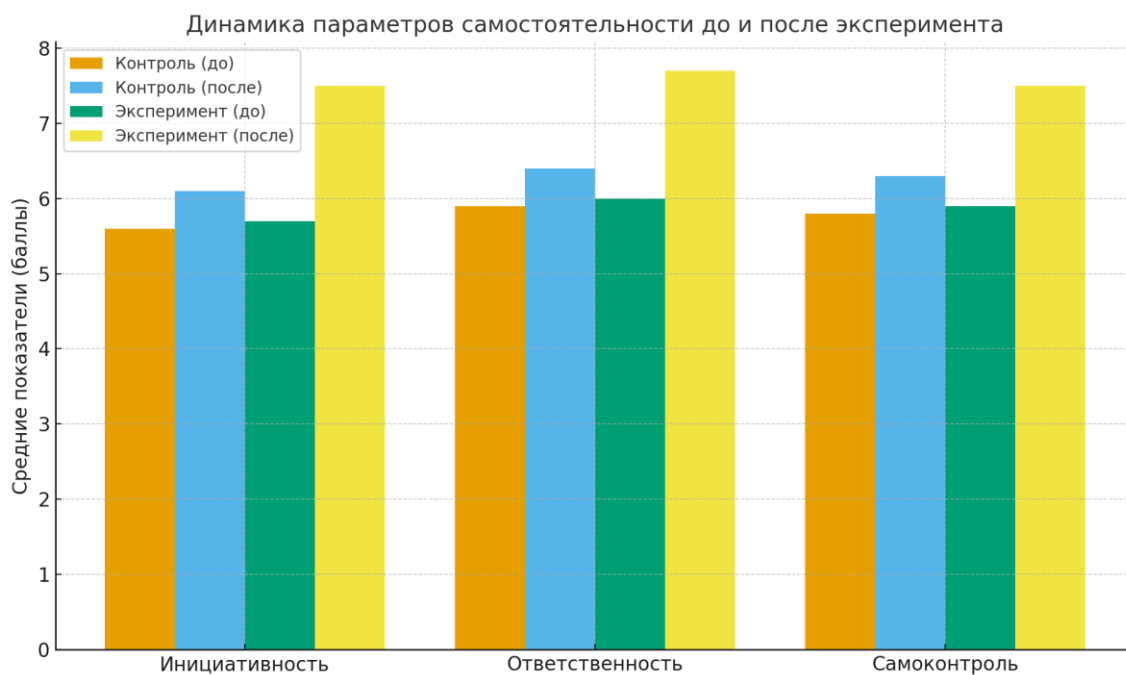


Рис. 2. Динамика параметров самостоятельности до и после эксперимента.  
Fig. 2. Dynamics of independence parameters before and after the experiment.

Анализ результатов демонстрирует эффективность педагогических условий в развитии самостоятельности подростков. В экспериментальной группе зафиксированы статистически значимые изменения по всем параметрам (инициативность, ответственность и самоконтроль), что свидетельствует о комплексном характере формирования автономии.

Данные согласуются с результатами отечественных исследований (Фомин, 2022; Латыпова, 2021) и подтверждают выводы зарубежных авторов (Williams, 2021; Anderson, 2022). Важно отметить, что эффект педагогических условий проявился не только в количественном росте показателей, но и в качественных изменениях поведения подростков: повышении готовности к принятию

решений, стремлении к организации совместной деятельности и устойчивости в выполнении индивидуальных задач.

Практическая значимость работы заключается в возможности использования результатов при проектировании образовательных программ и методических материалов для спортивных секций. Включение элементов самостоятельного выбора, активного участия в управлении тренировками и систематической рефлексии позволяет целенаправленно формировать у подростков навыки автономии, что повышает их образовательные и социальные перспективы.

#### Выводы

1. Спортивные секции являются эффективной средой для формирования самостоятельности под-

ростков, включая инициативность, ответственность и самоконтроль.

2. Экспериментальные данные подтвердили, что педагогические условия, основанные на предоставлении выбора и вовлечении подростков в организацию деятельности, обеспечивают статистически значимый рост показателей ( $p < 0,01$ ).

3. Сравнительный анализ результатов показал согласованность с отечественными и зарубежными исследованиями, что указывает на универсальность выявленных педагогических механизмов.

4. Практическая значимость работы заключается в возможности интеграции предложенных условий в систему спортивного образования для интенсификации процессов личностного становления подростков.

#### Список источников

1. Гребенюк О.С. Педагогические условия формирования личностной автономии подростков // Педагогика. 2021. № 10. С. 45 – 52.
2. Сафонова Е.В. Спортивная деятельность как фактор воспитания подростков // Вопросы современной педагогики. 2023. № 4. С. 87 – 95.
3. Эльконин Д.Б. Психология развития: подростковый возраст. М.: Просвещение, 2019. 256 с.
4. Фомин А.Л. Коллективные формы занятий спортом и формирование самостоятельности у подростков // Теория и практика физической культуры. 2022. № 7. С. 33 – 39.
5. Кудрявцева Н.М. Влияние спортивных секций на развитие самоконтроля у подростков // Вестник педагогических наук. 2020. № 2. С. 63 – 66.
6. Латыпова Г.Р. Роль тренера в формировании самостоятельности у подростков // Современные проблемы науки и образования. 2021. № 5. С. 105 – 110.
7. Ковальчук А.П. Методика диагностики самостоятельности личности подростка. СПб.: Речь, 2018. 148 с.
8. Smith J. Adolescents' Autonomy Development in Sports Contexts // International Journal of Sport Pedagogy. 2021. Vol. 13. P. 112 – 120.
9. Johnson R. Sports Participation and Personal Responsibility in Teenagers // Journal of Youth Studies. 2022. Vol. 25 (4). P. 55–67.
10. Brown K. The Role of Sports in Teenagers' Socialization and Leadership // Journal of Youth Development. 2020. Vol. 11 (2). P. 97 – 104.
11. Williams T. Decision-Making in Sports Clubs: Effects on Teenagers' Independence // Educational Research in Sports. 2021. Vol. 14 (3). P. 88 – 96.
12. Anderson M. Mentorship in Sports and Adolescents' Autonomy Development // International Review of Sport Pedagogy. 2022. Vol. 16 (4). P. 131 – 140.

#### References

1. Grebenyuk O.S. Pedagogical Conditions for the Formation of Personal Autonomy in Adolescents. Pedagogy. 2021. No. 10. P. 45 – 52.
2. Safonova E.V. Sports Activities as a Factor in the Education of Adolescents. Issues of Contemporary Pedagogy. 2023. No. 4. P. 87 – 95.
3. Elkonin D.B. Developmental Psychology: Adolescence. Moscow: Education, 2019. 256 p.
4. Fomin A.L. Collective Forms of Sports Activities and the Formation of Independence in Adolescents. Theory and Practice of Physical Education. 2022. No. 7. P. 33 – 39.
5. Kudryavtseva N.M. The Influence of Sports Sections on the Development of Self-Control in Adolescents. Bulletin of Pedagogical Sciences. 2020. No. 2. P. 63 – 66.
6. Latypova G.R. The Role of a Coach in Developing Independence in Adolescents. Modern Problems of Science and Education. 2021. No. 5. P. 105 – 110.

7. Kovalchuk A.P. Methodology for Diagnosing Adolescent Personality Independence. St. Petersburg: Rech, 2018. 148 p.
8. Smith J. Adolescents' Autonomy Development in Sports Contexts. International Journal of Sport Pedagogy. 2021. Vol. 13. P. 112 – 120.
9. Johnson R. Sports Participation and Personal Responsibility in Teenagers. Journal of Youth Studies. 2022. Vol. 25 (4). P. 55 – 67.
10. Brown K. The Role of Sports in Teenagers' Socialization and Leadership. Journal of Youth Development-opment. 2020. Vol. 11 (2). P. 97 – 104.
11. Williams T. Decision-Making in Sports Clubs: Effects on Teenagers' Independence. Educational Re-search in Sports. 2021. Vol. 14 (3). P. 88 – 96.
12. Anderson M. Mentorship in Sports and Adolescents' Autonomy Development. International Review of Sport Pedagogy. 2022. Vol. 16 (4). P. 131 – 140.

### Информация об авторах

**Прялкин Д.А.**, аспирант, Смоленский государственный университет; тренер-преподаватель, Смоленское государственное училище олимпийского резерва, dom4444@yandex.ru

**Волков А.В.**, старший преподаватель, Санкт-Петербургский государственный морской технический университет, andreyjudo1973@yandex.ru

© Прялкин Д.А., Волков А.В., 2025