

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДНІПРОПЕТРОВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ОЛЕСЯ ГОНЧАРА**

**МАТЕРІАЛИ
І МІЖНАРОДНОЇ НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ
КОНФЕРЕНЦІЇ «АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОГО
ВИХОВАННЯ І СПОРТУ В СУЧАСНИХ УМОВАХ»**

**MATERIALS
I INTERNATIONAL SCIENTIFIC-PRACTICAL
CONFERENCE «ACTUAL PROBLEMS OF PHYSICAL
EDUCATION AND SPORT IN MODERN CONDITIONS»**

Дніпропетровськ 2015

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДНІПРОПЕТРОВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ОЛЕСЯ
ГОНЧАРА

Кафедра фізичного виховання та спорту

МАТЕРІАЛИ

I МІЖНАРОДНОЇ НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ «АКТУАЛЬНІ
ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ В СУЧАСНИХ УМОВАХ»

MATERIALS
I INTERNATIONAL SCIENTIFIC-PRACTICAL CONFERENCE «ACTUAL
PROBLEMS OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORT IN MODERN CONDITIONS»

15 квітня 2015

Дніпропетровськ

Цымбалюк Елена, Гататуллин Алексей. Отношение белорусского спортивного сообщества к проблеме применения допинга в спорте	344
Чекмарьова Наталя, Хаджинов Валерій, Шатрова Олена, Мирошніченко Ірина. Рухова активність – запорука необхідної життєдіяльності організму людини.....	357
Черевко С.В., Черевко А.Д. Здоровий спосіб життя – запорука здоров'я.....	361
Чіж О. Ю. Застосування методики вольового керування диханням у студентів спеціальної медичної групи.....	363
Шамардіна Галина, Чернявська Олена, Максимов Андрій. Мотивація учнівської молоді до навчання в професійно-технічному навчальному закладі.....	364
Шепель С.І., Євтушов Ф.М., Закорко І.П., Журавель О.В. Система спеціальної фізичної підготовки курсантів вищих навчальних закладів МВС України (аналітичний огляд).....	367
Шутова С.Е., Медзик Е.А. Особенности проявления волевых качеств у студентов разных спортивных специализаций, влияющих на успешность их соревновательной деятельности.....	371
Яворська Н.П. Аналіз рівня фізичної підготовленості студентів I - III курсів геологорозвідувального факультету.....	377
Якубов А.А. Актуальність та загальний опис фітнес-трекерів.....	381
Яценко О.В. Проблеми технічної майстерності в сучасному волейболі.....	383
Ячнюк Ірина, Ячнюк Юрій. Використання нетрадиційних засобів на уроках фізичної культури.....	385

2. Загорко И.П. Боевая подготовка сотрудников органов внутренних дел Украины: проблемы и перспективы / Загорко И.П. // Физическое воспитание студентов. Научный журнал – 2010. – №1. – С.49-51.

3. Платонов В.Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение. / Платонов Владимир Николаевич. – К.: "Олимпийская литература", 2013. – 624 с.

5. Физическая подготовка: [Программа для высших учебных заведений МВД СССР]/ В.М. Величко, И.Л. Гросса, И.А. Дворяка, А.н. Кустова и др. — Москва: Московская высшая школа милиции МВД СССР, 1990. — 53 с.

6. Фізичне виховання військовослужбовців : навч. посіб. / М. Ф. Пічугін, Г. П. Грибан, В. М. Романчук та ін. ; за ред. Г. П. Грибана. – Житомир : ЖВІ НАУ, 2011.

7. Наказ МВС України №318 від 13.04.2012. «Про затвердження Положення з організації професійної підготовки осіб рядового і начальницького складу органів внутрішніх справ України». – К.: РВВ МВС України, 2012. – 37 с.

8. Положення про організацію фізичного виховання і масового спорту у вищих навчальних закладах [Електронний Ресурс]: (наказ МОН № 4 від 11.01.2006 р.) – Режим доступу: <http://www.mon.gov.ua>

9. Закон України «Про міліцію» [Електронний Ресурс]: – Режим доступу: <http://www.zakon.rada.gov.ua>

10. Конституція України [Електронний Ресурс]: – Режим доступу: <http://www.zakon.rada.gov.ua>

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ У СТУДЕНТОВ РАЗНЫХ СПОРТИВНЫХ СПЕЦИАЛИЗАЦИЙ, ВЛИЯЮЩИХ НА УСПЕШНОСТЬ ИХ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Шутова С.Е., Медзик Е.А.

Киевский национальный лингвистический университет

Анотація. Формування оптимального рівня проявлення вольових якостей у студентів-спортсменів, визначається необхідністю розвитку здатності долати труднощі та перешкоди, характерні для кожного виду спорту.

Ключові слова. Вольові якості, змагальна діяльність, спортивна спеціалізація.

Annotation. The formation of the optimal level of volitional qualities of students-sportsmens. defines by the necessity of development of ability to over come the difficulties and obstacles, typical for every sport.

Key terns. Volitional qualities, emulative activity, sports specialization.

Постановка проблеми. Вопрос о повышении результативности соревновательной деятельности в различных видах спорта всегда является актуальным. Анализ специальной научно-методической литературы, в которой рассматриваются вопросы психологической подготовки спортсменов, показывает, что проблемы, связанные с исследованиями особенностей проявления волевых качеств, их влияние на улучшение соревновательной деятельности в студенческом спорте продолжают вызывать интерес у специалистов.

Оптимально необходимый уровень развития волевых качеств спортсмена является важнейшим условием для достижения победы в ответственных спортивных состязаниях. Высокая способность к волевому самоконтролю, в сочетании с оптимальной мотивацией достижения и повышенной эмоциональной устойчивостью, чаще всего обнаруживались у спортсменов, показывающих наилучшие результаты в самых ответственных соревнованиях.

Волевая подготовка спортсмена – это в первую очередь подготовка к преодолению трудностей, которые возникают или могут возникнуть как на соревнованиях, так и на тренировке. Именно в процессе трудностей и формируются выдержка, мужество, уверенность в своих силах, стремление к победе в любых условиях. В любом виде спорта на протяжении всего поединка от спортсмена требуется проявление всех основных волевых качеств: целеустремлённости, настойчивости и упорства, решительности и смелости, инициативности и самостоятельности, выдержки и самообладания.

Однако, по мнению специалистов трудности и препятствия, стоящие перед атлетами, на пути достижения ими победы в каждом виде спорта имеют свои специфические особенности [6, с.155; 8, с.185; 5, с.20].

Так, например, в сложнокоординационных видах спорта (спортивная и художественная гимнастика, фигурное катание и т.д.) требования к волевым качествам достаточно разнообразны. Следует учитывать, что в этих видах спорта существует деление и оценка упражнений по степеням трудности. Поэтому при частом повторении одних и тех же элементов в тренировке необходимы настойчивость, терпеливость, исполнительность; при изучении рискованных элементов – смелость; в создании композиций и поиске своего исполнительского стиля – творческие способности; в процессе соревнований – самообладание и артистизм [8, с. 185].

В единоборствах каждый поединок имеет глубокий психологический контекст: столкновение личностей – характеров, интеллектов, мировоззрений. Спортсмены, вступая в тесный физический контакт, оказывают сильное психологическое воздействие друг на друга [8, с. 190]. По мнению Хусаинова Э.Р. и Родионова А.В. одним из важнейших качеств, обеспечивающих достижение намеченной боксером цели, это настойчивость. При ведении атакующего боя, с вызовом на удары и к контратакам необходимо проявить инициативность. Без выдержки невозможно стойко переносить в боях болевые ощущения, преодолевать неприятные чувства, появляющиеся при максимальных нагрузках и утомлении, при сгонке веса [9, с. 34].

Характерные особенности в спортивных играх основаны на отличном понимании спортсменами друг друга, их четком взаимодействии, слаженности, сработанности, взаимной поддержке и др., что можно выразить как «групповое мышление», «командная воля» и т. д. Основными трудностями в спортивных играх, являются быстро изменяющаяся и различная по своей сложности обстановка действий, требующая постоянного решения всё новых и новых задач различными технико-тактическими приёмами, а так же общая быстрота хода игры [3, с. 4].

Таким образом, характер и сила препятствий и трудностей, не являющихся одинаковыми в различных видах спорта, требует точных знаний об уровне проявления волевых качеств у студентов разных спортивных специализаций, позволяющих индивидуализировать волевою подготовку, и тем самым, улучшить их соревновательную деятельность.

Цель исследования определить значимость и уровень развития различных волевых качеств, влияющих на успешность соревновательной деятельности студентов разных спортивных специализаций.

Задачи исследований: 1. Определить основные причины, влияющие на проявление волевых качеств в соревновательной деятельности спортсменов. 2. Выявить взаимосвязь, уровня развития основных волевых качеств студентов разных спортивных специализаций с показателями их соревновательной деятельности.

Методы исследований: 1) изучение и анализ научной и научно- методической литературы; 2) педагогическое наблюдение; 3) педагогическое тестирование; 4) методы психодиагностики; 5) методы математической статистики.

Полученные результаты исследований. Исследования проводились в период 2010-2014г. В данных исследованиях приняли участие 148 студентов разных спортивных специализаций Киевского национального лингвистического университета, в том числе, студенты занимающиеся боксом, спортивной гимнастикой (акробатикой), баскетболом. Все студенты II и I (взрослых) разрядов, кандидаты в мастера спорта.

В процессе исследований нами изучались следующие волевые качества: целеустремлённость, настойчивость и упорство, смелость и решительность, инициативность и самостоятельность, самообладание и выдержка, по параметрам выраженности и генерализованности. С помощью психологического теста «Самооценка волевых качеств студентов-спортсменов» оценивался уровень развития собственных волевых качеств, по параметрам выраженности и генерализованности, у студентов разных спортивных специализаций [4, с.99-106]. Таким образом, уровень развития волевых качеств у студентов всех изучаемых спортивных специализаций, является средним и выше среднего (табл. 1). При этом следует отметить, что показатель целеустремленности стабильно высокий – выше 30 баллов, у всех групп испытуемых.

С целью выяснения влияния уровня развития различных волевых качеств на успешность соревновательной деятельности студентов различных спортивных специализаций, был проведён корреляционный анализ между результатами их педагогического и психологического тестирования. В результате нами выявлены волевые качества, характерные как для каждой группы спортивной специализации, так и являющиеся наиболее значимыми и общими для большинства рассматриваемых групп студентов-спортсменов.

Результаты проведённых нами исследований свидетельствуют о том, что у студентов практически всех групп спортивных специализаций, существует прямая связь между успешным выполнением различных педагогических тестов и уровнем проявления определённых волевых качеств.

Таблица 1.

Уровень развития волевых качеств у студентов разных спортивных специализаций

Волевые качества	Спортивная специализация		
	Гимнастика	Бокс	Баскетбол
Целеустремленность выраженность/генерализованность	30/34	32/36	34/30
Смелость – решительность выраженность/генерализованность	32/30	28/30	26/30

Настойчивость – упорство выраженность/генерализованность	26/28	32/34	24/29
Самостоятельность инициативность выраженность/генерализованность	26/28	27/25	34/30
Самообладание – выдержка выраженность/генерализованность	29/32	26/28	25/27

У группы гимнастов было выявлено 2 корреляционные связи между различными педагогическими показателями и волевыми качествами. Так, например, у гимнастов обнаружена корреляционная связь между оценкой выполнения сложного упражнения (количество попыток) и выраженностью и генерализованностью волевых качеств смелости и решительности ($r=0.70$; $r=0.62$). Полученные результаты согласуются с исследованиями Смирнова Б.Н., утверждающего, что индивидуальные различия в проявлении решительности и смелости у гимнастов, связанные с их темпераментом, выражаются в длительности подготовки к исполнению упражнений, в способе решений и широте их реализации, в преодолении различных по объему трудностей, в длительной и кратковременной, равномерной или неравномерной борьбе за достижение цели, в адекватности оценки своих действий и других случаях [7, с. 60]. Так же, показатель оценки выполнения сложного упражнения (баллы) взаимосвязан с выраженностью волевых качеств самообладания и выдержки ($r=0.58$). По мнению специалистов, самообладание и выдержка важны для гимнастов при обучении упражнениям, проявление их направлено на познание особенностей структуры гимнастических упражнений, их взаимных связей в гимнастических комбинациях, техники их выполнения на ориентировку в условиях исполнения упражнений, в собственном самочувствии гимнаста, на наблюдения за ходом собственного исполнения упражнения, на анализ и оценку его после завершения упражнения, на уяснение допущенных ошибок и причин их возникновения [6, с.149]. Согласно исследованиям Нагорной С.А. первоначально, в начале становления спортивного мастерства, гимнасты в ситуации борьбы с отрицательными чувствами проявляют умения, направленные на организацию внешних условий работы, затем возникают умения в форме внутренних действий по саморегулированию, которые постепенно закрепляются, превращаясь в привычные [2, с. 66].

У боксеров, так же были выявлены 2 корреляционные связи между различными педагогическими показателями и волевыми качествами. Так, обнаружена взаимосвязь между показателем прямого удара правой (резкость ударов) и выраженностью волевого качества целеустремленности ($r=0.52$). Известно, что целеустремленность характеризуется наличием цели. В спортивную секцию студент приходит, чтобы стать более сильным. Однако, у занимающегося спортом, и в частности боксом, в случае определенных спортивных неудач, могут возникать новые интересы и потребности, которые способны вызывать значительные личностные изменения, что влияет и на новые формы поведения, создающие для тренеров и инструкторов совсем иные условия работы. Возможно, этот показатель, говорит о том, что спортивные цели и задачи, поставленные студентам боксерам (может и самостоятельно) не всегда соответствуют их возможностям. В связи, с чем они перестают верить в собственные силы, появляется неуверенность, и снижается интерес к занятиям. По мнению Хусаинова Э.Р. и Родионова А.В. целеустремленность

можно воспитать при условии, что спортсмен проявляет глубокий интерес к боксу как искусству и личную заинтересованность в спортивных достижениях [9, с. 34].

Показатель генерализованности волевых качеств настойчивости и упорства взаимосвязан с показателем прямого удара правой (точность попадания) ($r = 0.47$) Известно, что настойчивость и упорство тесно связаны с необходимостью преодолевать различные по характеру трудности в учебно-тренировочной и соревновательной деятельности. Упорство и настойчивость самым тесным образом, связаны со спортивным трудолюбием. Необходимость систематически преодолевать ошибки в технике и тактике ведения боя часто приводит к огромному нервному напряжению, и подвергает испытанию волю боксера. Однако, успешно выполняя отдельные задачи плана подготовки, боксер начинает сознательно проявлять упорство и настойчивость, как в тренировочном, так и соревновательном процессах.

У баскетболистов обнаружены несколько корреляционных связей между педагогическими показателями и волевыми качествами. Это прежде всего, выявлена взаимосвязь показателя выраженности волевого качества целеустремлённости с процентом попадания бросков мяча в корзину ($r = 0.57$), и выполнением теста "Защитные перемещения" ($r = 0.64$); а так же взаимосвязь показателя выраженности волевых качеств инициативности и самостоятельности с процентом попадания бросков мяча в корзину ($r = 0.62$). Так же выявлены 2 корреляционные связи, между результатами штрафных бросков и показателями генерализованности волевого качества целеустремлённости ($r = 0.57$) и выраженности волевых качеств настойчивости и упорства ($r = 0.61$). Характерные особенности баскетбола, предъявляют высокие требования к волевой подготовке игрока. Спортивная игра это постоянно экстремальная ситуация создающая условия определенного риска для игрока. Спортсмену необходимо уметь принимать смелые решения на протяжении всей игры, в самые ответственные моменты брать игру на себя доказывая своё преимущество перед соперником не столько с помощью физических усилий, сколько на основе проявления самообладания, выдержки, упорства. В процессе игры, необходимо уметь преодолевать различные отрицательные эмоциональные состояния, что основывается на высокой организованности, расчётливости, выдержке и хладнокровии спортсмена.

Однако, многочисленные наблюдения за поведением и действиями игроков, по мнению специалистов, свидетельствуют, что у одного и того же баскетболиста в различных игровых ситуациях решительность, как способность человека быстро принимать обдуманное решение и твёрдо, без излишних колебаний, претворять их в жизнь, обнаруживается не в одинаковой мере, а в зависимости от амплуа и квалификации игроков [1, с.278].

Таким образом, необходимо отметить, что на успешность соревновательной деятельности студентов разных спортивных специализаций оказывают влияние достаточно различные волевые качества, характерные отдельно для каждой группы испытуемых. Исключением является показатель выраженности волевого качества целеустремлённости, высокий уровень развития которого, встречается у всех групп испытуемых, что позволяет определять его как наиболее значимый и общий показатель для рассматриваемых нами групп студентов.

В связи с выше приведенными результатами исследований следует отметить, что у каждого спортсмена волевые качества выступают как единая целостная система, но структура звеньев этой системы у спортсменов разных видов спорта не одинакова. Более того у представителей одного и того же вида спорта в различных видах деятельности (тренировки, соревнования) она изменяется. Важно учитывать, что в целостных волевых проявлениях личности спортсмена волевые качества функционируют не изолированно друг от друга, а во взаимной связи [6, с.152].

Выводы и перспективы дальнейших разработок в данном направлении:

1. Характер влияния неожиданно возникающих препятствий и трудностей, обусловленных особенностями специфики вида спорта, на соревновательную деятельность спортсменов, позволяет определять их основными причинами, влияющими на проявление конкретных волевых качеств у студентов разных спортивных специализаций.

2. При проведении работы по повышению успешности соревновательной деятельности студентов - спортсменов целесообразно руководствоваться комплексом выявленных волевых качеств, характерных для каждой отдельно взятой группы студентов по виду спорта.

3. Планируя реализацию психологической подготовки студентов разных спортивных специализаций, необходимо учитывать знания об общих особенностях уровня проявления доминирующих волевых качеств.

Литература

1. Замятин Г. В. Опыт экспериментального исследования решительности у баскетболистов // Проблемы спорта. - М.: Ф и С, 1962. - С. 277-284.
2. Нагорная С.А. К вопросу об особенностях формирования волевых качеств у занимающихся гимнастикой // Психологическая подготовка спортсмена. - М.: Ф и С, 1965. - С. 61-66.
3. Палайма Ю. Ю. Развитие инициативности, самостоятельности и решительности баскетболистов в процессе спортивной тренировки: Автореф. дис...канд. наук по физическому воспитанию и спорту: 24.00.01/ ГЦОЛИФК. - М., 1961. - 19с.
4. Практические занятия по психологии / Под ред. Д.Я. Богдановой, И.П. Волкова: Пособ. для ин-тов физ. культ.- М.: Физкультура и спорт, 1989. - 160 с.
5. Психологія спорту. Воронова В.І. - К.: Олімпійська література, 2007. - С. 114-118.
6. Пуни А.Ц. Некоторые вопросы теории воли и волевой подготовки в спорте // Психология и современный спорт. - М.: Ф и С, 1973. - С. 144-161.
7. Смирнов Б.Н. Индивидуальные различия в проявлении решительности и смелости у гимнастов в связи с особенностями их темперамента // Психологическая подготовка спортсмена. - М.: Ф и С, 1965. - С. 51-60.
8. Стамбулова Н. Б. Психология спортивной карьеры: Учеб. Пособие.- СПб.: Издательство «Центр карьеры», 1999.-368 с.
9. Хусаинов Э.Р., Родионов А.В. Средства психических воздействий в процессе подготовки боксера // Спортивный психолог. - 2005. - №2(5). - С. 34-40.