

ФОРМИРОВАНИЕ УРОВНЯ ВОЛЕВОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ ВО ВЗАИМОСВЯЗИ С УЧЕБНОЙ И СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ

Мискевич Т.В.

Могилевский государственный университет имени А.А.Кулешова, Могилев, Республика
Беларусь

***Аннотация.** Волевая подготовка является одним из базовых психологических качеств, обеспечивающая высокую эффективность учебной и спортивной деятельности студентов, обучающихся в высших учебных заведениях. Общие методические рекомендации, сформулированные к субъектам образовательно-воспитательного процесса в теории и практике физического воспитания и спортивной деятельности, позволяют добиться высоких результатов в профессиональной деятельности индивида.*

***Ключевые слова:** студенты, учебная и спортивная деятельность, волевая подготовка.*

***Summary.** Strong-willed preparation is one of basic psychological qualities, providing high efficiency of educational and sports activity of the students studying in higher educational institutions. The general methodical recommendations formulated to subjects of educational and educational process in the theory and practice of physical training and sports activity allow to achieve good results in professional activity of the individual.*

***Key words:** students, educational and sports activity, strong-willed preparation.*

Введение. Изучение психолого-педагогических исследований по проблеме волевого развития в юношеском возрасте, дает возможность говорить о том, что воля - одна из важнейших характеристик личности студента, позволяющая успешно справляться с учебно-профессиональной деятельностью. Следовательно, формирование волевой сферы является одной из существенных задач, стоящих перед современной системой образования в вузе.

Волевая подготовка направлена на развитие и воспитание различных волевых качеств (черт характера), которые ценятся во всевозможных видах деятельности человека, будучи длительным и целенаправленным психолого-педагогический процессом, она не менее необходима и универсальна в спорте. В связи с этим, изучение особенностей волевой подготовки студентов, занимающихся спортом, является, на наш взгляд, актуальным. Зная особенности волевой подготовки, а, также имея представление

о путях ее оптимизации, можно более правильно и успешно планировать процесс обучения и спортивного совершенствования применительно к деятельности всех его субъектов: преподаватель, тренер, спортивный психолог, спортсмен, а также учебно-профессиональная деятельность студента-спортсмена.

По нашему мнению, важнейшими волевыми качествами, формирующимися в процессе волевой подготовки и обуславливающими успешность учебной и спортивной деятельности студентов, являются волевой самоконтроль (ВСК) [1], настойчивость и самообладание [2]. Названные волевые качества во многом определяют индивидуальный стиль и конкретные проявления активности человека. Одной же из активных форм волевой недостаточности, препятствующей волевой саморегуляции человека и успешному выполнению деятельности, является импульсивность, то есть склонность человека действовать по первому побуждению под влиянием внешних обстоятельств или эмоций.

Целью исследования было изучение особенностей развития волевых качеств студентов, где предполагалось определить уровень развития волевых качеств во взаимосвязи с успеваемостью студентов, занимающихся спортом, и их спортивными достижениями, а также, насколько импульсивность (как форма активной волевой недостаточности) препятствует протеканию учебной и спортивной деятельности студентов-спортсменов.

Организация исследования. Исследование волевых качеств семидесяти студентов четвертого курса факультета физического воспитания Могилевского государственного университета им. А.А.Кулешова проводилось с помощью теста-опросника ВСК А.В. Зверькова, Е.В. Эйдмана, который был направлен на обобщенную оценку индивидуального уровня развития волевой регуляции: содержал 30 пунктов (24 рабочих и 6 маскировочных). Результатом тестирования определялся общий индекс ВСК и индексы по шкалам «Самообладание» и «Настойчивость».

Исследование импульсивности студентов-спортсменов проводилось при помощи теста-опросника В.А. Лосенкова, состоящего из 20 вопросов [3].

Результаты исследований. Соотношение волевых качеств с успеваемостью студентов, их спортивными достижениями представлены в таблице 1.

Таблица 1 - Эмпирические значения коэффициента корреляции r -Пирсона для волевых качеств, успеваемости и спортивных достижений студентов ($N=70$)

Показатели	Успеваемость	Достоверность связи	Достижения	
ВСК	0,41	$p \leq 0.01$	0,235	$p \leq 0.05$
Самообладание	0,351	$p \leq 0.05$	0,279	$p \leq 0.01$
Настойчивость	0,457	$p \leq 0.001$		

Анализируя данные можно утверждать, что показатели ВСК и успеваемости находятся в прямо пропорциональной зависимости. Следовательно, студенты-спортсмены, имеющие высокий уровень самоконтроля, планомерно реализуют свои намерения, умеют распределять собственные усилия не только в спорте, но и в учебной деятельности.

Обнаруженная положительная связь между показателями настойчивости и успеваемости ($r=0,457$) при $p<0,01$, означает: чем выше настойчивость, тем лучше успеваемость студентов. Они работоспособны и активно стремятся к завершению начатого дела, что и свидетельствует об их высоком уровне успеваемости. Между показателями самообладания и успеваемости ($r=0,351$), так же выявлена положительная связь на уровне значимости $p<0,05$.

Результаты соотношения спортивных достижений студентов с их волевыми качествами, дают возможность утверждать, что чем выше показатель волевого самоконтроля, тем выше уровень спортивных достижений ($r=0,235$). Таким образом, студенты, занимающиеся спортом, имеющие высокий уровень самоконтроля, планомерно реализующие свои намерения, умеют рационально распределять собственные усилия.

Положительная связь, обнаруженная между показателями самообладания и успеваемости ($r=0,279$), значимая на уровне $p<0,01$, означает, что чем выше развит показатель самообладания, тем выше показатель спортивных достижений студентов-спортсменов. Такие студенты работоспособные люди, активно стремящиеся к завершению начатого дела, что и свидетельствует о высоком уровне их спортивных достижений.

Соотношение показателей успеваемости и спортивных достижений студентов-спортсменов с их импульсивностью представлено в таблице 2.

Таблица 2 - Эмпирические значения коэффициента корреляции r -Пирсона для показателей успеваемости, спортивных достижений и импульсивности студентов

Показатели	Импульсивность	Достоверность связи на уровне значимости
Спортивные достижения	- 0,412	$p \leq 0.01$
Успеваемость	-0,259	$p \leq 0.05$

Статистически значимая отрицательная связь ($r=-0,412$) обнаружена между показателями спортивных достижений и импульсивности. Это позволяет сделать вывод о том, что чем выше показатель импульсивности, тем менее успешны студенты в спортивной деятельности.

Аналогично, отрицательная связь обнаружена между показателями успеваемости и импульсивности ($r=-0,259$), значимая на уровне $p<0,05$, что указывает об обратной пропорциональной зависимости данных параметров.

Следовательно, уровень развития волевых качеств связан с успеваемостью студентов, занимающихся спортом и их спортивными достижениями. Чем выше показатели волевых качеств, тем более успешны студенты в учебной деятельности и спорте. Импульсивность же (как форма активной волевой недостаточности) препятствует протеканию учебной и спортивной деятельности студентов-спортсменов. Чем выше уровень развития импульсивности, тем ниже уровни показателей успеваемости и спортивных достижений.

По результатам проведенного исследования нами были сформулированы и предложены общие методические рекомендации субъектам образовательно-воспитательного процесса в теории и практике физического воспитания и спортивной деятельности:

- соблюдая принцип постепенности, начинать подготовку с преодоления незначительных трудностей, постепенно повышая их интенсивность, что способствует формированию у студентов уверенности в своих силах;
- необходимо создавать у студента установку на обязательное выполнение поставленной задачи. Это формирует у него уверенность в том, что предлагаемое трудное задание выполнимо как в профессиональной, так и спортивной деятельности;
- добиваться результативности упражнений на волевые усилия и обеспечивать поступление студенту-спортсмену информации о его действиях для осознания. Усилия воли, затрачиваемые впустую (без оценки), разрушают способность к волевым усилиям.

Воля воспитывается не только в процессе занятий спортом, поэтому следует применять такие задания и действия, сопряженные с жизнедеятельностью студента, которые потребуют от него самостоятельности, активности, творческого подхода и социальной ответственности.

Заключение. Подводя итоги, можно отметить, что у каждого студента – спортсмена есть все возможности для развития и самовоспитания воли. Чем раньше начинается сознательный процесс воспитания воли, тем более значимых успехов он может добиться как в учебно-профессиональной, так и спортивной деятельности.

Литература: 1. Пуни, А.Ц. *Психологические основы волевой подготовки в спорте: учебное пособие* / А.Ц. Пуни. - Ленинград, 1977. - 48 с. 2. Рудик, П. А. *Проблемы психологии спорта* / П.А. Рудик. - М.: Физкультура и спорт, 1962. - 398 с. 3. *Практикум по спортивной психологии* / под ред. И. П. Волкова. - СПб.: Питер, 2002. - 288 с.