

## Подвижные игры – как средство воспитания волевых качеств личности спортсменов

Червона С.Ф., Пащенко Н.А.

*Харьковская государственная академия физической культуры и спорта*

### Аннотации:

Рассмотрена целесообразность применения специализированных подвижных игр в процессе воспитания волевых качеств личности спортсменов. В экспериментальных исследованиях принимали участие 152 студента специализаций: баскетбол, волейбол, гандбол, футбол. Результаты исследования показали, что введение новых элементов в подвижные игры, способствуют проявлению, воспитанию, закреплению волевых качеств спортсменов.

**Червона С.Ф., Пащенко Н.А. Рухливі ігри – як засіб виховання волевих якостей особистості спортсменів.** Розглянуто доцільність застосування спеціалізованих рухливих ігор у процесі виховання волевих якостей особистості спортсменів. В експериментальних дослідженнях взяли участь 152 студента спеціалізацій баскетбол, волейбол, гандбол, футбол. Результати дослідження показали, що введення нових елементів в рухливі ігри, сприяють прояву, вихованню, закріпленню волевих якостей спортсменів.

**Chervona S.F., Pashenko N.A. Outdoor games – as a means education volitional qualities personality of athletes.** The usefulness of specialized mobile games in the upbringing of volitional qualities of the individual athletes. In experimental studies involved 152 students majors basketball, volleyball, handball, football. The results showed that the introduction of new elements into mobile games, contribute to the appearance, education, consolidation of volitional qualities of athletes.

### Ключевые слова:

*подвижные игры, спортивные игры, качества, личность.*

*рухливі ігри, спортивні ігри, якості, особистість.*

*mobile games, sports games, quality, personality.*

### Введение.

В спортивных играх себя может проявить тот спортсмен, психологические качества и свойства которого соответствуют требованиям спортивной деятельности и специфике избранного вида.

Можно привести множество примеров, когда в наименее труднейших условиях соревнований игрокам удается регулировать свое психическое состояние, мобилизовать дополнительную волевою активность и побеждать в труднейших играх различного уровня, несмотря на неудачи в течение игры, равный счет, преимущества соперников, травмы, усталость и т.д. Поэтому, одним из главных направлений многолетней спортивной подготовки является волевая подготовка спортсменов. Особенное внимание этой проблеме необходимо уделить на этапе спортивного совершенствования [1, 5, 6].

На тренировочных занятиях групп спортивного совершенствования акцент в психологической подготовке делается на развитие спортивного интеллекта, способности к саморегуляции, формирование волевых черт характера, развитие оперативного мышления и памяти специализированного восприятия, создание общей подготовленности к соревнованиям [7, 9].

Вследствие чего, исследование особенностей и целесообразности применения специализированных подвижных игр в процессе воспитания волевых качеств личности спортсменов, является актуальной.

Работа выполнена по плану НИР Харьковской государственной академии физической культуры и спорта.

### Цель, задачи работы, материал и методы.

*Цель работы* – обосновать необходимость использования специализированных подвижных игр в процессе воспитания волевые качества личности спортсменов игровых видов спорта на этапе спортивного совершенствования.

Были определены *задачи* исследования: изучение и определение волевых качеств, необходимых для ведения результативных игровых действий у спортсменов занимающимися спортивными играми (баскетбол, во-

лейбол, футбол, гандбол), выявить особенности и необходимость применения подвижных игр в процессе подготовки спортсменов на этапе спортивного усовершенствования.

Для решения поставленных задач были использованы следующие *методы исследования*: анализ и обобщение данных литературных источников, опрос тренеров и спортсменов, педагогические наблюдения, педагогический эксперимент, методы математической статистики.

### Результаты исследований.

Анализ литературных источников позволил: получить представление о состоянии исследуемой нами проблемы, выбрать теоретическую основу для методики применения специализированных подвижных игр, в процессе воспитания волевые качества личности спортсменов игровых видов спорта на этапе спортивного совершенствования.

Практика многолетней подготовки спортсменов, анализ соревновательной деятельности в спортивных играх показывает, что высоких результатов достигают спортсмены обладающие специальными качествами.

Специальными принято называть способности, определяемые такой структурой свойств личности, которая помогает добиться высоких результатов в избранном виде спортивной деятельности. Спортивные способности представляют из себя комплекс двигательных, морфофункциональных, психофизиологических и психических проявлений, имеющих сложную динамическую структуру и формирующихся при постоянном взаимодействии генетических и средовых факторов [6].

Спортивные способности спортсменов, прежде всего проявляются в умении эффективно выполнять технико-тактические действия на протяжении всего игрового времени. При этом им необходимо выполнять их быстро, точно, на фоне значительного мышечного и сенсорного утомления, оперативно анализировать поступающую информацию, принимать адекватные конкретной ситуации решения, быстро переключаться с одних действий на другие.

Подвижные игры широко используются как эффективное средство в тренировочном процессе в игровых видах спорта. Это связано с большими возможностями игрового метода обучения в спортивной тренировке.

Под специализированными подвижными играми понимаются такие игры, в содержание которых входят специфические элементы спортивных игр. формируются необходимые ему физические качества [2, 3].

Применение подвижных игр в подготовке спортсменов-игровиков, как правило, имеет направленность на формирование физических качеств и совершенствование технико-тактических действий, при этом, следует акцентировать внимание, на то, что при этом происходит воспитание личностных качеств спортсменов [1, 4].

Методические особенности подвижных игр такие как образность, избирательность действий, творческая активность, исполнение ролей, изменчивость ситуаций, элементы соревнования, разрешение игровых конфликтов, произвольность затрачиваемых усилий, позволяют тренерам решать самые разнообразные задачи учебно-тренировочного процесса в том числе и воспитание волевых качеств.

Применение специализированных подвижных игр, близких по структуре к спортивным играм, позволяет осваивать и совершенствовать основы ведения игр, совершенствовать технико-тактические действия в нападении и в защите, совершенствовать индивидуальное мастерство, взаимодействия в групповых и командных тактических действиях, повышения качества тактического мышления, способствует проявлению инициативы, выносливости, настойчивости, решительности и др.- таким образом происходит формирование и воспитание волевых качеств личности.

Подвижная игра – специфический вид двигательной деятельности. Она является сознательной деятельностью, направленной на достижение поставленной цели, что требует появления специальных качеств личности [2,3].

В подвижных играх с элементами соревнования, как и в спорте, формируются выдержка, самообладание, правильное реагирование на неудачу.

Волевых качества спортсменов-игровиков относятся к специальным качествам.

Воля – сознательное регулирование человеком своего поведения (деятельности и общения), связанное с преодолением внутренних и внешних препятствий. Это – способность человека, которая проявляется в самодетерминации и саморегуляции им своего поведения и психических явлений [7].

Задачей воли является управление поведением, сознательная саморегуляция активности, особенно в тех случаях, когда возникают препятствия для достижения победы в играх.

Воля является способностью спортсмена преодолевать препятствия, добиваться поставленной цели. Конкретно она выступает в таких чертах характера, как целеустремленность, решительность, настойчивость, мужество.

Воля – психологический процесс, позволяющий спортсмену сознательно управлять своими действия-

ми в сложных условиях соревновательной деятельности, который состоит из многих волевых актов.

Волевой акт – сложный, многоступенчатый процесс, включающий потребность, определяющую мотивацию поведения, осознание потребности, борьбу мотивов, выбор способа реализации, запуск реализации, контроль реализации.

Воля является способностью человека преодолевать препятствия, добиваться поставленной цели. Конкретно она выступает в таких чертах характера, как целеустремленность, решительность, настойчивость, мужество.

Сложностью волевой деятельности спортсменов определяет волевые качества их личности. Среди важнейших из этих качеств можно выделить инициативность. Умение самостоятельно, не дожидаясь стимуляции извне, выполнять тренировочные задания является ценным свойством воли. Существенную роль в инициативности играют интенсивность и яркость побуждений, интеллектуальные данные.

Вслед за инициативностью, характеризующей спортсмена по тому, как у него совершается самый начальный этап волевого действия, необходимо отметить самостоятельность, независимость, как существенную особенность воли. Самостоятельность воли предполагает её сознательную мотивированность и обоснованность. Неподверженность чужим влияниям и внушениям является не своеволием, а подлинным проявлением самостоятельной собственной воли, поскольку сам человек усматривает объективные основания для того, чтобы поступить так, а не иначе.

От самостоятельности и мотивации решения нужно отличать решительность – качество, проявляющееся в самом принятии решения. Решительность выражается в быстроте и, главное, уверенности, с которой принимается решение, и твёрдости, с которой оно сохраняется.

Сама решительность может быть различной природы в зависимости от роли, которую в ней играют импульсивность и обдуманность. Соотношение импульсивности и обдуманности, порывистости и рассудительности, аффекта и интеллекта имеет фундаментальное значение для волевых качеств личности. Она связана с темпераментом.

Но так же как решение не завершает волевого акта, решительность не является завершающим качеством воли. В исполнении проявляются весьма существенные волевые качества личности. Прежде всего, здесь играет роль энергия, т.е. та концентрированная сила, которая вносится в действие, учитывая которую, говорят об энергичном человеке, и особенно настойчивость при приведении в исполнение принятого решения, в борьбе со всеми и всяческими препятствиями за достижение цели.

Некоторые спортсмены вносят сразу большой напор в свои действия, но скоро «выдыхаются»; они способны лишь на короткий наскок и очень быстро сдают. Ценность такой энергии, которая умеет брать препятствия лишь с налёта и спадает, как только встречает противодействие, требующее длительных усилий, не велика. Подлинно ценным качеством она

становится, лишь соединяясь с настойчивостью. Настойчивость проявляется в неослабности энергии в течение длительного периода, не взирая на трудности и препятствия. Настойчивость наряду с решительностью является особенно существенным свойством воли. Тренеру необходимо знать и использовать особенности таких спортсменов.

Поскольку в волевом действии для достижения цели приходится часто сталкиваться не только с внешними препятствиями, но и с внутренними затруднениями и противодействиями, возникающими при принятии и затем исполнении принятого решения, существенными волевыми качествами личности являются самоконтроль, выдержка, самообладание.

Если спортсмен может мобилизовать свои физические и моральные силы на борьбу с трудностями, то он обладает высококоразвитой, сильной волей.

Волевые качества личности спортсменов принадлежат к числу самых существенных. У самых выдающихся спортсменов волевые качества всегда играли значительную роль [7,8].

Введение в известные для студентов подвижные игры новых элементов, изменение правил, времени, условий игр, количества мячей, учет результатов поединков капитанов в общеконандный результат, использование методов буллитов и «одной попытки» для определения победителя, как показали исследования способствуют проявлению, воспитанию, закреплению волевых качеств спортсменов.

#### **Выводы.**

В процессе обучения и тренировки происходит отбор спортсменов с преобладанием определенных особенностей психической деятельности, обеспечивающих наиболее адекватное приспособление к специфике избранного вида спорта, что в дальнейшем обеспечит высокую результативность и эффективность соревновательной деятельности.

К основным волевым качествам спортсменов игровых видов спорта можно отнести целеустремленность, самообладание, самостоятельность, решительность, настойчивость, энергичность, инициативность, исполнительность.

Использование в тренировочной деятельности специализированных подвижных игр позволит тренерам

выявлять, формировать, закреплять необходимые волевые качества у спортсменов игровых видов спорта. Что несомненно поможет в определении стартового состава, распределению по игровым амплуа игроков в команде, определении «штатных» пенальтистов, поможет формированию здоровых отношений внутри коллектива спортивной команды, а также взаимоотношениям между тренерами и игроками.

Игровая методика является эффективным средством повышения качества тактического мышления и активизации волевых качеств спортсменов, причем это достигается, прежде всего, за счет индивидуализации и вариативности действий.

Применение игровой методики в учебно-тренировочном процессе путем включения специализированных подвижных игр, отражающих наиболее часто встречающиеся ситуации в спортивных играх, несомненно, ведет к оптимизации тренировочного процесса.

*Дальнейшие исследования* данной темы будут направлены на разработку и экспериментально обоснованию методики применения подвижных игр для воспитания волевых качеств личности спортсменов на этапе специализированной подготовки.

#### *Литература.*

1. Бабушкин Г.Д. Психология труда тренера по спорту: Учеб. пособие / Г.Д. Бабушкин. – Омск: Омский ГИФК, 1985. – 84 с.
2. Былеева Л.В. Подвижные игры / Л.В. Былеева, И.М. Коротков. – М.: Физкультура и спорт, 1982. – 224 с.
3. Жуков М.Н. Подвижные игры / М.Н. Жуков. – Москва: Высшее образование, 2000 – 157 с.
4. Ильин Е.П. Психофизиология физического воспитания (факторы, влияющие на эффективность спортивной деятельности): Учеб. пособие для студ. пед. ин-тов по спец. N 2114 «Физ. воспитание» / Е.П. Ильин. – М.: Просвещение, 1983. – 223 с.
5. Корх А.Я. Тренер: деятельность и личность. Учебное пособие / А.Я. Корх. – М.: Терра-спорт, 2000 – 120 с.
6. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера: Наука побеждать / Н.Г. Озолин. – М.: АСТ: Астрель, 2002. – 863с.: ил.
7. Попов А.Л. Спортивная психология: Учебное пособие для физкультурных вузов / А.Л. Попов. – М.: МПСИ, Флинта, 1998. – 152 с.
8. Федотова Е.В. Основы управления многолетней подготовкой юных спортсменов в командных игровых видах спорта / Е.В. Федотова. – М.: СпортАкадемПресс, 2003. – 244 с.; ил.
9. Юров И.А. Психологическое тестирование и психотерапия в спорте / И.Ф. Юров. – М.: Советский спорт, 2006. – 163 с.

Поступила в редакцию 18.01.2011 г.  
Червона Светлана Филипповна  
Пашенко Наталья Александровна  
babyruma7@gmail.com