

Обивалина Мария Сергеевна
*старший преподаватель кафедры теории и методики гандбола
Российский государственный университет физической культуры, спорта,
молодежи и туризма,
Россия, г. Москва
e-mail: m7m13@mail.ru*

Чигарев Николай Николаевич
*старший преподаватель кафедры теории и методики гандбола
Российский государственный университет физической культуры, спорта,
молодежи и туризма,
Россия, г. Москва
e-mail: HandballRSUPE@yandex.ru*

УРОВЕНЬ РАЗВИТИЯ ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ У ГАНДБОЛИСТОВ РАЗНЫХ ЭТАПОВ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ

***Аннотация:** Становление волевой сферы спортсменов, с которой тесно связано формирование личности – трудоемкий процесс, который должен постоянно осуществляться на тренировках и протекать под непосредственным воздействием со стороны тренера. Без знания особенностей волевой сферы детей, трудно верно, реагировать на их поступки, целенаправленно руководить воспитанием, сформировывать способности к мобилизации их возможностей, основанных на знании их слабых и сильных сторон. Этим и диктуется необходимость изучения и исследования данной проблемы.*

Ключевые слова: гандбол, самооценка, волевые качества.

Obivalina Maria Sergeevna
*Senior Lecturer of the Department of Theory and Methodology of Handball
Russian State University of Physical Culture, Sports, Youth and Tourism,
Russia, Moscow*

Chigarev Nikolay Nikolaevich
*Senior Lecturer of the Department of Theory and Methodology of Handball
Russian State University of Physical Culture, Sports, Youth and Tourism,
Russia, Moscow*

THE LEVEL OF THE DEVELOPMENT OF WITTLER QUALITIES IN HANDBALL PLAYERS AT DIFFERENT STAGES OF SPORTS TRAINING

***Abstract:** The formation of the volitional sphere of athletes, with which the formation of personality is closely related, is a laborious process that must be*

constantly carried out in training and proceed under the direct influence of the coach. Without knowledge of the features of the volitional sphere of children, it is difficult to correctly react to their actions, purposefully guide upbringing, form the ability to mobilize their capabilities, based on knowledge of their weak and strong sides. This dictates the need to study and research this problem.

Keywords: handball, self-esteem, volitional qualities.

Спортивная тренировка как педагогически-организованный процесс подготовки спортсмена включает в себя не только такие разделы подготовки как техническая, физическая, тактическая, интегральная, теоретическая, но и содержит раздел психологической подготовки, где одним из её компонентов значится волевая подготовка и формирование волевых качеств [24]. Становление волевой сферы спортсменов, с которой тесно связано формирование личности – трудоемкий процесс, который должен постоянно осуществляться на тренировках и протекать под непосредственным воздействием со стороны тренера. Без знания особенностей волевой сферы детей, трудно верно реагировать на их поступки, целенаправленно руководить воспитанием, сформировывать способности к мобилизации их возможностей, основанных на знании их слабых и сильных сторон. Этим и диктуется необходимость изучения и исследования данной проблемы.

В качестве **гипотезы** мы выдвигаем предположение о том, что изучение особенностей развития волевых качеств у гандболистов начального этапа подготовки, позволит добиться более высоких спортивных результатов в достижении намеченной цели.

В основе гипотезы лежит предположение о том, что изучение особенностей развития волевых качеств у гандболистов начального этапа подготовки, позволит добиться более высоких результатов в достижении намеченной цели.

Актуальность проблемы исследования воли у подростков обуславливается потребностями целого ряда социальных институтов, напрямую включенных в процесс формирования и воспитания высокоорганизованной личности.

Ученые, изучающие психологию подросткового возраста, отмечают преобладание у подростков эмоциональной сферы над волевой, что выражается, к примеру, в эмоциональной неустойчивости, раздражительности, в том числе враждебности и агрессивности. В этот возрастной период сильно выражено желание находить доводы в пользу эмоционально наиболее привлекательного поведения за счет поведения необходимого, требуемого, т. е. у подростков сильные эмоции значительно чаще, чем у взрослых, блокируют разумное решение. Родители и педагоги оказывают влияние на формирование и развитие личности подростка, поэтому такое пристальное внимание уделяется вопросам формирования и воспитания воли в этом возрасте.

Для определения уровня самооценки спортсменов разных возрастных групп мы использовали анкетирование. Показатели указаны в баллах, с P – уровнем значимости (p -value). В результате исследования были получены результаты, представленные в Таблице 1:

Целеустремлённость.

У гандболистов на этапе начальной подготовки уровень самооценки развития целеустремлённости в среднем составил – $3,17 \pm 0,04$ балла ($p \leq 0,001$);

У гандболистов тренировочного этапа – $4,02 \pm 0,05$ балла;

У гандболистов этапа спортивного совершенствования – $5,9 \pm 0,05$ балла.

Полученные данные говорят о том, что спортсмены 14-17 лет умеют ставить и подчинять себя достижению поставленной цели и имеют ясную перспективу цель спортивного совершенствования, в отличии от спортсменов 10-13 лет и младшего возраста, где план составляется тренером. При этом цели будут ставиться на недолгосрочный период.

Это объясняется тем, что подростки и младшие спортсмены в основном проявляют настойчивость и упорство в интересной работе, а спортсмены старшего возраста уже сознательно преодолевают и преодолевают различные трудности и состояния, чтобы добиться поставленной цели.

Таблица 1 Показатели уровня развития волевых качеств у гандболистов разных этапов спортивной подготовки (в баллах)

№	Качества	Возрастные показатели; Статистические показатели (X, m, S)			Достоверность различий по t-критерию Стьюдента		
		Этап НП	Этап УТ	Этап СС	1-2	1-3	2-3
1	Целеустремлённость	3,17 0,04 0,15	4,02 0,05 0,17	5,9 0,05 0,18	12,2 0,001	39,7 0,001	25,9 0,001
2	Настойчивость и упорство	3,9 0,05 0,19	4,2 0,04 0,15	5,2 0,06 0,22	4,6 0,01	25,6 0,001	15,1 0,001
3	Решительность и смелость	4,5 0,04 0,15	5,9 0,05 0,18	4,1 0,04 0,14	25,6 0,001	12,5 0,001	33,5 0,001
4	Выдержка и самообладание	3,8 0,07 0,25	3,2 0,04 0,15	4,6 0,06 0,21	7,4 0,01	8,5 0,01	19 0,001
5	Самостоятельность и инициативность	1,5 0,03 0,14	4,8 0,05 0,18	4,9 0,05 0,18	51,7 0,001	51,7 0,001	0,01 0,05

Смелость и решительность.

Проявление смелости и решительности у исследуемых спортсменов мы выявляли с помощью метода анкетирования и вычисляли с помощью программы математической статистики по t-критерию Стьюдента.

Было установлено, что у гандболистов на этапе начальной подготовки данные качества оцениваются в $4,5 \pm 0,04$ балла; игроки тренировочного этапа имеют показатель $5,9 \pm 0,05$ балла, а спортсмены старшего возраста – $4,1 \pm 0,04$ балла, с уровнем значимости $p \leq 0,001$.

Качество смелости и решительности оценивается выше у спортсменов тренировочного этапа по сравнению с игроками начальной подготовки, а также по сравнению со спортсменами этапа спортивного совершенствования.

Это можно объяснить тем, что гормональный фон еще не стабилен в подростковом возрасте (как раз период полового созревания) процессы возбуждения преобладают над процессами торможения по внешнему балансу, что влияет на высокий уровень смелости.

Выдержка и самообладание.

Проявление выдержки и самообладания у спортсменов мы выявляли так же с помощью метода анкетирования и вычисляли с помощью программы математической статистики, по t-критерию Стьюдента.

У гандболистов на этапе начальной подготовки уровень – $3,8 \pm 0,07$ балла;

У гандболистов на тренировочном этапе - $3,2 \pm 0,04$ балла;

У гандболистов на этапе спортивного совершенствования - $4,6 \pm 0,06$ балла, с уровнем значимости $p \leq 0,001$.

Достоверно выше оценки таких волевых качеств, как выдержка и самообладание у спортсменов этапа спортивного совершенствования, т.к. в этом возрасте они уже умеют управлять своими действиями, владеть своими чувствами, в отличие от спортсменов этапа начальной подготовки и тренировочного этапа. Но у спортсменов этапа начальной подготовки это качество проявляется выше вследствие подчинения предъявляемых к нему требований взрослых.

Самостоятельность и инициативность.

Проявление самостоятельности и инициативности у исследуемых спортсменов мы выявляли с помощью метода анкетирования и вычисляли с помощью программы математической статистики.

У гандболистов на этапе начальной подготовки – $1,5 \pm 0,03$ балла, с уровнем значимости $p \leq 0,001$;

У гандболистов на тренировочном этапе и у гандболистов на этапе спортивного совершенствования – $4,8$ и $4,9 \pm 0,05$, с уровнем значимости $p \geq 0,05$.

По результатам самооценки спортсмены тренировочного этапа и спортсмены этапа спортивного совершенствования в большей степени обладают самостоятельностью и инициативностью, чем спортсмены этапа начальной подготовки. Это указывает на то, что они еще не умеют проявлять независимость в решениях и действиях, но могут проявлять находчивость и сообразительность.

Настойчивость и упорство.

Проявление настойчивости и упорства у исследуемых спортсменов мы выявляли с помощью метода анкетирования и вычисляли с помощью программы математической статистики.

У гандболистов на этапе начальной подготовки уровень $3,9 \pm 0,05$ балла, $p \leq 0,01$;

У гандболистов на тренировочном этапе $4,2 \pm 0,04$ балла, $p \leq 0,001$;

У гандболистов на этапе спортивного совершенствования $5,2 \pm 0,06$, $p \leq 0,001$.

Выводы

Таким образом, сравнительный анализ самооценки волевых качеств спортсменов разных возрастных групп выявил, что спортсмены этапа спортивного совершенствования более высоко оценивают свои качества целеустремленности, настойчивости и упорства, выдержки и самообладания по сравнению со спортсменами начального этапа подготовки и тренировочного этапа. И, наоборот, качества смелости и решительности у спортсменов этапа спортивного совершенствования оцениваются ниже, чем у спортсменов начального этапа подготовки и тренировочного этапа. Кроме того, анализ собственных оценок развития волевых качеств спортсменов выявил достоверные различия между разными возрастными группами. Это указывает на разновременность (гетерохронность) возрастной динамики волевых качеств.

Также можно говорить о том, что чем старше спортсмены, тем большую роль может играть мотивация достижения проявления ими волевых качеств, связанных с достижением цели, т.е. в проявлении целеустремленности.

Таким образом, все вышеприведенные результаты исследования говорят о том, что формирование и развитие волевых качеств связаны с исследованиями, в которых нельзя забывать про индивидуальные особенности, а также необходим учет возрастной динамики развития волевых качеств.

Список литературы:

1. Бабушкин Г.Д., Смоленцова В.Н. Психология физической культуры и спорта: учебник для высших учебных заведений. Омск: СибГУФК, 2007. 270 с.
2. Кербель Л.А., Саутина О.П. Воспитание волевых качеств в процессе занятий физическими упражнениями // Формирование волевых качеств учащейся молодежи в процессе физического воспитания. М., 1982. 120 с.
3. Максачук Е.П. Целеустремлённость юных спортсменов и пути её формирования в условиях ДЮСШ // Учёные записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2013. № 4 (98). С. 86-88.
4. Нестеровский Д.И. Теория и методика баскетбола: учебник для студ. учреждений высш. образования. М.: Издательский центр «Академия», 2014. 348 с.