

## РАЗВИТИЕ ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ СТУДЕНТОВ ТЕХНИЧЕСКОГО ВУЗА СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Захарова А.В.<sup>1</sup>, Яшкина Е.М.<sup>1</sup>, Ожиганова М.В.<sup>1</sup>, Смирнова И.А.<sup>1</sup>

<sup>1</sup>ФГБОУ ВО «Тюменский индустриальный университет», Тюмень, e-mail: teacher2017tiu@mail.ru

В статье предлагается анализ особенностей использования средств системы физического воспитания для формирования волевых качеств студентов технических вузов. В частности, анализируются особенности студентов технических вузов как будущих профессионалов, предъявляются требования к их личностным характеристикам. Волевые качества рассматриваются в качестве достаточно важного фактора достижения успеха в различных областях профессиональной деятельности. Продемонстрированы варианты использования средств физического воспитания для развития волевых качеств студентов технических вузов при учете уровня их физической подготовленности. В этой связи были изучены возможности организации программы физических нагрузок для студентов с разным уровнем физической подготовленности. Отдельное внимание уделено особенностям и условиям развития волевых качеств, возможности организации процесса их развития, исходя из рассмотрения указанных качеств как интегративных характеристик личности. Проанализированы особенности отображения результатов физкультурных занятий студентов технических вузов как средства мотивации и наглядного отображения их спортивных результатов, косвенно влияющего на формирование волевых качеств. Предложена система оценки динамики спортивных результатов студентов вуза как средства развития их целеустремленности, силы воли и стойкости воли – основных, выделяемых в научной литературе, волевых качеств.

Ключевые слова: физическое воспитание; волевые качества; развитие воли; студенты; технический университет.

## DEVELOPMENT OF THE VOLITIONAL QUALITIES OF STUDENTS OF A TECHNICAL UNIVERSITY BY MEANS OF PHYSICAL EDUCATION

Zakharova A.V.<sup>1</sup>, Yashkina E.M.<sup>1</sup>, Ozhiganova M.V.<sup>1</sup>, Smirnova I.A.<sup>1</sup>

<sup>1</sup>FGBOU VO "Tyumen industrial University", Tyumen, e-mail: teacher2017tiu@mail.ru

Analysis of the features of use of means of physical education system for formation of volitional qualities of students of technical universities is proposed in the article. In particular, the features of students of technical universities, as future professionals, are analyzed; requirements are imposed on their personal characteristics. Volitional qualities are presented as a rather important factor in achieving success in various areas of professional activity. Variants of use of means of physical education for strong-willed qualities development of students of technical universities at the account of level of their physical readiness are shown. In this regard, the possibilities of organizing a program of physical activity for students with different levels of physical fitness were studied. Special attention is paid to the features and conditions of their volitional qualities development, the possibility of organizing the process of their development, based on the consideration of these qualities as integrative characteristics of the individual. Features of display of results of physical training of students of technical universities as means of motivation and the visual display of their sports results indirectly influencing formation of strong-willed qualities are analyzed. System of evaluation of the dynamics of sport performance of students as a means of developing the main strong-willed qualities (their sense of purpose, strength of will and firmness of will), allocated in the scientific literature, was proposed.

Keywords: physical education, volitional qualities, will development, students, technical university.

Воля является достаточно специфической интегративной характеристикой личности, формируемой под влиянием комплекса психологических и социальных факторов. Это обуславливает интерес к изучению воли и волевой сферы личности со стороны психологов, социологов и педагогов, а также многообразие подходов к трактовке воли.

Исследование воли осуществляли еще философы Древней Греции. Например, Аристотель рассматривал волю как процесс, который имеет общественную природу. Волевые решения, способность их принятия он связывал с пониманием со стороны человека своих обязанностей перед обществом. Волевыми Аристотель называл только те действия, которые совершаются человеком по разумному стремлению. Волевые действия человека направлены на построение его будущего, и в них присутствует определенный прогноз результата и разумный расчет [1].

По Сократу, каждый человек обладает высшим разумным сознанием, направленным к совершенствованию, добру и истине. Именно это разумное сознание он называл волей. Счастье для человека состоит, главным образом, в устранении противоречия между личной выгодой и общественным бытием, и воля выполняет именно эту функцию. Напротив, акцент внимания человека на собственных интересах, их противопоставление интересам общества или своих ближних ведут к дисгармонии, душевному разладу и усложнению отношений с обществом [2].

Сократ также является одним из основоположников учения о доброй и справедливой природе воли каждого человека. Придавая в своих учениях особое значение только природной предрасположенности, он считал долгом каждого человека быть волевым, так как это заложено самой природой. Сократ видел в следовании воле наиболее верный и точный путь проявления возможностей и способностей человека в самопознании. Он говорил о том, что «кто знает себя, тот знает, что полезно для него, и понимает, что он может и не может». Под «знанием себя» Сократ подразумевал не только совершенствование разума, но и знание своего физического тела, в том числе и факторов, полезных и вредных для него. Фундаментальную задачу любого наставника Сократ видел в том, чтобы пробуждать здоровые, мощные душевные силы, то есть волю своего ученика.

В Средние века проблема воли человека практически не поднималась. Это обусловлено тем, что человек в этот период мыслился как воплощение воли бога, существо, покорное богу и не имеющее собственных устремлений, кроме тех, которые угодны высшему разуму. Все действия человека, согласно философии Средних веков - это выражение воли бога, а не его собственной. Лишь с развитием антропоцентризма эпохи Возрождения за человеком вновь было признано право на проявление собственной воли [3].

Некоторое время воля рассматривалась не как самостоятельный объект изучения, а как элемент свободы воли. Такая позиция философов господствует вплоть до Нового времени. Проблему свободы воли рассматривал, например, Р. Декарт [4].

Выделение воли в самостоятельный объект изучения осуществил в рамках своей концепции В. Вундт, который рассматривал волевой процесс в качестве аффективного процесса [5]. При этом В. Вундт выделил два вида волевых процессов:

1. Подлинные аффекты – это аффекты, которые возникают в рамках обычного течения чувств, прекращающиеся без определенного результата.

2. Волевые действия, представляющие собой изменение общего состояния чувств и представлений человека. Волевые действия имеют конкретный конечный результат, который проистекает из цели.

Структура волевой сферы человека, по В. Вундту, включает разного рода волевые мотивы, подготавливающие какое-либо волевое действие. Волевой мотив также является многокомпонентным и имеет два аспекта: основание для возникновения мотива и какая-либо побудительная причина. Основание мотива – это представление какой-либо цели или предмета, а чувства, которые связаны с ним – это побудительная причина воли [5].

Интересно, что В. Вундт даже импульсивные действия относил к числу волевых процессов. Кроме того, В. Вундт подразделял волевые процессы человека на простые и сложные. По его представлению, простой процесс имеет лишь один мотив (ввиду чего в нем отсутствует борьба мотивов), а сам простой волевой процесс выступает лишь сильным импульсивным действием. Сложный волевой процесс, по В. Вундту, представляет собой фактически тот волевой процесс, который изучается на современном этапе. Сложный волевой процесс имеет два и более мотива, которые могут быть как однонаправленными, так и противоречить друг другу. То есть в сложном волевом процессе может присутствовать борьба мотивов.

Следующим шагом в исследовании воли и волевой сферы стало изучение психологии воли, и при исследовании психологии воли особое место занимает концепция У. Джеймса [6].

Для У. Джеймса волевые качества являются основными качествами, которые опосредуют формирование и развитие иных личностных качеств.

Исследуя психологические процессы воли, У. Джеймс указывал на то, что волевые действия и движения человека представляют собой производную, а не первичную функцию. При этом У. Джеймс говорил о том, что волевые движения являются во всех случаях преднамеренными и составляют заведомо объект цели и желаний, а совершаются всегда с осознанием того, какими они должны быть.

Также У. Джеймс выделил предпосылки развития воли и волевых качеств, в частности наличие цели и плана ее достижения, наличие совокупности идей и представлений

о желаемом результате, наличие ресурсов для реализации действий по достижению результата.

Волевые качества являются достаточно важным фактором достижения успеха в различных областях профессиональной деятельности, ввиду чего процесс их развития, а также анализ методов и средств этого процесса приобретает особую актуальность [7].

В то же время сегодня при обучении в вузах не ставится задача воспитания волевых качеств личности, поскольку сам уровень воспитательной работы в высших учебных заведениях (в силу возрастных особенностей обучающихся) сравнительно низкий. В этой связи процесс формирования волевых качеств студентов сегодня осуществляется стихийно, хаотично и зачастую не приводит к положительным результатам [8].

Недостаточный уровень сформированности волевых качеств у студентов в процессе обучения может приводить к недостаточно высокому уровню ответственности и эффективности в процессе будущей профессиональной деятельности. В этой связи на формировании волевых качеств студентов сегодня необходимо сделать особый акцент.

При этом сегодня важным является поиск условий, методов и средств развития волевых качеств у студентов в рамках достаточно высокой их загруженности при обучении в вузе. Одним из таких ресурсов, которые позволяют формировать волевые качества студентов вузов, может являться физическое воспитание.

Цель исследования: анализ потенциала физического воспитания в развитии волевых качеств студентов вузов (на примере студентов технических вузов).

#### **Материал и методы исследования**

В качестве методов исследования приняты методы сравнительного анализа, индуктивный метод, анализ и обобщение данных из литературных источников, анализ методической литературы.

Под понятием волевых качеств понимается достаточно широкий спектр характеристик личности. Ряд авторов связывают их с упорством и настойчивостью. В некоторых исследованиях существует показанная взаимосвязь волевых качеств и направленности личности.

#### **Результаты исследования и их обсуждение**

Однако наиболее часто встречающимся в научной литературе является выделение трех основных волевых качеств: целеустремленности (умения ставить цели и не отказываться от их достижения при возникновении трудностей), силы воли (способности к максимальному проявлению волевого усилия при возникновении трудностей или препятствий в конкретный момент времени) и стойкости воли (способности поддерживать волевое усилие при наличии трудностей или препятствий сравнительно длительное время).

Можно отметить, что все указанные качества объединяет два фактора:

- 1) они проявляются при наличии трудностей или препятствий и при преодолении таковых;
- 2) они являются интегративными характеристиками личности.

Первое условие подразумевает, что развитие волевых качеств во всех случаях связано с таким педагогическим условием, как наличие трудностей, созданных искусственно либо естественных. Второе условие предполагает, что процесс формирования волевых качеств (как и процесс формирования иных интегративных характеристик личности) должен быть комплексным.

В этой связи ряд авторов указывают на необходимость применения ресурсов системы физического воспитания при формировании волевых качеств из-за того, что физическое воспитание подразумевает приложение усилий и обуславливает необходимость поддержания высокой самодисциплины. Кроме того, система физического воспитания располагает достаточно большим объемом различных средств и методов, что позволяет формировать и интегративные характеристики личности.

Развитие волевых качеств у студентов технических вузов имеет некоторые особенности. Прежде всего, для данной группы обучающихся достаточно важным является развитие таких качеств, как высокая самодисциплина и стойкость воли, поскольку их будущая профессиональная деятельность напрямую связана с длительной работой, согласованием незначительных деталей и сверкой данных.

Для студентов технических вузов достаточно важны такие качества, как усидчивость, длительное поддержание высокого уровня внимания, настойчивость и дисциплина. Тем самым обусловлена необходимость целенаправленного формирования волевых качеств у студентов технических вузов.

Следует отметить, что формирование и развитие волевых качеств средствами физической культуры должно отвечать ряду требований:

- 1) учитывать различную физическую подготовку обучающихся;
- 2) осуществляться систематически;
- 3) подразумевать повышение уровня сложности в процессе планирования упражнений;
- 4) создавать условия преодоления трудностей.

Учитывая перечень указанных условий, способствующих формированию волевых качеств, необходимо подчеркнуть, что физические упражнения в рамках системы физического воспитания необходимо подбирать с учетом условий формирования волевых качеств.

В первую очередь целесообразно использование малых форм физической культуры – утренней зарядки, «физкультминутки» и т.д. При этом особый акцент необходимо сделать не столько на сложности или высоком уровне нагрузки в рамках таких упражнений, сколько на регулярности их выполнения.

В частности, включать малые формы физической культуры в режим дня студентов необходимо ежедневно вне зависимости от самочувствия. Объем физических нагрузок должен быть небольшой, а сам процесс выполнения упражнений занимать 5-10 минут. Включение таких ежедневных упражнений в режим дня позволит выработать дисциплинированность, что является важным качеством для студентов технических вузов как в процессе обучения, так и в рамках будущей профессиональной деятельности. Такой подход особенно актуален для обучающихся с низким уровнем физической подготовки, поскольку большие физические нагрузки могут негативно сказаться на их здоровье.

Для студентов, имеющих более высокий уровень физической подготовки (например, длительное время занимающихся в спортивных секциях, кружках и т.д.), целесообразно включать в программу их обычного режима тренировок дополнительные элементы. При этом включение таких элементов должно требовать от студентов дополнительного приложения усилий.

В качестве примера можно привести предложения по освоению новых элементов в избранном виде спорта или смежной спортивной деятельности, включение дополнительных занятий, соревновательного элемента и т.д.

Особую актуальность для развития стойкости воли, как способности проявлять высокое волевое усилие достаточно длительное время, придает включение в программу физического воспитания (в том числе и на занятиях физической культурой в рамках вуза) нетривиальных и трудных элементов для освоения. Это может быть, например, включение акробатических упражнений в программу занятий физической культурой, увеличение нагрузок, организация дополнительных занятий и т.д.

Достаточно важное значение для развития волевых качеств средствами системы физического воспитания имеет включение в программу физической культуры в вузе соревновательного элемента. При этом процесс соревнований должен осуществляться не хаотично (в рамках отдельных эстафет на занятии), а систематически с отображением наглядных результатов.

Для этого актуально использовать балльно-рейтинговые системы оценивания, применяемые в вузах. Каждый студент в рамках такого оценивания должен ставить цель (например, освоение конкретного упражнения, сокращение скорости бега, повышение выносливости и т.д.), планировать процесс его достижения на занятии физической

культурой, а также оценивать процесс достижения цели (при помощи наглядных таблиц, досок или иных вариантов демонстрации спортивных результатов).

Подобный подход позволяет каждому студенту создавать своеобразный «спортивный паспорт», который будет в динамике отражать его достижения конкретных целей на занятиях, а также позволит сопоставить его результаты с результатами других обучающихся.

### **Заключение**

Таким образом, система физического воспитания в вузе позволяет формировать волевые качества у студентов в процессе обучения ввиду того, что она обладает следующими качествами:

- 1) позволяет наглядно демонстрировать результат и его динамику;
- 2) позволяет создать условия для преодоления трудностей;
- 3) позволяет создать условия для постановки цели и ее достижения;
- 4) позволяет создать условия для планирования достижения цели, анализа своего результата.

Также следует отметить, что предложенная система формирования волевых качеств положительно скажется на появлении у студентов универсальных учебных действий, которые необходимы как в процессе обучения, так и в процессе будущей профессиональной деятельности.

Здоровье современной молодежи находится на достаточно низком уровне, что обусловлено распространением вредных привычек, ранних половых связей, гиподинамией (недостатком движения) ввиду того, что молодые люди предпочитают проводить время перед компьютером или телевизором вместо активного отдыха. Это, в свою очередь, напрямую отразится на здоровье будущих поколений и, следовательно, будущего страны, ввиду чего вопросы здорового образа жизни современной молодежи достаточно актуальны.

На современном этапе педагогический процесс выходит за пределы образовательных организаций, ввиду чего особенную актуальность представляет анализ педагогического потенциала иных учреждений, например культуры, спорта, молодежных организаций. При этом педагогика физической культуры и спорта имеет особое значение, поскольку сегодня достаточно значимым направлением воспитания и образования личности выступает привитие ей привычек и навыков ведения здорового образа жизни, регулярных спортивных занятий и т.д.

Кроме того, именно физическая культура и спорт позволяют более интенсивно формировать волевые качества личности, стрессоустойчивость, стремление достигать цели.

## Список литературы

1. Чумаков М.В. Эмоциональные аспекты волевого усилия // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Психология. 2009. № 5 (138). С. 77–86.
2. Джуринский А.Н. История зарубежной педагогики: Учеб. пособие. М.: Издательский дом "Форум": Инфра-М, 1998. 113 с.
3. Володина О.В. Развитие идей гуманистической педагогики в России // Известия Волгоградского государственного педагогического университета. 2013. № 7 (82). С. 139–142.
4. Гололоб Г. Свобода воли: все «за» и «против» // Богословские размышления: Евро-Азиатский журнал богословия. 2008. № 9. [Электронный ресурс]. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/svoboda-voli-vse-za-i-protiv> (дата обращения: 11.02.2019).
5. Идиатулин В.С. Принцип гетерогении целей в образовании // Образование и наука. 2006. № 6 (42). С. 3–9.
6. Сидоров К.Р. Развитие представлений о воле в психологической науке // Вестник Удмуртского университета. Серия «Философия. Психология. Педагогика». 2009. № 2. С. 64–73.
7. Ожиганова М.В., Смирнова И.А. Социальная значимость организации самостоятельных занятий студентов при обучении волейболу // Физкультурно-спортивная и воспитательно-патриотическая деятельность в вузах: инновации в решении актуальных проблем: материалы IV Международной научно-практической конференции (Тюмень, 19 апреля 2018 г.). Тюмень: Издательство Тюменского индустриального университета, 2018. С. 185-187.
8. Калитвенцева И.А., Косенок Т.В., Харичкова Я.О. Формирование морально-волевых качеств студентов колледжей // Научное сообщество студентов: Междисциплинарные исследования: материалы I Международной студенческой научно-практической конференции (Новосибирск, 06 декабря 2011 г.). Новосибирск. 2011. №1. [Электронный ресурс]. URL: [sibac.info/sites/default/files/files/06\\_12\\_12/06.12.2011.pdf](http://sibac.info/sites/default/files/files/06_12_12/06.12.2011.pdf) (дата обращения: 11.02.2019).