

I. ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ВОЛЬОВИХ ТА ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ В ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ

Сергій Сембрат, Володимир Степаненко, Віктор Погребний
Державний вищий навчальний заклад «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»



Анотація

В даній статті йде про теоретичне обґрунтування та експериментальну перевірку засобів і методики формування волевих якостей у молодших школярів в процесі занять фізичною культурою.

Annotation

Speech goes in this article about a theoretical ground and experimental verification of facilities and method of forming of volitional qualities for junior schoolboys in the process of engaged in a physical culture.

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Однією з найбільш складних і значущих у вихованні є проблема волі, в основі якої лежить свідоме спрямування людиною своєї діяльності відповідно до поставлених цілей і завдань, здатність долати перешкоди на шляху їх досягнення.

Формування особистості в процесі фізичного виховання, на думку багатьох авторів [1,4,5,6] пов'язано насамперед з вихованням волі і волевих якостей.

На основі аналізу наукової літератури можна констатувати, що воля, є однією з центральних проблем в історії психолого-педагогічної думки і належить до найскладніших психологічних проблем.

Різноманітність поглядів на психологічну природу волі і волевих якостей доводить наявність труднощів у їх визначенні, а також у розв'язанні методичних проблем. Рекомендації фахівців [1,2,3,7], щодо виховання волі стосуються в основному, спортивної діяльності і не охоплюють вікових аспектів. Не визначені педагогічні умови і не розроблена технологія виховання волі в учнів у процесі навчальної і спортивної діяльності, потребують удосконалення та систематизації уявлення про змістову сутність цього процесу. Усе це вказує на актуальність обраної проблеми і свідчить про необхідність проведення спеціальних досліджень в цьому напрямі.

Мета дослідження полягає в теоретичному обґрунтуванні та експериментальній перевірці засобів і методики формування волевих якостей у молодших школярів в процесі фізичного виховання.

Для реалізації мети були сформульовані такі завдання дослідження:

1. Вивчити стан проблеми формування волі в психолого-педагогічній літературі.
2. Розробити та експериментально перевірити засоби і методику виховання волевих якостей молодших школярів у процесі занять фізичною культурою.

Результати дослідження та їх обговорення.

У процесі формування в учнів рухових навичок на заняттях фізичною культурою передбачалося дотримання таких вимог: заняття починати з простих і доступних вправ, поступово підвищуючи їхню складність; виконувати складні вправи в полегшених умовах і частинами; спочатку освоювати підвідні вправи, які підвищують впевненість учнів у своїх силах і можливостях; забезпечувати належну страховку в процесі виконання складних вправ; використовувати диференційований підхід у процесі оцінки діяльності учнів. При цьому на експериментальних заняттях дотримувалися таких педагогічних умов, які забезпечували систематичне й поступове підвищення об'єктивних і



Таблиця 1

Кореляційна матриця показників вольових здібностей у хлопчиків 7 років

№ п/п	Вольові здібності	1	2	3	4	5	6	7
1.	Дисциплінованість	1						
2.	Самостійність	0,63	1					
3.	Наполегливість	0,64	0,93	1				
4.	Ініціативність	0,44	0,85	0,75	1			
5.	Витримка	0,30	0,21	0,26	0,14	1		
6.	Рішучість	0,55	0,78	0,73	0,78	0,19	1	
7.	Компл. показник волі	0,72	0,95	0,93	0,86	0,38	0,86	1
	Вага значення показника	3,2	4,3	4,2	3,7	1,4	3,8	4,7
	Інформативність	6	2	3	5	7	4	1

суб'єктивних труднощів у процесі фізичної підготовки; формування в учнів упевненості у власних силах; усвідомлення учнями значущості поставленої мети; формування свідомого прагнення до самовдосконалення; своєчасну і об'єктивну оцінку результатів занять фізичною культурою; формування здатності до самоконтролю і самооцінки при виконанні фізичних вправ.

Усе це склало основу розробленої нами технології виховання вольових якостей учнів на заняттях фізичною культурою (Табл. 1).

Технологія передбачає узгодженість процесу виховання вольових якостей з формуванням рухових навичок і розвитком фізичних здібностей, що забезпечується використанням відповідних педагогічних засобів і методичних прийомів. Впровадження в експерименталь-

них класах цієї технології допомогло знайти оптимальні шляхи формування вольових якостей в учнів у процесі занять фізичною культурою.

Основним засобом виховання в учнів витримки і самовладання у процесі занять фізичною культурою були фізичні вправи різної складності та спрямованості, а також ускладнені умови їх виконання. В процесі моделювання виховних ситуацій особливе значення надавалось труднощам, які виникають несподівано, і заздалегідь продуманим і запланованим учителем факторам, що впливають на поведінку учнів. З метою переважного формування таких вольових якостей, як сміливість, рішучість, ініціативність моделювались виховні ситуації, які потребують швидкого і самостійного

Таблиця 2.

Кореляційна матриця показників вольових здібностей у хлопчиків 8 років

№ п/п	Вольові здібності	1	2	3	4	5	6	7
1.	Дисциплінованість	1						
2.	Самостійність	0,56	1					
3.	Наполегливість	0,46	0,75	1				
4.	Ініціативність	0,42	0,88	0,81	1			
5.	Витримка	-0,05	0,25	0,63	0,40	1		
6.	Рішучість	-0,04	0,66	0,65	0,63	0,58	1	
7.	Комп. показник волі	0,44	0,90	0,93	0,91	0,61	0,80	1
	Вага значення показника	1,9	4,0	4,2	3,8	2,5	3,9	4,5
	Інформативність	7	3	2	5	6	4	1

прийняття рішень. Різноманітність виховних ситуацій забезпечувалась в цьому випадку підбором фізичних вправ, пов'язаних із ризиком та індивідуальними завданнями, які ще більше ускладнювали виконання вправ за умов досягнення оптимального результату. Серед фізичних вправ, пов'язаних із ризиком, нами використовувались найрізноманітніші стрибки через штучні та природні перешкоди, пробігання колодою, акробатичні вправи, боротьба за верхні м'ячі з рівними суперниками у спортивних іграх тощо.

Також, з метою вивчення взаємозв'язків вольової сфери, фізичної підготовленості, фізичного розвитку і інтелектуальних здібностей хлопчиків та дівчаток 7-8 років була розрахована множинна кореляційна залежність між 20-ма показниками. Проведений нами аналіз кореляційних взаємозв'язків між показниками вольових здібностей у хлопчиків 7-ми років показав високу ступінь їх взаємозалежності у цьому віковому періоді.

Так, у віці 7 років у хлопчиків найтісніше взаємопов'язані між собою на рівні (0,6-0,9) такі вольові здібності як самостійність, наполегливість, ініціативність, рішучість і комплексний показник волі.

Необхідно зазначити, що дисциплінованість має дещо слабший зв'язок з вищевказаними здібностями. Звертає на себе увагу той факт, що витримка в цьому віці у хлопчиків не має суттєвого взаємозв'язку з рештою вольових здібностей і її можна розглядати як окрему здібність. Слабкий кореляційний зв'язок витримки з іншими вольовими здібностями можна пояснити високою рухливістю процесів збудження та імпульсивністю. Хлопчики в цьому віці надто рухливі, швидко піддаються впливу емоцій і їм важко стримувати свої пориви, бажання, прагнення до дій та вчинків.

Інформативність показників фізичних і вольових здібностей



визначалась на основі сумарних показників кореляції одного тесту з іншим.

У віці 7 років у хлопчиків з показників вольових здібностей найбільшу інформативність мають комплексний показник волі, самостійність, наполегливість і рішучість. Найменш інформативно значущою є тут витримка.

Що стосується показників фізичної підготовленості хлопчиків 7-ми років, то тут тісно корелюють між собою (0,7-0,8) швидкість руху (біг 30 м), швидкісна витривалість (біг 300 м), швидкісно-силові здібності (стрибок у довжину з місця) і спритність (човниковий біг 15м x 2).

Аналіз кореляційної матриці показників вольових здібностей показав нам, що загальний рівень кореляційної взаємозалежності знижується у дітей 8 років (Табл. 2.). Найтісніший взаємозв'язок спостерігається у хлопчиків між такими вольовими здібностями як комплексний показник волі, самостійність, наполегливість і рішучість (0,7-0,8). Витримка в цьому віці не має зв'язку з іншими здібностями і її можна розглядати як окрему здібність.

Сумарно показник кореляції вольових здібностей у хлопчиків і дівчаток цього віку виявив також найбільшу інформативність комплексний показник волі, самостійність, наполегливість і рішучість.

Що стосується фізичного розвитку, то ці показники тісно пов'язані між собою. Цей факт в нашому

дослідженні не враховувався, оскільки фізичний розвиток на формування вольової сфери суттєво не впливає.

Також необхідно зазначити, що між фізичним розвитком і інтелектуальними здібностями взаємозв'язок не спостерігається.

Отримані дані інформаційної значущості восьми показників фізичної підготовленості дітей 7-ми і 8-річного віку дозволяють включити до змісту контролю чотири найбільш значимих тестів, які характеризують швидкість (біг 30 м), швидкісно-силову здібність (стрибок у довжину з місця), швидкісну витривалість (біг 300 м), спритність (човниковий біг 15м x 2), а з показників вольових здібностей три: самостійність, наполегливість і рішучість.

Висновки:

1. Тісний взаємозв'язок і висока інформативність комплексного показника волі вказує на те, що формування однієї вольової здібності має позитивний вплив на інші здібності, тобто мовиться про можливість формування волі загалом.
2. Необхідно відзначити в окремих випадках однакову інформативність показників як в хлопчиків так і у дівчаток і, що найменш інформативним в кожному віковому періоді є витримка.
3. Результати кореляційного аналізу, дані вікової динаміки показників фізичних і вольових здібностей підтверджують до-

речність у плануванні засобів для поєднаного розвитку фізичних і вольових здібностей.

4. Основними педагогічними засобами формування фізичних і вольових здібностей на заняттях з фізичної культури є фізичні вправи, які можна розглядати як своєрідні і суб'єктивні труднощі.

Подальші дослідження необхідно спрямувати на вивчення та аналіз вікової динаміки та взаємозв'язок фізичних і вольових якостей дітей середнього шкільного віку.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бех І.Д. Від волі до особистості. – К., 1995. – 202 с.
2. Выготский Л.С. Проблема воли и ее развитие в детском возрасте // Собр. соч. – 1982. – Т.2. – С. 454-466.
3. Высоцкий А.И. Волевая активность школьников и методы ее изучения. – Челябинск, 1979. – 78 с.
4. Ильин Е.П. Психология воли. – Сб: Изд-во „Питер”, 2000. – 288 с.
5. Колесов Д. В. Воля и нравственность // Советская педагогика. – 1990. – № 9. – С. 28-32.
6. Корнилов К.Н. Воля и ее воспитание. – М., 1957. – 25 с.
7. Рудик П.А. Психологические основы морально-волевой подготовки спортсменов // Проблемы психологии спорта. – М., 1962. – С. 9-19.

