

## ЗМАГАННЯ ЯК ЗАСІБ ФОРМУВАННЯ ВОЛЬОВИХ ЯКОСТЕЙ УЧНІВ

*А. Г. Штонда*

Фізична культура і спорт є ефективними засобами виховання фізично і духовно здорового молодого покоління. Багаторічні наукові дослідження доводять, що заняття фізичною культурою і спортом здійснюють позитивний вплив практично на всі функції і системи організму, є потужним засобом профілактики захворювань, сприяють формуванню морально–вольових і громадянських якостей особистості. Морально–вольові якості особистості: дисциплінованість, рішучість, сміливість, мужність, готовність до подолання великих об'єктивних труднощів і перешкод. Заняття фізичною культурою зміцнюють нервову систему, удосконалюють органи почуттів, нормалізують вагу тіла. Іншими словами вони позитивно сприяють на всі системи і органи тіла людини.

За дослідженнями практиків (С. А. Карасевич, О. М. Семигал, О. М. Шаповал та ін.), систематичні заняття спортом виховують основні вольові якості особистості (наполегливість, дисциплінованість, самостійність, витримку та ін.). Цікавими для нашого дослідження є погляди науковців (І. Д. Бех, Л. С. Виготський, А. І. Висоцький, З. М. Діхтяренко, М. Д. Зубалій, В. В. Івашковський, Є. П. Ільїн, С. М. Рівес, П. А. Рудик, В. І. Селіванов, Б. М. Смірнов, М. В. Тимчик, О. А. Черникова, Т. І. Шульга та ін.), які довели значущість наполегливості для виховання особистості. Але у науково–методичній літературі рекомендації фахівців щодо виховання наполегливості (М. І. Брихцин, П. А. Рудик, В. І. Селіванов та ін.) стосуються суто спортивної діяльності, і, як правило, не враховують вікові аспекти та не містять у собі цілісної методики виховання в дітей наполегливості.

Зазначимо, що успіх вихованості наполегливості залежить і від батьків. Дослідження показують, що батьки, які прагнуть дати дитині всебічний розвиток і при цьому ставлять до неї досить високі вимоги, можуть розраховувати на те, що у дитини не буде вагомих проблем з вольовою регуляцією діяльності. Такі недоліки вольової поведінки молодших школярів, як капризи і упертість, що спостерігаються у дитинстві, відбуваються через скоєних батьками помилок у вихованні наполегливості дитини. Якщо батьки в усьому прагнуть догоджати дитині, задовольняють кожне її бажання, не ставлять перед нею вимоги, які повинні беззастережно нею виконуватися, чи не привчають її стримувати себе, то, швидше за все, згодом у дитини буде спостерігатися недостатність вольового розвитку. Необхідною умовою виховання дитини у сім'ї є формування у неї свідомої дисципліни.

Робіт присвячених формуванню у школярів морально–вольових якостей у спорті порівняно мало (С. А. Алексєєв, Н. М. Богатирьов, Ю. І. Зотов, В. Н. Казанцев, Ю. П.

Мальцев, А. І . Міхеєв, В. П. Шевченко та ін.) На експериментальному матеріалі розкривається зв'язок між моральними якостями вихованців та рівнем їх самостійності (Н. М. Богатирьов), ставленням до моральних знань (Ю. І. Зотов), змістом моральних ідеалів.

Дослідження ролі занять спортом показує, що вони вдосконалюють у школярів цілі та мотиви самовиховання, виникнення нових потреб, збагачують почуття, розвивають емоційну сферу, вміння адекватно оцінювати вчинки свої та товаришів. Формування у підлітків нових психічних якостей обумовлює подальше ускладнення, збагачення та підвищення ефективності самовиховання. При цьому, вольова активність підлітка є необхідним компонентом, метою, результатом, головним двигуном всього навчально–тренувального процесу. Виступаючи як умова і засіб процесу самовиховання, воля, у свою чергу, загартовується, направляючи потенційні резерви особистості підлітка на вирішення завдань самовиховання, на подолання виникаючих перешкод. Тільки певний рівень розвитку волі дозволяє особистості підлітка виконувати роль необхідного імпульсу до початку процесу морального самовиховання. Вольові якості – це відносно стійкі, незалежні від конкретної ситуації психічні утворення, що засвідчують досягнутий особистістю рівень свідомої саморегуляції поведінки, її влади над собою. До їх числа відносять: мужність, цілеспрямованість, рішучість, самостійність, наполегливість, ініціативність, витримку тощо. Є. П. Ільїн поділяє ситуативні вияви волі і вольові якості особистості. Перші виникають як природна реакція психіки на певні ситуації, коли людина змушена через зовнішні причини виявляти свою волю; другі – це відносно стійкі стани людини, які активізуються і виявляються в більшості однотипних ситуацій.

Однією з умов підвищення ефективності формування у підлітків морально–вольових якостей при заняттях спортом є взаємодія суб'єктів діяльності, що входять до складу педагогічної системи «учень – педагог (тренер) – дитячий спортивний колектив». Моральна свідомість і поведінка дітей формується постійним особистим прикладом педагога, його моральним виглядом, вчинками і діями. І. Бех із цієї нагоди зазначає, що успішно формувати й керувати процесом морального становлення педагог зможе тоді, коли він буде не тільки фахівцем, а й матиме особистісні характеристики, які визначатимуть очікуваний результат, інакше кажучи, він мусить у першу чергу виховувати своєю особистістю. Особистий приклад педагога впливає на учнів незалежно від його волі і бажання. Учні постійно спостерігають, як педагог тримає себе під час навчально–тренувальних занять, змагань і в житті, як він одягнений, як поводить з оточуючими людьми. Їх цікавить, як він відгукується на ту або іншу подію, як ставиться до своїх обов'язків. Особливо високо цінується у педагогів, на думку О. Деркача, О. Ісаєва, А. Тер–Ованесяна, І. Тер–Ованесяна,

цілісність характеру, вимогливість до себе і інших, завзятість і наполегливість у досягненні поставленої мети, вміння будувати взаємин з учнями, яке ґрунтується на єдності цілі, високому ступені взаєморозуміння. Ці якості значно підвищують силу виховної дії педагога.

При заняттях спортом підлітків, де формуються такі моральні якості як відповідальність за свої вчинки і поведінку своїх товаришів, глибока зацікавленість у загальному успіху, сила волі, прагнення до досягнення високих результатів. Поряд з цим заняття спортом дозволяють школярам розвивати у себе швидкість, спритність, силу, завзятість. Для реалізації цих цілей педагогу–тренеру необхідно докласти чимало зусиль, спрямованих на розвиток у юних спортсменів здатності до постановки життєва важливих цілей, вміння співвідносити їх з моральними цінностями суспільства, приймати усвідомлені етичні рішення, проявляти морально–вольову готовність до подолання труднощів.

Важливо, щоб кожен учень усвідомив необхідність фізичної підготовки, прагнув оволодіти знаннями про шляхи та засоби фізичного вдосконалення. Фізична підготовка – це педагогічний процес, спрямований на виховання фізичних якостей і розвиток функціональних можливостей, що створюють сприятливі умови для вдосконалення всіх сторін підготовки. У завдання загальної фізичної підготовки входить сприяння зміцненню здоров'я та гармонійного розвитку і вдосконаленню життєва важливих рухових навичок. Для того щоб загартувати свою волю, необхідно повсякденно боротися з розкиданістю, безголовістю у праці і побуті. Одним із суттєвих умов ґарту волі підлітку є систематичні заняття спортом. Подолання труднощів при заняттях фізичною культурою є справжньою тренуванням не тільки м'язів підлітка, але і його морально–вольових якостей. Прийоми виховання волі можуть бути різноманітними, але всі вони включають дотримання наступних умов. Починати виховання волі слід з придбання звички долати порівняно незначні труднощі. Систематично долаючи спочатку невеликі труднощі, а з часом і значні, людина тренує і загартовує свою волю. Необхідно кожен перешкоду розглядати як «невзяту фортецю» і робити все можливе, щоб подолати його, «взяти» цю «фортецю».

Виховання морально–вольових якостей є частиною самовдосконалення особистості і, отже, має здійснюватися відповідно до його правилами і перш за все – з розробкою програми самовиховання «сили волі». Одним з найбільш ефективних шляхів формування морально–вольових якостей є використання засобів фізичного виховання. Систематичні фізичні вправи успішно дозволяють такі завдання, як зміцнення здоров'я, загартовування організму, всебічний фізичний розвиток. Різноманітні фізичні вправи не тільки вдосконалюють фізичну підготовку учнів, а й виховують емоційно–вольову сферу. Тому

заняття фізичною культурою і спортом – необхідна умова для розвитку особистості підлітка.

**Література:**

1. Архангельський Н. В. Цінності і виховання. М.: Педагогіка, 1999.
2. Бріхцін М. Воля і вольові якості /М.Бріхцін// Психологія особистості в соціалістичному суспільстві. № 4. 1999.
3. Виноградова Н. Д. Морально–вольові якості особистості. М., 1997.
4. Івашкин В. С. Природа и психологические механизмы волевых усилий / / Проблемы психологии воли. Рязань, 1999. С. 19–23.
5. Ільин Є. П. Психология воли. СПб, 2000.
6. Мілютіна К. Л. Особливості емоційно–вольової регуляції в умовах внутрішнього конфлікту. Київ, 1998. С. 16–21.
7. Пуни А. Ц. Психологические основы волевой подготовки в спорте. М., 1997.
8. Рудик П. А. Психология воли спортсмена. М., 1993.