

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.6\(179\).39](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.6(179).39)
УДК 37.016:796]:[796.012.1:159.947-053.5

Сембрат С.В.
кандидат наук з фізичного виховання та спорту,
доцент кафедри спортивних ігор Університету
Григорія Сковороди в Переяславі, м. Переяслав
orcid.org/0000-0002-8589-6007
Троценко В.В.
кандидат педагогічних наук,
доцент кафедри спортивних ігор Університету
Григорія Сковороди в Переяславі, м. Переяслав
orcid.org/0000-0003-1109-0534

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ФІЗИЧНИХ ТА ВОЛЬОВИХ ЯКОСТЕЙ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ В ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ

Сембрат С.В., Троценко В.В. Взаємозв'язок фізичних та вольових якостей дітей молодшого шкільного віку в процесі занять фізичною культурою. У статті розглядаються педагогічні проблеми теорії та практики фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку. Проаналізовано взаємозв'язок фізичних і вольових якостей дітей молодшого шкільного віку під час занять фізичною культурою.

Проведений теоретичний аналіз переконливо свідчить, що однією з найбільш складних і значущих проблем виховання є проблема волі, основою якої є свідоме спрямування своєї діяльності відповідно до визначених цілей і завдань, уміння долати перешкоди, шлях до них.

Різноманітність поглядів на психологічну природу волі та вольових якостей доводить наявність труднощів як у їх визначенні, так і у вирішенні методичних проблем.

Виникло декілька наукових напрямків, які по-різному трактують психологічну природу волі: воля як спонукання, воля як довільне регулювання, воля як свобода вибору, воля як довільне управління діяльністю та поведінкою. Розглядаючи заповіт на основі цих варіантів тлумачення, різні автори стали прихильниками кількох підходів водночас. Багато психологів розуміють силу волі як психологічний механізм, який допомагає долати перешкоди. Як вольові якості визначаються конкретні прояви волі, засновані на характері перешкод, що долаються;

Рекомендації експертів щодо виховання в основному стосуватимуться занять спортом і не охоплюватимуть вікових аспектів. Не визначені педагогічні умови і не розроблена технологія виховання волі учнів у процесі навчально-спортивної діяльності, що потребує вдосконалення та узгодження уявлення про змістовний характер цього процесу.

Так, у загальноосвітніх школах на уроках фізичної культури рухове навчання та функціональне навантаження недостатньо відповідають вирішенню навчальних завдань.

Ключові слова: воля, фізичні та вольові якості, молодший шкільний вік.

Sembrat S.V., Trotsenko V.V. Interrelationship of physical and volitional qualities of children of primary school age in the process of physical education. The article deals with the pedagogical problems of the theory and practice of physical education of children of primary school age. The relationship between the physical and volitional qualities of children of primary school age during physical education classes is analyzed.

The conducted theoretical analysis convincingly shows that one of the most complex and significant problems of education is the problem of will, the basis of which is the conscious direction of one's activity in accordance with the defined goals and tasks, the ability to overcome obstacles, the way to them.

The variety of views on the psychological nature of the will and volitional qualities proves the existence of difficulties both in their definition and in solving methodological problems.

Several scientific directions have emerged that interpret the psychological nature of will in different ways: will as a drive, will as arbitrary regulation, will as freedom of choice, will as arbitrary management of activity and behavior. Examining the will based on these interpretation options, various authors have become supporters of several approaches at the same time. Many psychologists understand willpower as a psychological mechanism that helps overcome obstacles. Specific manifestations of will based on the nature of the obstacles to be overcome are defined as volitional qualities;

The recommendations of experts on upbringing will mainly concern sports activities and will not cover age aspects. Pedagogical conditions have not been defined and the technology for raising the will of students in the process of educational and sports activities has not been developed, which requires improvement and harmonization of the idea of the meaningful nature of this process.

Thus, in secondary schools, in physical education classes, motor training and functional load do not sufficiently correspond to the solution of educational tasks.

Key words: will, physical and volitional qualities, younger school age.

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 вольових 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 вольових 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 вольових 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 вольових якостей молодших школярів у процесі занять фізичною культурою.

Виклад основного матеріалу дослідження.

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 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).

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.

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

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

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 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 вище вказаними здібностями. Звертає на себе увагу той факт, що витримка в цьому віці у хлопчиків не має суттєвого взаємозв'язку з рештою вольовими здібностями і її можна розглядати як окрему здібність. Слабкий кореляційний зв'язок витримки з іншими вольовими здібностями можна пояснити високою рухливістю процесів збудження і 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 значимою являється 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.

Сумарний показник кореляції вольових здібностей у хлопчиків і дівчаток цього віку показав 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, так як фізичний розвиток на формування вольової сфери суттєво не впливає.

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

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

Отримані дані інформаційної значимості восьми показників фізичної підготовленості дітей 7-ми і 8-річного віку дозволяють включити в зміст 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: Тісний взаємозв'язок і висока інформативність комплексного показника волі вказує на те, що формування однієї вольової здібності має позитивний вплив на інші здібності, тобто мова йдеться про можливість формування волі загалом.

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.

Результати кореляційного аналізу, дані вікової динаміки показників фізичних і вольових здібностей підтверджують доречність у плануванні засобів для поєданого розвитку фізичних і вольових здібностей.

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.

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

Література

1. Артюшенко А.О. Виховання вольових якостей в учнів середнього шкільного віку в процесі занять фізичною культурою: Автореф. дис... канд. – К., 2003. – 20 с.
2. Бех І.Д. Від волі до особистості. – К., 1995. – 202 с.
3. Волков Л. В. Теория и методика детского и юношеского спорта / Л. В. Волков. – Киев : Олимп. лит., 2002. – 296 с.
4. Волков Л. Молодий шкільний вік: виховна спрямованість занять фізичною культурою і спортом : навч. посіб. / Л. Волков, В. Голуб, П. Коханець. – К. : Освіта України, 2008. – 120 с.

5. Волков Л. В. Спортивна підготовка молодших школярів : [навч. посіб.] / Л. В. Волков. – К. : Освіта України, 2010. – 390 с.
6. Карпенчук С. Г. Теорія і методика виховання : навч. посіб. – К. : Вища шк., 1997. – С. 282.
7. Сембрат С.В. Ігрове спрямування фізичної підготовки дітей молодшого шкільного віку. Автореф. дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 /С.В. Сембрат; - К., 2003. – 22 с.
8. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 1. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2001. – 272 с.

Reference

1. Artyushenko A.O. Education of willpower in middle school students during physical education: Author's abstract. thesis... candidate - K., 2003. - 20 p.
2. Beh I.D. From will to personality. - K., 1995. - 202 p.
3. Volkov L. V. Theory and methods of children's and youth sports / L. V. Volkov. – Kyiv: Olymp. lit., 2002. – 296 p.
4. Volkov L. Younger school age: educational orientation of physical education and sports: education. manual / L. Volkov, V. Golub, P. Kokhanets. - K.: Education of Ukraine, 2008. - 120 p.
5. Volkov L. V. Sports training of junior high school students: [study. manual] / L. V. Volkov. - K.: Education of Ukraine, 2010. - 390 p.
6. Karpenchuk S.G. Theory and methods of education: teaching. manual - K.: Higher school, 1997. - P. 282.
7. Sembrat S.V. Game direction of physical training of children of primary school age. Autoref. dis... Ph.D. sciences in physics education and sports: 24.00.02 /S.V. Sembrate; - K., 2003. – 22 p.
8. Shiyan B.M. Theory and methods of physical education of schoolchildren. Part 1. – Ternopil: Textbook – Bohdan, 2001. – 272 p.

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.6\(179\).40](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.6(179).40)
УДК: 378:796

Смолюк В. І.,
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, Волинський національний університет імені Лесі Українки, м.Луцьк, <https://orcid.org/0000-0003-3119-6539>;
Шевчук А. Б.,
доцент, майстер спорту з веслування на байдарках та каное, Заслужений тренер України, Волинський національний університет імені Лесі Українки, м.Луцьк, <https://orcid.org/0000-0002-6268-8555>;
Мудрик Ж. С.,
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, майстер спорту з легкої атлетики, суддя національної категорії з легкої атлетики; Волинський національний університет імені Лесі Українки, м.Луцьк, <https://orcid.org/0000-0003-4263-3829>;
Чайковський Д. Й.
асистент, Волинський національний університет імені Лесі Українки, м.Луцьк, <https://orcid.org/0009-0008-9603-3937>

ОСОБЛИВОСТІ СУЧАСНОЇ СПОРТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ

У статті висвітлено проблему фізичного виховання учасників освітнього процесу, підвищення їх рухової активності шляхом залучення до спортивної діяльності, зокрема у позанавчальний час. Зосереджено увагу на секційних заняттях здобувачів освіти, де вагоме місце посідають спортивні ігри. Охарактеризовано найрізноманітніший вплив спортивних ігор, зокрема: баскетболу, волейболу, гандболу та футболу на розвиток та вдосконалення фізичних якостей: швидкості, витривалості, спритності, сили. Визначено переваги та перспективи спортивних ігор у фізичному вихованні студентів, розкрито їх значення як каталізатора розвитку не лише фізичних, а й психологічних якостей особистості. Акцентовано увагу на тому, що фізична культура і спорт у навчально-виховному процесі студентів є не лише засобом фізичного розвитку та фізичної підготовленості, а й соціального становлення майбутніх фахівців. Наголошено, що спортивна діяльність здобувачів освіти становить органічну частину загального їх виховання.

Ключові слова: учасники освітнього процесу, фізичне виховання, спортивні ігри, фізичне вдосконалення.

Smolyuk V.I., Shevchuk A.B., Mudryk Zh.S., Tchaikovsky D.Y. Peculiarities of modern sports activities of education seekers. Introduction. The current socio-political system of Ukraine has led to significant changes in the youth's desire for development and improvement, in particular physical. The problem of the low level of physical fitness of students needs an urgent solution. Great opportunities for solving this problem are provided by means of physical education and sports. Therefore, it is important to involve students in sports games. Positive emotions during such classes effectively affect the student's work capacity and functional state. The goal is to highlight the ways to optimize the physical culture and sports activities of students in the conditions of a higher educational institution. Research results. One of the most effective means for fulfilling the tasks of strengthening health, improving the level of physical development and physical fitness of student youth is sports activities, in particular sports games. In the higher education institutions of Ukraine, in particular, in the Volyn National University named after