

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра теоретических основ
физического воспитания

**ВОЛЕВЫЕ КАЧЕСТВА И МЕЖЛИЧНОСТНЫЕ ОТНОШЕНИЯ
ЮНЫХ ПЛОВЦОВ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ
СПОРТИВНОЙ МОТИВАЦИИ**

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

Студентки 4 курса 401 группы

Направление подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование»

Профиль подготовки «Физическая культура»

Института физической культуры и спорта

Чумаевской Яны Романовны

Научный руководитель

к. б.н., доцент

подпись, дата

_____ С.С. Павленкович

Зав. кафедрой

к.м.н., доцент

подпись, дата

_____ Т.А. Беспалова

Саратов 2019

Введение. Воспитание воли спортсмена – одна из центральных задач его психологической подготовки.

Воспитание волевых качеств спортсменов или их волевых проявлений направлено на повышение эффективности спортивной деятельности. Однако волевая подготовка юных спортсменов несомненно имеет и более широкое значение для воспитания личности подрастающего поколения.

Значение волевых качеств в спорте настолько очевидно, что понятие «спортсмен» обычно ассоциируется с понятием «человек сильной воли». В числе основных волевых качеств спортсмена обычно выделяют такие, как настойчивость, целеустремленность, инициативность, решительность, смелость, выдержка и самообладание.

Плавание – отличное средство воспитания волевых качеств. Волевые качества выстраиваются в спортивной борьбе, в стремлении спортсмена преодолеть свои недостатки, научиться не бояться трудностей, добиваться поставленных целей. Эти качества проверяются в ходе спортивных соревнований.

Воля спортсмена характеризуется определенными качествами. В основе воспитания воли лежит идейно-патриотическое, нравственное воспитание, воспитание любви к Родине, трудолюбия, ответственности перед коллективом, чувства дружбы.

Спортивная деятельность предъявляет повышенные требования к личности спортсмена, особенно к сфере самосознания и воли. Настрой на победу, личностная и волевая готовность в значительной степени определяют эффективность предстоящей деятельности. На успешность соревновательной деятельности оказывают влияние мотивационные особенности.

Психолого-педагогическое обеспечение подготовки пловцов находится в единой организации совместной деятельности, как юных спортсменов, так и взрослых в команде и их тренеров в учебно-тренировочных процессах и во время соревнований. Поэтому налаживание межличностных отношений

юных пловцов, несомненно, имеет огромное педагогическое, социальное и психологическое значение.

Объект исследования – учебно-тренировочный процесс юных пловцов.

Предмет исследования – особенности волевых качеств, межличностных отношений и мотивационной заинтересованности в занятиях плаванием у подростков 12-13 лет.

Гипотеза исследования – высокий уровень мотивационной заинтересованности, волевых качеств и благоприятных психологический климат в спортивном коллективе будет способствовать оптимизации и интенсификации учебно-тренировочного процесса юных пловцов, а также достижению высоких спортивных результатов.

В связи с этим, **целью исследования** явилось изучение волевых качеств и межличностных отношений в спортивном коллективе у юных пловцов с различным уровнем мотивационной заинтересованности.

Для достижения поставленной цели в ходе исследования решались следующие **задачи**:

1. Провести анализ научно-методической литературы по проблеме волевых качеств и психологического климата в коллективе в формировании спортивного характера юных пловцов.
2. Определить показатели и уровень спортивной мотивации юных пловцов.
3. Оценить уровень стремления юных пловцов к достижению высоких спортивных результатов.
4. Исследовать волевые качества юных пловцов как один из факторов их психологической готовности к условиям соревновательной деятельности.
5. Провести сравнительный анализ межличностных отношений в спортивных коллективах юных пловцов.

Методологические основы и методы исследования определялись, исходя из цели и задач. У обследуемых проводилась оценка спортивной, соревновательной и тренировочной мотивации, уровень стремления к достижению высоких спортивных результатов, волевых качеств и межличностных и деловых отношений. Результаты исследований межличностных отношений были подвергнуты статической обработке по критерию Я.Л. Коломинского. Уровень сплоченности спортивного коллектива определялся соотношением суммарных показателей благоприятных (I; II) и неблагоприятных(III; IV) статусных категорий.

Все результаты исследований были подвергнуты статистической обработке по критерию Стьюдента. Определяли среднюю арифметическую (M), ошибку средней (m) и показатель существенной разницы (T). Достоверность различия (p) определяли по таблице на основании величин T и числа наблюдений (n). О достоверности различий судили при $p < 0,05$.

Исследования проводились с февраля 2016 по февраль 2018 года на базе плавательных бассейнов «Лазурный» г. Энгельса и «Дельфин» г. Ртищево Саратовской области. Контингент обследуемых составили 40 юных спортсменов в возрасте 12-13 лет, из них 23 мальчика и 17 девочек. Стаж занятий плаванием на момент обследования составил 5-6 лет.

Бакалаврская работа состоит из введения, двух глав «Роль волевых качеств и психологического климата в коллективе в формировании спортивного характера юных пловцов» и «Исследование волевых качеств и межличностных отношений пловцов 12-13 лет с различным уровнем спортивной мотивации», заключения и списка литературы, включающего 36 источников. Текст бакалаврской работы изложен на 66 страницах, содержит 6 таблиц и 11 рисунков.

Оценка уровня спортивной мотивации юных пловцов 12-13 лет. На основании результатов тестовой методики «Оценка уровня спортивной мотивации» обследуемые пловцы распределены на 2 группы: с высокой и

средней спортивной мотивацией. Количественный состав каждой группы был одинаковым – по 20 юных спортсменов.

В 1 группу с высокой спортивной мотивацией вошло 10 (50%) мальчиков и 10 (50%) девочек. Во 2 группу со средней спортивной мотивацией 13 (65%) мальчиков и 7 (35%) девочек.

Отметим, что у пловцов 1 группы преобладали показатели соревновательной мотивации, тогда как у спортсменов 2 группы, напротив, – показатели тренировочной мотивации.

В ходе исследования проведен сравнительный гендерный анализ показателей спортивной, соревновательной и тренировочной мотивации юных пловцов.

При исследовании направленности личности мальчиков и девочек с разной спортивной мотивацией на тренировки или соревнования выявлено 3 группы:

1) пловцы с преобладанием соревновательной мотивации (40% мальчиков и 20% девочек с высокой спортивной мотивацией; 23% мальчиков и 28% девочек со средней спортивной мотивацией);

2) пловцы с преобладанием тренировочной мотивации (20% мальчиков и 20% девочек с высокой спортивной мотивацией; 54% мальчиков и 44% девочек со средней спортивной мотивацией);

3) пловцы с уравновешенностью соревновательной и тренировочной мотивации (40% мальчиков и 60% девочек с высокой спортивной мотивацией; 23% мальчиков и 28% девочек со средней спортивной мотивацией).

При сравнительном анализе средних показателей спортивной, соревновательной и тренировочной мотивации у мальчиков и девочек в исследуемых группах принципиальных отличий не установлено (табл. 2.2).

Таким образом, в группе юных пловцов со средней мотивацией большинство мальчиков и девочек предпочитают тренировочные занятия, тогда как в группе с высокой спортивной мотивацией у мальчиков

зафиксировано одинаковое количество обследуемых с направленностью на тренировки и соревнования и предпочитающих выступления на соревнованиях, а у большинства девочек превалирует соревновательная мотивация.

Оценка уровня стремления у юных пловцов 12-13 лет к достижению высоких спортивных результатов. Современный спорт характеризуется постоянным ростом спортивных достижений, которые, как правило, характеризуются победой над соперником.

При равных физических возможностях и уровне технической подготовки спортсмены по-разному проявляют себя на тренировках и соревнованиях. Для успешного профессионального становления в каждом конкретном виде спорта необходимо наличие у спортсмена определенных психических качеств и свойств. Выявленные у человека психические качества, необходимые для данного вида спорта, должны иметь тенденцию к совершенствованию и развитию до уровня, необходимого для достижения наивысших результатов в данном виде спортивной деятельности.

В связи с этим проведена оценка уровня стремления у юных пловцов 12-13 лет к достижению высоких спортивных результатов.

На основании результатов тестовой методики Г.Д. Бабушкина и Ю.Ф. Назаренко среди юных спортсменов с высокой спортивной мотивацией выявлены субъекты с высоким и средним уровнем стремления к достижению высоких спортивных результатов, тогда как в группе со средней спортивной мотивацией – обследуемые с низким, средним и высоким уровнем.

Так, у мальчиков 1 группы зарегистрировано одинаковое количество обследуемых со средним (50%) и высоким (50%) уровнем стремления к достижению высоких спортивных результатов. Во 2 группе мальчики были распределены следующим образом: большинство (54%) – со средним уровнем, 15% – с высоким уровнем и 31% – с низким уровнем стремления к достижению высоких спортивных результатов.

У 70% девочек 1 группы зарегистрирован высокий уровень стремления к достижению высоких спортивных результатов, а у 30% – средний. Во 2 группе по 28% девочек имели высокий и низкий уровень стремления к достижению высоких спортивных результатов, а 44% – средний уровень.

Отметим, что у мальчиков 1 группы средние балльные оценки показателей с высоким и средним уровнем стремления к достижению высоких спортивных оказались ниже по сравнению с девочками, а у мальчиков 2 группы со средним и низким уровнем, напротив, выше. Однако достоверной разницы в показателях не установлено.

Таким образом, для большинства обследуемых пловцов 1 группы характерен высокий уровень стремления к достижению спортивных результатов, а для большинства спортсменов 2 группы – средний уровень.

Сравнительный анализ волевых качеств юных пловцов 12-13 лет с различным уровнем спортивной мотивации

Воля является одним из важнейших качеств личности спортсмена, которое позволяет ставить цели и добиваться своего. Поэтому становление воли является магистральной линией развития личности спортсмена.

При анализе результатов методики Н.Е. Стамбуловой у юных пловцов с высокой спортивной мотивацией все показатели волевых качеств оказались достоверно выше ($p < 0,05$) по сравнению с аналогичными показателями пловцов со средней спортивной мотивацией.

Отметим, что у мальчиков 1 группы наиболее высокие значения зафиксированы по показателям настойчивость и упорство, целеустремленность, решительность и смелость, а наиболее низкие – по показателям самостоятельность и инициативность и выдержка и самообладание.

У девочек 1 группы большинство волевых качеств выражены в одинаковой степени, за исключением самостоятельности и инициативности.

У мальчиков и девочек 2 группы ведущими волевыми качествами оказались выдержка и самообладание, решительность и смелость. Самые

низкие значения у пловцов данной группы зафиксированы по показателям настойчивости и упорства. Остальные волевые качества занимают промежуточное положение.

В ходе исследования проведено распределение юных спортсменов по степени выраженности волевых качеств. При этом установлены сходства и различия.

Высокий уровень:

- целеустремленности – у 60% мальчиков и 50% девочек 1 группы;
- настойчивости и упорства – у 70% мальчиков и 60% девочек 1 группы;
- самостоятельности и инициативности – у 40% мальчиков и 30% девочек 1 группы;
- решительности и смелости – у 50% мальчиков и 40% девочек 1 группы;
- выдержки и самообладания – у 40% мальчиков и 50% девочек 1 группы.

Средний уровень:

- целеустремленности – у 40% мальчиков и 50% девочек 1 группы; у 62% мальчиков и 57% девочек 2 группы;
- настойчивости и упорства – у 30% мальчиков и 40% девочек 1 группы; у 46% мальчиков и 57% девочек 2 группы;
- самостоятельности и инициативности – у 40% мальчиков и 40% девочек 1 группы; у 69% мальчиков и 43% девочек 2 группы;
- решительности и смелости – у 50% мальчиков и 60% девочек 1 группы; у всех без исключения мальчиков и девочек 2 группы;
- выдержки и самообладания – у 60% мальчиков и 50% девочек 1 группы; у всех мальчиков и девочек 2 группы.

Низкий уровень:

- целеустремленности – у 38% мальчиков и 43% девочек 2 группы;

- настойчивости и упорства – у 54% мальчиков и 43% девочек 2 группы;
- самостоятельности и инициативности – у 20% мальчиков и 30% девочек 1 группы; у 31% мальчиков и 57% девочек 2 группы;

Высокий уровень выдержки и самообладания личности позволяет спортсмену избегать нарушения правил соревнований в провоцирующих ситуациях поединка, сохранять ясность ума и возможность эффективно управлять мыслями, чувствами и действиями в условиях эмоционального возбуждения и влияния других неблагоприятных факторов тренировок и соревнований. Это способность сохранять контроль над своими действиями и поступками в критических ситуациях. Целеустремленность объединяет структуру волевых качеств спортсмена. Высокий уровень ее развития обеспечивает прочность всей структуры.

Однако нужно учитывать, что в целостных проявлениях личности волевые качества функционируют во взаимной связи. Ведь у каждого человека волевые качества выступают как единая целостная система, но структура звеньев этой системы у разных людей не одинакова. Более того, у одного и того же человека в различных видах деятельности и различных ситуациях она изменяется. Иными словами, совокупность волевых качеств следует рассматривать как подвижную, динамическую систему, звенья которой могут по-разному соотноситься, связываться между собой.

Суммарные оценки, определяющие общий показатель уровня развитости волевых качеств, свидетельствуют об их достаточном развитии у лиц со средней спортивной мотивацией и высоким уровне у субъектов с высокой спортивной мотивацией.

Таким образом, волевые качества определяют в комплексе важнейшее свойство «спортивного характера» – волю к победе, соединяющую в себе высокую дерзновенность, способность к предельной мобилизации и сосредоточению, уверенность, эмоциональную и общую психическую устойчивость. В единстве с этим свойством воспитываются и такие черты

характера, как дисциплинированность, обязательность, спортивное трудолюбие, коллективизм.

Сравнительный анализ межличностных отношений юных пловцов 12-13 лет с различным уровнем спортивной мотивации. Межличностные отношения спортсменов-пловцов разного возраста – это очень сложный процесс, так как на разных этапах подготовки к выступлениям на соревнованиях происходит постоянный контакт спортсменов между собой и тренером.

Согласно теории Дж. Морено, все напряжения и конфликты, в том числе и социальные, обусловлены несовпадением микро- и макроструктуры группы. Задача состоит в том, чтобы привести в соответствие макро-микроструктуры. Имея характер опроса, социометрия существенно отличается от анкетного опроса и интервью тем, что вопросы касаются эмоциональной сферы отношения людей. На основе методик Дж. Морено отечественный психолог Я. Л. Коломинский построил свою классификацию, опираясь на положительные выборы членов коллектива. Так как в группах более 12 человек, необходимо ввести лимит (ограничение) на выбор участников.

В связи с этим проведено исследование межличностных отношений юных пловцов 12-13 лет в спортивном коллективе.

Исследования проводились в спортивных коллективах юных пловцов, занимающихся на базе бассейнов «Лазурный» г. Энгельса и «Дельфин» г. Ртищево Саратовской области.

Состав спортивного коллектива плавательного бассейна «Лазурный» г. Энгельса: 12 мальчиков и 11 девочек.

Состав спортивного коллектива плавательного бассейна «Дельфин» г. Ртищево: 11 мальчиков и 6 девочек.

Тестовая методика «Оценки межличностных отношений в группе» включали два критерия (вопроса):

1. Межличностные отношения.

2. Деловые отношения

Критерий личных отношений предполагал выбор 4 участников спортивного коллектива в г. Ртищево, 5 участников в г. Энгельсе, с которыми респонденты хотели бы поехать в детский спортивно-оздоровительный лагерь в летний каникулярный период.

Критерий деловых отношений выбор 4 участников спортивного коллектива в г. Ртищево, 5 участников в г. Энгельсе, которых респонденты хотели бы видеть в качестве капитана команды.

По результатам тестовой методики Дж. Морено и классификации Я.Л. Коломинского, обследуемые участники каждого спортивного коллектива были разделены на четыре составляющие: «звезды», «предпочитаемые», «принимаемые», «изолированные».

В ходе исследования получились абсолютно противоположные результаты по двум критериям.

В критериях личных отношений спортивной группы бассейна «Дельфин» г. Ртищево оказались в благоприятных статусных категориях четыре человека: 2 человека – «звезды», 2 человека – «предпочитаемые». 13 человек вошли в неблагоприятные статусные категории: 13 – «принимаемые» и 0 человек – в группу «изолированные».

В благоприятных статусных категориях спортивной группы бассейна «Лазурный» г. Энгельса оказались 13 человек: 2 человека – «звезды», 11 человек – «предпочитаемые». 10 человек вошли в неблагоприятные статусные категории: 10 – «принимаемые» и 0 человек – в группу «изолированные».

Результаты тестирования показали, что личные отношения в спортивной группе пловцов г. Ртищево находятся на низком уровне, а г. Энгельса на среднем уровне.

В критериях деловых отношений в спортивной команде пловцов г. Ртищево и г. Энгельса выявлен противоположный результат. Явными лидерами в спортивной группе г. Ртищево оказались 5 человек: 3 человека –

«звезды», 2 человека – «предпочитаемые». 6 человек – «принимаемые», 6 человек – «изолированные», а лидерами спортивной группы г. Энгельса оказались 10 человек: 7 человек – «звезды», 3 человека – «предпочитаемые». 9 человек – «принимаемые», 4 человек – «изолированные».

Результаты тестирования показали, что юные пловцы, занимающиеся на базе бассейна «Дельфин» г. Ртищево и бассейна «Лазурный» г. Энгельса выбрали самых ответственных спортсменов, которые обладают всеми необходимыми качествами, чтобы стать капитанами команды спортивной группы. Они служат примером для остальных участников тестирования.

Анализ показал, что поведение спортсменов с высоким социометрическим статусом характеризуется открытостью, коммуникабельностью. Они легче привыкают к сменам обстановки, проще улаживают конфликтные ситуации. Дети с низким социометрическим статусом, пытаются привлечь к себе внимание, резкие перемены обстановки или событий могут повлечь за собой стресс. Их описывает малая энергичность, низкая продуктивность, высокая утомляемость, зависимость от настроения.

Исследования показали, что необходимо предпринять меры по налаживанию взаимоотношений внутри коллектива для установления благоприятного эмоционального фона во время тренировок.

В связи с этим тренеру рекомендуется проводить различные тренинги для повышения доверия между детьми, например, «Высокая палочка», «Паровозик», «Магнит» и многое другое. Кроме того, рекомендуется организация совместных походов в качестве активного отдыха.

Результаты деловых отношений также находятся на низком уровне, и многие пловцы имеют низкий социометрический статус. Для его улучшения нужно воспитывать в детях чувство ответственности, чувство коллективизма, стремление достигать поставленной цели, научить детей лучше взаимодействовать друг с другом и быть коммуникабельными, уверенными в себе личностями. Все это нужно, чтобы наладить межличностные деловые

отношения между спортсменами, а также воспитать всесторонне развитого человека, готового к трудовой, общественной и военной деятельности.

Если сравнивать анализы по двум критериям (межличностным и деловым), то мы замечаем, что спортсмены, которые имели меньший успех в межличностных отношениях, стоят гораздо выше в деловых отношениях, поэтому необходимо помочь им чувствовать себя уверенным внутри коллектива, стать более общительными, тем самым создать благоприятный эмоциональный фон.

Заключение. Спортивная деятельность невозможна без достаточного развития волевых качеств, так как всякое произвольное действие требует для своего совершения определённого, хотя бы минимального, волевого усилия. Волевая подготовка рассматривается как один из самых сложных разделов психологической подготовки спортсменов. Воспитание волевых качеств спортсменов или их волевых проявлений направлено на повышение эффективности спортивной деятельности. Однако волевая подготовка юных спортсменов несомненно имеет и более широкое значение для воспитания личности подрастающего поколения.

Межличностные отношения занимают одно из главных мест на уровне с тактической и психической подготовкой. Человек всегда взаимодействует с окружающим миром и людьми, спортивная деятельность не исключение. В настоящее время спорт безоговорочным основанием может называться объединённой коллективной деятельностью, заключающий в себя весь спектр социально психологических и педагогических проблем общения, взаимодействия, лидерства в малых группах, средствами и методами руководства коллективами, группами.