

3. Физическая культура / М. Я. Виленский [и др.]. — М. : КноРус, 2012. — 424 с.
4. *Фурманов, А. Г.* Оздоровительная физическая культура : учеб. для студентов вузов / А. Г. Фурманов, М. Б. Юспа. — Минск : Тесей, 2007. — 528 с.
5. *Яковлев, А. Н.* Формирования культуры здоровья и здорового образа жизни студенческой молодежи в Республике Беларусь (анализ опыта) / А. Н. Яковлев, Е. Т. Кузнецова // Научный часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : збірник наукових праць / за ред. О. В. Тимошенка. — Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2020. — Випуск 3К (123). — С. 501—508.
6. Физкультурно-спортивная деятельность школьников и студентов: проблемы и перспективы решения / А. Н. Яковлев [и др.] // Веснік Палескага дзяржаўнага ўніверсітэта. Серыя грамадскіх і гуманітарных навук : наucz.-пратич. журнал. — 2022. — № 1. — С. 45—55.

УДК 796

Е. А. Красько

Учреждение образования «Барановичский государственный университет», Барановичи, Республика Беларусь

ВОЛЕВАЯ ПОДГОТОВКА НАЧИНАЮЩИХ СПОРТСМЕНОВ

Введение. Проявление волевых усилий является основой для достижения результатов в физкультурно-спортивной деятельности начиная с первых спортивных стартов. Однако проявление воли в различных видах спорта специфично, так как каждый из них предъявляет свои требования к волевым качествам, определяемые особенностями условий и форм деятельности, характером физических и психических нагрузок, возникающих в ходе тренировочного и соревновательного процесса. Однако, на наш взгляд, вопросу психологической подготовки начинающих спортсменов не уделяется должного внимания.

Основная часть. Исследовательская работа ряда специалистов (А. Ф. Лазурского, С. Л. Рубинштейна, В. И. Селиванова, Н. Д. Левитова, В. С. Мерлина, В. К. Калина, Е. П. Щербакова и др.) раскрывает аспекты психологической подготовки связанные с воспитанием воли у спортсменов на этапах совершенствования.

Воля — это сознательно совершаемое человеком усилие для преодоления препятствий на пути к цели, для создания дополнительного мотива деятельности, его поддержания и усилия. В работах по теории и методике физического воспитания отмечается, что активные занятия разнообразными физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми способствуют формированию у занимающихся жизненно важных физических и волевых качеств [1, с. 132].

Среди основных волевых качеств специалисты в области теории и методики физической культуры выделяют такие, как:

- целеустремленность,
- инициативность,
- решительность,
- смелость,
- самообладание,
- настойчивость,
- стойкость.

Сущность самой воли как в общей психологии, так и в психологии спорта истолковывается до сих пор неоднозначно, фактически ни у кого не вызывает сомнений, что качества, свойства или способности личности, обозначаемые этим словом, необходимы в высшей степени в любом виде спорта. Поскольку волевые качества, как и любые другие психические характеристики личности, не поддаются прямой оценке, дать строгое разграничение их роли в различных видах спорта чрезвычайно трудно. Тем не менее, опираясь на практический опыт и здравый смысл, правомерно утверждать, что независимо от вида спортивной деятельности спортсмену нужны в совокупности все развитые волевые качества, и потому всестороннее воспитание их должно входить в основное содержание подготовки спортсмена начиная с этапа начальной подготовки и продолжаться на остальных этапах спортивной подготовки [2, с. 225].

Особый интерес особенностей волевых проявлений в разных видах спорта даёт основания говорить о специфике «структуры волевых качеств» у представителей различных спортивных специальностей (А. Ц. Пуни). В работах крупного специалиста по воле А. Ц. Пуни, волевые качества объединены попарно: решительность и смелость, настойчивость и упорство, самостоятельность и инициативность, выдержка и самообладание. Только целеустремленность находится в одиночестве, хотя из ее описания не ясно, чем она отличается от настойчивости. А. Ц. Пуни считал, что «у каждого человека волевые качества выступают как единая целостная система, но структура звеньев этой системы у разных людей неодинакова. Более того, у одного и того же человека в различных видах деятельности она изменяется. Поэтому совокупность волевых качеств рассматривают как подвижную, динамическую систему, звенья которой могут по-разному соотноситься, связываться между собой» [3, с. 152].

Воспитание волевых качеств у юных спортсменов требует прежде всего постановки перед ними ясных и конкретных целей и задач. Добиваясь достижения поставленных целей, юные спортсмены напрягают свою волю, развивают волевые усилия, учатся преодолевать трудности и управлять своим поведением. Основным средством развития волевых качеств детей и подростков, занимающихся спортом, является систематическое выполнение ими в процессе тренировки упражнений, требующих применения специфических для данного вида спорта волевых усилий. Развивать волевые качества у юных спортсменов необходимо планомерно, с учетом возраста и пола занимающихся, их физических и психологических возможностей.

Воспитание волевых качеств требует индивидуального подхода, выбора соответствующих средств и методов. Одним из таких методов воспитания волевых качеств юных спортсменов является метод убеждения. Убедить можно не только словами, но и наглядным примером, оказанием непосредственной помощи. Например, при обучении прыжку с шестом поддержка рукой шеста или подталкивание в спину позволяет убедить нерешительного воспитанника в том, что он может выполнить это трудное упражнение.

Для воспитания у начинающих спортсменов волевых качеств важное значение имеет метод постепенно повышающихся трудностей, которые встают перед спортсменами на тренировочных занятиях и на соревнованиях. Необходимо, чтобы юные спортсмены научились преодолевать еще большие трудности, чем те, с которыми они встретятся в тренировочном процессе.

Очень большую роль в воспитании волевых качеств играет метод упражнения, или метод повторных воздействий. Только многократное повторение способствует формированию навыка, и, в конечном счете — спортивного мастерства.

Наконец, следует назвать соревновательный метод — выполнение на тренировочном занятии различных упражнений в виде соревнований.

Заключение. Волевые качества, развитые в соответствии с особенностями спортивной деятельности и ставшие чертами личности спортсмена, определяют в комплексе важнейшее свойство «спортивного характера» — волю к победе, соединяющую в себе высокую дерзновенность, способность к предельной мобилизации и сосредоточенности, уверенность, эмоциональную и общую психическую устойчивость. В единстве с этим свойством воспитываются и такие черты характера спортсмена, как дисциплинированность, обязательность, спортивное трудолюбие.

Список цитируемых источников

1. *Бабушкин, Г. Д.* Психология физической культуры и спорта : учебник для высших физкультурных учебных заведений / Г. Д. Бабушкин, В. Н. Смоленцева. — Омск : СибГУФК, 2007. — 270 с.
2. *Родионов, А. В.* Психология физического воспитания и спорта: учебник для вузов / А. В. Родионов. — М. : Академический Проект ; Фонд «Мир», 2004. — 576 с.
3. *Пуни, А. Ц.* Психологические основы волевой подготовки в спорте : учеб. пособие / А. Ц. Пуни — Ленинград : [Б. и.], 1977. — 448 с.

УДК 37. 068

О. В. Шило

Учреждение образования «Барановичский государственный университет», Барановичи, Республика Беларусь

ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ВОЛОНТЁРСТВО КАК ВИД ДОБРОВОЛЬЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЁЖИ

Введение. В последнее время волонтерство становится одним из важных направлений деятельности в студенческом самоуправлении и деятельности молодежных объединений, общественных организаций. Сегодня наблюдается устойчивый интерес молодежи к добровольчеству. Иными словами, социокультурный феномен студенческого волонтерства приобретает сегодня всё большее звучание в общественной жизни страны. Многие авторы акцентируют внимание на педагогической деятельности волонтеров как средстве решения стратегических и тактических задач духовно-нравственного воспитания. Предпочтительными направлениями волонтерской деятельности являются: экологическое волонтерство — озеленение муниципальных объектов, уход за животными; событийное и культурное добровольчество; социальное волонтерство — помощь нуждающимся категориям людей: инвалидам, сиротам, больным детям; благотворительность.

Мы считаем, что эффективным средством в решении такой социально значимой проблемы, как духовно-нравственное воспитание, может стать студенческая молодежь, вовлеченная в педагогическую волонтерскую деятельность. В данной статье мы попытаемся определить содержание и специфику педагогического волонтерства как вида добровольческой деятельности молодежи.

Основная часть. Проблема становления и формирования волонтерской деятельности рассматривалась в работах многих авторов. В своих исследованиях авторы Е. В. Болотова, О. Р. Данилова, С. Г. Екимова анализируют волонтерство как средство, ресурс профессиональной подготовки, формирования профессиональных