

УДК 159.9.072.43

DOI: 10.23951/2307-6127-2017-4-59-65

ОЦЕНКА НЕКОТОРЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ВОЛЕВОЙ АКТИВНОСТИ СТУДЕНТОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ СПОРТИВНЫМ ТУРИЗМОМ

Л. О. Полякова

Иркутский государственный университет, Иркутск

Рассматриваются составляющие волевой активности студентов, занимающихся экстремальным видом деятельности – спортивным туризмом: инициативность, самостоятельность, решительность, настойчивость. Проводится сопоставление этих качеств с аналогичными показателями в группе студентов, занимающихся игровыми видами спорта, – волейболом и баскетболом. Показано, что экстремальная спортивная деятельность создает условия для более интенсивного формирования волевой активности личности спортсменов и ее компонентов – инициативности, самостоятельности, решительности, настойчивости.

Ключевые слова: *экстремальная деятельность, спортивный туризм, студенты, волевая активность, инициативность, самостоятельность, решительность, настойчивость.*

В психологии особое внимание уделяется исследованию деятельности, протекающей в экстремальных условиях (предельное физическое и психическое напряжение, риск, дефицит времени и др.) [1–4]. Такие условия создают для человека значительные трудности, эффективное преодоление которых невозможно без волевых усилий, без сознательной мобилизации всех сил, без необходимой регуляции действий и внутренних состояний [5, 6].

Спортивный туризм относится к экстремальным видам деятельности, предъявляющим особые требования к физической, технической, тактической и психологической подготовке спортсменов. Экстремальность этого вида спорта определяется условиями окружающей среды, в которых совершаются спортивные походы: суровостью климатических и географических характеристик, набором локальных (перевалы, вершины, траверсы гребней, переправы через реки, каньоны) и протяженных (растительный покров, болота, осыпи и морены, пески, снежные и ледовые участки) препятствий [7]. Успешность преодоления этих трудностей зависит от многих свойств личности спортсмена, среди которых одним из основополагающих является волевая активность. Вместе с тем многочисленные публикации указывают на разногласия психологов по поводу сущности, содержания, количества и классификации волевых качеств [8–10].

Так, Е. П. Ильин ставит под сомнение вопрос определения воли как интегрального образования волевых качеств [9]. В. Л. Иванников определяет волевые качества как личностные особенности, считая, что каждое волевое качество самостоятельно и одно качество не детерминировано другим [10]. В. И. Селиванов полагает, что на разной стадии волевого действия проявляется различный комплекс волевых качеств [11]. Классификация С. Л. Рубинштейна [12] базируется на соответствии волевых качеств фазам волевого процесса. Кроме того, спортивные психологи выделяют разные сочетания компонентов воли для конкретного вида спорта [8, 9, 13–15].

Таким образом, теоретической сложностью является отсутствие единой классификации волевых качеств, различное их понимание экспериментаторами. В настоящее время

авторы не имеют однозначного мнения о количестве волевых качеств, участвующих в волевом акте, среди которых называются целеустремленность, инициативность, самостоятельность, решительность, настойчивость, организованность, выдержка, самообладание. Вместе с тем в доступной литературе отсутствуют исследования, посвященные изучению и оценке волевой сферы спортсменов, занимающихся экстремальным туризмом.

Этим и определяются новизна и цель данного исследования.

В период с октября 2014 г. по май 2015 г. на базе секций горного туризма ряда вузов г. Иркутска проведено исследование, целью которого явилось изучение волевой сферы личности туристов-спортсменов и студентов, занимающихся традиционными видами спорта (волейбол, баскетбол). В рамках констатирующего эксперимента были исследованы волевые качества личности спортсменов: самостоятельность, решительность, инициативность, настойчивость.

Под наблюдением находились 30 студентов, занимающихся спортивным туризмом (18 юношей и 12 девушек), и 30 студентов, занимающихся игровыми видами спорта (16 юношей и 14 девушек). Они составили экспериментальную (1-ю) и контрольную (2-ю) группы соответственно. Возраст испытуемых колебался в пределах от 19 до 24 лет.

Для оценки волевых качеств использовалась методика Э. Г. Ширяевой «Исследование волевых качеств» [16].

Результаты изучения волевых качеств у спортсменов по результатам констатирующего эксперимента представлены на рис. 1–3 и в таблице.

Рис. 1 демонстрирует, что среди испытуемых экспериментальной группы лиц с низкой сформированностью волевого качества «инициативность» (гипофункция) было в 1,6 раза меньше по сравнению со 2-й группой (спортсмены игровых видов) ($p < 0,5$). Гиперфункция инициативности у спортсменов-экстремалов также была на более низком уровне и составила 30,0 % по сравнению с 56,6 % в контрольной группе, различия статистически значимы. На этом фоне испытуемые с оптимальным уровнем инициативности в 1-й группе встречались в 3 раза чаще по сравнению со 2-й группой лиц ($p < 0,01$).

Недостаточная выраженность (гипофункция) инициативности характеризуется как инертность, бездеятельность и ведет к неспособности туриста справляться с трудностями спортивного похода, так как в поведении спортсмена отмечается снижение активности, энергичности, стремления действовать. Волевое действие в этом случае возможно только в условиях внешнего контроля, по инициативе окружающих.

Гиперфункция, или чрезмерная инициативность, ведет к недооценке сложностей и препятствий спортивных походов, пренебрежению требованиями техники безопасности, что способствует повышению риска спортивного похода.

Оптимальный уровень оценивается как наличие внутреннего побуждения к новым формам деятельности, как быстрая ориентировка в новой ситуации. Стремление к совершенствованию сопровождается творческим поиском, выдумкой, находчивостью, изобретательностью.

Методом факторного анализа установлена связь инициативности с такими темпераментными чертами личности, как стремление к деятельности, высокая работоспособность, гиперактивность и высокая психомоторная скорость при осуществлении предметной деятельности [10].

Из вышесказанного следует, что в экстремальных условиях спортивных походов формируется самый эффективный уровень инициативности – оптимальный.

Изучение волевого качества «самостоятельность» позволило установить следующее (рис. 2).

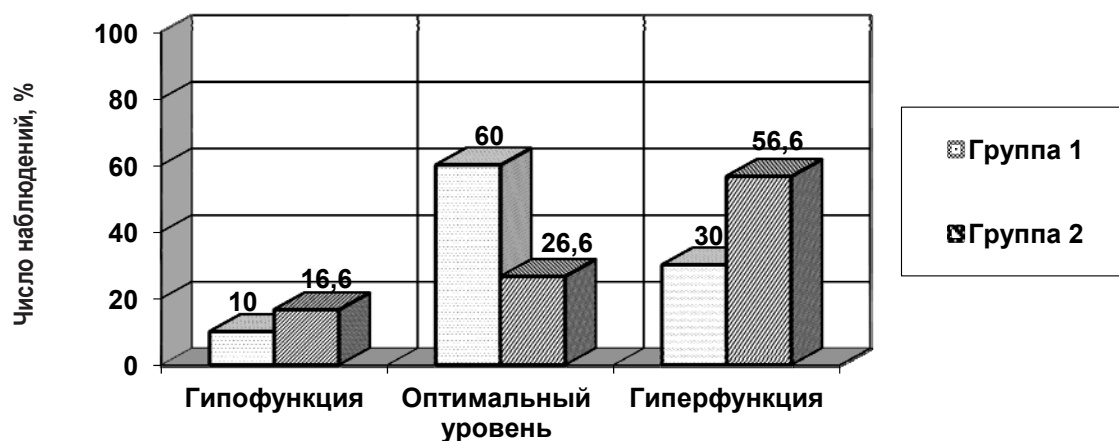


Рис. 1. Уровень сформированности волевого качества «инициативность» в экспериментальной (1-й) и контрольной (2-й) группах

Уровень сформированности волевого качества «настойчивость» в экспериментальной (1-й) и контрольной (2-й) группах спортсменов

Группа обследованных	Степень выраженности волевого качества, %		
	Гипофункция	Оптимальный уровень	Гиперфункция
1	20,0	46,6	33,3
2	30,0	33,3	36,6

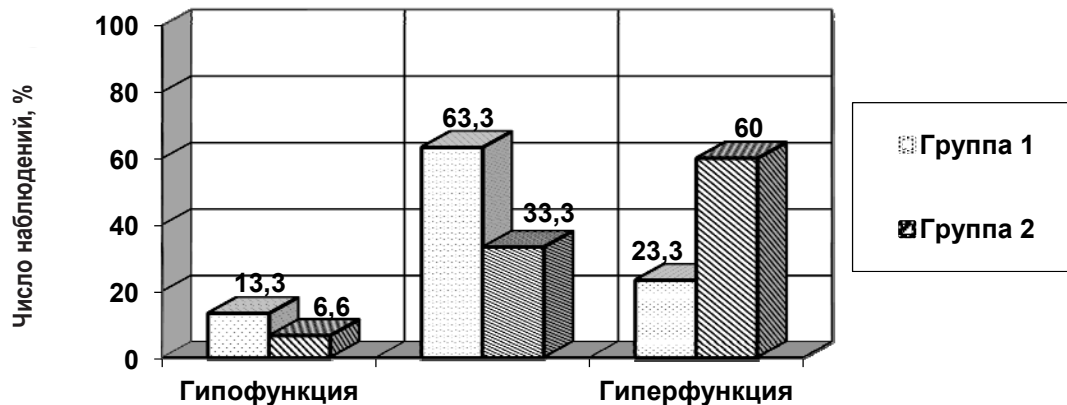


Рис. 2. Уровень сформированности волевого качества «самостоятельность» в экспериментальной (1-й) и контрольной (2-й) группах

Оптимальный уровень самостоятельности в 2 раза чаще ($p < 0,01$) встречался в 1-й группе испытуемых (экстремальная деятельность), что расценивалось положительно, поскольку свидетельствовало о наличии автономности в поведении у 63,3 % обследованных туристов-спортсменов. Такая особенность необходима для обеспечения безопасности спортивных походов, так как каждый участник команды должен твердо оценивать действия руководителя и осознавать правильность выполняемых действий. Оптимальный уровень самостоятельности дает возможность действовать без посторонней помощи. При этом личность полагается на собственные возможности, обдумывает собственные поступки, предложения. Формируется дифференцированное отношение к другому мнению, критическое восприятие предложений, советов, указаний.

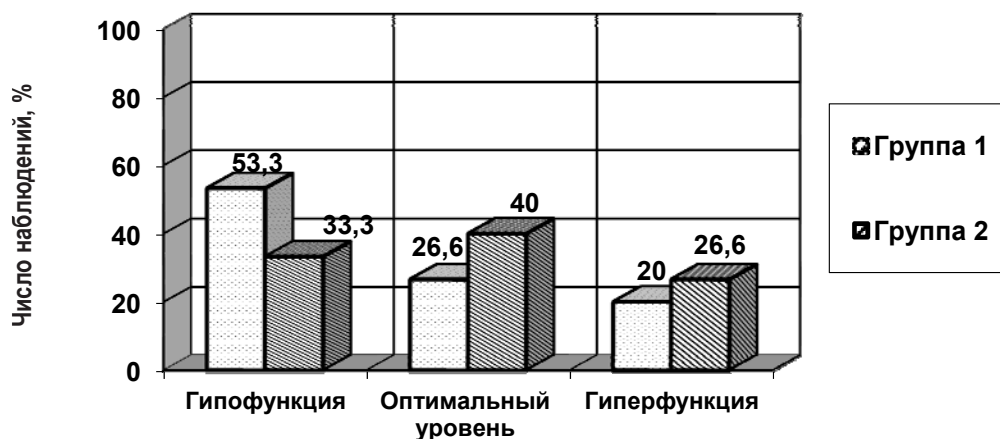


Рис. 3. Уровень сформированности волевого качества «решительность» в экспериментальной (1-й) и контрольной (2-й) группах

Гиперфункция по этому качеству у 60,0 % обследованных спортсменов игровых видов ведет к полному или значительному отказу от помощи со стороны, от предлагаемых мотивов, взглядов, планов. Нежелание сотрудничать со спортсменами более высокого уровня приводит к некоторой изоляции. Спортсмены стремятся занять лидерские позиции в команде. Свободолюбие переходит в другое качество – непокорность, неразумное непослушание. Среди спортсменов-экстремалов этот показатель составил 23,3 % ($p < 0,01$).

Гипофункция самостоятельности выявлена у незначительного числа лиц как в экспериментальной, так и в контрольной группе (13,3 и 6,6 % соответственно). Гипофункция интерпретируется в психологической литературе как необходимость во внешнем контроле, привязанность к посторонней помощи. Низкие показатели гипофункции говорят о развитой самостоятельности спортсменов обеих групп.

Результаты изучения волевого качества «решительность» (рис. 3) показали, что у спортсменов-туристов доминирует гипофункция этого волевого качества – 53,3 %. Данное обстоятельство можно объяснить тем, что большинство из обследованных до настоящего времени являлись только участниками спортивных команд (80 %) и не должны были принимать самостоятельные решения. Среди этой группы лиц преобладали осторожность и сомнения в процессе принятия решения, неуверенность, неустойчивость, колебания в выборе плана действий.

У 20 % обследуемых (экстремальная деятельность) и у 26,6 % (игровые виды) констатируется гиперфункция волевого качества «решительность», что интерпретировалось как повышение импульсивности, склонность к неоправданному риску в принятии решений. Для таких лиц характерно снижение чувствительности, тревожность в отношении возможных и совершаемых ошибок. Оптимальный уровень решительности выявлен у 26,6 и 40,0 % обследованных соответственно.

Большинство обследованных студентов-туристов (46,6 %) (табл. 1) показали оптимальный уровень работоспособности волевого качества «настойчивость», что указывает на присутствие разумного упорства в доведении начатого дела до конца, на умение постоянно преследовать цель, не снижая энергии, тем самым обеспечивая волевое действие. Поддерживать реализацию действий и целей в спортивном туризме помогают его экстремальность (суровость климатических и географических показателей) и наличие серьезных мотивов (сохранение жизни, ответственность за команду).

Гипофункция по этой шкале рассматривалась как непоследовательность и неумение доводить начатое дело до конца, а гиперфункция – как упрямство.

Таким образом, исследование сформированности волевых качеств у студентов-спортсменов показало, что:

1. Оптимальный уровень инициативности у спортсменов экстремальных видов спорта встречался в 3 раза чаще по сравнению со спортсменами традиционных видов спорта и составил 60,0 и 26,6 % соответственно ($p < 0,01$). Это расценивается как наличие внутреннего побуждения к новым формам деятельности, как быстрая ориентировка в новой ситуации в условиях спортивного похода.

2. Оптимальный уровень волевого качества «самостоятельность» в 2 раза чаще ($p < 0,01$) отмечался в 1-й группе испытуемых (экстремальная деятельность) и составил 63,3 % по сравнению с 33,3 % у лиц контрольной группы. Данное обстоятельство свидетельствует о наличии автономности в поведении обследованных туристов-спортсменов.

3. Волевое качество «решительность» у спортсменов-туристов в виде гипофункции выявлено у 53,3 %. Этот факт можно объяснить тем, что большинство из обследованных до настоящего времени являлись только участниками спортивных команд и не должны были принимать самостоятельные решения. У спортсменов-волейболистов преобладал оптимальный уровень решительности – 40 %.

4. В целом достоверно установлено, что у половины спортсменов-экстремалов волевые качества «инициативность», «самостоятельность» и «настойчивость» находятся на оптимальном уровне работоспособности, а у спортсменов игровых видов только у трети лиц, данный факт позволяет констатировать, что экстремальная спортивная деятельность создает условия для более интенсивного формирования волевых качеств личности.

Список литературы

1. Черданцева Р. Г., Афанасенков В. О. Организация военно-физкультурной подготовки в Томском государственном университете в годы Великой Отечественной войны (1941–1945 гг.) // Вестник Томского государственного университета. 2015. № 394. С. 225–229.
2. Болдин В. А., Шилько В. Г. Общая и профессионально-прикладная физическая подготовка студентов учебного военного центра (УВЦ) ТГУ // Вестник Томского государственного университета. 2014. № 378. С. 194–197.
3. Молчанова Л. Н., Редькин А. И. Индивидуально-личностная детерминация жизнестойкости спасателей МЧС в аспекте внутрипрофессиональной дифференциации // Вестник Томского государственного университета. 2014. № 382. С. 174–179.
4. Штюрмер Ю. А. Опасности в туризме, мнимые и действительные. М., 1983. 118 с.
5. Линчевский Э. Психологический климат туристской группы. М., 1981. 87 с.
6. Горбунов Я. Ю. Педагогическая технология формирования волевой активности личности в процессе физического воспитания // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2008. № 4. С. 18–22.
7. Федотов Ю. Н. Спортивно-оздоровительный туризм. СПб.: ГАФК им. П. Ф. Лесгафта, 2001. 223 с.
8. Щербakov Е. П. Функциональная структура воли. Омск, 1990. 267 с.
9. Ильин Е. П. Психология воли. СПб., 2000. 236 с.
10. Иванников В. А. Психологические механизмы волевой регуляции. М., 1991. 187 с.
11. Селиванов В. И. Волевая регуляция активности личности // Психологический журнал. 1982. № 4. С. 44–57.
12. Рубинштейн С. Л. Проблемы общей психологии. М., 1973. 278 с.
13. Пуни А. Ц. Психологические основы волевой подготовки в спорте. СПб., 1977. 234 с.
14. Рудик П. А. Психология и современный спорт. М., 1973. 178 с.
15. Сарапулов И. В. Туризм – социальное и культурное явление XX века // Спортивный туризм: тезисы докладов международной научно-практической конференции. СПб.: ГАФК им. П. Ф. Лесгафта, 1996. С. 49–58.
16. Ширяева Э. Г. Исследование волевых качеств: методические рекомендации. Иркутск, 2001. 45 с.

Полякова Лариса Октябровна, доктор медицинских наук, профессор кафедры физкультурно-спортивных и медико-биологических дисциплин, Иркутский государственный университет (ул. Карла Маркса, 1, Иркутск, Россия, 664003). E-mail: l-elmi@mail.ru

Материал поступил в редакцию 04.03.2017

DOI: 10.23951/2307-6127-2017-4-59-65

EVALUATION OF SOME INDICATORS OF VOLITIONAL ACTIVITIES OF STUDENTS ENGAGED IN SPORTS TOURISM

L. O. Polyakova

Irkutsk State University, Irkutsk, Russian Federation

In psychology, special attention is paid to research activities conducted in extreme conditions (the limit of physical and mental stress, risk, time constraints, etc.). Such conditions create significant difficulties for a person, and effective overcoming is impossible without strong-willed efforts, without conscious mobilization of all forces, without the necessary regulation of actions and internal states. Sport tourism refers to extreme actions that make special demands on physical, technical, tactical and psychological training of athletes. Extremity of the sport is determined by the conditions of the surrounding environment: severe climatic and geographic characteristics, set local (passes, peaks, mountain passes, crossing rivers, canyons) and the longest (vegetation, swamps, talus and moraines, sand, snow and ice patches) obstacles. The success of overcoming these constraints depends on many properties of the individual athlete, among which one of the fundamental is strong-willed activity. Currently, the authors do not have a definite opinion on the number of qualities involved in an internal Act, among which are called dedication, initiative, self-reliance, determination, perseverance, self-discipline, self-control, endurance. However, the available literature studies are missing, assessment and improvement of volitional sphere athletes engaged in adventure tourism. The article discusses components of volitional activities of students engaged in extreme sports activity - tourism: creativity, self-reliance, determination, perseverance. Compares these qualities with similar indicators in the group of students involved in playing sports - volleyball and basketball. It is shown that the extreme sport activities create conditions for more intensive formation of a strong-willed personality activity.

Key words: *extreme activities, sports tourism, students, strong-willed activity, initiative, self-reliance, determination, perseverance.*

References

1. Cherdantseva R. G., Afanasenkov V. O. Organizatsiya voyenno-fizkul'turnoy podgotovki v Tomskom gosudarstvennom universitete v gody Velikoy Otechestvennoy voyny (1941–1945 gg.) [Organization of military and sports training in Tomsk State University during the years of the great patriotic war (1941–1945)]. *Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo universiteta – Tomsk State University Journal*, 2015, no. 394, pp. 225–229 (in Russian).
2. Boldin V. F., Shilko V. G. Obshchaya i professional'no-prikladnaya fizicheskaya podgotovka studentov uchebnogo voyennogo tsentra (UVTs) TGU [General and professional applied physical training of TSU military training centre students]. *Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo universiteta – Tomsk State University Journal*, 2014, no. 378, pp. 194–197 (in Russian). DOI: 10.17223/15617793/3782/34.
3. Molchanova L. N., Redkin A. B. Individual'no-lichnostnaya determinatsiya zhiznestoykosti spasateley MChS v aspekte vnutriprofessional'noy differentsiatsii [Individual-personal determination of hardiness of emercom rescuers in the aspect of intraprofessional differentiation]. *Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo universiteta – Tomsk State University Journal*, 2014, no. 382, pp. 174–179 (in Russian). DOI: 10.17223/15617793/382/29.

4. Shtyurmer Yu. A. *Opasnosti v turizme, mnimyye i deystvitel'nyye* [Danger in tourism, imaginary and real]. Moscow, 1983. 118 p. (in Russian).
5. Linchevskyy E. *Psikhologicheskiy klimat turistskoy gruppy* [Psychological climate of the tourist group]. Moscow, 1981. 87 p. (in Russian).
6. Gorbunov Ya. Yu. *Pedagogicheskaya tekhnologiya formirovaniya volevoy aktivnosti lichnosti v protsesse fizicheskogo vospitaniya* [Pedagogical technology of formation of a strong-willed personality activity during physical education]. *Fizicheskaya kul'tura: vospitaniye, obrazovaniye, trenirovka – Physical education: education, training*, 2008, no. 4, pp. 18–22 (in Russian).
7. Fedotov Yu. N. *Sportivno-ozdorovitel'nyy turizm* [Sport and health tourism]. Saint Petersburg, Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health Publ., 2001. 223 p. (in Russian).
8. Shcherbakov E. P. *Funktsional'naya struktura voli* [Functional structure of the will]. Omsk, 1990. 267 p. (in Russian).
9. Il'in E. P. *Psikhologiya voli* [Psychology of the will]. Saint Petersburg, 2000. 236 p. (in Russian).
10. Ivannikov V. A. *Psikhologicheskiye mekhanizmy volevoy regulyatsii* [Psychological mechanisms of volitional regulation]. Moscow, 1991. 187 p. (in Russian).
11. Selivanov V. I. *Volevaya regulyatsiya aktivnosti lichnosti* [Strong-willed personality activity regulation]. *Psikhologicheskiy zhurnal – Psychological Journal*, 1982, no. 4, pp. 44–57 (in Russian).
12. Rubinshteyn S. L. *Problemy obshchey psikhologii* [Problems of general psychology]. Moscow, 1973. 278 p. (in Russian).
13. Puni A. Ts. *Psikhologicheskiye osnovy volevoy podgotovki v sporte* [Psychological basis of strong-willed preparation in sports]. Saint Petersburg, 1977. 234 p. (in Russian).
14. Rudik P. A. *Psikhologiya i sovremennyy sport* [Psychology and modern sports]. Moscow, 1973. 178 p. (in Russian).
15. Sarapulov I. V. *Turizm – sotsial'noye i kul'turnoye yavleniye XX veka* [Tourism – a social and cultural phenomenon of the XX century]. *Sportivnyy turizm: tezisy dokladov mezhdunarodnoy nauchno-prakticheskoy konferentsii* [Sport Tourism: Abstracts of the International Scientific and Practical Conference]. Saint Petersburg, Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health Publ., 1996. Pp. 49–58 (in Russian).
16. Shiryayeva E. G. *Issledovaniye volevykh kachestv. Metodicheskiye rekomendatsii* [A study of volitional qualities. Methodical recommendations]. Irkutsk, 2001. 45 p. (in Russian).

Polyakova L. O., Irkutsk State University (ul. Karla Marksa, 1, Irkutsk, Russian Federation, 664003).
E-mail: l-elmi@mail.ru