

УДК 159.947

ВОЛЕВЫЕ КАЧЕСТВА ЛИЧНОСТИ И УСПЕШНОСТЬ МОЛОДЫХ СПОРТСМЕНОВ

VOLITION TRAITS AND PERFORMANCE OF YOUNG ATHLETES



**Ульянова
Наталья Юрьевна** – канд.
психол. наук, доцент кафедры
Психологии образования и
организационной психологии
Донского государственного
технического университета
(ДГТУ), Ростов-на-Дону, Россия,
n.y.ulyanova@gmail.com

Ulyanova Natalya – PhD,
Associate Professor of the
Department "Psychology of

education and organization" at Don State Technical
University (DSTU), Rostov-on-Don, Russia



**Черных
Оксана Владимировна** – канд.
пед. наук, доцент кафедры
Психологии образования и
организационной психологии
Донского государственного
технического университета
(ДГТУ), Ростов-на-Дону, Россия,
chernix77@gmail.com

Chernykh Oksana – PhD,
Associate Professor of the
Department "Psychology of

education and organization" at Don State Technical
University (DSTU), Rostov-on-Don, Russia

Ключевые слова: воля, молодые спортсмены, спортивная успешность, психологическая поддержка.

Аннотация. В исследовании выявлено, что волевые качества вносят дифференцированный вклад в успешность молодых спортсменов. Характер взаимосвязи волевой регуляции и спортивной успешности различается у атлетов разных возрастных групп и занятых в разных видах спорта.

Keywords: volition, young athletes, sport performance, psychological support.

Abstract. It was revealed that volition makes a differentiated contribution to the performance of young athletes. The patterns of the relationship between volitional regulation and sport performance among athletes of diverse ages and in diverse sports are different.

Актуальность исследования. В психологической работе со спортивно одарёнными детьми и молодёжью большое внимание уделяется развитию у юных спортсменов волевых качеств: целеустремлённости, самоконтроля, упорства, самостоятельности и др., которые, согласно результатам исследований, устойчиво связываются с результативностью спортивной деятельности [3, 6]. Существуют также данные о более сложных взаимосвязях воли и успешности спортсменов: отношения между ними могут опосредоваться когнитивными особенностями личности [4]; психологическими и жизненными навыками [2], моральными установками [5] и др.

Важным условием, определяющим значимость тех или иных аспектов волевой регуляции, являются особенности конкретного вида спорта. По оценкам экспертов, в игровых дисциплинах наибольшее значение приобретают смелость, эмоциональный

самоконтроль, готовность к риску и др.; в боевых искусствах – обязательность, чувство долга и др., в сложно-координационных видах спорта – внимательность, концентрация, саморегуляция и т.д. [7]. При этом количество работ, в которых проводится сравнительный анализ взаимосвязи волевых характеристик и реальной успешности спортсменов, занятых в разных дисциплинах, невелико.

По мере взросления и ужесточения условий тренировок и соревнований, повышается вовлечённость атлетов в занятия конкретной дисциплиной. Их интерес к спорту становится самоподдерживающимся [8], что несколько ослабляет роль волевых усилий в результативности деятельности. При этом, хотя исследователи подчеркивают значимость возраста как фактора волевого развития атлетов, содержательные различия психологической работы со спортивно одарёнными детьми и подростками в этой сфере остаются малоизученными.

Цель исследования: изучить взаимосвязь волевых качеств личности и спортивной успешности одаренных детей и юношей разных возрастных групп.

Гипотезы исследования:

1. Волевые качества личности вносят дифференцированный вклад в спортивную успешность детей и юношей, занимающихся различными видами спорта.

2. Взаимосвязь волевых качеств личности и спортивной успешности у одаренных спортсменов младшего школьного возраста выражена сильнее, чем у спортсменов подросткового и юношеского возраста.

Организация и методы исследования. В качестве показателя спортивной успешности применялась ранговая шкала: каждому респонденту был присвоен ранг от 1 до 8 в соответствии с имеющимся у респондентов спортивным разрядом: 8 баллов соответствовало разряду "мастер спорта", 1 балл – квалификации "3 юношеский разряд".

Волевые качества личности исследовались с помощью психодиагностических методик: "Психологический анализ развития волевых качеств спортсменов" Б.Н. Смирнова (исследуемые переменные: целеустремленность, настойчивость, решительность, выдержка, самостоятельность), "Вопросник для выявления выраженности самоконтроля" Г. С. Никифорова, В. К. Васильева и С. В. Фирсовой (исследуемые переменные: склонность к самоконтролю в эмоциональной сфере, склонность к антиципирующему самоконтролю в деятельности, склонность к текущему самоконтролю в деятельности, склонность к социальному самоконтролю), "Самооценка организованности" Е.П. Ильина (исследуемая переменная: организованность) [1].

Стандартизация первичных данных проводилась с помощью перевода "сырых" тестовых баллов в Z-шкалу, проверка исследовательских гипотез – с использованием множественного регрессионного анализа, метод «пошаговый отбор».

Испытуемые. В качестве объекта эмпирического исследования выступили учащиеся Ростовского училища Олимпийского резерва и детско-юношеских спортивных школ Ростова-на-Дону и Ростовской области в возрасте от 9 до 16 лет (средний возраст 13,2 лет). Общее количество респондентов составило 145 человек, в том числе 42 % девушек и 58 % юношей. Испытуемые были заняты в 8 видах спорта: лёгкая атлетика (17,9 % респондентов), академическая гребля (9,0 %), гребля на байдарках и каноэ (8,3 %), плавание (16,5 %), скалолазание (13,1 %), футбол (15,2 %), бокс (9,0 %), художественная гимнастика (11,0 %).

Результаты исследования. По результатам исследования были построены регрессионные модели, где в качестве зависимой переменной были выбраны ранги, соответствующие уровню спортивной квалификации, в качестве предикторов – показатели волевых качеств личности. На первом этапе расчётов анализ проводился по данным всех респондентов. В результате анализа ни один из показателей волевых качеств не вошёл в регрессионную модель на статистически достоверном уровне.

На втором этапе расчётов данные были сгруппированы в соответствии с видами спорта, в которых были заняты респонденты. Результаты регрессионного анализа представлены в таблице 1.

Для спортсменов, занимающихся лёгкой атлетикой, плаванием, греблей на байдарках и каноэ, скалолазанием, футболом – было установлено наличие статистически значимого ($p \leq 0,01$ или $p \leq 0,05$)

Таблица 1 – Результаты множественного регрессионного анализа взаимосвязи волевых качеств и успешности спортсменов, занятых в разных видах спорта

Группирующая переменная (вид спорта)	Независимые переменные	Параметры модели		
		Скоррект. R ²	β	p
Легкая атлетика	Самоконтроль деятельности общий	0,20	0,41	0,01
	Самоконтроль в социальной сфере		-0,34	0,03
Плавание	Выдержка	0,06	-0,29	0,05
Гребля на байдарках и каноэ	Решительность	0,08	-0,96	0,04
Скалолазание	Самоконтроль в эмоциональной сфере	0,32	-1,39	0,01
	Выдержка		0,52	0,04
Футбол	Самоконтроль в социальной сфере	0,21	0,37	0,02

Примечание: зависимая переменная – спортивная квалификация.

Таблица 2 – Результаты множественного регрессионного анализа взаимосвязи волевых качеств и успешности спортсменов с учётом возрастной группы

Группирующая переменная (возраст)	Независимые переменные	Параметры модели		
		Скоррект. R ²	β	p
Младшая возрастная группа	Самоконтроль в эмоциональной сфере	0,36	0,51	0,01
	Целеустремлённость		0,37	0,04

Примечание: зависимая переменная – спортивная квалификация.

вклада одной или совокупности двух независимых переменных в показатель спортивной успешности; для спортсменов, занимающихся академической греблей, боксом и художественной гимнастикой ни один из показателей волевой регуляции не вошёл в регрессионную модель.

На третьем этапе расчётов данные были сгруппированы в соответствии с возрастом респондентов: младшая группа – от 9 до 13 лет (53,1 % респондентов), старшая – от 14 до 18 лет (46,9 %). Результаты регрессионного анализа представлены в таблице 2.

Для спортсменов старшей возрастной группы ни один из показателей волевой регуляции не выступил в роли предиктора спортивной успешности. Для младшей возрастной группы значимой оказалась модель, где в качестве предикторов выступили показатели волевой регуляции «Самоконтроль в эмоциональной сфере» и «Целеустремлённость».

Обсуждение результатов исследования. Отсутствие статистически значимых моделей взаимосвязи характеристик волевой сферы и спортивной успешности на общей выборке респондентов косвенно подтверждает предположение о неэффективности обобщенных моделей психологической поддержки одарённых спортсменов.

Регрессионные модели взаимосвязей показателей волевой регуляции и уровня спортивных достижений с учётом спортивных дисциплин можно условно поделить на две группы: модели с незначимыми или низкими коэффициентами детерминации ($R^2 < 0,10$) и модели с относительно высокими коэффициентами детерминации ($R^2 \geq 0,20$). Можно предположить, что для спортсменов, занимающихся плаванием, греблей, боксом и художественной гимнастикой, связь волевой регуляции и успешности опосредована другими факторами, не затронутыми в настоящем исследовании. Для легкоатлетов, скалолазов и футболистов значимый вклад в спортивную успешность вносят различные виды самоконтроля – в отдельности (для футболистов), в совокупности двух типов (для легкоатлетов) или в сочетании с выдержкой (для скалолазов). При этом

направленность этой связи различна: в командном виде спорта социальный самоконтроль связан с успешностью положительно, а в индивидуальном – отрицательно, и эта связь усиливается при высоком уровне общего самоконтроля; для сложно-координационного вида спорта результативности способствует низкий эмоциональный самоконтроль в сочетании с высокой выдержкой.

Для младших подростков (9–13 лет) высоким коэффициентом детерминации ($R^2 = 0,36$) обладает модель, включающая в себя два предиктора: самоконтроль в эмоциональной сфере и целеустремлённость. Для старшей группы (14–18 лет) подобных моделей выявлено не было, что подтверждает предположение об ослаблении роли волевой регуляции в достижении спортивных результатов по мере взросления атлетов.

Заключение. Волевые качества личности вносят вклад в спортивную успешность детей и юношей, причём характер этой взаимосвязи зависит от особенностей спортивной дисциплины. При этом для некоторых спортивных дисциплин (лёгкая атлетика, скалолазание, футбол) можно выявить вклад отдельных показателей волевой регуляции или их совокупности в спортивную успешность, для других дисциплин (бокс, гребля, плавание, художественная гимнастика) взаимосвязь волевых качеств и уровня спортивных достижений, по всей видимости, значительно опосредована влиянием других переменных. На ранних этапах подготовки юных спортсменов показатели волевой регуляции: самоконтроль в эмоциональной сфере и целеустремлённость – вносят значимый совокупный вклад в уровень спортивных достижений, на более поздних этапах влияние волевых качеств на спортивную успешность становится менее однозначным. Таким образом, психологическая работа, нацеленная на формирование волевых качеств спортивно одарённой молодёжи, требует дифференцированного подхода с учётом возрастных особенностей спортсменов и характера выполняемых ими спортивных задач.

Литература

1. Ильин, Е.П. Психология воли. 2-е изд. / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2009. – 368 с.
2. Birrer, D. Psychological skills training as a way to enhance an athlete's performance in high-intensity sports / D. Birrer, G. Morgan // *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*. – 2010. – V. 20. – P. 78–87.
3. Jöesaar, H. Peer influence on young athletes' need satisfaction, intrinsic motivation and persistence in sport: A 12-month prospective study / H. Jöesaar, V. Hein, M.S. Hagger // *Psychology of Sport and Exercise*. – 2011. – V. 12. – № 5. – P. 500–508.
4. Keller, J.M. An integrative theory of motivation, volition, and performance / J.M. Keller // *Technology, Instruction, Cognition, and Learning*. – 2008. – V. 6. – № 2. – P. 79–104.
5. Ntoumanis, N. Morality in sport: A self-determination theory perspective / N. Ntoumanis, M. Standage // *Journal of Applied Sport Psychology*. – 2009. – V. 21. – № 4. – P. 365–380.
6. Ryba, T.V. Forward to the past: Puni's model of volitional preparation in sport / T.V. Ryba, N.B. Stambulova, C.A. Wrisberg // *International Journal of Sport and Exercise Psychology*. – 2009. – V. 7. – № 3. – P. 275–291.
7. Vysochina, N. Volitional qualities of athletes and their influence on competitive activities / N. Vysochina et al. // *Journal of Physical Education and Sport*. – 2018. – V. 18. – № 1. – P. 230–234.
8. Weiss, M.R. Motivating kids in physical activity / M.R. Weiss // *President's Council on Physical Fitness and Sports Research Digest*. – 2000 – S. 3. – № 11. – P. 3-10.

Literature

1. Ilyin, E.P. Psychology of volition. 2nd ed. / E.P. Ilyin. – SPb.: Piter, 2009. – 368 P.
2. Birrer, D. Psychological skills training as a way to enhance an athlete's performance in high-intensity sports / D. Birrer, G. Morgan // *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*. – 2010. – V. 20. – P. 78–87.
3. Jöesaar, H. Peer influence on young athletes' need satisfaction, intrinsic motivation and persistence in sport: A 12-month prospective study / H. Jöesaar, V. Hein, M.S. Hagger // *Psychology of Sport and Exercise*. – 2011. – V. 12. – № 5. – P. 500–508.
4. Keller, J.M. An integrative theory of motivation, volition, and performance / J.M. Keller // *Technology, Instruction, Cognition, and Learning*. – 2008. – V. 6. – № 2. – P. 79–104.
5. Ntoumanis, N. Morality in sport: A self-determination theory perspective / N. Ntoumanis, M. Standage // *Journal of Applied Sport Psychology*. – 2009. – V. 21. – № 4. – P. 365–380.
6. Ryba, T.V. Forward to the past: Puni's model of volitional preparation in sport / T.V. Ryba, N.B. Stambulova, C.A. Wrisberg // *International Journal of Sport and Exercise Psychology*. – 2009. – V. 7. – № 3. – P. 275–291.
7. Vysochina, N. Volitional qualities of athletes and their influence on competitive activities / N. Vysochina et al. // *Journal of Physical Education and Sport*. – 2018. – V. 18. – № 1. – P. 230–234.
8. Weiss, M.R. Motivating kids in physical activity / M.R. Weiss // *President's Council on Physical Fitness and Sports Research Digest*. – 2000 – S. 3. – № 11. – P. 3-10.

