

**ВИХОВАННЯ ЗАСОБАМИ ТЕНІСУ ВОЛЬОВИХ ЯКОСТЕЙ
У СТУДЕНТІВ ЗВО НЕСПОРТИВНОГО ПРОФІЛЮ****THE UPBRINGING OF VOLITIONAL QUALITIES BY MEANS OF TENNIS AMONG
THE STUDENTS OF NON-SPORTS PROFILE UNIVERSITIES**

Бурлака І. В., Лукачина А. В.

*Національний технічний університет України**«Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського», м. Київ, Україна*DOI <https://doi.org/10.32782/2522-1795.2021.9.18>**Анотації**

У дослідженні наведено теоретичне обґрунтування й аналіз методик формування вольових якостей у студентів ЗВО неспортивного профілю, а саме визначення педагогічних умов, форм і методів формування сміливості, самоствердження, самостійності у процесі занять тенісом.

Здійснено аналіз висвітлення у психолого-педагогічній літературі проблеми формування вольових якостей студентської молоді, для якої спорт не є фаховим предметом вивчення. Сміливість, самоствердження, самостійність визначено як вольові якості, завдяки яким студенти можуть мобілізувати свої знання, вміння та сили на подолання труднощів та перешкод, які виникають у їхній діяльності під час досягнення поставлених цілей.

Встановлено, що проблема формування вольових якостей студентів є однією з найбільш актуальних, оскільки вольові якості відіграють велику роль у розвитку особистості, а заняття спортом та засоби фізичної культури є ефективними у вирішенні цієї проблеми. Прояв вольових якостей значною мірою залежить від впевненості студентів у своїх силах, їх мотивації та вміння докладати вольових зусиль.

Ключові слова: фізичне виховання, теніс, вольові якості, студенти ЗВО неспортивного профілю, самоствердження, самостійність, сміливість, мотивація.

В работе приведено теоретическое обоснование и анализ методик формирования волевых качеств у студентов ЗВО неспортивного профиля, а именно определение педагогических условий, форм и методов формирования смелости, самоутверждения, самостоятельности в процессе занятий теннисом.

Проанализировано освещение в психолого-педагогической литературе проблемы формирования волевых качеств студенческой молодежи, для которой спорт не является профессиональным предметом изучения. Смелость, самоутверждение и самостоятельность определены как волевые качества, благодаря которым студенты могут мобилизовать свои знания, умения и силы для преодоления трудностей и препятствий, возникающих в их деятельности во время достижения поставленных целей.

Установлено, что проблема формирования волевых качеств студентов является одной из наиболее актуальных, поскольку волевые качества играют большую роль в развитии личности, а занятия спортом и средства физической культуры эффективны в решении этой проблемы. Проявление волевых качеств в значительной степени зависит от уверенности студентов в своих силах, их мотивации и умения прилагать волевые усилия.

Ключевые слова: физическое воспитание, теннис, волевые качества, студенты ЗВО неспортивного профиля, самоутверждение, самостоятельность, смелость, мотивация.

The upbringing of volitional qualities by means of tennis among the students of non-sports profile universities. The study provides a theoretical substantiation and analysis of methods for the formation of volitional qualities among students of non-sporting profile universities, namely, the definition of pedagogical conditions, forms and methods of forming boldness, self-affirmation and independence when playing tennis. The analysis of the psychological and pedagogical literature sources on the problem of for-

mation of volitional qualities of student youth, who are not in studying professional sports has been carried out. Boldness, self-affirmation and independence are defined as volitional qualities that can be used by students to mobilize their knowledge, skills and strength to overcome difficulties and obstacles that arise in their activities while achieving their goals. It has been established that the problem of the formation of students' volitional qualities is one of the most urgent, since volitional qualities play an important role in the development of a personality, and physical culture lessons and its means are effective in solving this problem. The manifestation of volitional qualities largely depends on the confidence of students in their abilities, their motivation and the ability to make volitional efforts. Emphasis is made on the increase in the level of formation of volitional qualities (courage, self-affirmation, independence) is largely achieved due to the specifics of tennis. After all, in the process of playing tennis, students develop moral, volitional and physical qualities. In addition, a tennis player must master the ability to instantly switch and distribute attention, plan next steps and more. All this requires effort and constant overcoming of difficulties, as it is necessary to be able to quickly and accurately navigate and assess the game environment, make effective decisions independently and anticipate the results. In performing tactical actions by tennis players, their creative thinking, memory and imagination are realized, which contributes to development the boldness, self-affirmation and independent way of making decisions. It is also noted that one of the productive forms of development of boldness, affirmation and independence is also practicing games which include elements of tennis. This type of games is effective for upbringing students' discipline, boldness, self-affirmation and independence.

Key words: physical education, tennis, volitional qualities, students of non-sports profile universities, self-affirmation, independence, boldness, physical qualities, motivation.

Вступ. Формування вольових якостей у студентської молоді є одним із найбільш важливих завдань, у вирішенні якого можуть допомогти заняття різними видами спорту, зокрема тенісом. Формувати вольові якості у студентської молоді важливо для її самоствердження, для того, щоб вона могла розкрити закладені в ній здібності та вміння, сформувати такі вольові якості, як сміливість та самостійність тощо.

Проблема формування вольових якостей особистості через свою практичну значущість постійно привертала до себе увагу різних учених, таких як І. Бех [3], Є. Ільїн [5], А. Пуні [8], С. Рубінштейн [9] та інші. Пізніше дослідженням цієї проблеми займалися М. Басов, Л. Божович, Т. Кравченко, Т. Троценко, Н. Базилевич [2; 4; 6]. У їхніх працях зазначається, що сміливість, самоствердження і самостійність є вольовими якостями, які проявляються в умінні та бажанні досягати мети, долаючи перешкоди.

За сучасних умов у контексті зазначеної проблеми проводилися дослідження використання засобів фізичного виховання та спортивних ігор. Це дослідження проблеми формування вольових якостей студентів засобами ігрової діяльності (М. Тимчик та інші), виховання волі на уроках фізичної культури (О. Тимошенко та інші). Також різні аспекти

цієї проблеми з використанням засобів фізичного виховання досліджував В. Ареф'єв [11; 10; 1].

Аналіз психолого-педагогічної літератури щодо формування вольових якостей молоді засвідчує, що нині здійснена значна наукова робота у контексті досліджуваної теми, однак проблема формування вольових якостей засобами фізичного виховання досліджена недостатньо.

Студенти приходять до закладів вищої освіти з уже сформованим у школі ставленням до фізичної культури. Педагогічний досвід і багаторічні спостереження свідчать, що в закладах середньої та спеціальної освіти використовуються програми з фізичного виховання шаблонного змісту, форм і методів. Вони не відповідають потребам сучасних молодих людей і формують у майбутніх студентів відповідне ставлення. Актуальність проблеми формування вольових якостей студентів, її недостатня науково-методична розробленість і зумовили вибір теми цієї роботи: «Виховання засобами тенісу вольових якостей у студентів ЗВО неспортивного профілю».

Матеріал і методи дослідження

Дослідження проводилося шляхом здійснення аналізу проблеми формування вольових якостей студентів засобами фізичного

виховання, представленої у психолого-педагогічній літературі, а також шляхом визначення критеріїв, показників та рівнів сформованості вольових якостей (сміливість, самоствердження, самостійність) у студентів. Метою дослідження було визначення ефективних педагогічних умов формування вольових якостей студентів ЗВО неспортивного профілю засобами фізичного виховання, зокрема тенісу.

Результати дослідження

Головною метою держави в галузі фізичної культури є розвиток нації загалом, формування здорового способу життя, гармонійне виховання здорового, фізично розвинутого покоління. Фізична культура є невід'ємною частиною загальної культури громадянина. Отже, для суспільства загалом цінними є здоров'я, освіта, фізична культура як частина загальної культури. Відповідно, формування вольових якостей студентів у процесі занять фізичною культурою є актуальною проблемою, необхідною умовою розвитку й зростання молодого покоління нашої держави.

Формування вольових якостей особистості варто здійснювати у процесі занять фізичною культурою, під час планування фізкультурної та змагальної діяльності. Дотримання режиму та регулярне відвідування занять із фізичної культури є умовою формування таких вольових якостей, як сміливість, самоствердження, самостійність і наполегливість. Крім того, ефективними під час виховання цих вольових якостей є уроки фізичної культури із подоланням труднощів високого ступеня складності. Ефективними для виховання завзятості й наполегливості є заняття, що проводяться на тлі втоми, але з урахуванням інтересів студентів, а не в умовах, несприятливих для їх проведення. Такі вольові якості, як витримка і самовладання, слід виховувати в умовах подолання різних труднощів, що виникають у процесі занять фізичною культурою, поряд з іншими вольовими якостями. Реалізація сміливості і рішучості передбачає попереднє планування і врахування обставин і умов, в яких доводиться діяти, працювати і здійснювати виховний процес.

На думку вчених, у процесі занять фізичною культурою можуть виникати складні ситуації, які і створюють труднощі, але при цьому вимагають від учнів швидких та сконцентрованих дій. Ефективність процесу подолання перешкод і проблемних ситуацій значною мірою визначається високим рівнем готовності особистості до їх подолання. Будь-яка життєва ситуація передбачає глибоке вивчення та розв'язання подібних проблем. Виховання вольових якостей у студентів – це процес безперервних життєвих, побутових дій, в тому числі і під час занять фізичною культурою тощо. Бути завжди готовим до прийняття рішень та розв'язання складних ситуацій є необхідною навичкою для студентської молоді. Отже, формування вольових якостей студентів є однією зі складових частин готовності до будь-якої ситуації.

Усвідомлення своєї фізичної сили, здоров'я впливає на формування в учнівській молоді адекватної самооцінки, впевненості у своїх можливостях, оптимістичного погляду на свої подальші життєві плани.

Теніс є одним із дієвих і ефективних засобів виховання різнобічно розвинутої особистості. Досягнення високих показників у тенісі, як і в будь-якому іншому виді спортивної діяльності, можливе тільки за умови напруження всіх фізичних і психологічних сил, вольового прагнення до подолання труднощів тощо.

У процесі формування вольових якостей особистості головну роль відіграє подолання труднощів у процесі занять фізичною культурою, яке змушує проявляти наполегливість, волю до перемоги і створює впевненість у своїх силах. Встановлено, що теніс як засіб формування вольових якостей є тим видом спорту, який надає можливість розвивати не тільки фізичні якості, але і вольові. У формуванні сміливості, самоствердження і самостійності у студентів під час занять тенісом велике значення має врахування психологічних та індивідуальних вікових особливостей молоді. Тому у процесі занять тенісом та іншою фізкультурно-ігровою діяльністю викладачам слід враховувати основні вікові особливості студентської молоді [7].

Критерії і показники сформованості вольових якостей (сміливість, самоствердження, самостійність) у студентської молоді можна представити таким чином:

Когнітивний критерій

Показники:

– Знання про формування вольових якостей (сміливість, самоствердження, самостійність) та виховні аспекти фізичного виховання.

– Розуміння засобів фізичного виховання щодо формування вольових якостей, таких як сміливість, самоствердження, самостійність.

– Розуміння студентами мети та змісту занять тенісом для формування вольових якостей, таких як сміливість, самоствердження, самостійність.

Емоційно-ціннісний критерій

Показники:

– Бажання формувати вольові якості (сміливість, самоствердження, самостійність), долати перешкоди у процесі занять тенісом.

– Інтерес до формування вольових якостей (сміливість, самоствердження, самостійність), бажання бути сміливим, самостверджуватися та проявляти самостійність, беручи участь у заняттях із тенісу.

Діяльнісно-практичний критерій

Показники:

– Уміння самостійно організувати заняття з тенісу, допомагати викладачу.

– Здатність проявляти сміливість, самоствердження, самостійність у процесі занять тенісом.

– Уміння виконувати завдання при цьому, виявляти сміливість, самоствердження, самостійність.

Під час організації освітнього процесу необхідно правильно визначити зміст та вибирати форми і методи формування сміливості, самоствердження, самостійності у студентів у процесі занять із фізичного виховання, зокрема занять тенісом.

Так, для формування сміливості, самоствердження і самостійності у студентів можна організувати заходи із формуванням позитивного ставлення до уроків фізичної культури з елементами тенісу, рухливих ігор

з елементами тенісу. Також формування сміливості, самоствердження і самостійності у процесі занять тенісом передбачає урахування рівня фізичної підготовки студентів.

Підвищення рівнів сформованості вольових якостей, таких як сміливість, самоствердження, самостійність, значною мірою зумовлене специфікою тенісу. Теніс – це вид спорту зі складно-координаційним типом рухової діяльності. Адже у процесі занять тенісом у студентів розвиваються моральні, вольові й фізичні якості. Також під час занять тенісом здійснюється велика кількість рухів, які вимагають вміння миттєво перемикаєти і розподіляти увагу. Усе це вимагає від студентів зусиль і постійного подолання труднощів, оскільки необхідно вміти швидко й точно орієнтуватися та швидко оцінювати ігрову обстановку, самостійно приймати ефективні рішення, передбачати результати. Саме в тактичних діях студентів-тенісистів реалізується їхнє творче мислення, пам'ять та уява, що сприяє вихованню сміливості, самоствердження і самостійності.

Однією із продуктивних форм формування у студентів сміливості, самоствердження і самостійності є також рухливі ігри з елементами тенісу. Рухливі ігри з елементами тенісу формують дисциплінованість, сміливість, самоствердження та самостійність.

Висновки. У дослідженні наведено теоретичне обґрунтування й аналіз методик вирішення актуального питання формування вольових якостей у студентів неспортивного профілю засобами тенісу, а саме визначення педагогічних умов, форм і методів формування сміливості, самоствердження та самостійності.

Здійснено аналіз проблеми формування вольових якостей студентської молоді, для якої спорт не є фаховим предметом вивчення, представленої у психолого-педагогічній літературі. Сміливість, самоствердження, самостійність визначено як вольові якості, завдяки яким студенти можуть мобілізувати свої знання, вміння та сили на відносно тривалі і складні боротьбу із труднощами, долати зовнішні та внутрішні перешкоди, які

виникають у їхній діяльності під час досягнення поставлених цілей тощо.

Встановлено, що проблема формування вольових якостей студентів є однією з найбільш актуальних, оскільки вольові якості відіграють велику роль у розвитку особистості, а заняття з фізичного виховання, зокрема з використанням елементів тенісу, є ефективним засобом вирішення цієї проблеми. Розвиток вольових якостей важливий для розвитку студента, для його пізнання

самого себе та розкриття своїх здібностей. Ученими неодноразово акцентувалася увага на важливості формування таких вольових якостей, як сміливість, ініціативність, самостійність, наполегливість тощо, які розглядаються як прагнення досягти необхідної мети, в тому числі успіху в професійній діяльності. Прояв вольових якостей значною мірою залежить від впевненості студентів у своїх силах, їхньої мотивації та вміння докладати вольових зусиль.

Література

1. Арефьев В.Г. Основы теории та методики физического воспитания : учебник / В. Г. Арефьев. – К. : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2010. 268 с.
2. Басов М.Я. Воля как предмет функциональной психологии / М.Я. Басов. СПб.: Алетеия, 2007. 544 с.
3. Бех І.Д. Особистість у просторі духовного розвитку : навч. посіб. / І. Д. Бех. К. : Академвидав, 2012. 256 с.
4. Божович Л.И. Проблемы формирования личности / под редакцией Д. И. Фельдштейна / Л.И. Божович. - Воронеж: НПО «МОДЭК». 2006. с. 201.
5. Ильин Е.П. Психология воли / Е.П. Ильин. СПб. : Питер, 2002. 288 с.
6. Кравченко Т.П., Троценко Т.Ю., Базилевич Н.О. особливості виховання у студентської молоді морально-вольових якостей під час занять фізичною культурою / Т.П. Кравченко, Т.Ю. Троценко. «молодий вчений». № 4.1 (68.1), 2019. С. 13.
7. Лутковский Е.М. Основы техники теннисных упражнений: ЛЕГция /ГИФК им.Лесгафта. Л., 1985. 31 с.
8. Пуни А.Ц. Психологические основы волевой подготовки в спорте / А.Ц. Пуни. М., 1997. С. 134–136.
9. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии /С.Л. Рубинштейн. / СПб. : Питер, 2003. 720 с.
10. Тимошенко О.В. Основы моделирования у физическому вихованні і спорті : методичний посібник / О.В. Тимошенко ; М-во освіти і науки України, Нац. пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова. К., 2002. 95 с.
11. Тимчик М.В. Фізичне виховання старшокласників у позакласній роботі закладів загальної середньої освіти / М.В. Тимчик, Г.А. Коломоєць, Ю.Є. Докукіна. Кіровоград, ІМЕГс-ЛТД. 2014. 242 с.

References

1. Arefiev, V.H. (2010). *Basics of theory and methodology of physical education*. Kyiv, NPU named after M. Drahomanov [in Ukrainian]
2. Basov, M.Ia. (2007). *Will as a subject of functional psychology*. St Petersburg, Aleteiia [in Russian]
3. Bekh, I.D. (2012). *Personality in the space of spiritual development*. Kyiv, Academvydav [in Ukrainian]
4. Bozhovych, L.Y. (2006). *Personality formation problems*. Voronezh, MODEK [in Russian]
5. Ylyn, E.P. (2002). *Personality formation problems*. St Petersburg, SPb. : Peter [in Russian]
6. Kravchenko, T.P., Trotsenko, T.Iu., Bazylevych, N.O. (2019). On the upbringing of moral and volitional qualities in student youth during physical education classes. *Molodyj Vchenyj*, 4.1, 13 [in Ukrainian]
7. Lutkovskiy, E.M. (1985). *Basics of Tennis Technique*. LEGtsyia, SIPhCH named after Leshaft [in Russian]
8. Puny, A.Ts. (1997). *Psychological foundations of volitional training in sports*. Moscow, Physical Culture and Sports [in Russian]
9. Rubynshtein, S. L. (2003). *Foundations of general psychology*. St Petersburg, Peter [in Russian]
10. Tymoshenko, O.V. (2002). *Fundamentals of modeling in physical education and sports*. Kyiv, NPU named after M. Drahomanov [in Ukrainian]
11. Tymchuk, M.V. (2014). *Physical education of high school students in extracurricular activities of general secondary education*. Kirovohrad, ImEGs-LTD [in Ukrainian]