

активности нервной системы.

Таким образом, не в осложненных случаях, применение ароматерапии и телесно-ориентированной методики, благотворно влияет на когнитивно-поведенческие процессы и, соответственно, способствует нивелированию проявлений СДВГ. Тем не менее, даже определение концентрации гормонов, не даст достаточной уверенности в «правильном» влиянии, поскольку важно не среднее количество, а присутствие в нужном месте и в нужное время. В этой связи планируем провести исследование влияние указанных средств не медикаментозной коррекции на организм ребенка, с использованием биохимических, физиологических методов исследования.

ЛИТЕРАТУРА

1. Колганова В.С. Нейропсихологические занятия с детьми / В.С. Колганова. – Москва : АЙРИС-пресс, 2022. – 416 с.
2. Лурия А.Р. Основы нейропсихологии / А.Р. Лурия – Москва : Академия, 2015. – 384 с.
3. Психолого-педагогическая диагностика : учебное пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / И.Ю. Левченко, С.Д. Забрамная, Т.А. Добровольская. – Москва: Академия, 2016. – 320 с.

REFERENCES

1. Kolganova, V.S. (2022), *Neuropsychological activities with children*, IRIS-press, Moscow.
 2. Levchenko, I.Yu., Zabramnaya, S.D. and Dobrovolskaya, T.A. (2016), *Psychological and pedagogical diagnostics*, Academy, Moscow.
 3. Luria, A.R. (2015), *Fundamentals of neuropsychology*, Academy, Moscow.
- Контактная информация:** kny.87@mail.ru

Статья поступила в редакцию 12.01.2023

УДК 796.011.1

К ВОПРОСУ О ФОРМИРОВАНИИ НРАВСТВЕННО-ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ ЛИЧНОСТИ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ

Николай Андреевич Хитрик, кандидат педагогических наук, начальник кафедры физической подготовки Черноморского высшего ордена Красной Звезды военно-морского училища имени П.С. Нахимова, Севастополь; Евгений Анатольевич Иванов, кандидат психологических наук, доцент, старший научный сотрудник, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург; Олеся Валериевна Ляшенко, кандидат педагогических наук, доцент, Санкт-Петербургская государственная консерватория имени Н.А. Римского-Корсакова, Санкт-Петербург; Игорь Григорьевич Федоров, научный сотрудник, Военный университет Министерства Обороны имени Князя Александра Невского Российской Федерации, Москва

Аннотация

В статье рассматривается проблема формирования нравственных качеств обучаемых в высшем учебном заведении как регулятора поведения, определяющего жизненные цели личности и средства достижения этих целей. Анализируются волевые качества человека, которые выступают как необходимые психологические концепты для воплощения этих целей в практической деятельности. Отмечается, что нравственная направленность личности существенно влияет на оценку ее волевых свойств: развитие целеустремленности, настойчивости, выдержки, смелости. Обосновывается роль физической подготовки, как эффективного средства, обладающего широкими возможностями формирования нравственно-волевых качеств. Рассматривается проблема нейтрализации деструктивной агрессии, что проявляется в готовности обучаемого к сотрудничеству, честности, уверенности в себе, самостоятельности в обстоятельствах, требующих от личности контроля агрессивных реакций, как в спорте, так и в повседневной жизни.

Ключевые слова: образовательная организация, обучаемые, нравственно-волевые качества, физическая подготовка.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.01.p502-506

TO THE QUESTION OF THE FORMATION OF MORAL AND VOLITIONAL QUALITIES OF A PERSON BY MEANS OF PHYSICAL TRAINING

Nikolai Andreevich Khitrik, the candidate of pedagogical sciences, head of the department, Black Sea Higher Order of the Red Star of the P.S. Nakhimov, Sevastopol; Evgeny Anatolyevich Ivanov, the candidate of psychological sciences, docent, senior research associate, Military Institute of Physical Culture, St. Petersburg; Olesya Valerievna Lyashenko, the candidate of pedagogical sciences, docent, Saint-Petersburg Rimsky-Korsakov State Conservatory, St. Petersburg; Igor Grigorievich Fedorov, the research associate, Military University of the Ministry of Defense named after Prince Alexander Nevsky of the Russian Federation, Moscow

Abstract

The article deals with the problem of the formation of moral qualities of students in higher education as a behavior regulator that determines the life goals of the individual and the means to achieve these goals. The author analyzes the volitional qualities of the person, which act as necessary psychological concepts for the implementation of these goals in practice. It was noted that the moral orientation of the person significantly affects the assessment of its volitional properties: the development of purposefulness, perseverance, endurance, courage. The role of physical training as an effective means with broad opportunities for the formation of moral and volitional qualities is substantiated. The problem of neutralizing destructive aggression was considered, which manifests itself in the willingness of the student to cooperation, honesty, self-confidence, independence in circumstances requiring the individual to control aggressive reactions, both in sports and in everyday life.

Keywords: educational organization, trainees, moral and volitional qualities, physical training.

ВВЕДЕНИЕ

Нравственно-волевые качества – это качества, которые позволяют обучаемому оптимально управлять своим поведением для достижения намеченной цели, выбирая при этом такие средства ее достижения, которые не наносят ущерба окружающим [4]. К основным профессионально-важным нравственно-волевым качествам личности, которые формируются средствами физической подготовки, можно отнести: целеустремленность (представленную как терпеливость, упорство, настойчивость), самообладание (выдержка, смелость, решительность), честность, готовность к сотрудничеству, самостоятельность и уверенность в себе. Стратегической целью является формирование средствами физической подготовки конкретных нравственно-волевых качеств, помогающих личности совладать с внешними и внутренними препятствиями жизни, преодолеть деструктивную агрессию, освоить устойчивые навыки контроля за эмоциональными состояниями.

ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

Воспитание нравственно-волевых качеств у обучаемых средствами физической подготовки – это процесс взаимодействия преподавателя и ученика, в результате которого происходит нейтрализация деструктивной агрессии посредством овладения навыками постановки целей, освоения приемов эмоциональной саморегуляции, в основе которых находятся нравственные нормы, направленные на пользу себе и обществу [6].

Реализация данных подходов в образовательной организации предполагает построение диалога между преподавателем и обучаемым. Причем смысл диалога состоит в том, что преподаватель отвечает не только на вопросы «как надо поступать?», но и «почему так надо поступать?», что и закладывает основы формирования нравственного идеала. Преподаватель должен сформировать систему вопросов, которые студент, слушатель,

курсант должен задавать себе сам: почему я занимаюсь физической подготовкой? Что мне дадут занятия физической подготовкой в жизни? Какие цели я хочу достигнуть? На какие жертвы придется пойти? Какими качествами и знаниями я должен обладать? Каковы средства достижения? За какой отрезок времени я справлюсь? Какая жизнь ожидает после окончания образовательной организации?

Реализация данных подходов возможна лишь при соблюдении основных принципов: целостность, системность, последовательность, положительный эмоциональный фон, рефлексия деятельности, обратная связь, саморазвитие [3].

Стратегической целью является формирование конкретных нравственно-волевых качеств, для чего обучаемому необходимо преодолеть разнообразные препятствия жизни, внутренние психологические проблемы, сформировать готовность к контролю за собственными эмоциональными состояниями. Вышеперечисленные цели можно реализовать средствами физической подготовки.

В результате применения специально разработанной технологии физического воспитания должен быть сформирован облик обучаемого, которого можно охарактеризовать как целостную личность, обладающую следующими нравственно-волевыми качествами: целеустремленность, терпеливость, настойчивость, упорство, самообладание, выдержка, смелость, решительность, готовность к сотрудничеству, самостоятельность, честность, достоинство.

На всех этапах предложенного подхода целесообразно использовать все формы физической подготовки: учебные занятия, утреннюю физическую зарядку, физическую тренировку в процессе учебной деятельности, спортивно-массовую работу, самостоятельную физическую тренировку. В качестве средств обучения могут выступать: педагогические ситуации, учебные фильмы, видеозаписи, макеты игровых площадок и полей для демонстрации тактических схем, электронные игры и др. На занятиях активно используются личностно-ориентированные методы: внушение, погружение, мозговой штурм, делегирование полномочий преподавателя обучаемым (организатор, информатор, консультант). Результативны будут и деятельность методы: игровой, разыгрывание ролей и их анализ, соревновательный метод.

Нравственно-волевые качества личности, сформированные средствами физической подготовки, оцениваются через следующие показатели:

- целеустремленность (терпеливость, упорство, настойчивость) – способность ставить перед собой реальные цели на конкретное учебное занятие по физической подготовке, поэтапно достигать намеченного результата;
- самообладание (выдержка, смелость, решительность), самоконтроль, саморегуляция поведения;
- честность – способность выражать словами свое истинное отношение к какому-либо предмету;
- самостоятельность – способность самостоятельно достигать намеченных целей, беря на себя ответственность за их результаты;
- готовность к сотрудничеству – осознание взаимодействующими сторонами единой цели, где условиями успеха каждого является успех остальных;
- уверенность в себе – внутренняя самооценка личностью собственных качеств, способностей, своего общественного значения.

Результат – повышение уровня сформированности нравственно-волевых качеств обучаемых в процессе занятий физической подготовкой и спортом.

Педагогическими условиями реализации технологии воспитания нравственно-волевых качеств обучаемых в образовательных организациях средствами физической подготовки являются:

- учет возрастных особенностей студентов, слушателей, курсантов (учет возрастных изменений, способностей и интересов);

– высокий уровень готовности преподавателя к формированию нравственно-волевых качеств у обучаемых средствами физической культуры (диалоговые отношения в системе «преподаватель-ученик» и отношения сотрудничества в системе «обучаемый-обучаемый»);

– разработка индивидуальных программ в соответствии с физическими способностями обучаемых (сильные и слабые стороны отдельного индивида);

– создание благоприятного социально-психологического климата в коллективе (наличие товарищества, взаимопонимания, доброжелательности и поддержки);

– развитие мотивации успеха на учебных занятиях по физической подготовке через правильно поставленные цели, установки на достижение максимально возможного уровня физического развития, здоровое честолюбие, положительный эмоциональный фон на учебных занятиях по физической подготовке, осознание обучаемым своей полезности для коллектива, образовательной организации, страны в целом;

– создание общей социально-психологической атмосферы, в которой ценятся проявление нравственных и волевых качеств, положительные поступки.

Экспериментальная работа преимущественно должна строиться на следующих критериях и качественных характеристиках:

1) диагностика типа нервной системы, темперамента;

2) изменение мотивов занятия физической подготовкой с внешних на внутренние, с избегания неудачи – на достижение успеха;

3) выявление уровня сформированности нравственно-волевых качеств, связанных с целеустремленностью, терпеливостью, упорством, настойчивостью, умение строить программу действий, и реализовывать ее;

4) выявление уровня сформированности нравственно-волевых качеств, связанных с самообладанием, выдержкой, смелостью и решительностью; владением приемами саморегуляции; снижением уровня тревожности, освоением навыков эмоциональной регуляции;

5) готовность к сотрудничеству, честности, самостоятельности, уверенности в себе.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Обучение в образовательной организации следует рассматривать как сензитивный период, благоприятный для эффективного воспитания нравственно-волевых качеств средствами физической подготовки и осуществляемый с учётом специфических факторов физиологического, социально-психологического и педагогического характера.

К основным нравственно-волевым качествам, имеющим наибольшее профессионально-важное значение для обучаемых, их дальнейшей профессиональной деятельности и успешно формирующимися средствами физической подготовки относятся целеустремленность, представленная терпеливостью, упорством и настойчивостью, самообладание (выдержка, смелость, решительность), честность, готовность к сотрудничеству, самостоятельность и уверенность в себе. Оптимальное управление своим поведением с позиции нравственно-волевых качеств в профессиональной деятельности позволит выбирать такие средства достижения целей, которые не приносили бы ущерба государству, обществу, окружающим людям, самой личности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Божович Л.И. Проблемы формирования личности: Избранные психологические труды / Л.И. Божович ; под ред. Д.И. Фельдштейна. – 3-е изд. – Москва : Московский психолого-социальный институт, Воронеж: МОДЭК, 2001. – 349 с.
2. Ильин Е.П. Психология воли. – 2-е изд. – Санкт-Петербург: Питер, 2009. – 368 с.
3. Вербова Т.Ф. Воспитание нравственно-волевых качеств у курсантов в процессе обучения : дис. ... канд. пед. наук / Вербова Татьяна Федоровна. – Москва, 1977. – 208 с.

4. Дмитриев Г.Г. Физическая подготовка как эффективное средство формирования нравственно-волевых качеств будущих сотрудников военной прокуратуры / Г.Г. Дмитриев, И.Г. Федоров, В.А. Собина // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2016. – № 2. – С. 111–115.

5. Федоров И.Г. Формирования нравственно-волевых качеств у обучающихся в военно-учебных заведениях Российской империи средствами физической подготовки / И.Г. Федоров // Мир образования – образование в мире. – 2016. – № 4. – С. 67–72.

6. Формирование у военнослужащих психической готовности к профессиональной деятельности средствами физической культуры / А.Г. Щуров, Г.Г. Дмитриев, М.Т. Лобжа, Л.С. Узун // Теория и практика физической культуры. – 2019. – № 8. – С. 27–29.

REFERENCES

1. Bozhovich, L.I. (2001), Problems of Personality Formation: Selected Psychological Works, Moscow Psychological and Social Institute, Moscow, MODEK, Voronezh.

2. Ilyin, E.P. (2009), *Psychology of will*, 2nd ed., Peter, St. Petersburg.

3. Verbovaya, T. F. (1977), Education of moral and volitional qualities among cadets in the learning process, dissertation, Moscow.

4. Dmitriev, G.G., Fedorov, I.G. and Sobina, V.A. (2016), "Physical training as an effective means of forming the moral and volitional qualities of future employees of the military prosecutor's office", *Actual problems of physical and special training of power structures*, No. 2, pp. 111–115.

5. Fedorov, I.G. (2016), "Formation of moral and volitional qualities among students in the military educational institutions of the Russian Empire by means of physical training", *The world of education is education in the world*, No. 4, pp. 67–72.

6. Shchurov, A.G., Dmitriev, G.G., Lobzha, M.T. and Uzun, L.S. (2019), "Formation of military personnel's mental readiness for professional activity by means of physical culture", *Theory and practice of physical culture*, No. 8, pp. 27–29.

Контактная информация: polkovnik_2003@mail.ru

Статья поступила в редакцию 16.12.2022

УДК 796.853.23

МОРФОЛОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КОНСТИТУЦИОНАЛЬНЫХ ТИПОВ У ДЗЮДОИСТОВ БЛИЖАЙШЕГО СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА

Артур Олегович Цысарь, главный тренер, Спортивный клуб «Динамо-Ивантеевка», Ивантеевка

Аннотация

Морфологические параметры спортсменов, определяющие конституциональные типы, оказывают большое влияние на степень развития физических качеств, а также техническую подготовку борцов, что необходимо учитывать при спортивном отборе и спортивном прогнозе успешности соревновательной деятельности спортсменов. Антропометрические показатели, их вариабельность в конституциональных типах в юношеском возрасте являются показателями уровня физического развития и дает возможность оценки влияния тренировочных нагрузок на организм спортсменов. Целью исследования явилось изучение антропометрических показателей и конституциональных типов у дзюдоистов юношеского возраста, представляющих собой ближайший спортивный резерв членов сборной команды страны. Были изучены антропометрические данные 17 дзюдоистов юношеского возрастного периода, занимающихся в Школе Олимпийского Резерва Динамо-Дмитров. Антропометрия проводилась и конституциональные типы оценивались и по классической методике В.В. Бунака. Были определены конституциональные типы мускульно-грудной и грудно-мускульный. Проведена сравнительная характеристика антропометрических данных с учетом телосложения. Доминирующим морфологическими признаками являются масса тела и обхватные размеры бедра и плеча (напряженного и расслабленного). Выявленные различия морфологических признаков в настоящем исследовании у данных соматотипов указывают на особенности возрастного развития, что позволяет прогнозировать в возрастном аспекте возрастание роли мышечного ком-