

ИССЛЕДОВАНИЕ УРОВНЯ ПРОЯВЛЕНИЯ СИЛЫ ВОЛИ У СТУДЕНТОВ ФАКУЛЬТЕТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

В. И. Мишанина¹, П. Д. Петухов²

¹ФГБОУ ВО «Ивановский государственный университет» Шуйский филиал,
г. Шуя, Российская Федерация
e-mail: mishanina.valentina@mail.ru

²ФГБОУ ВО «Национальный государственный университет физической
культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта», г. Санкт-Петербург,
Российская Федерация
e-mail: Petuhov_pavel7@mail.ru.

В статье представлены результаты проведенного авторами эмпирического изыскания уровня проявления силы свободы у студентов-спортсменов, специалистов в сфере физической культуры. Определено, что среднее арифметическое значения обобщенного показателя силы воли приближается у обучающихся к диапазону высоких значений. Статистически значимых различий в уровне проявления силы свободы между юношами и девушками не выявлено.

The article presents the results of an empirical study conducted by the authors of the level of manifestation of willpower among students - athletes, specialists in the field of physical education. It is determined that the arithmetic mean of the generalized measure of willpower approaches the range of high values in students. There were no statistically significant differences in the level of willpower between boys and girls.

Ключевые слова: сила воли; волевые качества; студенты; спорт; физическая культура.

Keywords: willpower; strong-willed qualities; students; sports; physical education.

Студент, связавший свою будущую профессию со спортом, понимает, что спорт не только исключительно закаляет здоровье, но и формирует характер будущего спортсмена. Большая двигательная активность, ежедневные тренировки развивают волю, стремление к победе, уверенность в себе.

Поддержание здоровья, хорошего самочувствия на достаточном уровне является первостепенной задачей для будущего спортсмена.

Спорт позволяет развивать такие качества, как ловкость, скорость, сила, реакция, координация, воля и др. Достижение высоких результатов в спорте требует от человека проявления всевозможных волевых качеств: мужества, смелости, настойчивости, решительности, терпеливости, выносливости, упорства, самообладания.

Безусловно, проявление воли необходимо не только спортсмену, но и учителю физической культуры ради поддержания своей отличной физической формы, для подготовки и проведения спортивных тренировок и занятий по физической культуре.

В современном языке термин «воля» имеет различные толкования. Чаще всего это понятие понимается как свойство, заключающееся в способности человека сознательно управлять своей психикой и поступками.

Некоторые исследователи рассматривают волю как свойство, обусловленное внешними физическими и социальными причинами. Другие считают, что воля – это сила, заложенная в нашей психике.

Вместе с тем большинство исследователей сходятся на том, что воля – сознательная регуляция субъектом своей деятельности и поведения, обеспечивающая преодоление трудностей при достижении цели.

В своем исследовании мы рассматривали силу воли как способность человека достичь поставленной цели вопреки всем неудобствам и преградам на пути ее достижения.

По нашему мнению, проявляясь в деятельности, воля обеспечивает преодоление трудностей на пути достижения цели. При этом она выполняет не только функцию побуждения активности человека, но и функцию сдерживания, если это необходимо на каком-либо этапе решения проблемы.

Экспериментально подтверждено, что волевой потенциал юношей более выражен, нежели показатели силы воли у девушек и побуждает молодых людей к активизации своей деятельности при достижении поставленной цели.

С целью определения уровня проявления силы воли как способности к произвольному управлению своей деятельностью и поведением мы провели исследование со студентами, обучающимися в Национальном институте физической культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта, г. Санкт-Петербурга.

В эмпирическом исследовании приняли участие 25 обучающихся первокурсников, в том числе 18 юношей и 7 девушек в возрасте от 17 до 19 лет. В ходе эксперимента нами была использована методика Н. Н. Обозова «Самооценка силы воли», предназначенная для обобщенной характеристики проявления силы воли [1].

Данная методика содержит 15 вопросов, ответы на которые оценивались следующим образом: за ответ «да» начислялось 2 балла; «не знаю» или «бывает» – 1 балл; «нет» – 0 баллов. Общая сумма набранных баллов в диапазоне 22–30 баллов говорит о наличии большой силы воли; в диапазоне 13–21 баллов – о средней силе воли; в диапазоне 0–12 баллов – о слабой силе воли.

Анализ полученных в ходе экспериментального исследования результатов показал, что у каждого второго студента ($n = 12$ чел.) отмечается высокий уровень проявления силы воли, у остальных респондентов ($n = 13$ чел.) выявлен средний уровень проявления силы воли, студентов с низким уровнем силы воли не было выявлено.

Распределение студентов в зависимости от уровня проявления силы воли представлено в таблице 1.

Таблица 1 – Распределение учащихся в зависимости от уровня проявления силы воли

Уровень проявления силы воли	Абс. (чел.)	Отн. (%)
Высокий	12	48
Средний	13	52
Низкий	0	0
Всего	25	100

Статистический анализ результатов проведенного исследования выявил, что среднее арифметическое значение обобщенного показателя силы воли у студентов ($21,24 \pm 0,78$ балла) близко к диапазону высоких значений. Это дает нам основание утверждать, что занятия физической культурой и спортом до поступления в высшее учебное заведение в значительной мере способствовали развитию силы воли юношей и девушек.

Полученные в ходе исследования результаты были проверены на нормальность распределения с помощью одновыборочного критерия Колмогорова-Смирнова. Статистика Z Колмогорова-Смирнова составила 0,803; Асимпт. знч. (двусторонняя) равна 0,539. Это значение превышает 0,05. Следовательно, эмпирический ряд данных близок к статистической норме и не имеет значимых отличий от нормального распределения. Средние арифметические значения по всей выборке студентов, а также по выборкам юношей и девушек представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Среднее арифметическое значение обобщенного показателя силы воли у студентов

Вся выборочная совокупность ($X \pm m$) (n = 25)	Юноши ($X \pm m$), (n = 18)	Девушки ($X \pm m$), (n = 7)
$21,24 \pm 0,78$	$21,38 \pm 0,91$	$20,85 \pm 1,52$

Сравнительный анализ уровня проявления силы воли у студентов-юношей и у студентов-девушек показал, что у юношей среднее арифметическое значение обобщенного показателя силы воли равно $21,38 \pm 0,91$ балла, незначительно превосходя среднее арифметическое значение исследуемой переменной по всей группе респондентов ($21,24 \pm 0,78$ балла), но также по подгруппе девушек ($20,85 \pm 1,52$ балла).

У каждого второго юноши установлен высокий уровень проявления силы воли (n=9 чел.), остальные студенты данной подгруппы характеризуются средним уровнем проявления исследуемого психического качества.

Проверка полученных результатов на нормальность распределения (статистика Z Колмогорова-Смирнова составила 0,594; Асимпт. знч. (двусторонняя) равна 0,872) не обнаружила статистически значимых отличий от нормального распределения.

У девушек, как видно из данных таблицы 2, среднее арифметическое значение обобщенного показателя силы воли равно $20,85 \pm 1,52$ балла и незначительно ниже как среднего арифметического по всей выборке студентов, так и

по выборке юношей. Подсчет значения U-критерия Манна-Уитни не обнаружил достоверных различий между юношами и девушками в уровне проявления силы воли.

Следует отметить, что разброс данных у девушек больше, нежели в целом по выборке и по подгруппе юношей, хотя эмпирическое ранжирование результатов в подгруппе девушек также соответствует статистической норме (статистика Z Колмогорова-Смирнова составила 0,691; Асимпт. знч. (двусторонняя) равна 0,727).

Количество девушек с высоким и средним уровнем проявления силы воли является примерно одним и тем же, девушек с слабой волей в ходе исследования не обнаружено (таблица 3).

Таблица 3 – Распределение юношей и девушек в зависимости от уровня проявления силы воли

Уровни проявления силы воли	Юноши		Девушки	
	Абс. (чел.)	Отн. (%)	Абс. (чел.)	Отн. (%)
Высокий	9	50	3	43
Средний	9	50	4	57
Низкий	0	0	0	0
Всего	18	100	7	100

Таким образом, проведенное эмпирическое исследования позволило нам сформулировать следующие выводы:

1. Анализ литературы по проблеме исследования позволил нам рассматривать силу воли как способность человека достичь поставленной цели наперекор всем неудобствам и преградам на пути ее достижения.

2. По нашему мнению, проявляясь в деятельности, воля обеспечивает преодоление трудностей на пути достижения цели. При этом она выполняет не только функцию побуждения активности человека, но и функцию сдерживания, если это необходимо на каком-либо этапе решения проблемы.

3. Среднее арифметическое значение обобщенного показателя силы воли у студентов-первокурсников, обучающихся на факультете физической культуры, приближается к диапазону высоких значений. Это позволило нам утверждать, что занятия физической культурой и спортом до поступления в высшее учебное заведение способствуют развитию волевых качеств юношей и девушек в вузе.

4. Между юношами и девушками не обнаружено больших различий по уровню проявления силы воли.

5. Для студентов-первокурсников, осваивающих образовательную программу бакалавриата Физическая культура, характерны высокий и средний уровни проявления силы воли.

6. Статистический анализ результатов экспериментального исследования выявил нормальность распределения полученных данных как в целом по выборке, так и по выборкам юношей и девушек.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Ильин, Е. П. Психология свободы / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2009. – 366 с.
2. Леонтьев, А. Н. Воля / А. Н. Леонтьев // Вестник МГУ. Психология. – 1993. – № 2. – С. 3–14.
3. Селиванов, В. И. Волевая микрорегуляция активности личности / В. И. Селиванов // Психологический научный журнал. – 1982. – № 4. – С. 14–25.
4. Пуни, А. Ц. Некоторые вопросы теории воли и волевая подготовка в спорте / А. Ц. Пуни. – М. : ФиС, 1973. – С. 144–162.