

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

УДК 159.9:796.8:37

ВОЛЕВЫЕ КАЧЕСТВА КАК ЭЛЕМЕНТ СТРУКТУРЫ ЛИЧНОСТИ СПОРТСМЕНА-ЕДИНОБОРЦА ВОЗРАСТНОЙ ГРУППЫ 10-12 ЛЕТ¹ С.А. Носов, ² А.Ю. Плешивцев, ³ А.В. Кузнецов, ⁴ М.В. Чичиков, ⁵ В.Ю. Лазарев¹ Сибирский юридический институт МВД России, Красноярск, email: Capitan.russia@yandex.ru² Волгоградская академия МВД России, Волгоград, email: volakdm@va-mvd.ru³ Крымский филиал Краснодарского университета МВД России, Симферополь, email: Capitan.russia@yandex.ru⁴ Брянский филиал Орловского юридического института МВД России имени В.В. Лукьянова, Брянск, email: piton.bulatov@yandex.ru⁵ Воронежский институт МВД России, Воронеж, email: sanav@mail.ru

Аннотация. В научной статье раскрывается вопрос важности и значимости волевых качества как элемента структуры личности спортсмена-единоборца возрастной группы 10–12 лет. В спортивных секциях ребенок развивается в данном направлении и уже через какое-то время может ставить перед собой различные цели и задачи, а также добиваться их. Причем цели эти могут быть связаны не только со спортивной карьерой, но и с ситуациями, существующими в обыденной жизни. Считается, что наиболее благоприятным периодом для развития этих качеств признается именно детский возраст. Также тренироваться в области единоборств рекомендуется с раннего возраста, потому что именно в нем закладываются основные начала развития личности человека. Ребенку легче раскрыться и привыкнуть к чему-то новому. Ребенок попадает в коллектив, где перенимает какие-либо качества и привычки, учится ставить перед собой цели и задачи, стремится к большему. Наиболее сильным мотивом, доминирующим в ребенке во время спортивного процесса, является целеустремленность. Юный единоборец пытается достичь необходимого для него положения в коллективе, не быть аутсайдером, отстающим, а быть в центре внимания.

Ключевые слова: единоборцы, спорт, волевые качества, подготовка, спортсмен, ребенок.

WILL-BASED QUALITIES AS AN ELEMENT OF THE PERSONALITY STRUCTURE OF A COMBAT ATHLETE OF THE 10-12 YEARS OLD AGE GROUP¹ S.A. Nosov, ² A.Y. Pleshivtsev, ³ A.V. Kuznetsov, ⁴ M.V. Chichikov, ⁵ V.Y. Lazarev¹ Siberian Law Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia, Krasnoyarsk, email: Capitan.russia@yandex.ru² Volgograd Academy of the Ministry of Internal Affairs of Russia, Volgograd, email: volakdm@va-mvd.ru³ Crimean branch of the Krasnodar University of the Ministry of Internal Affairs of Russia, Simferopol, email: Capitan.russia@yandex.ru⁴ Bryansk Branch of the V.V. Lukyanov Oryol Law Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia, Bryansk, email: piton.bulatov@yandex.ru⁵ Voronezh Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia, Voronezh, email: sanav@mail.ru

Abstract. This scientific article explores the importance and significance of willpower as a component of the personality structure of combat athletes aged 10–12. In sports clubs, children develop this skill and, after some time, are able to set and achieve various goals and objectives. Moreover, these goals may be related not only to their athletic career but also to situations that arise in everyday life. Childhood is considered the most favorable period for developing these qualities. Martial arts training is also recommended from an early age, as it is during this period that the foundations of personality development are laid. It's easier for a child to open up and adapt to new experiences. The child joins a group where they adopt certain qualities and habits, learn to set goals and objectives, and strive for greater heights. The most powerful motivator, dominant in a child during athletics, is determination. The young martial artist tries to achieve the position he needs in the team, not to be an outsider or a laggard, but to be the center of attention.

Keywords: martial artists, sports, strong-willed qualities, training, athlete, child.

Дата поступления статьи в редакцию: 17.01.2026

Дата принятия статьи в печать: 27.02.2026

Введение

Рассмотрение морально-нравственной и волевой составляющей человека является наиболее важным, так как именно эти элементы определяют его «положение» в жизни. Благодаря этим качествам он может узнать, какая у него гражданская позиция и так далее.

У современного ребенка, который активно не занимается спортивной деятельностью можно увидеть проблему в морально-нравственной и волевой составляющей. Связано это, в первую очередь, с тем, что большое количество времени дети уделяют цифровому миру. Для того чтобы рассматривать спортсменов 10–12 лет, нужно для начала обратить внимание на то, что начинается их спортивная карьера намного раньше. В основном ребенок не может самостоятельно выбрать для себя чем именно ему заниматься, в этом ему помогают родители. Именно они отводят ребенка на спортивные секции, где начинается его формирование волевых и морально-нравственных качеств с раннего детства. В спортивных секциях ребенок развивается в данном направлении, и уже через какое-то время может ставить перед собой различные цели и задачи, а также добиваться их. При чем цели эти могут быть связаны не только со спортивной карьерой, но и с целями, поставленными в обыденной жизни [1].

Становлением личности занимаются многие ученые из различных областей наук, так как эта проблема является очень актуальной. Науки, занимающиеся в данном направлении, это философия, социология, педагогика и другие. Все они между собой тесно связаны, так как все они занимаются рассмотрением становления человека, развития из индивида в личность. Этими вопросами наиболее углубленно и широко занимались такие ученые, как Г.С. Батищева, М.М. Батахина, Н.А. Бердяева, В.В. Зеньковский, В.В. Росзанов, В.С. Соловьев и др.

Проблемы развития личности рассматривались в трудах Б.Г. Ананьева, Л.И. Анцыферова, В.И. Андреева, Л.С. Выготского, С.Л. Рубенштейна и др. Стоит отметить, что не только отечественные ученые занимались исследованием и изучением таких вопросов, но и многие зарубежные ученые [1].

Не только наука связана с формированием этих вопросов, но и само общество. Именно оно помогает человеку развиваться как личность, способствовать его творческому развитию, помогать становиться талантам и так далее.

Также развитие личности связано не только с теми факторами, описанными выше, но и с тем, что человек всегда стремился к самоутверждению, независимо от того какое время было. Самоутверждение – это неотъемлемая часть человеческой жизни, так как любой человек стремится к тому, чтобы его уважали, чтобы им восхищались и подражали ему, в какой-то степени важно и то, чтобы человеку завидовали. Но, несмотря на все это, любому человеку важно закрепить себя в обществе, отметить свой социальный статус.

Можно сделать небольшой вывод и сказать о том, что личность – это совокупность всех качеств, которые мы унаследуем на протяжении всей жизни от окружающих нас людей, знакомых, друзей и общества в целом. Для личности важен целый спектр «пунктов», которые не важны индивиду. Именно на основании этого, мы делаем вывод, что волевые качества – это целый ряд качеств, относящиеся непосредственно к самой личности, которые подробно были описаны в нашем исследовании выше.

Что касается непосредственно самого спортивного и тренировочного процесса, то учителем и воспитателем в данном случае выступает тренер. Именно он формирует в ребенке морально-нравственные и волевые качества. Считается, что наиболее благоприятный период для развития этих качеств признается именно детский возраст. Также, тренироваться в области единоборств рекомендуется с раннего возраста, потому что именно в нем закладываются основные начала личности человека. Ребенку легче раскрыться и привыкнуть к чему-то новому. Ребенок попадает в коллектив, где перенимает какие-либо качества и привычки, учится ставить перед собой цели и задачи, стремится к большему. Также можно сказать, что критика со стороны тренера и коллектива, положительно влияет в данном случае на ребенка и нацеливает его на более плодотворную работу. В данном случае критика рассматривается не как унижение и оскорбление, а как подсказка, в какую сторону лучше развиваться, на что необходимо больше обратить внимание во время тренировок и тому подобное [2].

У ребенка также присутствуют внутренние противоречия между тем, что диктует общество и его потребности. Ребенку, помещенному в спортивный коллектив, намного легче справляться с такими переживаниями, он осваивается в своей частице общества и ему становится проще делать выбор в пользу чего-либо, проще отказаться от чего-то, а также ему становится намного легче достигать своих целей и стремиться к саморазвитию, к непосредственной победе в дальнейшем на соревнованиях.

Спортивные секции, нацеленные также на развитие педагогических качеств у тренеров, служат хорошей «школой» для формирования и развития морально-нравственных и волевых качеств.

Безусловно, такой вид спорта, как восточные единоборства, несущие в себе еще с древних времен глубокую философскую мысль, благоприятно влияет на формирование морально-нравственного начала. Но, несмотря на это, нельзя рассматривать спортсмена со стороны только морального и нравственного аспекта, так как спортсмен в первую очередь должен обладать хорошими физическими навыками, чтобы вступить в схватку с противником и преодолеть его. Именно поэтому, необходимо также рассматривать и волевые качества, потому что именно развитие этого аспекта характеризует спортсмена как профессионала своего дела.

Волевые качества наиболее ярко проявляются в кризисных для спортсмена ситуациях. Речь идет, например, о переживаниях перед выходом на ринг, об агрессивном настрое зрителей (болеют исключительно за соперника) или, например, ситуации поражения. Именно они развивают волю, а как следствие, и волевые качества спортсмена.

В теории спорта к волевым качествам относят решительность, целеустремленность, инициативность, самостоятельность, смелость, настойчивость, упорство, выдержку и самообладание. Дать конкретную оценку всем этим качествам не представляется возможным, но можно провести тест и анкетирование спортсменов, чтобы выявить, какие качества преобладают в большей степени, какие в меньшей или, например, какие качества и вовсе отсутствуют. Для формирования всех этих качеств наиболее четко подходит занятие спортом.

Разберем более подробно каждое из этих качеств. Целеустремленность заключается в способности человека ставить перед собой различные цели, сложные и не очень, чтобы в последующем их достичь. Решительность — это способность «решаться» на какие-либо действия, когда терзают сомнения. Инициативность — это неотъемлемая часть спортивной карьеры, так как именно за счет нее спортсмен может решить для себя, заниматься больше или, например, выдвинуть себя на соревнования с более сильным соперником перед тренером. Самостоятельность заключается в том, что человек может без чьей-либо помощи выполнить определенные задачи, которые необходимы для достижения результатов. Смелость является очень важным компонентом для спортсмена. Любой человек, занимающийся спортом, особенно восточными единоборствами, должен обладать смелостью, потому что попросту трус не сможет выступить на соревнованиях и вступить в схватку с соперником. Настойчивость важна в случаях, когда случаются провалы, чтобы не «опустить руки» и идти к намеченной цели дальше. Упорство заключается в том, что, например, у единоборца не получается получить звание кандидата в мастера спорта, положительно выступив на соревнованиях, но, несмотря на это, он день ото дня тренируется и стремится достичь этой цели. Выдержка способствует сохранить «себя в руках», когда что-то идет не по плану, или, когда окружающие люди пытаются вывести спортсмена «из себя». Самообладание заключается в концентрации единоборца на самом себе, не отвлекая свое внимание на других, соперников, а также на какие-то мелкие и не очень неприятности.

Конечно, тренировочный процесс очень важен для восточного единоборца, выработки его волевых качеств. Но все равно, на более благоприятное проявление этого элемента влияет соревновательный процесс. Именно во время него, наиболее хорошо развиваются и проявляются все вышеописанные качества, присущие спортсмену [3].

Ребенку, которого отдали на тренировки по единоборствам, необходимо уметь отказываться от чего-либо приятного, замещая это тренировками, режимом и затратой большого количества энергии и сил. Изначально ребенок делает свой выбор в ту или иную сторону посредством морально-нравственных качеств. Затем, сделав более сложный выбор в пользу тренировок, вступает в силу волевой момент, ребенок руководит в данном случае уже волевыми качествами.

Личность юного спортсмена формируется посредством следующих аспектов:

1. Самосознание.
2. Деятельность тренера.
3. Общественное сознание (спортивный коллектив и общество).

Наиболее сильным мотивом, доминирующим в ребенке во время спортивного процесса, является целеустремленность. Юный единоборец пытается достичь необходимого для него положения в коллективе, не быть аутсайдером, отстающим, а быть в центре внимания. Этот груз ложится на плечи тренера, именно он должен направить ребенка, его силы и стремление в правильную сторону [3].

Также важным мотивом является общественная инициатива. В данном случае речь идет о том, что на спортивных секциях складывается определенный коллектив, где присутствуют как дети, находящиеся в центре внимания, так и дети, не обладающие яркими качествами, обычно отсталывающиеся в социальном плане. Лидеры коллектива выставляют какую-либо цель, например, войти в тройку лидеров среди команд на соревнованиях, а все остальные члены коллектива делают все возможное для достижения поставленной цели. Именно выступление этим лидером в коллективе и относится к общественной инициативе.

Также она заключается в том, что ребенок имеет смелость брать на себя ответственность задавать какие-либо условия своим коллегам. Ответственность перед тренером и коллективом это неотъемлемая часть, входящая в спортивный коллектив. Юный спортсмен должен понимать, что он старается не только ради самого себя, а еще и для тренера, который ставит на него определенные надежды, а также для коллектива в целом.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что основными качествами, которыми руководствуется юный спортсмен-единоборец при совершении морально-нравственных поступков, выступают общественная инициатива, целеустремленность, а также ответственность перед тренером и коллективом в целом. Именно эти качества определяют волевую составляющую спортсмена, его зрелость. Ведь, ребенок, обладающий этими характеристиками, уже считается профессионалом свое дела [4].

Цель исследования

Цель научного исследования — раскрыть волевые качества, как элемент структуры личности спортсмена-единоборца возрастной группы 10–12 лет.

Материалы и методы исследования

Объектом исследования являются волевые качества подростков 10–12 лет, занимающихся единоборствами.

Предметом исследования являются волевые качества, как элемент структуры личности спортсмена-единоборца возрастной группы 10–12 лет.

Методы исследования: анализ научно-методической литературы и Интернет-ресурсов, статей и диссертационных исследований, опрос, методы обобщения полученных результатов.

Задачи исследования заключались в обосновании полученных материалов по изучению волевых качеств как элемента структуры личности спортсмена-единоборца возрастной группы 10–12 лет.

Результаты исследования

Исследованием данной проблемы занимались множество ученых. Их учения были направлены не только на изучение способов повышения морально-нравственных и волевых качеств у спортсменов, но и у таких категорий лиц, как:

- юноши допризывного возраста;
- юноши в Вооруженных Силах России;
- летчики;
- курсанты образовательных организаций МВД России и др.

Рассмотрением этих вопросов занимались такие ученые, как С.Б. Элипханов, Ю.А. Морозов, А.В. Симоненко, А.В. Грунин, Ж.В. Жаданова, С.М. Шингаев, В.Н. Соколенко, С.И. Миросниченко, Ф.Д. Рассказов, М.Н. Фомичев и др.

Ученые, изучающие данные явления, внести большой вклад, но нас все равно больше интересуют исследования, которые проводились непосредственно тренерами и спортсменами, педагогами в

области спорта. К ним относятся такие личности, как А.Ю. Щербакова; О.И. Строганов; Е.А. Байер; В.А. Новокрещенов; А.Е. Батурин; В.В. Пятков; А.Н. Мартыненко; С.А. Семенов и так далее.

Также исследованию подверглось нравственное, психологическое составляющее спортсмена, в этой области потрудились следующие ученые — Ю.П. Кошелева, А.С. Кузнецова, Д.Н. Мордвинцева, С.Б. Петрыгина, В.Ф. Пилипко, Т.С. Сактаганова, М.С. Терзи, А.И. Чemezова, Д.В. Ярошенко, Д.Г. Олисов, В.А. Таймазов, А.И. Бабаков и другие [1].

Если посмотреть на практическую составляющую соревновательного процесса, то можно заметить, что, когда сталкиваются на соревнованиях два сильных спортсмена, обладающих практически схожей физической подготовкой, в большинстве случаев выигрывает тот спортсмен, у которого лучше развиты морально-нравственные и волевые качества [3].

Необходимо обратиться именно к способам повышения этих самых качеств, описанных выше посредством занятий восточными единоборствами. Считается, что данный вид спорта положительно воздействует на их формирование и развития, как в принципе, и отмечалось ранее.

Процесс воспитания морально-нравственных и волевых качеств у многих авторов рассматривается путем исследования военнослужащих, которые проходят специальную физическую подготовку на основе восточных единоборств. Цель данного исследования состоит в том, чтобы понять и определить роль тренера, то есть, в данном случае педагога в построении и адаптации данных качеств у человека. Основные составляющие элементы работы педагога в данной области состоят в:

- совершенствовании морально-нравственной составляющей;
- совершенствовании волевой составляющей;
- развитии и формировании условий для самостоятельных занятий спортом, без тренера и педагога;
- проведении как самостоятельных, так и коллективных занятий, используя техники единоборств.

Физическое и психологическое состояние человека хорошо развивается и совершенствуется посредством занятия единоборствами, что подтверждено исследованиями в этих областях учеными и практиками.

Существует такое понятие как аутогенная и идеомоторная тренировка. Посредством их в человека, занимающего спортом, внедрялись такие качества, как самоубеждение, самоприказы, самоуважение, воспоминания о положительных результатах, чувство долга и ответственности перед собой и коллективом и так далее [5].

В процессе аутогенной тренировки важнейшее внимание отводится слежением за внутренним состоянием спортсмена. Это заключается в том, что человек должен самостоятельно наблюдать за своими внутренними процессами, чтобы они не отклонялись от обозначенной педагогом нормы, не обращая внимания на какие-то внешние раздражители.

Также важной составляющей таких тренировок является вербальное общение. Речь идет об общении спортсмена с самим собой, выражается это прежде всего в самоприказах, описанных выше. Человек должен найти «баланс» с самим собой, давая себе приказы исполнять их с тобой же ответственность, что и те, которые даны тренером или педагогом. Сложные комплексы чувственных представлений прежде всего определяются самовнушением, которое человек сам для себя определяет [6].

Метод описанной тренировки благоприятно сказывается на психологическом состоянии человека, также отличаясь своей простотой, а как следствие — эффективностью. Этот метод позволяют не только тренироваться и заниматься спортом самостоятельно, но и восстановить и более хорошо руководить своими психологическими процессами и уметь их контролировать. Метод аутогенной тренировки характерен в области авиационной медицины и клинической практики [4].

Аутогенная тренировка состоит из двух ступеней — высшей и низшей (рис. 1).

На современном этапе развития общества эффективность аутогенной тренировки подтверждалась много раз, как среди профессиональных спортсменов, так и среди «любителей» [8].

Факторов, влияющих на эффективность аутогенной тренировки среди спортсменов достаточно большое количество. Считается, что основным из них выступает то, что спортсмен сам должен нацелить и уверовать, что данная тренировка эффективна. То есть, человек может сам внушить себе это, что в итоге действительно подтвердится положительными результатами [5].



Рис. 1. Ступени аутогенной тренировки

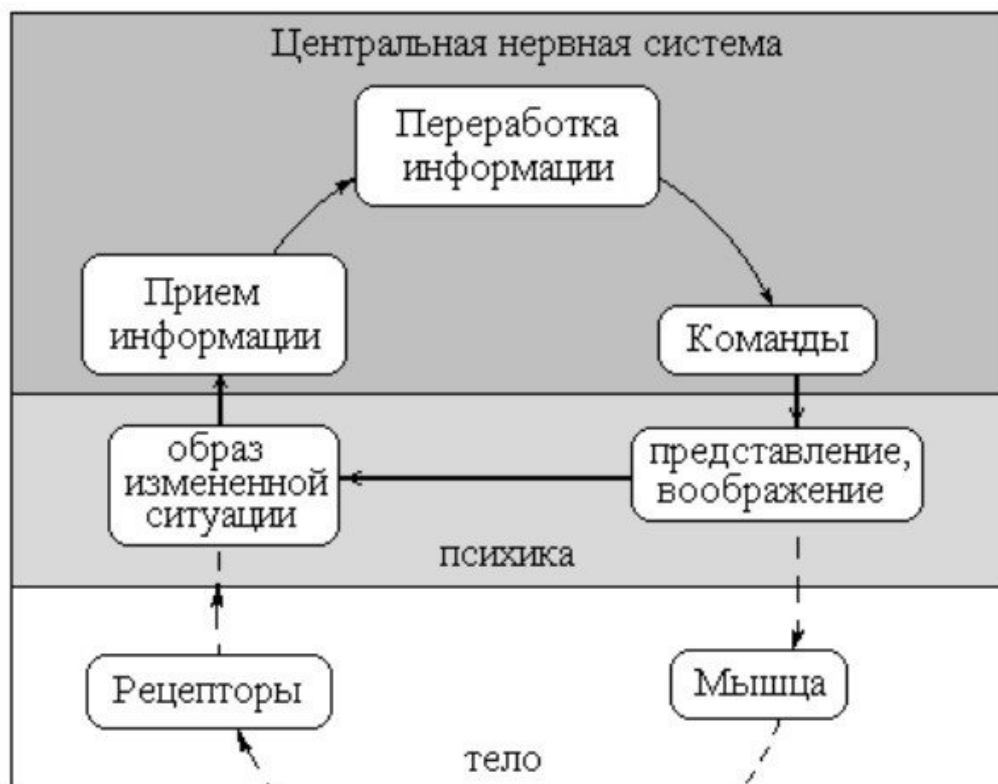


Рис. 2. Идеомоторная тренировка

На основании аутогенной тренировки стали формироваться новые виды тренировок и методик как для любителей спорта, так и для профессиональных единоборцев в юном и взрослом возрасте. К таким методикам и тренировкам относятся:

1. Психорегулирующая тренировка (ПРТ). Данная тренировка включает с себя две составляющие: спокойствие спортсмена на соревнованиях и мобилизация. Данные эффективности такой тренировки отмечались путем установления частоты сердечных сокращений, частоты дыхания, температуры тела и других показателей.

2. Психомышечная тренировка (ПМТ) состоит из концентрации на деле, которым занимаешься и отключением мозговой активности (можно сказать введением себя в состояние дремоты) [1].

Вначале мы говорили о двух методах — аутогенной тренировке и идеомоторной. В свою очередь, аутогенную тренировку мы в своем исследовании изучили полностью, следовательно, целесообразно перейти к изучению идеомоторной тренировки более подробно.

Этапы идеомоторной тренировки:

1. Мысленное воображение какого-либо движения.

2. Претворить в жизнь мысленно воображенное движение именно таким образом, как это было в мысли. Необходимо до мельчайших деталей сделать данное движение похожим с мысленным.

3. Юный единоборец с помощью слов описывает данное движение (вербальное сопровождение).

4. Исполнение физического движения подразумевает четкое выполнение предыдущих этапов, идеомоторный образ переносится на выполнение заданного движения [8].

Как мы уже отметили, идеомоторные упражнения — мысленно выполняемые движения в форме посылок импульсов к выполнению выпавших упражнений. Это можно отразить в виде схемы (рис. 2).

Таким образом, подводя итог всему вышесказанному, можно сделать вывод о том, что проблема повышения эффективности морально-нравственных и волевых качеств является проблемой, на которую ученые и практики смотрят с разных сторон и видят в свою очередь разные пути ее разрешения.

Заключение

Исходя из этого, мы увидели, что данные качества можно сформировать и развить путем занятия спортом, а именно — восточным единоборством. Также мы увидели, что не всегда только занятия спортом развивают эти качества, в данном случае речь идет о психологическом настрое спортсмена. Развитие и совершенствование таких качеств, как решительность, ответственность, целеустремленность, настойчивость и так далее служат результатом морально-нравственной составляющей.

Еще одним важным фактором является тренер или в некоторых случаях педагог, который помогает сформировать эти качества у своих подопечных. Благодаря тренеру у спортсмена вырабатывается также и волевое качество в виде ответственности перед тренером и коллективом.

Также необходимо отметить, что методом повышения эффективности морально-нравственных и волевых качеств является внедрение в тренировочный процесс аутогенных и идеомоторных тренировок.

Литература

1. Носов С.А. Индивидуализация психолого-педагогического сопровождения единоборцев на этапе начальной специализации: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Майкоп, 2025. 25 с.
2. Филиппова А.А. Роль преподавателя в формировании волевых качеств курсантов (слушателей) образовательных организаций МВД России с помощью игровых видов спорта // Преступность в СНГ: проблемы предупреждения и раскрытия преступлений: Сборник материалов, Воронеж, 26 мая 2022 года. Часть 2. Воронеж: Воронежский институт Министерства внутренних дел Российской Федерации, 2022. С. 359-362.
3. Носов С.А., Хайменова В.В., Ляпин А.И., Кузнецов С.В., Сапов А.В. Физическая подготовка как фактор повышения морально-психологической устойчивости // Вестник педагогических наук. 2025. № 3. С. 315-320.

4. Носов С.А., Ляпин А.И., Храбров С.В., Осипов Д.В., Адам Н.А. Особенности формирования состояния психической готовности юных самбистов к соревновательной деятельности // Обзор педагогических исследований. 2021. Т. 3, № 2. С. 56-60.
5. Бочкарев В.И., Сабанин А.М., Ворожейкин О.В. Волевые качества спортсменов с разным уровнем психологической устойчивости // Север и молодежь: здоровье, образование, карьера: сборник материалов Всероссийской (с международным участием) научно-практической конференции, Ханты-Мансийск, 18–19 ноября 2021 года. Ханты-Мансийск: Югорский государственный университет, 2021. С. 17-21.
6. Харитонов Е. Г., Сибирцев Б. С. К обзору научных исследований о роли волевых качеств в профессиональном становлении спортсменов // Мир педагогики и психологии. 2020. № 10(51). С. 15-20.
7. Андреева Т.В., Горбаченко М.В. Особенности волевых качеств у подростков-спортсменов // Дни науки студентов Владимирского государственного университета имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых: сборник материалов научно-практических конференций, Владимир, 17 марта 2025 года. Владимир: Владимирский государственный университет имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых, 2025. С. 1554-1561.
8. Дашкин А.Х., Валиуллина О.В., Яунбаева Н.С. Определение факторов развития у спортсменов волевого качества — самообладания // Актуальные вопросы физического и адаптивного физического воспитания в системе образования: Сборник материалов III Всероссийской с международным участием научно-практической конференции, Волгоград, 15–16 апреля 2021 года. Т. 2. Волгоград: Волгоградская государственная академия физической культуры, 2021. С. 167-171.