

Максименко Софья Евгеньевна, студентка,  
Тихоокеанский государственный университет,  
г. Хабаровск

**ФОРМИРОВАНИЕ ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ У ПОДРОСТКОВ  
СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ  
FORMATION OF VOLITIONAL QUALITIES IN TEENAGERS  
BY MEANS OF PHYSICAL CULTURE**

**Аннотация:** В статье изучаются некоторые особенности формирования волевых качеств подростков. Автор анализирует факторы, влияющие на данный процесс, а также оцениваются возможности формирования волевых качеств подростков средствами физической культуры.

**Abstract:** The article studies some features of the formation of volitional qualities of adolescents. The author analyzes the factors influencing this process, and also evaluates the possibilities of forming volitional qualities of adolescents by means of physical culture.

**Ключевые слова:** волевые качества, подростки, формирование, физическая культура.

**Keywords:** volitional qualities, teenagers, formation, physical education.

На формирование волевых качеств подростков влияет множество разноплановых факторов, в состав которых большинством исследователей, изучающим проблематику формирования волевых качеств, включаются и средства физической культуры, поскольку они позволяют удовлетворить стремление подростков к физическому совершенствованию, ускорению темпов саморазвития, желанию добиться авторитета, познать себя как личность, занять достойное место в кругу сверстников [2, 4, 5].

Каждое новое поколение подростков вступает во взрослую жизнь в новых социальных условиях, испытывает на себе воздействие как новых, так и старых, но значительно переформатированных факторов, и на каждом новом этапе развития общества проблема формирования волевых качеств у подростков, в том числе и средствами физической культуры, требует научного переосмысления, переработки приемов, форм, методов решения [1].

На формирование волевых качеств человека в онтогенезе влияет множество факторов. В обобщенном виде их можно отнести к трем группам: социальная среда; активность педагогического воздействия; особенности деятельности, в которой протекает их формирование.

К средствам физической культуры в педагогической теории и практике традиционно относят физические упражнения, естественно-средовые условия (оздоровительные силы природы) и гигиенические правила и нормы [3].

Влияние физических упражнений на формирование волевых качеств обусловлено, прежде всего, их содержанием. Выполняя упражнения, учащиеся преодолевают различные трудности, учатся управлять своими эмоциями, развивают в себе жизненно необходимые физические качества. Естественно-средовые условия приобретают значение средств физической культуры только тогда, когда их воздействие упорядочено, дозировано по продолжительности, силе и направленности, в противном случае они остаются лишь условиями среды. Соблюдение норм гигиены требует от подростков немалых волевых усилий, что способствует формированию таких качеств, как организованность, дисциплинированность, самоконтроль, и формирует навыки их практического использования [4].

Средства физической культуры по формированию волевых качеств реализуются через формы целостного педагогического процесса и самодеятельности учащихся: занятия по



физической культуре, физкультурные мероприятия в режиме учебного дня, спортивные соревнования, физкультурные праздники, занятия в спортивных кружках, секциях, фитнес-клубах, поддержка школьных спортивных команд в ходе соревнований в качестве зрителя и т.п [2].

Средства физической культуры обладают следующими возможностями в формировании волевых качеств: активного комплексного влияния, применения дифференцированного и индивидуального подходов, целенаправленного воздействия на формирование отдельных волевых качеств.

Педагогическими условиями результативной реализации средств физической культуры выступают: согласованная и целенаправленная работа педагогов, родителей и самих подростков, в которой все стороны являются заинтересованными, равноправными и равнозначными субъектами процесса; применение средств физической культуры в режиме «пределной доступности»; целенаправленное создание ситуаций, требующих от подростков волевых усилий для их разрешения, способствующих накоплению индивидуального опыта волевых действий каждым подростком; комплексное использование средств физической культуры в естественных и искусственно создаваемых ситуациях [1].

*Список литературы:*

1. Захарян, А.В. Особенности развития волевых качеств подростков: анализ психологических исследований / А.В. Захарян, П.А. Муравьева // Гуманитарные исследования в XXI веке. – 2019. – № 4. – С. 14-17.

2. Зорина, С.Д. Формирование морально-волевых качеств личности в процессе физического воспитания / С.Д. Зорина, Ю.А. Решетникова // Вестник ВИЭПП. – 2018. – № 1. – С. 197-200.

3. Карданова, Е.В. Развитие волевых качеств у учащихся подросткового возраста в процессе занятий физической культурой / Е.В. Карданова, М.Р. Гочияев, Т.Х. Додохов // Актуальные вопросы современного образования. Сборник научных трудов. – Киров, 2024. – С. 91-93.

4. Кузнецов, И.М. Физическая подготовка как способ развития волевых качеств молодежи / И.М. Кузнецов Н.А. Киргинцев, П.А. Негадов // Научный Лидер. – 2021. – №39 (41). – 51-53.

5. Самойленко, В.Ю. Условия формирования морально-волевых качеств у подростков при занятиях физической культурой и спортом / В.Ю. Самойленко, М.В. Самойленко // Научный альманах, 2020, – (11-1). – С. 201-203.

