

Impact Factor:

ISRA (India) = 6.317
ISI (Dubai, UAE) = 1.582
GIF (Australia) = 0.564
JIF = 1.500

SIS (USA) = 0.912
ПИИЦ (Russia) = 3.939
ESJI (KZ) = 9.035
SJIF (Morocco) = 7.184

ICV (Poland) = 6.630
PIF (India) = 1.940
IBI (India) = 4.260
OAJI (USA) = 0.350

SOI: [1.1/TAS](#) DOI: [10.15863/TAS](#)

International Scientific Journal Theoretical & Applied Science

p-ISSN: 2308-4944 (print) e-ISSN: 2409-0085 (online)

Year: 2021 Issue: 12 Volume: 104

Published: 16.12.2021 <http://T-Science.org>

QR – Issue



QR – Article



Dilmurod Yuldashevich Turdimurodov
Termez State University
Lecturer, Department of Sports Management
Termez, Uzbekistan
profbooks2020@gmail.com

WILLED QUALITIES OF A PERSONALITY AND WAYS OF THEIR FORMATION IN SPORT

Abstract: The basis of sportsmanship has long been identified three types of athlete training - physical, technical and tactical. In their totality and mutual connection, they ensure the achievement of high sports results. All three types of training are permeated with psychological content, which requires the participation of certain psychological processes - specialized actions, attention, thinking and their high skill. This causes the need for a psychological study of sports activity, and at the same time to develop methodological methods for the formation and development of specific mental functions for it.

Key words: personality, volitional qualities, psychological preparation, actions, thinking, sports, formation.

Language: Russian

Citation: Turdimurodov, D. Y. (2021). Willed qualities of a personality and ways of their formation in sport. *ISJ Theoretical & Applied Science*, 12 (104), 689-692.

Soi: <http://s-o-i.org/1.1/TAS-12-104-71> **Doi:**  <https://dx.doi.org/10.15863/TAS.2021.12.104.71>

Scopus ASCC: 3300.

ВОЛЕВЫЕ КАЧЕСТВА ЛИЧНОСТИ И ПУТИ ИХ ФОРМИРОВАНИЯ В СПОРТЕ

Аннотация: Основой спортивного мастерства давно выделяют три вида подготовки спортсмена - физическая, техническая и тактическая. В своей совокупности и взаимной связи они обеспечивают достижение высоких спортивных результатов. Все три вида подготовки пронизаны психологическим содержанием, которое требует участия определенных психологических процессов - специализированных действий, внимания, мышления и их высокого мастерства. Это вызывает необходимость психологического изучения спортивной деятельности, а вместе с тем и разработать методические приемы формирования и развития специфических для нее психических функций.

Ключевые слова: личность, волевые качества, психологическая подготовка, действия, мышление, спорт, формирование.

Введение

Волевая подготовка спортсменов не охватывающих значения психических функций, важность его развития и совершенствования которых все более и более осмысливается тренерами и спортсменами, является как крайняя необходимость условий для успеха в спортивной деятельности. Так в психологии спорта появилась новая проблема - психологическая подготовка спортсмена [1, с. 47].

Сначала психологическую подготовку спортсмена понимали как подготовку спортсмена

к следующим значениям. При этом особое внимание обращали на воспитание у спортсмена способности преодолевать негативное эмоциональное состояние, характерное главным образом для периода значительного формирования у спортсмена наибольшей готовности к максимальным волевым нагрузкам для преодоления трудностей, возникающих в процессе общей борьбы, на возбуждение активного стремления к победе и в связи с этим возникновения у спортсмена чувства уверенности в своих силах [2, с. 410; 3, с. 65].

Impact Factor:

ISRA (India) = 6.317
ISI (Dubai, UAE) = 1.582
GIF (Australia) = 0.564
JIF = 1.500

SIS (USA) = 0.912
РИИЦ (Russia) = 3.939
ESJI (KZ) = 9.035
SJIF (Morocco) = 7.184

ICV (Poland) = 6.630
PIF (India) = 1.940
IBI (India) = 4.260
OAJI (USA) = 0.350

Было доказано, что психологическая подготовка к следующим значениям является лишь частью общей психологической подготовки спортсмена и ее эффективность в пониженной степени обуславливается успешностью общей психологической подготовки спортсмена.

В связи с этим этапы в спортивной тренировке разделяют на 2 раздела психологической подготовки:

а) общая психологическая подготовка спортсмена;

б) психологическая подготовка спортсмена к следующим соревнованиям.

Эти разделы психологической подготовки взаимосвязаны, однако они отличаются значительными и специальными особенностями, которые необходимо учесть в методике спортивной тренировки [4, с. 22; 5, с. 1350].

Общая психологическая подготовка спортсмена должна быть поставлена в один ряд с физической, технической и тактической подготовкой. Она направлена на решение задач не только спортивного, но и к подготовке их к следующим соревнованиям.

К специальным (с сравнением по физической, технической и тактической подготовке) задачам общей психологической подготовки могут быть отнесены следующие:

1. Воспитание нравственных качеств и свойств личности спортсмена: коллективизма, разносторонних качеств, правильного отношения к спорту и других качеств характера личности, как важная основа успеха в спортивной деятельности.

2. Развитие процессов воздействия, в частоте формирования и совершенствования специальных видов воздействия, таких как "чувство времени", "чувство дистанции" и т.д.

3. Развитие внимания, в частоте его чувства, уверенности, переключение с одного объекта на другой, скорости мобилизации, способности спортсмена противостоять различным препятствиям.

4. Развитие наблюдательности, умение быстро и правильно реагировать по обстоятельству в спортивных соревнованиях.

5. Развитие памяти и воображения, в частоте способностей точно запоминать, быстро и правильно применять тактические приемы и комбинации и т.д.

6. Развитие последовательно - действенного мышления, способности быстро и правильно оценивать ситуацию, принимать эффективные решения и контролировать действия.

7. Развитие способностей мобилизовать эмоции, направленные на решение спортивных задач, способностей управления своими эмоциями в процессе спортивной деятельности.

8. Развитие волевых качеств спортсмена в отношении с требованиями волевой подготовки [6, с. 62; 7, с. 12; 8, с. 76].

Значение общей психологической подготовки спортсмена может быть показана на примере развития психологических особенностей его "спортивной формы".

Участие в соревнованиях требует от спортсмена соответствующей физической, технической, тактической и волевой подготовки и как их следствие, так называемой "спортивной формы" или состояния тренированности. Когда спортсмен находится в нормальной "спортивной форме", его волевые усилия во время соревнований по своим структурным психологическим особенностям направлены на максимальное выявление двигательной энергии в полном отношении с количественными и качественными особенностями производимых и закрепленных в процессе тренировки динамических стереотипов спортивной действия [9, с. 43; 10, с. 382].

Достигнутую в процессе тренировки "спортивную форму" не всегда удается сохранить во время соревнований. В первую очередь это объясняется тем, что забота о поддержке "спортивной формы" участниками соревнований приходится в условиях деятельности, требующих от них максимальных, физических и психических нагрузок.

"Спортивная форма» может быть значительно ослаблена и даже полностью разрушена под влиянием двух видов негативных факторов, которые вызывают отрицательное воздействие на ЦНС в момент соревнований - так называемых стрессов и психологических барьеров.

Важное значение в воспитании соответствующих волевых усилий имеет также соревновательный опыт, который заставляет подавлять соответствующие мысли, концентрировать внимание только на основных спортивных действиях [11, с. 7054; 12, с. 781; 13, с. 1322; 14, с. 65].

Итак, в настоящее время требования задач психологической подготовки спортсмена только интересам участия в следующих соревнованиях и связанные с этим недостатком в общей психологической подготовки являются известным тормозом в достижении спортсмена высокого уровня спортивного мастерства. Перед спортсменами и тренерами встает большая задача - научное обоснование и разработка эффективных методов общей психологической подготовки и принятия их на всем протяжении процесса спортивной тренировки в соответствии с ее этапами.

Impact Factor:

ISRA (India) = 6.317
ISI (Dubai, UAE) = 1.582
GIF (Australia) = 0.564
JIF = 1.500

SIS (USA) = 0.912
РИИЦ (Russia) = 3.939
ESJI (KZ) = 9.035
SJIF (Morocco) = 7.184

ICV (Poland) = 6.630
PIF (India) = 1.940
IBI (India) = 4.260
OAJI (USA) = 0.350

Проблема свободы действия - одна из древних и в то же время еще очень новых, если так можно выразиться, проблем психологии спорта.

С первых лет возникновения психологии спорта отдельные вопросы этой проблемы освещались на страницах научных и специальных спортивных журналов, различные стороны его являлись предметом выявления специалистами. В этом смысле проблема свободы - давняя.

Разработка психологической теории воли на основе изучения практики волевой подготовки и опыта имеет большое значение для освещения пути будущего спортивного совершенствования, для овладения мастерства в спорте [15, с. 43; 16, с. 205].

Все это диктуется необходимостью оглянуться на уже пройденный путь и подвести некоторые выводы о том, что сделано за последние годы при разработках волевой подготовки спортсмена.

Проблема волевой подготовки спортсмена изучается в двух взаимосвязанных аспектах - теоретическом и практическом [17, с. 143].

Необходимо отметить, что взаимосвязь этих аспектов обеспечивается коллективным участием в исследованиях психологов, преподавателей спортивных кафедр институтов физической культуры и специалистов-тренеров по видам спорта, физиологов и педагогов [17].

Теоретические разработки волевой подготовки. Разработка проблемы волевой подготовки в теоретическом аспекте позволяет создать определенную базу для решения практических вопросов методики волевой подготовки, как внутренней стороны содержания спортивной тренировки.

Исходным для всех будущих исследований в области проблемы волевой подготовки спортсмена, как понимание свободы как функции нормального работающего мозга, как свободы воли как способности принимать решения со

знанием дела, ее детерминированности объективных обстоятельств жизни и деятельности людей. Вторым исходным положением является характеристика воли и целостности психической деятельности как деятельности стороны разума и нравственных качеств как регулятора действий и навыков человека.

В общей психологии понятие преодоление и трудность не разделяются. Нельзя определить - считаются ли они синонимами или же каким-то образом дифференцируются. Такое же положение существует и в психологии спорта.

Выводы.

Итак, последовательно, имея в виду условия проявления и развития воли, целенаправленно говорить о преодолении различных степеней тяжести, и иногда имея в виду конкретно их особенности, которые относятся к конкретным препятствиям.

Необходимо, чтобы в процессе обучения и воспитания в спортивной тренировке формировались положительные отношения спортсмена к встрече с препятствиями, и их безусловного преодоления.

Некоторые ученые и тренеры понимают несоответствия как абсолютную категорию. Такое понимание противостоит диалектической сущности данного представления. Несомненно, возможности спортсмена объективными условиями деятельности - категория относительная и всегда конкретна: меняются возможности спортсмена - снижается и данное несоответствие.

Следовательно, проблемы свободы в психологии спорта заключается в определенных научных результатах методики волевой подготовки спортсмена, в использовании этих объяснений в методических исследованиях и в практике физического воспитания и спортивной деятельности.

References:

1. Turdimurodov, D. Y. (2021). Preschool period: pedagogical aspect of education of will in a child. *Current Research Journal of Pedagogics* (2767-3278), 2(09), 47-51.
2. Turdimurodov, D. Y. (2021). Testing volitional qualities for students of high schools of secondary school. *The American Journal of Social Science and Education Innovations*, 3(03), 405-413.
3. Turdimurodov, D. J. (2021). Formation and education of will in schoolchildren in the process of physical education lesson. *Mental Enlightenment Scientific-Methodological Journal*, 2021(02), 64-74.
4. Turdimurodov, D. J. (2020). Pedagogicheskie faktory vneshnej stimuljacji vlijaushhie na volevye usilija shkol'nikov pri fizicheskikh uprazhnenijah raznogo haraktera. *Pedagogika va psihologijada innovacijalar*, 9(3).

Impact Factor:

ISRA (India) = 6.317
ISI (Dubai, UAE) = 1.582
GIF (Australia) = 0.564
JIF = 1.500

SIS (USA) = 0.912
PIHII (Russia) = 3.939
ESJI (KZ) = 9.035
SJIF (Morocco) = 7.184

ICV (Poland) = 6.630
PIF (India) = 1.940
IBI (India) = 4.260
OAJI (USA) = 0.350

5. Tupdimupodov, D. Jy. (2021). Osobennosti projavlenija volevyh usilij v processe vneshnej stimuljacji u shkol'nikov 10-12 let. *Academic research in educational sciences*, 2(4), 1348-1354.
6. Abdullaev, Ja. M., & Turdimurodov, D. J. (2020). Ÿsmir joshdagi Ÿkuvchilarda irodavij sifatlarni zhismonij tarbija vositalari orkali rivozhlantirish. *Sovremennoe obrazovanie (Uzbekistan)*, (9 (94)), 56-62.
7. Abdullaev, Ja. M., & Jyldashevich, T. D. (2020). Cozdanie pedagogicheckih uclovij v fopmipovanii volevyh kachectv u uchenikov nachal'nyh klaccov. In *Colloquium-journal* (No. 24 (76)). Golopristsanskij mis'krajonnij centr zajnjatosti.
8. Turdimurodov, D. J. (2021). Ÿkuvchilarning irodavij sifatlarini shakllantirishda zhismonij tarbija vositalarining imkonijatlari. *Innovacii v pedagogike i psihologii*, 4(7).
9. Abdullaev, Y. (2021). "Forms and methods of developing the use of folk movement games in high school students," *Mental Enlightenment Scientific-Methodological Journal*, Vol. 2021, Iss. 2 , Article 9.
10. Abdullaev, Ja. M. (2012). Razvitie fizicheskogo vospitaniya podрастаushhego pokoleniya v nepreryvnom obrazovanii. *Molodoj uchenyj.*, (11), 381-383.
11. Mirzaev, A. M., & Daminov, I. A. (2021). Improving The Physical Fitness Of Students Through The Conduct Of Individual Programs. *Turkish Journal of Computer and Mathematics Education (TURCOMAT)*, 12(11), 7054-7055.
12. Koshbahtiev, I. A., Ismagilov, D. K., & Daminov, I. A. (2015). Rezul'taty issledovanij osobennostej formirovaniya sistemy uchebnoj dejatel'nosti u studentov. *Molodoj uchenyj*, (3), 870-873.
13. Daminov, I. A. (2021). Sportivnaja dejatel'nost' - kak faktor vlijaniya na lichnost' dzudoistov. *Academic research in educational sciences*, 2(4), 1322-1329.
14. Narzikulovich, N. N. (2020). The effectiveness of doing sport in everyday life. *Pedagogika va psihologijada innovacijalar*, 12(3).
15. Norboyev, N. N. (2020). The most ancient chess in the world detected in Uzbekistan. *Theoretical & Applied Science*, (10), 43-47.
16. Alikulovich, M. K., & Yuldashevich, T. D. (2020). Development of physical training skills and formation of willpower qualities in extracurricular activities. *European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences* Vol, 8(3).
17. Turdimurodov, D. J. (2021). Sport Ÿjinlari bilan shurullanish zharajonida Ÿkuvchilarda irodavij sifatlarning shakllanish hususijatlari. *Aktual'nye nauchnye issledovaniya v sovremennom mire*, No 9-3(77), pp. 140-144.
18. Norboev, N. N. (2021). Theoretical aspects of the influence of motivation on increasing the efficiency of physical education. *Current research journal of pedagogics* (2767-3278), 2(10), 247-252.