



## ВОЛЕВЫЕ КАЧЕСТВА И ИХ ЗНАЧЕНИЕ В ПРОЦЕССЕ СТАНОВЛЕНИЯ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТА В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Козлова Галина Геннадьевна

Ферганский государственный университет

**Аннотация:** В процессе становления личности студента в области физической культуры, особое внимание уделяется развитию волевых качеств. Проявление этих качеств зависит не только от мотивации и нравственных установок студента, но также от индивидуальных особенностей его нервной системы. Изучение и развитие волевых качеств у студентов имеют важное значение для различных видов деятельности, в том числе для занятий физической культурой и спортом. При этом необходимо учитывать специфику каждой конкретной деятельности и её требования к волевым проявлениям, чтобы можно было предсказать успешность волевого регулирования студентом своей деятельности.

**Ключевые слова:** воля, физическое развитие, волевые качества, физические упражнения, личностное становление студента.

Воля и волевые качества играют важную роль в процессе становления личности студента в физической культуре и имеют большое значение для его развития и достижения успеха в этой области. Воля включает в себя способность человека управлять своими мыслями, эмоциями и поведением, настраивать усилия для достижения целей.

Спортивная активность студентов, занимающихся физической культурой, зависит от ее особенностей. Существуют определенные физические упражнения, которые могут вызывать эмоциональное напряжение и требуют от них умения контролировать свои эмоциональные реакции. Как правило, это упражнения, связанные с проявлением эмоционально-волевого напряжения и повышенной ответственностью.

Кроме того, специфические условия спортивной деятельности также требуют, чтобы студенты факультета физической культуры обладали психологической готовностью к выполнению физических упражнений. Это включает высокий уровень саморегуляции и проявление определенных качеств личности, которые известны как "волевые качества" и входят в структуру характера.

Согласно одному из множества существующих определений, волевые качества личности представляют собой характеристики, которые сформировались в процессе жизненного опыта и связаны со способностью проявлять волю и преодолевать препятствия на пути жизни.



Волевые качества отражают не только произвольное управление, но также волевою саморегуляцию, которая связана с напряженными усилиями воли. Кроме того, специфичные проявления воли могут отражать не только качество, но и интенсивность волевых усилий.

В настоящее время существует множество различных классификаций волевых качеств. Исследователи в этой области считают, что нельзя строго разделить все волевые качества на две группы. Иногда, подавляя одни действия, человек проявляет активность в других областях.

Среди спортивных психологов обычно принято классифицировать волевые качества в зависимости от их важности для конкретных видов спорта. Эти качества обычно разделяют на общие, применимые ко всем видам спортивной деятельности, и на основные, которые определяют успешность в конкретных видах спорта.

К основным волевым качествам относят настойчивость, упорство, выдержку, самообладание, смелость, решительность, инициативность и самостоятельность. Эти качества характеризуются высоким уровнем личной саморегуляции деятельности.

Все волевые качества человека формируются на протяжении его жизни и деятельности, причем особую важность в развитии воли имеют ранние возрастные этапы. Воля развивается не сама по себе, а взаимосвязана с общим развитием личности, также как и другие психические процессы.

Рассматривая основные факторы, которые способствуют формированию волевых качеств у детей, следует выделить роль семейного воспитания в первую очередь. Важным аспектом развития воли является подражательный характер действий детей, поэтому личный пример родителей, воспитателей, учителей и других значимых взрослых играет существенную роль. Разработка волевых качеств связана с режимом и сознательной дисциплиной ребенка, что способствует формированию соответствующих волевых характеристик.

Физическое воспитание играет значительную роль в развитии воли. С одной стороны, отсутствие достаточной физической силы может привести к безвольности у людей, так как они не смогут преодолеть препятствия. С другой стороны, физические упражнения и соревнования учат преодолевать трудности и способствуют развитию навыков их преодоления. Не менее важную роль в развитии воли играет игровая деятельность.

Действительно, стоит учитывать, что развитие волевой сферы происходит неравномерно у разных людей. Каждый индивидуум может иметь свои особенности и темпы развития воли. Важно знать и использовать эти закономерности для эффективного подхода к развитию волевых качеств у каждого человека в соответствии с его индивидуальными потребностями и особенностями.



Процесс развития волевых качеств обусловлен рядом особенностей, включая уникальный жизненный путь каждого человека и индивидуальное своеобразие его личности. Это связано с направленностью личности, характером, моральными принципами, индивидуально-типологическими особенностями, стилем деятельности и уже сформированной структурой волевых качеств. Каждый человек развивает свою волевою сферу уникальным образом, что делает этот процесс очень индивидуализированным и уникальным для каждого человека.

А.Ц. Пуни считает, что основой для развития волевой подготовки является создание интеллектуальных основ воли, таких как самостоятельность, критичность и гибкость ума. Также важны моральные основы воли, которые связаны с нравственным воспитанием. Кроме того, в процессе волевой подготовки необходимо формировать умения преодолевать препятствия. Все эти аспекты в совокупности обеспечивают эффективное развитие волевых качеств у человека.

Таким образом, волевые качества играют огромную роль в профессиональной деятельности человека. Эти качества позволяют человеку осознанно направлять свои усилия на достижение определенных целей, преодолевая трудности и препятствия на пути. Развитая личность способна выделять наиболее значимые цели, тщательно анализировать условия деятельности, прогнозировать возможные изменения, разрабатывать оптимальные стратегии и контролировать свои действия, чтобы достичь желаемых результатов. Такая личность способна сдерживать эмоциональные и физические проявления, которые могут помешать достижению цели, и критически оценивать свои достижения, делая необходимые выводы для дальнейшего роста и развития.

В заключение, можно сказать, что в каждом виде спорта проявление и устойчивость основных волевых качеств, а также их широта в различных жизненных ситуациях и спортивной деятельности обусловлены по-разному. Структура волевой активности студентов имеет свои специфические особенности в зависимости от вида спорта. Например, в игровых видах спорта преобладают такие волевые качества, как целеустремленность, решительность и смелость; в скоростно-силовых - целеустремленность, инициативность, самостоятельность, решительность и смелость; в единоборствах - целеустремленность, выдержка, самообладание, настойчивость и упорство; а в сложно-координационных - настойчивость, упорство, решительность и смелость. Каждый вид спорта предполагает определенные характеристики волевой активности, которые способствуют успешной профессиональной деятельности и достижению желаемых результатов.



### ИСПОЛЬЗОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА:

1. Козлова, Г. Г. (2023). Социально-педагогическая необходимость развития волевых качеств у будущих преподавателей физической культуры. *Finland International Scientific Journal of Education, Social Science & Humanities*, 11(5), 346-352.
2. Козлова, Г. Г. (2022). Содержательное наполнение системно-функциональной модели развития волевых Ijodkor o'qituvchi качеств у будущих преподавателей физической культуры, 3(25), 71-79.
3. Геннадиевна, К. Г., И Гильфановна, К. С. (2022). Средства и методы формирования у учащихся положительного отношения к физическим упражнениям. *Международный журнал исследований в области коммерции, информационных технологий, инженерии и социальных наук* ISSN: 2349-7793 Импакт-фактор: 6.876, 16(10), 133-139.
4. Козлова, Г. (2023). Формирование и развитие волевых качеств у будущих преподавателей физической культуры начальных классов. *International Bulletin of Applied Science and Technology*, 3(4), 187-191
5. Козлова, Г. Г. (2022). Самоконтроль занимающихся физической культурой и спортом. *Ijodkor o'qituvchi*, 2(24), 22-29.
6. Геннадьевна, К. Г. (2021). Легкая атлетика в системе физического воспитания студенческой молодежи. На междисциплинарной конференции молодых ученых в области социальных наук (стр. 143-145).
7. Gennadyevna, K. G. (2022). LONG JUMP FROM A PLACE. *Galaxy International Interdisciplinary Research Journal*, 10(3), 521-529.
8. Козлова, Г. Г. (2023). Инновационные образовательные технологии в повышении профессионального спортивно-педагогического мастерства студентов. *O'zbekistonda fanlararo innovatsiyalar va ilmiy tadqiqotlar jurnali*, 2(19), 38-42.
9. Ильин Е.П. Психология воли 2-е изд. / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2009.
10. Матвеев, Л.П. Основы спортивной тренировки: учеб. пособие для ин-тов физич. культуры. – Москва: Физкультура и спорт, 1977.
11. Пуни А.Ц. Психологические основы волевой подготовки в спорте: учеб. пособие / А.Ц. Пуни. ЛГИФК, 1977.
1. Agzamovich, M. A. (2021). Monitoring of the Motor Readiness of the Students of the National Guard Courses. *European Journal of Research Development and Sustainability*, 2(12), 108-110.
2. Avazbek, M. (2022, October). МАКТАБГАЧА ТА'ЛИМ МУАССАСАЛАРИДА НАРАКАТЛИ О'ЙНЛАРНИ ТАШКИЛЛАШНИНГ ДИДАКТИК ПРИНЦИПЛАРИ. In *E Conference Zone* (pp. 32-44).



3. Mekhmonov, R. (2022). MONITORING OF THE INFLUENCE OF HYPODYNAMIC FACTORS AND PHYSICAL PREPARATION OF STUDENTS. Журнал иностранных языков и лингвистики, 6(6), 11-20.
4. Маматов, А. А. (2023). ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА. Gospodarka i Innowacje., 32, 40-43.
5. Aagzamovich, M. A. (2023). O 'QUVCHILAR SALOMATLIGIDA MILLIY HARAKATLI O 'YINLARNING O 'RNI. IJODKOR O'QITUVCHI, 3(31), 8-13.
6. Салимов, Г. М., Холлиев, А. Э., Норбоева, У. Т., & Эргашева, О. А. (2015). Организация методов исследования через национальные подвижные игры. Молодой ученый, (11), 1484-1486.
7. Эргашева, О. А. К. (2022). РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ КАК УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ. Вестник науки и образования, (10-2 (130)), 58-61.
8. Намроев, А. Р., & Ergasheva, O. A. (2023). BOSHLANG'ICH SINIF O'QUVCHILARINING JISMONIY RIVOJLANISHI VA JISMONIY TAYYORGARLIK DARAJASIGA HARAKATLI O'YINLARNING TA'SIRI. IJODKOR O'QITUVCHI, 3(29), 291-297.
9. Islamov, I. A. (2021). Fundamentals of promotion of sports and competitions and physical training among school students. Current research journal of pedagogics, 2(06), 85-89.
10. Islomkhoja, I. (2021). STUDY OF STUDENT LEVELS OF MOVEMENT ACTIVITY AND INTEREST IN PHYSICAL TRAINING AND SPORTS TEACHER OF FACULTY OF PHYSICAL CULTURE. Berlin Studies Transnational Journal of Science and Humanities, 1(1.5 Pedagogical sciences).
11. Islomkhoja, I. (2020). Socio-pedagogical purposes of modern physical education. Electronic journal of actual problems of modern science, education and training.
12. Azimkhojaevich, I. I. (2022). PEDAGOGICAL FEATURES OF INCREASING STUDENT MOVEMENT ACTIVITY (ON THE EXAMPLE OF WRESTLING AND MOVING GAMES). Science and innovation, 1(B2), 295-299.
13. Исломов, И. А. (2022). ЎҚУВЧИЛАРИНИНГ ТЕХНИК ҲАРАКАТЛАРИНИ НАЗОРАТ ҚИЛИШ АСОСИДА ЧАҚҚОНЛИК СИФАТЛАРИНИ ТАКОМИЛЛАШТИРИШ (КУРАШ МИСОЛИДА). INTEGRATION OF SCIENCE, EDUCATION AND PRACTICE. SCIENTIFIC-METHODICAL JOURNAL, 3(4), 7-11.
14. Azimkhujaevich, I. I., & Madaminovich, D. E. (2022). SCIENTIFIC AND THEORETICAL APPROACHES TO THE USE OF THE GAME METHOD IN PHYSICAL EDUCATION LESSONS FOR SCHOOLCHILDREN (PECULIARITIES OF THE PHYSIOLOGICAL DEVELOPMENT OF SCHOOLCHILDREN). IJODKOR O'QITUVCHI, 2(24), 15-21.
15. Azimxojayevich, I. I. J. (2022). Training of Personnel in the Field of Physical Education and Sports. Eurasian Journal of Learning and Academic Teaching, 15, 156-160.



16. Исломов, И. (2023). АНАТОМО-ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ШКОЛЬНИКОВ МЛАДШЕГО, ПОДРОСТКОВОГО И ЮНОШЕСКОГО ВОЗРАСТА. *International Bulletin of Applied Science and Technology*, 3(4), 596-600.
17. Исломов, И. А. (2022). ИССЛЕДОВАНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ И ИНТЕРЕСА К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ У УЧАЩИХСЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ШКОЛ. *IJODKOR O'QITUVCHI*, 3(25), 80-85.
18. Islamov, I. A. J., & Parpiev, O. A. (2020). SOME MODERN PEDAGOGICAL FEATURES OF THE PROCESS OF PROFESSIONAL TRAINING OF THE TEACHER OF PHYSICAL CULTURE. *Scientific Bulletin of Namangan State University*, 2(1), 313-316.
19. Исломов, И. А., & Джураев, Э. М. (2023). РОЛЬ ЖЕНЩИН В РАЗВИТИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В СЕМЬЕ. *О'ЗБЕКИСТОНДА ФАНЛАРАРО INNOVATSIYALAR VA ILMİY TADQIQOTLAR JURNALI*, 2(18), 1270-1275.
20. Исломова, Н. Л. (2022). ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИНТЕРАКТИВНЫХ МЕТОДОВ ОБУЧЕНИЯ. *IJTIMOİY FANLARDA INNOVASIYA ONLAYN ILMİY JURNALI*, 2(12), 12-17.
21. Djuraev, E. M., & Akzamov, S. D. (2020). SOME PEDAGOGICAL ASPECTS OF THE FORMATION OF HEALTH CULTURE IN STUDENTS. *Scientific Bulletin of Namangan State University*, 2(1), 308-312.
22. Rozmatovich, U. S., & Elyor, D. (2022). TEACHING ATTACK TACTICS TO FOOTBALL PLAYERS. *INTERNATIONAL JOURNAL OF RESEARCH IN COMMERCE, IT, ENGINEERING AND SOCIAL SCIENCES ISSN: 2349-7793 Impact Factor: 6.876*, 16(10), 125-132.
23. Azimkhujaevich, I. I., & Madaminovich, D. E. (2022). SCIENTIFIC AND THEORETICAL APPROACHES TO THE USE OF THE GAME METHOD IN PHYSICAL EDUCATION LESSONS FOR SCHOOLCHILDREN (PECULIARITIES OF THE PHYSIOLOGICAL DEVELOPMENT OF SCHOOLCHILDREN). *IJODKOR O'QITUVCHI*, 2(24), 15-21.
24. Джураев, Э. М. (2022). ЖИСМОНИЙ МАДАНИЯТ МАШҒУЛОТЛАРИНИ ТАШКИЛ ЭТИШНИНГ ЗАМОНАВИЙ ПЕДАГОГИК ШАРТ-ШАРОИТЛАРИ. *INTEGRATION OF SCIENCE, EDUCATION AND PRACTICE. SCIENTIFIC-METHODICAL JOURNAL*, 3(4), 18-22.
25. Madaminovich, D. E. (2023). INNOVATION TA'LIM VOSITASIDA BILISH JARAYONLARINI FAOLLASHTIRISH. *IJODKOR O'QITUVCHI*, 3(30), 163-167.
26. Джураев, Э. (2023). ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ МНОГОЛЕТНЕЙ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА В ФУТБОЛЕ. *International Bulletin of Applied Science and Technology*, 3(4), 626-630.