

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ВОЛЕВЫХ УСИЛИЙ В ПРОЦЕССЕ ВНЕШНЕЙ СТИМУЛЯЦИИ У ШКОЛЬНИКОВ 10-12 ЛЕТ

Дилмурод Юлдашевич Турдимуродов
Преподаватель Термезский государственный университет
profboks2020@gmail.com

АННОТАЦИЯ

В данной статье рассматриваются результаты исследовательской работы по изучению особенностей проявления волевых усилий школьников 10-12 лет при внешней стимуляции. Выясняются факторы обуславливающие единство и устойчивость различных психических явлений, саморазвитие личности - воли, психологический смысл которой в современной педагогике и психологии изучен недостаточно. Предполагается, что наибольший рост волевых усилий под влиянием внешней стимуляции у школьников отмечается в возрастных периодах от 10 до 14 лет.

Ключевые слова: факторы, внешняя стимуляция, физические упражнения, волевые усилия, внешняя стимуляция, эксперимент.

FEATURES OF THE MANIFESTATION OF VOLITIONAL EFFORTS IN THE PROCESS OF EXTERNAL STIMULATION IN SCHOOLCHILDREN 10-12 YEARS

ABSTRACT

This article examines the results of research work on the study of the features of the manifestation of volitional efforts of schoolchildren of 10-12 years old with external stimulation. The factors that determine the unity and stability of various mental phenomena, self-development of the personality - will, the psychological meaning of which in modern pedagogy and psychology have not been studied enough, are clarified. It is assumed that the greatest increase in volitional efforts under the influence of external stimulation in schoolchildren is observed in the age periods from 10 to 14 years.

Keywords: factors, external stimulation, physical exercises, volitional efforts, external stimulation, experiment.

ВВЕДЕНИЕ

Личность - продукт социально - исторического развития и собственной деятельности человека. Человек имеет сознание и систему социальных качеств, выполняет определенные функции в обществе. Одна из специфических особенностей личности - ее индивидуальность.

Анализируя общую систему личности К. К. Платонов относит ее особенности к одной из четырех групп, которые образуют четыре основные стороны личности: 1) социально - обусловленные особенности (направленность, моральные качества); 2) биологически обусловленные особенности (темперамент, задатки, инстинкты, простейшие потребности) 3) опыт (объем и качество имеющихся знаний, навыков и привычек) 4) индивидуальные особенности различных психических процессов. Взаимосвязь между этими группами образует систему личности, является по К. К. Платонову, наиболее высоким уровнем интеграции в сфере явлений личности.

АНАЛИЗ ЛИТЕРАТУРЫ И МЕТОДОЛОГИЯ

Фактор, обуславливающий единство и устойчивость различных психических явлений, саморазвитие личности - это ее воля, психологический смысл которой в современной психологии изучен недостаточно. В целом ряде работ по психологии (А. А. Черникова, А. Ц. Пуни, К. К. Платонов, П. А. Рудик, И. Высоцкий, Е. П. Щербаков, Е. П. Ильин и др.), носящие преимущественно общетеоретический характер разные вопросы свободы трактуются по-разному. В то же время многие авторы (Б. Н. Смирнов, А. Б. Воронин, П. А. Рудик, Т. И. Шульга, Г. С. Шайхтдинов, В. И. Селиванов, Н. К. Калинин) наиболее характерным моментом волевой деятельности считают волевое усилие. По мнению указанных авторов именно волевые усилия обеспечивают эффективную саморегуляцию и мобилизацию возможностей человека. В этом плане волевое усилие чаще всего рассматривается как основной критерий, по которому выделяются волевые действия (И. Д. Бех, Л. С. Выготский, А. В. Иванников, У. П. Ильин, Д. Й. Турдимуродов и др.) [1, 2, 3, 4, 5].

Однако Я. М. Абдуллаев, Д.Й. Турдимуродов, С. В. Корж, А. Ц. Пуни, Б. Н. Смирнов [6, 7, 8, 9, 10] указывают на то, что категория волевого усилия нуждается в специальном теоретическом и эмпирическом анализе. Остаются невыясненными вопросы: есть ли у человека набор частных способностей к волевому усилию в различных действиях или он имеет некоторую общую

способность к волевому усилию в любой деятельности? Какие факторы влияют на формирование этой способности? Возможна внешняя стимуляция волевых усилий?

ОБСУЖДЕНИЕ

Все вышеизложенное побудило автора к изучению особенностей проявления волевых усилий у учащихся 10-12 лет при выполнении физических упражнений. При этом в первую очередь автора интересовала возможность внешней стимуляции волевых усилий со стороны педагога.

Цель исследования заключалась в изучении возможности внешней стимуляции волевых усилий у учащихся 10-12 лет.

В процессе экспериментальной работы был использован комплекс методов исследования, включавшего: анализ и обобщение психолого - педагогической литературы по проблеме исследования, педагогический эксперимент, педагогическое тестирование волевых усилий учащихся, методы математической статистики и сравнительного анализа.

Экспериментальная работа проводилась в общеобразовательной школе №7 Джаркурганского района Сурхандарьинской области. В эксперименте участвовали учащиеся 10-12 лет (всего 43 мальчика).

В качестве тестового упражнения использовалось удержание гантели перед собой на вытянутой вперед руке. Вес гантели составлял 1,5 кг. Каждый исследуемый выполнял по три попытки с интервалом отдыха до полного восстановления и желанием повторить упражнение. В первой попытке каждому испытуемому предлагалось как можно дольше удерживать гантель, при этом фиксировалось общее время удержания гантели до момента полного опускания руки. Обоснованность использования такого показателя как критерия для оценки волевого усилия есть в работах А. Б. Воронина, Д. Й. Турдимуродова.

Во второй попытке кроме инструкции вводилась дополнительная внешняя стимуляция в виде значимых мотивов («а теперь проявляй волю», «давай посмотрим насколько ты сможешь улучшить свой результат по сравнению с другими», «соберись, сделай все что можешь» и т.д.)

В третьей попытке вводилась срочная информация в виде бегущей стрелки секундомера. Исследуемый зная свой результат в предыдущих попытках имел возможность отслеживать время, сопоставлять его с собственными ощущениями наступающего утомления и на этом фоне точнее рассчитывать свои силы и более полно использовать волевые возможности.

Учитывалось процентное отношение времени удержания веса во второй и в третьей попытках к результату, показанному в первой попытке. Результат в первой попытке таким образом принимался за 100% и использовался в качестве исходного, в отношении которого рассматривались изменения исследуемых показателей в связи с их внешней стимуляцией. Кроме того, нами были проанализированы изменения волевого усилия под влиянием внешней стимуляции у учащихся с разным уровнем физической подготовленности. В каждом возрастном периоде (10, 11 и 12 лет) подростки были разделены на три подгруппы по уровню физической подготовленности (по результатам прыжка вверх с места толчком двух ног).

РЕЗУЛЬТАТЫ

Анализ полученных результатов показывает, что при стандартном физической нагрузке в различных попытках волевые усилия учащихся существенно изменяются. В первой попытке удержания гантели на вытянутой вперед руке на время выполнялось по инструкции. Перед учащимися ставилась задача выявить свои силовые способности. Результат в первой попытке принимался за 100%. Введение во второй попытке дополнительной внешней стимуляции в виде значимого мотива вызвало существенный прирост волевого усилия, у учащихся 10 и 11 лет более чем на 50%, а у учащихся 12 лет на 34%).

Введение в третьей попытке срочной информации в виде бегущей стрелки секундомера еще больше стимулировало способность к проявлению волевого усилия учащихся. В возрастной группе 10 - летних показатель волевого усилия увеличился по сравнению с исходным на 64%, а по сравнению со второй попыткой на 8%. У 11 - летних учеников прирост волевого усилия в результате внешней стимуляции составил 67%. Обращает на себя внимание, что у подростков в возрасте 12 лет влияние факторов внешней стимуляции также очень существенный, но немного ниже, чем в возрастных группах 10 и 11 лет. Прирост волевого усилия во второй попытке составил 34%, а в третьей 46% по сравнению с исходным результатом, показанным в первой попытке.

Полученные нами данные в целом подтверждают результаты работ Г. И. Агафонова, А. Б. Воронина, П. М. Онищенко, В. И. Селиванова, Б. Н. Смирнова, М. А. Брегман. Все указанные авторы указывают, что вторая сигнальная система влияет на волевые усилия личности. Эффективность сознательной мобилизации человеком своих ресурсов обуславливается

взаимоотношением силы второй сигнальной импульсации и силы нервной системы.

Действенность стимуляции связывается также с психическими состояниями личности. Некоторые авторы ставят эффективность внешнего воздействия на исследуемого в зависимость от психического состояния, другие видят эту связь в том, что само психическое состояние меняется под влиянием педагогического воздействия. На наш взгляд, уровень проявления волевых усилий, при их внешней стимуляции обеспечивается в каждом конкретном случае сообщением именно этих двух факторов. При этом основной и наиболее сложной задачей педагога является обеспечение эффективных и действующих педагогических приемов и мотивационных установок, направленных на изменение психического состояния занимающихся. Кроме того, как показывают результаты исследований, уровень проявления волевых усилий и их изменение под влиянием факторов внешней стимуляции зависят от подготовленности учащихся в конкретном виде деятельности.

Так ученики с высоким уровнем физической подготовленности во всех возрастных группах (10, 11 и 12 лет) под влиянием дополнительного стимула в виде значимого мотива продемонстрировали прирост волевых усилий соответственно на 72%, 68% и 47% по сравнению с исходным показателем принятым за 100% (в первой попытке). Ученики с низким уровнем физической подготовленности отличались значительно меньшими изменениями волевых усилий при их внешней стимуляции со стороны педагога. Можно думать, что подготовленность человека в конкретном виде деятельности предоставляет больше уверенности в своих силах, что в свою очередь положительно сказывается на психическом состоянии и способности к проявлению волевых усилий.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

1. Результаты исследования свидетельствуют о существенных изменениях показателей волевых усилий у учащихся 10, 11 и 12 лет под влиянием факторов внешней стимуляции. Введение для учеников значимого мотива привело к повышению показателя волевых усилий более чем на 50%.

Дополнительный стимул в виде срочной информации также существенно сказывается на способности к увеличению волевого усилия (до 67% по сравнению с исходным уровнем).

2. Изменения волевых усилий под влиянием внешней стимуляции со стороны педагога находятся в определенной зависимости от уровня физической подготовленности. Так у учащихся с высоким уровнем подготовленности прирост волевых усилий составляет до 72%.

Ученики с низким уровнем физической подготовленности отличаются значительно меньшими изменениями волевых усилий при их внешней стимуляции (до 22%).

3. У подростков в возрасте 12 лет влияние факторов внешней стимуляции на смену волевых усилий оказывается значительно меньше, чем в возрастных группах 10 и 11 лет.

4. Проведенное исследование не исчерпывает всех аспектов рассматриваемой проблемы. Перспективными являются такие направления дальнейшей работы: установление зависимости между силой нервных процессов и особенностями проявления волевых усилий, изучение влияния факторов внешней стимуляции на волевые усилия при выполнении физических упражнений различного характера, разработка методик диагностики волевых усилий.

Дальнейшие исследования предполагается провести в направлении изучения других проблем внешней стимуляции волевых усилий у школьников 10 - 12 лет.

REFERENCES

1. Бех И.Д. От воли к личности. - М., 1995. - 202 с.
2. Выготский Л.С. Проблема воли и ее развитие в детском возрасте // Собрание сочинений. - 1982. - Т.2. - С. 454-466.
3. Иванников В.А., Эйдман Е.В. Количественная оценка волевого усилия при напряженной физической работе // Вопросы психологии, №5 1986 --С. 129 - 140.
4. Ильин Е.П. Психология воли. - Санкт-Петербург, 2000. - 288 с.
5. Турдимуродов Д. Й. Педагогические факторы внешней стимуляции влияющие на волевые усилия школьников при физических упражнениях разного характера / Д. Й. Турдимуродов // Инновации в педагогике и психологии. – 2020. - № 9. Выпуск 3. – С. 21-25.
6. Абдуллаев Я. М., Турдимуродов Д. Й. Создание педагогических условий в формировании волевых качеств у учеников начальных классов / Я. М.

Абдуллаев, Д. Й. Турдимуродов // Colloquium – journal. – 2020. № 24 (76). С. 12-14.

7. Turdimurodov D. Y. Testing volitional qualities for students of high schools of secondary school / D. Y. Turdimurodov // The American Journal of Social Science and Education Innovations. – 2021. Volume 3. Issue 03. - pp. 405 - 413.

8. Корж С.В. В количественной оценке волевого усилия // Вопросы психологии, №1 1979, - С. 118-121.

9. Пуни А.Ц. Психологические основы волевой подготовки в спорте. - М.: Физкультура и спорт, 1977. - 96 с.

10. Смирнов Б.Н. Психологические основы воспитания воли в физическом воспитании и спорте // Психология / Под. Ред. А.Ц. Пуни. - М.: ФИС, 1984. - С. 41-52.