

УДК 796.42

**ОПРЕДЕЛЕНИЕ ВЕДУЩИХ ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ У  
ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ЛЕГКОАТЛЕТОВ С НАРУШЕНИЕМ  
ЗРЕНИЯ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДИСТАНЦИИ**

*Виктория Борисовна Крутько, кандидат педагогических наук, доцент,  
Айгуль Винеровна Кравец-Абдуллина, кандидат педагогических наук, профессор,  
Регина Ринатовна Швец, кандидат педагогических наук, декан,  
Башкирский институт физической культуры (филиал) Уральского государственного  
университета физической культуры, г. Уфа*

**Аннотация**

В статье представлены результаты исследований по определению ведущих волевых качеств у спортсменов легкоатлетов высокой классификации с нарушениями зрения. В ходе исследования выявлены взаимосвязи между показателями оценки волевых качеств высококвалифицированных легкоатлетов с нарушением зрения и результатами прохождения соревновательной дистанции. Полученные результаты позволяют повысить качество управления тренировочным процессом в целях достижения и сохранения уровня физической подготовленности легкоатлетов высокой квалификации с нарушениями зрения.

**Ключевые слова:** волевые качества, высококвалифицированные спортсмены, легкоатлеты с нарушением зрения.

**DETERMINATION OF LEADING WILL QUALITIES OF HIGHLY QUALIFIED  
ATHLETES WITH VISUAL IMPAIRMENT DEPENDING ON COMPETITIVE  
DISTANCE**

*Victoria Borisovna Krutko, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,  
Aygul Vinerovna Kravets-Abdullina, the candidate of pedagogical sciences, professor,  
Regina Rinatovna Shvets, the candidate of pedagogical sciences, dean,  
The Bashkir institute of physical culture (branch) of Ural State University of Physical Culture,  
Ufa*

**Annotation**

Results of researches on determination of the leading strong-willed qualities at athletes of high classification with visual impairment are presented in article. The study revealed correlations between indicators of assessment of will qualities of highly qualified athletes with visual impairment and results of passing the competitive distance. The results obtained make it possible to improve the quality of the management of the training process in order to achieve and maintain the level of physical fitness of highly qualified athletes with visual impairments.

**Keywords:** strong-willed qualities, highly skilled athletes, athletes with visual impairment.

**ВЕДЕНИЕ**

В настоящее время высокие результаты в избранном виде спорта невозможно обеспечить только средствами технической и физической подготовки, это связано с тем, что ежегодно фиксируются все новые рекорды, и они становятся настолько высокими, что спортсмены выступают в соревнованиях на пределе физических и психических возможностей. Проигрыш в соревнованиях, даже если спортсмен обладает высоким уровнем технической и физической подготовленности к определенному старту, зачастую связан с низким уровнем проявления психологических качеств, необходимых для спортивной борьбы, волевой готовности [4].

Как показывает опыт, спортсмену необходимо не только знать, что такое волевые усилия, но и уметь на практике многократно проявлять настойчивость, целеустремленность, упорство, инициативность, смелость, самообладание и другие волевые качества, чтобы они превратились в черты характера. Волевые качества

проявляются в способности спортсмена совершать целенаправленные действия, преодолевая трудности. Именно поэтому волевая подготовка является одним из постоянных факторов повышения спортивного мастерства, в различных видах спорта.

Одним из более массовых видов спорта является легкая атлетика, которая пользуется наибольшей популярностью среди населения в силу своей доступности. При этом легкая атлетика широко распространена среди лиц с ограниченными физическими возможностями. Достаточно большое количество соревновательных дистанций представлено спортсменами с нарушением зрения [2, 5].

Учитывая функциональные возможности спортсменов с нарушением зрения, стоит отметить значимость воли для данной категории спортсменов, которые встречают на своем пути большое количество трудностей. В результате патологии зрительного анализатора в определенной мере разрушается естественность функционирования организма, которая сопровождается комплексом психической неполноценности, часто выражающейся тревожностью, потерей уверенности в себе, пассивностью, изолированностью, или, наоборот, эгоцентризмом, агрессивностью. Также нарушение зрения спортсменов влечет за собой изменения в характере эмоциональных состояний в сторону преобладания астенических, подавляющих активность индивида. Среди легкоатлетов с нарушением зрения можно встретить тех, кто обладает положительными волевыми качествами, но наряду с этим могут проявляться такие дефекты воли, как импульсивность поведения, упрямство, негативизм [1, 3, 6].

Таким образом, развитие волевых качеств является одним из важнейших компонентов тренировочной работы, так, как только при наличии высокоразвитых волевых свойств спортсмен с патологией зрения может преодолеть возникающие перед ним многочисленные трудности в тренировочном и соревновательном процессе.

Однако, многообразии соревновательных дистанций в легкой атлетике предъявляет различные требования к уровню проявления волевых усилий, соответственно существует необходимость выявлять ведущие волевые качества, определяющие эффективность прохождения спринтерских, стайерских и длинных дистанций у спортсменов с депривацией зрения.

Цель исследования – определить ведущие волевые качества у высококвалифицированных легкоатлетов с нарушением зрения класса В3 в зависимости от соревновательной дистанции.

## РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Для достижения цели исследования проводился корреляционный анализ между показателями оценки волевых качеств высококвалифицированных легкоатлетов с нарушением зрения класса В3 и результатами прохождения соревновательных дистанций. Результаты данного анализа представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Показатели корреляционного анализа между уровнем проявления волевых качеств высококвалифицированных легкоатлетов с нарушением зрения и результатами прохождения соревновательных дистанций, (r)

Волевые качества, (баллы)	Соревновательные дистанции, (с)						
	спринтерские		стайерские		длинные		
	100м	200м	400м	800м	1500м	3000м	5000м
1. Целеустремленность	-0,47	-0,44	-0,52	-0,49	-0,57	-0,70	-0,77
2. Настойчивость и упорство	-0,82	-0,82	-0,85	-0,56	-0,66	-0,71	-0,74
3. Самостоятельность и инициативность	-0,81	-0,82	-0,84	-0,47	-0,44	-0,48	-0,45
4. Решительность и смелость	-0,37	-0,41	-0,39	-0,70	-0,72	-0,42	-0,40
5. Выдержка и самообладание	-0,72	-0,65	-0,60	-0,53	-0,32	-0,61	-0,62

Примечание: r – коэффициент корреляции.

В ходе корреляционного анализа между показателями оценки волевых качеств высококвалифицированных легкоатлетов с нарушением зрения и результатами

прохождения соревновательной дистанции сильные отрицательные корреляционные связи были выявлены между показателями:

- уровнем проявления целеустремленности и результатом прохождения длинных дистанций 3000 м ( $r=-0,70$ ) и 5000 м ( $r=-0,77$ );
- уровнем настойчивости и упорства и результатом прохождения спринтерских дистанций 100 м ( $r=-0,82$ ), 200 м ( $r=-0,82$ ) и 400 м ( $r=-0,85$ ) и длинных дистанций 3000 м ( $r=-0,71$ ), 5000 м ( $r=-0,74$ );
- уровнем проявления самостоятельности и инициативности и результатом прохождения спринтерских дистанций 100 м ( $r=-0,81$ ), 200 м ( $r=-0,82$ ) и 400 м ( $r=-0,84$ );
- уровнем проявления решительности и смелости и результатом прохождения стайерских дистанций 800 м ( $r=-0,71$ ), 1500 м ( $r=-0,72$ );
- уровнем проявления выдержки и самообладания и результатом прохождения дистанции 100 м ( $r=-0,72$ ).

Также были определены средние отрицательные взаимосвязи между следующими показателями:

- уровнем проявления целеустремленности и результатом прохождения спринтерской дистанции 400 м ( $r=-0,52$ ) и 1500 м ( $r=-0,57$ );
- уровнем настойчивости и упорства и результатом прохождения стайерских дистанций 800 м ( $r=-0,56$ ), 1500 м ( $r=-0,66$ );
- уровнем проявления выдержки и самообладания и результатом прохождения спринтерских дистанций 200 м ( $r=-0,65$ ), 400 м ( $r=-0,60$ ), стайерской дистанции на 800 м ( $r=-0,53$ ) и длинных дистанций 3000 м ( $r=-0,61$ ) и 5000 м ( $r=-0,62$ ).

Можно предположить, что при прохождении спринтерских дистанций в большей степени проявляются такие волевые качества, как настойчивость и упорство, самостоятельность и инициативность, выдержка и самообладание, в связи с тем, что спортсменам с нарушением зрения необходимо в кратчайшее время прилагать максимальную энергию и активность для преодоления коротких дистанций, устойчивость против влияния и действий соперников и владеть чувствами.

В ходе преодоления стайерских дистанций необходимо проявлять в большей степени решительность и смелость, так как нужна своевременность и обдуманность принятия решений.

В длинных дистанциях легкоатлетам с нарушением зрения в большей степени нужно проявлять волевые усилия в целеустремленности, настойчивости и упорстве, что связано со спецификой прохождения дистанции, где необходимо проявлять планомерность и устойчивое стремление для достижения цели.

## ВЫВОДЫ

В тренировочном процессе со спортсменами, имеющими депривацию зрения, необходимо уделять внимание ведущим волевым качествам в зависимости от дистанции. Это обусловлено тем, что проявление конкретных волевых усилий влияет на результативность прохождения определенной дистанции.

Определено, что на прохождении спринтерских дистанций оказывают влияние, такие волевые качества, как настойчивость и упорство, самостоятельность и инициативность, выдержка и самообладание, при преодолении стайерских дистанций – решительность и смелость, а на длинных дистанциях – волевые усилия в целеустремленности, настойчивости и упорстве.

Таким образом, при подготовке высококвалифицированных легкоатлетов с нарушением зрения следует использовать методические приемы и средства, направленные на формирование волевых качеств, с учетом специализации и имеющейся патологии.

ЛИТЕРАТУРА

1. Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры / С.П. Евсеев. – Москва : Советский спорт, 2005. – 448 с.
2. Ишмуратова, Р.М. Организационно-методические особенности построения учебно-тренировочного процесса со спортсменами, имеющими патологию зрения / Р.М. Ишмуратова // Физическая культура, спорт, здоровье : материалы первой межвуз. итоговой научно-практической конференции студентов и молодых ученых. – Уфа, 2004. – С. 35–37.
3. Литвак, А.Г. Психология слепых и слабовидящих : учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений / А.Г. Литвак. – Санкт-Петербург : Каро, 2006. – 336 с.
4. Локтев, С.А. Легкая атлетика в детском и подростковом возрасте / С.А. Локтев. – Москва : Советский спорт, 2007. – 404 с.
5. Макина, Л.Р. Многолетняя физическая подготовка бегунов на средние дистанции с нарушением зрения в адаптивном спорте : дис. ... д-ра пед. наук / Макина Л.Р. – Майкоп, 2013. – 309 с.
6. Стамбулова, Н.Б. О формировании спортивно-важных психических свойств спортсмена / Н.Б. Стамбулова // Психологическое обеспечение спортивной деятельности : сборник научных трудов / под ред. И.П. Волкова. – Ленинград, 1988. – С. 20–30.

REFERENCES

1. Evseev, S.P. (2005), *Theory and Organization of Adaptive Physical Culture*, Soviet Sports, Moscow.
2. Ishmuratova, R.M. (2004), "Organizational and methodological peculiarities of construction of educational and training process with athletes having pathology of vision", *Physical culture, sports, health: materials of the first inter-university. Final scientific – report. conference students and young scholars*, Ufa, pp 35-37.
3. Litvak, A.G. (2006), *Psychology of Blind and Visually Impaired: Educational Manual for Students of Higher Pedagogical Educational Institutions*, publishing house KARO, St. Petersburg.
4. Loktev, S.A. (2007), *Athletics in childhood and adolescence*, Soviet Sports, Moscow.
5. Makina, L.R. (2013), *Long-term physical training of middle-distance runners with visual impairment in adaptive sport*, dissertation, Maykop.
6. Stanbulova, N.B. (1988), "On formation of sports-important mental properties of the athlete", *Psychological support of sports activity: collection of scientific works*, Leningrad, pp.20-30.

**Контактная информация:** Krutko07@mail.ru

*Статья поступила в редакцию 08.11.2019*

УДК 796.011

**АНАЛИЗ НОРМАТИВОВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА»  
КУРСАНТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МИНИСТЕРСТВА  
ВНУТРЕННИХ ДЕЛ РОССИИ И НОРМ КОМПЛЕКСА ГТО**

*Елена Васильевна Кувалдина, старший преподаватель, Ставропольский филиал Краснодарского университета Министерства внутренних дел России; Наталья Григорьевна Закревская, доктор педагогических наук, профессор, Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург*

**Аннотация**

В статье проводится анализ нормативов по дисциплине «Физическая подготовка» курсантов образовательных организаций МВД России и норм комплекса ГТО в разные годы. В проблемном аспекте рассматриваются основные противоречия, возникающие в ходе подготовки и сдачи курсантами норм комплекса ГТО. Предлагаются пути устранения обозначенных противоречий в процессе регламентированных занятий по дисциплине «Физическая подготовка».

**Ключевые слова:** дисциплина «физическая подготовка», курсанты, комплекс ГТО, регламентированные занятия, методика дифференцирования.