

Интернет-журнал «Мир науки» / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2018, №3, Том 6 / 2018, No 3, Vol 6 <https://mir-nauki.com/issue-3-2018.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/72PSMN318.pdf>

Статья поступила в редакцию 20.06.2018; опубликована 15.08.2018.

Ссылка для цитирования этой статьи:

Полякова Л.О., Полякова В.Н. Волевая активность личности в экстремальных условиях спортивного туризма (обзор научной литературы) // Интернет-журнал «Мир науки», 2018 №3, <https://mir-nauki.com/PDF/72PSMN318.pdf> (доступ свободный). Загл. с экрана. Яз. рус., англ.

For citation:

Polyakova L.O., Polyakova V.N. (2018). Volition activity of a personality in the extreme conditions of sports tourism (review of research literature). *World of Science. Pedagogy and psychology*, [online] 3(6). Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/72PSMN318.pdf> (in Russian)

УДК 159.9.072.43

ГРНТИ 15.21.51

Полякова Лариса Октябрьевна

ФГБОУ ВО «Иркутский государственный университет», Иркутск, Россия
Профессор
Доктор медицинских наук, доцент
E-mail: l-elmi@mail.ru

Полякова Вероника Николаевна

ФГБОУ ВО «Иркутский национальный исследовательский технический университет», Иркутск, Россия
Аспирант
E-mail: p.veronika@list.ru

**Волевая активность личности
в экстремальных условиях спортивного туризма
(обзор научной литературы)**

Аннотация. В обзоре научной литературы дается характеристика спортивного туризма как экстремального вида деятельности. Показано, что отсутствует общепринятая классификация волевых качеств личности и уровень сформированности этих качеств зависит от большого спектра факторов. Недостаточно разработанной остается проблема волевой сферы у спортсменов, занимающихся спортивным туризмом, что требует дальнейших исследований в этой области и определяет актуальность проведенного исследования.

Рассматривается понятие «экстремальная ситуация», трудности и величина препятствий, влияющие на ее протекание, а в спорте – на соревновательную деятельность. Показывается, что экстремальными или чрезвычайными условиями следует считать такие элементы ситуации, которые ощущаются и переживаются субъектом как источники дискомфорта. Подчеркивается необходимость различения этих элементов на внешние и внутренние, в основе последних лежат волевые характеристики субъекта.

В научных источниках имеются многочисленные разногласия по поводу сущности, содержания, количества и классификации волевых качеств личности. Среди них называются: решительность, энергичность, настойчивость, целеустремленность, самостоятельность, организованность, выдержка, самообладание, инициативность, упорство, смелость, терпеливость. Вместе с тем, в литературе содержится недостаточно сведений, касающихся

волевой сферы спортсменов-туристов, что требует дальнейших исследований в этой области. Этим определялась новизна проведенного обзора состояния изучавшейся проблемы.

Показано, что спортивный туризм относится к экстремальным видам деятельности; отсутствует общепринятая классификация волевых качеств, и уровень сформированности этих качеств зависит от большого спектра факторов; к основным волевым качествам личности в спортивной деятельности относятся: целеустремленность, инициативность, самостоятельность, решительность, настойчивость; недостаточно разработанной остается проблема волевой сферы у спортсменов, занимающихся спортивным туризмом.

Ключевые слова: спортивный туризм; спортивная деятельность; спортивные трудности; спортивные препятствия; спортсмены-туристы; спортивный поход; экстремальная ситуация; экстремальная деятельность; волевая активность; волевые качества

Спортивный туризм – широко распространенный в настоящее время вид спорта. В нем успешно реализуются особые функции физической культуры: прикладные, образовательные, спортивные, реабилитационно-образовательные и рекреативные. Спортивный туризм также имеет большое воспитательное значение, он используется как средство физического, трудового, эстетического, патриотического, нравственного воспитания, как средство познания человека в природных условиях. Средства спортивного туризма просты и доступны: походы, путешествия, прогулки, соревнования, туристические слеты [1].

Все виды воспитания в туризме реализуются комплексно, в естественных условиях. Сказанное можно проиллюстрировать на примере любого туристского похода: передвижение с рюкзаком и преодоление естественных препятствий – физическое воспитание; установка бивака и приготовление пищи, умение выполнять разнообразную работу на биваке – трудовое воспитание; красота окружающей природы – эстетическое воспитание; знакомство с историческими и культурными памятниками страны – патриотическое воспитание; взаимодействие участников похода, необходимость взаимовыручки, дисциплины, ответственности – морально-нравственное воспитание [2].

Виды спортивного туризма разделяются по характеру туристического маршрута: пешеходный, горный, лыжный, водный (гребные суда), велосипедный, спелео, авто-мото, парусный (разборные суда), конный. Эти виды туризма включены в спортивную классификацию как части спортивного туризма. Они могут развиваться в рамках любого вида туризма, но в спортивном туризме они ограничены определенными требованиями по набору технически сложных препятствий, протяженности, продолжительности и другим факторам туристского спортивного маршрута [3].

Спортивный туризм относится к видам спорта, для которых характерна активная деятельность с проявлением физических и волевых качеств. Он может рассматриваться как комплексный вид спорта типа многоборий. Спортсмен-турист должен обладать особой специальной многоборной туристской выносливостью.

По данным Ю.Н. Федотова «в условиях туристских походов существует многочасовая работа циклического характера, например, длительное передвижение по тропе с рюкзаками. Это работа, обычно, умеренной мощности. Есть в туризме и ациклическая работа, связанная с преодолением различных естественных препятствий. Чаще это работа также умеренной мощности, однако, отдельные части ее пребывают в зонах больших, субмаксимальных и максимальных мощностей» [4, с. 37].

В связи с тем, что походы совершаются в естественных природных условиях и маршруты пролегают по сложно пересеченной местности, высока вероятность возникновения ситуаций, связанных с риском для жизни, т. е. экстремальных ситуаций.

В спортивной психологии большое внимание уделяется деятельности, протекающей в экстремальных условиях (риск, предельные физические и психические напряжения, дефицит времени) [5; 6; 7]. Такие условия создают для человека значительные трудности, эффективное преодоление которых невозможно без волевых усилий, без осознанной мобилизации всех сил, без необходимой регуляции действий и состояния [8].

Ю.А. Штюмер под экстремальными ситуациями видит «обстоятельства, в которые попадает человек. Они предъявляют к нему требования, выходящие за пределы функционального диапазона и приспособительных возможностей человека» [6, с. 87].

Существуют мнения [5; 9], что диапазоном приспособляемости человека являются те характеристики функций, которые сформировались в процессе эволюции органов и систем. Однако наиболее часто определяющим фактором адаптации индивида является субъективное восприятие им объективных условий экстремальной ситуации. Личная оценка объективной обстановки в сознании человека обуславливает субъективное восприятие опасной ситуации, ее характер, уровень угрозы и последствия, а также варианты ответных действий.

По мнению П.А. Рудика «экстремальными факторами являются не только те, что распространяются за пределы диапазона оптимальных условий жизни человека, но и те, что выходят за рамки оптимальных границ трудовой деятельности» [10, с. 79]. Автор придает этому принципиальное значение, так как трудовая деятельность предполагает участие широкого комплекса субъективных и индивидуальных характеристик человека, работающего в экстремальных условиях. В данном случае оценка ситуации формируется не только с учетом характеристик самой ситуации, но и с учетом мотивов деятельности и меры стремления к достижению конечной цели.

В исследованиях, посвященных вопросам психологии спорта, большое внимание уделяется проблеме психических, предстартовых состояний спортсменов в процессе соревновательной деятельности и способам преодоления экстремальных ситуаций (ЭС). ЭС – это трудности объективного и субъективного характера, возникающие как следствие изменения внешних условий, сопровождающихся выходом эмоциональных переживаний спортсмена за пределы оптимального диапазона и отрицательно сказывающиеся на результативности соревновательной деятельности [11, 12, 13, 14, 15].

Е.П. Ильин считает, что степень влияния ЭС на состояние спортсменов зависит от «трудности препятствий» и «величины препятствий». Трудность препятствия – понятие субъективное, зависящее от величины препятствия и уровня подготовки спортсмена. Величина препятствий – явление объективное, не зависящее от индивидуальных характеристик спортсмена. Она пропорциональна величине физических и психических усилий, сопровождающих преодоление возникающих трудностей [16].

Главное для спортсмена в экстремальной ситуации – сохранить оптимальное эмоциональное состояние. Эту особенность определяют как эмоциональная устойчивость [17; 18; 19]. Эмоциональная устойчивость спортсмена определяется не тем, что прекращается эмоциональное переживание, а в том, что эмоции в конкретные периоды соревновательной борьбы присутствуют на оптимальном уровне, однако одновременно отличаются постоянством и направлены только на спортивный результат [19].

Ф.П. Генов [19] разделяет ЭС по причинам возникновения на следующие группы:

1. внутренние препятствия, обусловленные низкой адаптацией, чрезмерной мотивацией, состоянием здоровья, степенью подготовки спортсмена;
2. внешние препятствия – условия соревнований, обстоятельства, отвлекающие спортсмена от соревновательной деятельности, события, связанные с ходом соревновательной борьбы;
3. субъективные трудности – субъективное отношение спортсмена к достижению цели, субъективная оценка ситуации, которая складывается вокруг спортсмена;
4. объективные трудности – ситуации, чреватые получением травмы, ситуации, демонстрирующие недостаточную подготовленность спортсмена к соревновательной борьбе, ситуации с внезапной возможностью аварии; ситуации, обусловленные неблагоприятными действиями присутствующих на соревновании лиц.

Трудности, присутствующие в спорте, Ф. Генов рассматривал также с позиции участника спортивной деятельности – спортсмена, тренера, руководителя соревнований и команды в целом. Согласно этому автор выделил следующие трудности в спортивной деятельности:

- а) трудности, связанные с условиями соревнования;
- б) трудности, связанные с техникой выполнения определенных действий;
- в) трудности, связанные с физической подготовленностью спортсмена;
- г) трудности, связанные с недостаточностью сведений по определенному виду спорта;
- д) трудности, связанные с преодолением неблагоприятных психических состояний и эмоциональных переживаний;
- е) трудности, связанные с моральными установками спортсмена [19].

Все эти трудности в полной мере присущи спортивному туризму. Э. Линчевский [2] причины неудач в спортивных походах видит:

1. в степени тревожности спортсменов;
2. в резких переменах погодных условий;
3. в неполадках в материальном и техническом оснащении спортсмена;
4. в отсутствии уверенности в своих силах;
5. во временном снижении результатов похода;
6. в предчувствии неудачи вслед за благополучным преодолением локальных препятствий;
7. в усталости;
8. в необходимости выполнения норматива или звания и т. п.

По мнению автора эти факторы являются источником стрессовых ситуаций у спортсменов.

Наиболее полной представляется классификация экстремальных факторов, приводимая В.Д. Небылицыным [20]. Он указывает, что экстремальными или чрезвычайными условиями следует считать такие значения элементов ситуации, которые ощущаются и переживаются

субъектом как источники дискомфорта. Автор разделяет эти факторы на «внешние и «внутренние». Внешние характеризуются:

1. Определенным видом воздействия – его смысловыми и специфическими особенностями.
2. Длительностью воздействия.
3. Высоким темпом работы.
4. Недостатком времени достижения цели.
5. Объективной трудностью деятельности или достижения цели.
6. Ограниченностью информации или неясностью возможных исходов.
7. Погодными, физическими, гигиеническими факторами, затрудняющими деятельность.

Эти объективные факторы обозначаются автором как «стрессоры» или первичные источники напряжения и перенапряжения. Однако эффективность их влияния опосредуется факторами, среди которых:

1. Субъективная оценка воздействия.
2. Характер предыдущего опыта деятельности в сходных условиях.
3. Уровень развития адаптации – здоровья, выносливости, тренированности и степени развития умения действовать в сложившихся условиях.
4. Степень готовности к деятельности в данных условиях.
5. Личностные особенности человека, его выносливость и резервные возможности отдельных систем организма.
6. Отношение к деятельности, мотивация и степень стремления к достижению цели, то есть волевые качества.

Положительной стороной классификации В.Д. Небылицына, является то, что она содержит не только основные условия экстремальности ситуации, но и достаточно полный перечень индивидуальных характеристик субъекта, от которых зависит оценка ситуации в целом, особенности проявления состояния адаптации и уровня напряжения субъекта. Эта классификация позволяет учитывать специфику его психического статуса и превращение объективного отражения в индивидуальное субъективное отражение. Классификация показывает, что специфическим предметом психологического исследования при изучении феномена адаптации является та психологическая сущность, которая воплощает в себе механизмы «перехода» отражаемого содержания в содержание отражения. Сопоставление параметров отражаемого объекта (стрессовой ситуации) и параметров его образа в сознании человека позволяет дать оценку качества этого перевода и, следовательно, оценить наиболее значимую сторону психической деятельности при стрессе [14].

При рассмотрении психологического содержания экстремальных видов спорта мы встретились с точками зрения, оценивающими их как стресс, невроз, дезадаптацию [11; 13; 21; 22; 23; 24]. Однако развитие этих состояний в экстремальных условиях происходит не у всех спортсменов [15; 23]. Многие авторы связывают данное обстоятельство с волевыми характеристиками лиц, занимающихся экстремальными видами деятельности [25; 26; 27; 28; 29]. Вместе с тем многочисленные публикации указывают на разногласия исследователей по поводу сущности, содержания, количества и классификации волевых качеств личности [16; 21; 24; 25; 26; 30; 31; 32; 33; 34, 35, 36].

Ряд исследователей указывают на отсутствие связи волевых качеств друг с другом [16; 36; 37; 38; 39]. Так, Е.П. Ильин ставит под сомнение вопрос определения воли как интегрального образования волевых качеств. Последние он рассматривает как сплав врожденных и приобретенных компонентов, как динамическую систему. В структуру волевых качеств он включает: нейродинамические особенности, волевое усилие, социальные, личностные факторы, мотивационную сферу [16].

В.Л. Иванников определяет волевые качества как личностные особенности, считает, что каждое волевое качество самостоятельно и не детерминировано другим [36].

Классификация С.Л. Рубинштейна [37] базируется на подходе соответствия волевых качеств фазам волевого процесса.

Я.Ю. Горбунов (2008) выделил три основных качества воли – решительность, энергичность и настойчивость, допуская и другие. Волевые качества автор рассматривал с точки зрения целенаправленности психической деятельности, содержания воли [27].

В.И. Селиванов полагал, что на разной стадии волевого действия проявляется различный комплекс волевых качеств [38].

Г. Айзенк [39] выделил общий фактор настойчивости, имеющий два подфактора – физическую настойчивость и интеллектуальную, он разделил проявление воли в двигательной и интеллектуальной деятельности. Так, воспитанные на умственном труде люди обнаруживали часто большое упорство в интеллектуальной работе, но оказывались несостоятельными при встрече с физическими трудностями.

Спортивные психологи выделяют разные сочетания волевых качеств, присущих конкретным видам спорта [5; 10; 19; 26]. В частности, А.Ц. Пуни полагает, что «совокупность волевых качеств определяется устойчивыми, объективными особенностями конкретного вида деятельности» [5, с. 137].

Теоретической сложностью является отсутствие единой классификации волевых качеств, различное их понимание испытуемыми и экспериментаторами. В настоящее время авторы не имеют единого мнения о сущности и количестве волевых качеств, участвующих в волевом акте, среди которых называются:

- Целеустремленность;
- Инициативность;
- Самостоятельность;
- Решительность;
- Настойчивость;
- Организованность;
- Выдержка;
- Самообладание.

Так, В.И. Селиванов считает, что *целеустремленность* детерминирует волевой акт [38].

Я.Ю. Горбунов определяет *организованность* как «сложное качество, включающее в себя волевые и интеллектуальные привычки и предполагающее умение планировать свою работу» [27, с. 21].

Инициативность характеризуется как проявление активности, внутреннего побуждения к новым видам деятельности, как быстрая ориентировка в меняющейся ситуации, стремление

к совершенствованию, которое сопровождается творческим поиском, как поиск новых способов работы, выдумкой, находчивостью, изобретательностью [32; 34; 39].

В.И. Селиванов определяет инициативность как собственное побуждение к действию и противопоставляет его действиям по инструкции. Волевое действие возможно только в условиях внешнего контроля, по инициативе окружающих. Противоположным качеством автор называет инертность, бездеятельность, пассивность, характеризующуюся как снижение активности. Проявление безынициативности сопровождается ожиданием указаний от окружающих [38].

Е.П. Щербаков [40] воздерживается в выделении инициативности как самостоятельного волевого качества и в модели функциональной структуры воли содержание инициативности определяет как работоспособность других качеств (самостоятельность, решительность, настойчивость).

Самостоятельность и инициативность часто определяют как функциональную пару волевых качеств. Несмотря на независимое семантическое содержание и различную функциональность эти волевые качества имеют психологическую связь. Волевое качество *самостоятельность* представляется как способность личности к автономности, независимости [31], или как действия без посторонней помощи [34; 39].

А.Ф. Лазурский, А.И. Высоцкий [31; 35] определяют самостоятельность как умение сопротивляться внешним воздействиям, мотивировать свой отказ от предполагаемого мотива, плана. При этом формируется неоднозначное отношение к другому мнению, критическое восприятие предложений, указаний, советов. С одной стороны личность полагается на собственные возможности, с другой – адекватно манипулирует возникающими альтернативными мотивами. Противоположной характеристикой самостоятельности называется зависимость, покорность. Привязанность к посторонней помощи формирует несамостоятельность [14].

Отечественные исследователи волевой активности среди волевых качеств называют *решительность* [32; 33; 40; 41]. К этому волевому качеству при осуществлении волевого акта относят интеллектуальную функцию – осуществление выбранной стратегии поведения при решении задачи. Решительность сосредоточена на процессе принятия решения, оценивания определенной ситуации и выбора эффективного способа действия. Принятие решения может характеризоваться различными динамическими особенностями. Однако скорость принятия решений не означает его эффективности. В.И. Селиванов, В.Г. Леонтьев в содержание решительности включают эмоциональный фактор [38; 42].

Данные психологов относительно волевых качеств были подтверждены исследованиями психофизиологов [43; 44; 45; 46]. Когнитивные функции решительности отмечены Г.С. Никифоровым в исследовании индивидуальных особенностей при самоконтроле [44]. По мнению автора в необходимости и реализации самоконтроля определяющим является фактор «уверенности». Испытуемым с повышенной тревожностью был характерен усиленный самоконтроль, поэтому необходимой потребностью в процессе принятия решения являлось условие достаточной временной избыточности» [44].

Исследователи, рассматривая волевое качество решительность, употребляют различные прилагательные, характеризующие индивидуальные особенности стиля мыслительной деятельности при решении задач: импульсивный, смелый, решительный, осторожный [39; 44]. Смелость влияет на степень решительности. Отмечается тенденция к возможности смелых действий у лиц с импульсивным, непродуманным характером. Прилагательное «бесстрашный» характеризует чрезмерную решительность, неосторожность, склонность к неоправданному риску. Импульсивности противопоставляется осторожность. Неустойчивость и колебания в

процессе принятия решения характеризуются прилагательными: сомневающийся, осторожный, нерешительный, боязливый.

Особое внимание в экспериментальных исследованиях отечественных и зарубежных авторов уделяется волевому качеству *настойчивость*. В американской психологии сформировалось целое направление исследования настойчивости – «persistence», включающее настойчивость как свойство характера, устойчиво проявляющееся в различных ситуациях «trait studies» [13; 36; 47; 48; 49].

Настойчивость понимается как проявление активности при длительном, осложненном продвижении к цели. Настойчивость связывают с длительностью проявления волевых усилий [35; 38; 39]. В содержание настойчивости входит присутствие разумного упорства в доведении до конца начатого дела, умение постоянно стремиться к цели, не снижая энергии, тем самым, обеспечивая реализацию волевого действия. Настойчивость имеет три типа, изменяемые в процессе воспитания. Первый тип – настойчивость проявляется во всей деятельности, второй тип – настойчивость проявляется в одной области и третий тип настойчивости обнаруживается эпизодически [30; 36]. По данным исследований настойчивость в большей мере определяется мотивацией, в частности – потребностью достижения [50; 51].

Негативными характеристиками настойчивости является упрямство или слабость критической оценки, неспособность обдумать собственные мотивы. Л.О. Полякова, Е.С. Янушак [15, с. 124.] определяют упрямство как неразумное стремление всегда поступать по-своему, вопреки благоразумию или нежелание делать так, как требуют, советуют, просят. Упорство или упрямство обозначает поведение человека, который, приняв решение, продолжает придерживаться его даже в том случае, когда обстоятельства выяснили полное несоответствие этого решения основным стремлениям действующего, Упорство проявляется в мыслях, суждениях, поступках или действиях. В состав упорства входит сопротивляемость чужому влиянию, неспособность обдумывать собственные поступки. Такому негативизму противопоставляется лень. Отмечаются сложности дифференциации качеств упорства и негативной характеристики упрямства [52]. В спортивной экспериментальной психологии волевые качества: решительность, смелость, выносливость и терпеливость имеют отличия в психологическом содержании и имеют ярко выраженную положительную направленность [53; 54; 55]. Данное обстоятельство демонстрирует специфику волевых качеств у спортсменов, в т. ч. у спортсменов, занимающихся экстремальными видами спорта.

Другими словами, в научной литературе имеются разногласия по поводу сущности, содержания, количества и классификации волевых качеств личности. Среди них называются:

- решительность;
- организованность;
- энергичность;
- настойчивость;
- целеустремленность;
- самостоятельность;
- выдержка;
- самообладание;
- инициативность;
- упорство;

- смелость;
- терпеливость.

При этом авторы по-разному оценивают смысл, значимость, обязательный набор волевых качеств, необходимых человеку в условиях экстремальной деятельности. В доступной нам литературе содержится мало работ, касающихся волевой сферы лиц, занимающихся спортивным туризмом.

Таким образом, анализ научной литературы, посвященной волевой активности личности в экстремальных условиях спортивного туризма позволил сделать следующие выводы:

1. Спортивный туризм относится к экстремальным видам деятельности.
2. В проанализированных нами научных источниках, касающихся проблемы воли, отсутствует общепринятая классификация волевых качеств, и уровень сформированности этих качеств зависит от большого спектра факторов.
3. К основным волевым качествам личности в спортивной деятельности относятся: целеустремленность, инициативность, самостоятельность, решительность, настойчивость.
4. Недостаточно решенной остается проблема волевой сферы у лиц, занимающихся спортивным туризмом, что требует дальнейших исследований в этой области.

ЛИТЕРАТУРА

1. Сарапулов И.В. Туризм – социальное и культурное явление XX века // Спортивный туризм: Тезисы докладов международной научно-практической конференции. СПб., ГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 1996. С. 49-58.
2. Линчевский Э. Психологический климат туристской группы. М., 1981. 87 с.
3. Востоков И.Е. Классификация пешеходных маршрутов. М., 1990. 67 с.
4. Федотов Ю.Н. Спортивно-оздоровительный туризм. СПб.: ГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 2001. 223 с.
5. Пуни А.Ц. Психологические основы волевой подготовки в спорте. СПб, 1977. 234 с.
6. Штюмер Ю.А. Опасности в туризме, мнимые и действительные. М., 1983. 118 с.
7. Najloo N., Pezeshki H. Compare Happiness, Psychological Tenacity, and Sensation Seeking among Athletes and no Athletes. Procedia – Social and Behavioral Sciences, 2013, V. 84, pp. 1063-1066.
8. Иванова Е.А. Психология физического воспитания и спорта: Метод. материалы. Иркутск: Изд-во Иркутского гос. пед. ун-та, 2004. 50 с.
9. Выготский Л.С. Собрание сочинений: в 6 т. Т.2. Проблемы общей психологии. М.: Педагогика, 1982. 504 с.
10. Рудик П.А. Психология и современный спорт. М., 1973. 178 с.
11. Пушкина В.Н., Зелянина А.Н., Оляшев Н.В., Размахова С.Ю., Цинис А.В. Индивидуальные психологические особенности лиц, занимающихся экстремальными видами спорта. Мир науки, 2016. Т. 4, № 3. Доступна на: <http://mirnauki.com/PDF/55PSMN316.pdf>.
12. Samadzadeh M., Abbasi M., Shahbazzadegan B. Comparison of sensation seeking and self-esteem with mental health in professional and amateur athletes, and non-athletes. Procedia – Social and Behavioral Sciences, 2011, V. 15, pp. 1942-1950.

13. Психология экстремальных ситуаций для спасателей и пожарных / Под общей ред. Ю.С. Шойгу. М.: Смысл, 2007. 319 с.
14. Полякова Л.О. Оценка некоторых показателей волевой активности студентов, занимающихся спортивным туризмом // «Научно-педагогическое обозрение». Томск, 2017. Вып. 4(18). С. 59-65. DOI: 1023951/2307-6127-2017-4-59-65.
15. Полякова Л.О., Янушак Е.С. Результаты изучения волевой сферы у лиц, занимающихся экстремальными видами спорта // Вестник Череповецкого госуд. университета. 2011. Т. 2. № 3. С. 122-125.
16. Ильин Е.П. Психофизиология состояний человека. Спб.: Питер, 2005. 412 с.
17. Малкина-Пых И.Г. Экстремальные ситуации. М.: Эксмо, 2005. 960 с.
18. Beckmann J. Metaprocess and the regulation of behavior // Motivation, intention and volition. Ed. F. Halisch, J. Kuhl. Berlin, 1987.
19. Генов Ф.П. Психологические особенности мобилизационной готовности спортсмена. М.: Физкультура и спорт, 2001. 112 с.
20. Небылицын, В.Д. Избранные психологические труды / под ред. Б.Ф. Ломова. М.: Педагогика, 1990. 403 с.
21. Гремлинг С., Ауэрбах С. Практикум по управлению стрессом. Спб.: Питер, 2002. 240 с.
22. Гринберг Дж. Управление стрессом. Спб.: Питер, 2004. 496 с.
23. Кокурин А. Психологическое обеспечение экстремальной деятельности // Развитие личности, 2004. № 4. С. 190-204.
24. Jones / Knapp T.P., Garrett W.E. Stress fractures, general concepts. Clin. 1997. Vol. 30.
25. Ивашкин В.С. Природа и психологические механизмы волевого усилия // Проблемы психологии воли. Рязань, 2011. С. 19-23.
26. Маришук В.Л., Джамгаров Т.Т., Демьяненко Ю.К. Развитие психических и психомоторных качеств у спортсменов // Психология и современный спорт: Сб. науч. тр. М.: Физкультура и спорт. 1973. С. 77-84.
27. Горбунов Я.Ю. Педагогическая технология формирования волевой активности личности в процессе физического воспитания // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2006. №4. С. 18-22.
28. Болдин В.А., Шилько В.Г. Общая и профессионально-прикладная физическая подготовка студентов учебного военного центра (УВЦ) ТГУ // Вестн. Том. гос. ун-та. 2014. № 378. С. 194-197. DOI: 10.17223/15617793/378/34.
29. Щербинин С.Е. Личные и социально-экономическая необходимость специальной психофизической подготовки человека для работы в современных условиях // Современные проблемы социальных и гуманитарных наук. 2016. № 2 (10). С. 137-140.
30. Иванников В.А. Проблема воли: история и современность // В сб.: Проблемы психологии воли. Рязань, 2011. С. 7-9.
31. Лазурский А.Ф. Волевые процессы / А.Ф. Лазурский. Избранные труды по общей психологии. Психология общая и экспериментальная. СПб., 2001. 288 с.
32. Баканов Е.Н. Исследования генезиса волевого действия: дисс. ... канд. психол. наук. М., 1979. 173 с.
33. Божович Л.И. Проблемы формирования личности: Избранные психологические труды / Под ред. Д.И. Фельдштейна. 3-е изд. М.: Московский психолого-социальный институт, Воронеж: НПО «МОДЭК», 2001. 352 с.
34. Brichzin M. Will-trait assessment: Theory and methods // IV Prague conf.: Psychol. develop., learn, and personality formation. Prague, 1982. P. 6-9.

35. Высоцкий А.И. Динамика волевой активности в школьных коллективах и методы ее изучения // Высоцкий А.И. Вопросы психологии волевой активности коллектива. Рязань, 1984. с. 22-32.
36. Иванников В.А. Уроки исследований воли // Национальный психологический журнал. 2016. № 3(23). С. 59-63. DOI: 10.11621/npj.2016.0308.
37. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб: Изд-во «Питер», 2000. 712 с.
38. Селиванов В.И. Избранные психологические произведения (воля, ее развитие и воспитание). Рязань: РГПИ им. С.А. Есенина, 1992. 567 с.
39. Айзенк Г.Ю. Структура личности. М.: Изд-во КСП+, 1999. 463 с.
40. Щербаков Е.П. Функциональная структура воли. 2-е изд. испр. и доп. Омск: изд-во ОмГА, 2015. 210 с.
41. Гиппенрейтер Ю.Б. О природе человеческой воли // Психологический журнал. 2005. № 3.
42. Леонтьев В.Г. Мотивация и психологические механизмы ее формирования. Новосибирск: Новосиб. полиграфкомбинат, 2002. 261 с.
43. Dohle A. The theory of will in classical antiquity. Berkley, 1982.
44. Никифоров Г.С. Самоконтроль человека. Л.: Изд-во ЛГУ, 1989. 191 с.
45. Batson C.D., Eklund J.H., Chermok V.L., Hoyt J.L., Ortiz B.G. An additional antecedent of empathic concern: Valuing the welfare of the person in need // Journal of Personality and Social Psychology, 2007. v. 93. p. 65-74.
46. Atlantis E., Chow Ch.-M., Kirby A., Singh M.F. An effective exercise-based intervention for improving mental health and quality of life measures: a randomized controlled trial // Preventive Medicine, 2004. V. 39 (2). pp. 424-434.
47. Макарушкина М.А., Эйдман Е.В., Иванников В.А. Проблема воли в зарубежной психологии // Вопросы психологии. 1988. № 3. С. 145-152.
48. Пиаже Ж. Воспитание воли. СПб., 1989. 256 с.
49. Ferrari J.R., Johnson J.L., McGrow W.C. Procrastination and task avoidance. N-Y, 1995.
50. Джемс У. Психология / Под ред. Петровской Л.А. М.: Педагогика, 1991. 368 с.
51. Смирнов Б.Н. О разных подходах к проблеме воли в психологии // Вопросы психологии. 2004. № 3. с. 64-70.
52. Новикова И.А., Шляхта Д.А., Баранова С.В. Соотношение индивидуально-типических особенностей настойчивости и свойств темперамента студентов // Вестник РУДН. Серия: Психология и педагогика. 2013. № 3. С. 22-30.
53. Федулов И.С. Сравнительная характеристика структуры волевой активности подростков 11-14 лет, занимающихся различными видами спортивной деятельности // Современная психология: Материалы II Международной научной конференции (г. Пермь, июль 2014 г.). Пермь: Меркурий, 2014. С. 68-71. URL <https://moluch.ru/conf/psy/archive/111/5284/> (дата обращения: 17.03.2018).
54. Шевчук Ю.В. Формирование нравственных и волевых черт характера подростков в школах спортивной ориентации // Физическая культура. 2005. № 4. С. 46-49.
55. В.Н. Шляпников, Ю.Н. Хрулева. Особенности волевой регуляции у спортсменов-юниоров // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2012. Т.9, №1. С. 132-140.

Polyakova Larisa Oktyabrevna

Irkutsk state university, Irkutsk, Russia
E-mail: l-elmi@mail.ru

Polyakova Veronika Nikolaevna

Irkutsk national research technical university, Irkutsk, Russia
E-mail: p.veronika@list.ru

Volition activity of a personality in the extreme conditions of sports tourism (review of research literature)

Abstract. This overview of research literature contains a description of sports tourism as an extreme type of activity. Research has shown that a generally accepted classification of volition properties of personality does not exist and development level of these qualities depends on a wide range of factors. The problem of volition sphere in sportsmen engaged in sports tourism remains insufficiently researched, which calls for further studies in the area and defines the topicality of the undertaken study.

Sports tourism is a vigorous activity requiring manifestation of physical and volition qualities. It can be viewed as a multiathlon requiring special endurance. Sports tourism is classified as cyclic exercise of moderate power, e.g. trekking with a backpack. It is combined with acyclic periods of high, submaximum and maximum power, whenever natural obstacles require such effort. These conditions are associated with life-threatening risk situations, i.e. extreme situations.

The study reviews the notion of "extreme situation", complexity and magnitude of obstacles affecting its course, and in sports – affecting competition activity. It is shown that extreme or extraordinary conditions are those elements of situations, which are perceived and experienced by the subject as sources of discomfort. The study stresses the need to distinguish external and internal elements, where volition qualities of the subject form the basis of the latter.

Literature contains numerous opinions on the essence, contents, quantity and classification of the personality's volition properties. The following are distinguished among them: determination, vigor, persistence, commitment, independence, being organized, endurance, composure, initiative approach, perseverance, audacity, patience. Alongside with that, literature contains insufficient amount of details related to volition sphere of tourism sportsmen, thus stipulating the need of further research in the area. This defines the novelty of review establishing the current research level of this problem.

It has been shown that sports tourism belongs to extreme types of activity; no generally accepted classification of volition qualities exists, and the development level of these properties depends on a wide range of factors; main volition qualities of a personality in sports activity include the following: commitment, proactive approach, independence, determination, persistence; the problem of volition sphere in sportsmen engaged in sports tourism remains insufficiently researched.

Keywords: sports tourism; sport activity; sport difficulties; sport obstacles; tourism sportsmen; sports trekking; extreme situation; extreme activity; volition activity; volition qualities