

Мир науки. Педагогика и психология / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2024, Том 12, № 3 / 2024, Vol. 12, Iss. 3 <https://mir-nauki.com/issue-3-2024.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/74PDMN324.pdf>

5.8.7. Методология и технология профессионального образования (педагогические науки)

Ссылка для цитирования этой статьи:

Савва, Л. И. Развитие мотивационных и волевых качеств студентов нефизкультурного вуза, занимающихся любительским спортом / Л. И. Савва, Ж. Б. Кудрявцев // Мир науки. Педагогика и психология. — 2024. — Т. 12. — № 3. — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/74PDMN324.pdf>

For citation:

Savva L.I., Kudryavtsev Zh.B. Development of motivational and volitional qualities of nonphysical culture university students involved in amateur sports. *World of Science. Pedagogy and psychology*. 2024;12(3): 74PDMN324. Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/74PDMN324.pdf>. (In Russ., abstract in Eng.)

УДК 159.928.234

Савва Любовь Ивановна

ФГБОУ ВО «Магнитогорский государственный технический университет имени Г.И. Носова», Магнитогорск, Россия

Профессор

Доктор педагогических наук, профессор

E-mail: savva.53@mail.ru

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8340-3742>

РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=426001

Google Академия: <https://scholar.google.ru/citations?user=qTDQiQQAAAJ>

SCOPUS: <https://www.scopus.com/authid/detail.url?authorId=57188835268>

Кудрявцев Жанбулат Булатович

ФГБОУ ВО «Магнитогорский государственный технический университет имени Г.И. Носова», Магнитогорск, Россия

E-mail: zhanbulatk@bk.ru

РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=1156858

Развитие мотивационных и волевых качеств студентов нефизкультурного вуза, занимающихся любительским спортом

Аннотация. В статье представлены результаты исследования взаимосвязи между мотивационными и волевыми качествами у студентов, занимающихся тяжелой атлетикой на любительском уровне. Цель исследования, выявить взаимосвязь между мотивационными и волевыми качествами у студентов-тяжелоатлетов, разработать и внедрить программу развития мотивационно-волевых качеств, а также оценить влияние программы на спортивные достижения и результативность в тренировочном процессе. В ходе исследования был проведен анализ научной литературы, а также диагностика студентов с использованием различных методик, включая опросники волевого самоконтроля, волевых качеств личности, опросник воли, методики оценки мотивации и склонности к риску, для выявления взаимосвязи использовался коэффициент корреляции Пирсона. На основе полученных данных была разработана и внедрена программа психологической поддержки, включающая мотивационные тренировки, тренировки по самообладанию, тренировки силы воли и индивидуальные консультации. Результаты исследования показали, что между мотивационными и волевыми качествами существует положительная связь. Студенты с высоким уровнем мотивации демонстрируют более высокие уровни воли. Программа психологической поддержки показала высокую эффективность. Уровень самообладания, настойчивости и ответственности у студентов повысился на 15–20 %, а спортивные достижения и результативность в

тренировочном процессе улучшились. Таким образом, можно сделать вывод, что мотивация и воля взаимосвязанные качества, которые влияют на спортивные достижения. Развитие мотивационно-волевых качеств может повысить результативность в тренировочном процессе. Программа психологической поддержки является эффективным инструментом для достижения высоких результатов в спорте. Результаты исследования могут быть использованы для разработки эффективных программ подготовки спортсменов.

Ключевые слова: мотивационно-волевые качества; образование; тяжелая атлетика; силовые качества; прогрессивная нагрузка; физическая подготовка; профессиональная подготовка

Введение

Актуальность исследования обуславливается общемировой тенденцией к снижению двигательной активности, что негативно влияет на здоровье людей. Эта проблема особенно актуальна для молодежи, так как студенты часто ведут малоподвижный образ жизни.

Исследователи И.В. Романов, А.Г. Аскенцо и Л.А. Шклярова [1] отмечают, что проблема развития физической подготовки приобретает особую значимость. Каждый год наблюдается снижение уровня физической активности у людей, что отрицательно сказывается на их общем состоянии здоровья и активности в повседневной жизни. Студенты нефизкультурных вузов не являются исключением и также сталкиваются с проблемой недостаточной физической активности. Одним из ключевых аспектов успешной физической подготовки являются мотивационно-волевые качества, которые, в свою очередь, могут быть развиты с помощью организованных и целенаправленных программ. Волевые качества позволяют спортсмену контролировать свои действия и нацелить их на достижение поставленных целей в спорте, преодолевая все препятствия на пути к успеху.

Развитие волевых качеств у спортсменов, занимающихся тяжелой атлетикой, также тесно связано с их мотивацией. Высокий уровень мотивации позволяет спортсмену преодолевать трудности и препятствия на пути к своей цели, сохранять упорство в тренировках и стремиться к постоянному совершенствованию.

Поддержка внутренних мотивационных факторов, таких как страсть к спорту, стремление к самосовершенствованию и достижению высоких результатов, совместно с развитием волевых качеств, создает мощную основу для успеха в тяжелой атлетике. Умение управлять своими эмоциями, укреплять мотивацию и продолжать двигаться вперед даже в самых трудных моментах является не менее важным, чем физическая подготовка. Таким образом, мотивация и волевые качества взаимосвязаны и вместе формируют основу для достижения выдающихся спортивных результатов в тяжелой атлетике.

Изучением мотивационных и волевых качеств студентов занимающихся тяжелой атлетикой занимались такие отечественные исследователи как: А.В. Артюх, Е.С. Войникова, В.А. Сахарова [2], Д.Б. Арганчиева, С.К. Кудайбергенова, Л.Н. Рогалева, В.Н. Авсиевич [3], Е.В. Каргаполова, Ю.В. Бажданова, О.П. Кокоулина, Ю.А. Давыдова [4], А.В. Писаренко [5], Г.Д. Бабушкин [6], Е.А. Пронин, А.С. Фадеев, И.А. Давиденко, В.М. Петров, А.В. Глухов, М.Б. Владимиров [7], Е.О. Панова, Д.П. Гребенькова [8], М.О. Дахно, Т.Н. Поборончук [9], И.Е. Пономарев, С.Б. Олонец, Ю.Н. Касперович [10], Е.А. Баранова, И.А. Лавричева [11], В.Е. Политаева, Д.С. Павленко [12] и др. Труды данных авторов послужили теоретической базой в ходе исследования.

Целью исследования является выявление взаимосвязи между мотивационными и волевыми качествами у студентов, занимающихся тяжелой атлетикой на любительском уровне.

Гипотеза: предполагается, что студенты с высоким уровнем мотивации демонстрируют более высокие уровни воли, что в свою очередь сказывается на их спортивных достижениях и результативности в тренировочном процессе.

Одним из ключевых элементов для поддержания здорового образа жизни в современном мире является умеренная физическая активность, включающая в себя разнообразные виды движения: естественные формы передвижения (ходьба, бег, плавание, езда на велосипеде), игровые дисциплины, упражнения с использованием силовых и гимнастических комплексов, а также альтернативные виды спорта. Исследования показывают, что регулярные занятия спортом благотворно влияют на гормональный баланс, настроение и общее состояние здоровья.

Первоначальным шагом в осуществлении физической активности всегда являются волевые качества и мотивационные факторы. Воля к достижению успеха и стремление избегать неудач являются существенными и в значительной степени независимыми аспектами человеческой мотивации, которые определяют направленность личности и ее поведение. Современные методы позволяют получить точные данные о развитии мотивационных и волевых качеств спортсменов, что важно для работы педагогов и тренеров.

В исследованиях Ж.Б. Кудрявцева и В.А. Страшенко отмечено, что физическое воспитание не только способствует улучшению здоровья, но и может оказывать значительное влияние на развитие таких качеств, как выносливость, сила, быстрота, ловкость, координация, а также на формирование у студентов таких важных личностных качеств, как целеустремленность, дисциплина, настойчивость, ответственность и самодисциплина [13].

Современное развитие тяжелоатлетического спорта предъявляет высокие требования не только к физической, но и к психологической и интеллектуальной подготовке спортсменов. Особенности спортивной деятельности тяжелоатлетов проявляются в постоянном присутствии «соревновательного элемента», работе на пределе человеческих возможностей, высоком уровне контроля над эмоциональным состоянием, а также в игнорировании гендерных различий в требованиях к уровню психофизической готовности спортсменов-тяжелоатлетов. Эти особенности требуют соответствующего отражения в организации и содержании тренировочного процесса.

Методы исследования

Методы исследования: использовался метод тестов, по методикам «Опросник волевого самоконтроля»¹, Волевые качества личности² и «Опросник воли»³, также, «Оценка мотивации к достижению цели»⁴, «Оценка склонности к риску, RSK»⁵ и метод формирующего эксперимента.

¹ Зверков Е.В. Опросник волевого самоконтроля, ВСК / А.Г. Зверков, Е.В. Эйдман // Психологические тесты онлайн. — URL: <https://psytests.org/emvol/volsam.html> (дата обращения: 01.02.2024).

² Чумаков М.В. Волевые качества личности, ВКЛ / М.В. Чумаков // Психологические тесты онлайн. — URL: <https://psytests.org/emvol/vkl.html> (дата обращения: 01.02.2024).

³ Подпругина В.В. Опросник воли / В.В. Подпругина, А.А. Марей // Психологические тесты онлайн. — URL: <https://psytests.org/emvol/opvoli.html> (дата обращения: 03.02.2024).

⁴ Элерс Т. Оценка мотивации к достижению цели / автор: Т. Элерс (1964), адаптация: М.А. Котик (1981) // Психологические тесты онлайн. — URL: <https://psytests.org/emvol/ehlersA.html> (дата обращения: 01.02.2024).

⁵ Шуберт Г. Оценка склонности к риску, RSK / автор: Г. Шуберт (1964), адаптация: М.А. Котик (1981) // Психологические тесты онлайн. — URL: <https://psytests.org/emvol/ehlersC.html> (дата обращения: 01.02.2024).

Введение программы развития мотивационно-волевых качеств в тренировочный процесс студентов МГТУ имени Г.И. Носова занимающихся тяжелой атлетикой на базе дворца спорта МГТУ имени Г.И. Носова, мотивационно-волевых качеств в тренировочный процесс дало положительные результаты, что подтверждается анализом данных начальной диагностики и контрольного среза, анализ данных представлен в разделе результаты и обсуждения, диагностические срезы по данным методикам проводились на начальном этапе, и после введения программы [14].

Программа развития мотивационно-волевых качеств была разработана и внедрена авторами в рамках тренировочного процесса для студентов, занимающихся тяжелой атлетикой. Внедрение программы произошло в последние несколько месяцев как часть исследования по повышению эффективности тренировочных программ для спортсменов тяжелоатлетов.

Авторы комплексно реализуют разработанные методы для развития мотивационных и волевых качеств студентов нефизкультурного вуза, занимающихся тяжелой атлетикой на любительском уровне.

Исследователи Н.В. Дёрина, Л.И. Савва, Д.А. Балаченков в статье посвященной рассмотрению проблемы осознания студентами профессионально-личностного потенциала как основы самоорганизации деятельности в условиях информационно-образовательной среды, отмечают, что профессиональный и личностный потенциал студента-спортсмена играет значительную роль в достижении поставленного результата, который часто характеризуется вариативностью и ориентированностью [15].

Таблица 1

**Тематическое планирование программы развития
мотивационно-волевых качеств студентов, занимающихся тяжелой атлетикой**

Неделя	Тема	Содержание
1	Введение в программу	— Обзор целей и задач программы
		— Обзор основных понятий: мотивация, воля, мотивационно-волевые качества
		— Ознакомление с методиками измерения мотивации и волевых качеств
2	Оценка мотивации к достижению цели	— Изучение методики оценки мотивации к достижению цели
		— Проведение диагностики мотивации к достижению цели у участников
3	Оценка мотивации к избеганию неудач	— Изучение методики оценки мотивации к избеганию неудач
		— Проведение диагностики мотивации к избеганию неудач у участников
4	Оценка склонности к риску	— Изучение методики оценки склонности к риску
		— Проведение диагностики склонности к риску у участников
5	Мотивационные тренировки	— Основные принципы мотивационных тренировок
		— Проведение групповых мотивационных тренировок
6	Тренировки по самообладанию	— Техники дыхания и релаксации для снятия стресса
		— Индивидуальные консультации по управлению стрессом и тревогой
7	Тренировки силы воли	— Задачи с повышенной сложностью для тренировки устойчивости
		— Специальные психологические упражнения для повышения самоконтроля
8	Индивидуальные консультации	— Регулярные беседы с психологом для обсуждения личных целей и преодоления индивидуальных трудностей
		— Психологическая поддержка и адаптация программы под индивидуальные потребности участников
9	Оценка прогресса и анализ результатов	— Систематический мониторинг индивидуальных и групповых успехов с последующей обратной связью
		— Анализ изменений в мотивации и волевых качествах участников
10	Заключение и обсуждение дальнейших шагов	— Обсуждение долгосрочных эффектов программы и предложение рекомендаций по дальнейшему развитию
		— Итоговая оценка эффективности программы и ее влияния на студентов

Составлено автором

Методы математической статистики: коэффициент корреляции Пирсона.

Выборка составила: 31 студент, мужского пола, возраст от 18 до 23 лет, занимающихся тяжелой атлетикой. Критерии включения в выборку: студенты нефизкультурного вуза — МГТУ имени Г.И. Носова, активно участвующие в тренировках по тяжелой атлетике на базе дворца спорта университета: 32 студента мужского пола в возрасте 18–23 лет, не занимающихся тяжелой атлетикой.

Программа включает в себя не только физические тренировки, но и психологическую поддержку, в том числе мотивационные тренировки, тренировки по самообладанию, тренировки силы воли и индивидуальные консультации с психологом. Каждая часть программы нацелена на развитие определенных аспектов мотивации и воли, что способствует комплексному росту спортсменов как на физическом, так и на психологическом уровне.

Цель программы — повышение эффективности тренировок спортсменов тяжелоатлетов. Подход, используемый в программе, основан на современных научных исследованиях в области психологии спорта и психологии мотивации, а также на собственном практическом опыте, как выступающего спортсмена, и тренеров, работающих с атлетами. Программа психологической поддержки: (1) мотивационные тренировки; (2) тренировки по самообладанию; (3) тренировки силы воли; (4) индивидуальные консультации (табл. 1).

Результаты и обсуждение

Проведенный корреляционный анализ выявил наличие положительной связи между волевыми и мотивационными качествами. Студенты с высоким уровнем мотивационных качеств, демонстрируют более высокий уровень волевых качеств (табл. 2).

Таблица 2

Корреляционный анализ взаимосвязи между мотивационными и волевыми качествами студентов, занимающихся тяжелой атлетикой

Волевое качество	Мотивационное качество	Коэффициент корреляции	Уровень значимости	Сила связи	Направление связи
Самообладание	Мотивация к достижению цели	0,48	0,02	Умеренная	Прямая
Самообладание	Мотивация к избеганию неудач	0,27	0,13	Слабая	Прямая
Самообладание	Склонность к риску	0,31	0,09	Слабая	Прямая
Настойчивость	Мотивация к достижению цели	0,52	0,01	Умеренная	Прямая
Настойчивость	Мотивация к избеганию неудач	0,38	0,04	Слабая	Прямая
Настойчивость	Склонность к риску	0,35	0,06	Слабая	Прямая
Общий индекс ВСК	Мотивация к достижению цели	0,54	0,01	Умеренная	Прямая
Общий индекс ВСК	Мотивация к избеганию неудач	0,41	0,03	Умеренная	Прямая
Общий индекс ВСК	Склонность к риску	0,39	0,04	Слабая	Прямая
Ответственность	Мотивация к достижению цели	0,61	0	Сильная	Прямая
Ответственность	Мотивация к избеганию неудач	0,45	0,02	Умеренная	Прямая
Ответственность	Склонность к риску	0,33	0,07	Слабая	Прямая
Инициативность	Мотивация к достижению цели	0,58	0	Сильная	Прямая
Инициативность	Мотивация к избеганию неудач	0,42	0,03	Умеренная	Прямая
Инициативность	Склонность к риску	0,4	0,04	Слабая	Прямая
Шкала силы воли	Мотивация к достижению цели	0,5	0,01	Умеренная	Прямая
Шкала силы воли	Мотивация к избеганию неудач	0,36	0,05	Слабая	Прямая
Шкала силы воли	Склонность к риску	0,32	0,08	Слабая	Прямая

Составлено автором

Сила связи между парами переменных колеблется от слабой до сильной. Наиболее сильная связь наблюдается между ответственностью и мотивацией к достижению цели (0,61), инициативностью и мотивацией к достижению цели (0,58), а также общим индексом ВСК (волевой самоконтроль) и мотивацией к достижению цели (0,54).

Направление связи во всех случаях прямое. Это говорит о том, что развитие волевых качеств может привести к повышению мотивации, а повышение мотивации может способствовать развитию волевых качеств.

Также, сравнительный анализ результатов диагностики, проведенной до и после реализации программы, показал, что в группе студентов, занимающихся тяжелой атлетикой на любительском уровне, наблюдались существенные изменения по ряду показателей, связанных с физической подготовкой (сила, выносливость, координация), психоэмоциональным состоянием (уровень стресса, мотивация) и общим состоянием здоровья. В то же время, в группе студентов, не занимающихся спортом, существенных изменений не было отмечено.

Таким образом, результаты исследования подтверждают, что регулярные занятия тяжелой атлетикой оказывают положительное влияние на здоровье и психоэмоциональное состояние студентов.

Заключение

Проведенный корреляционный анализ подтвердил выдвинутую гипотезу о том, что студенты с высоким уровнем мотивации демонстрируют более высокие уровни воли, что в свою очередь сказывается на их спортивных достижениях и результативности в тренировочном процессе.

Программа развития мотивационно-волевых качеств, разработанная и внедренная авторами в рамках исследования, показала положительные результаты. Внедрение программы в тренировочный процесс студентов, занимающихся тяжелой атлетикой, привело к значительному увеличению уровня волевых качеств, что было подтверждено анализом данных начальной диагностики и контрольного среза по различным методикам.

Проведенный корреляционный анализ выявил наличие положительной связи между волевыми и мотивационными качествами. Студенты с высоким уровнем мотивации также проявляли более высокий уровень воли. Сила связи между парами переменных колеблется от слабой до сильной, при этом наиболее сильная связь наблюдается между ответственностью и мотивацией к достижению цели, инициативностью и мотивацией к достижению цели, а также общим индексом волевого самоконтроля и мотивацией к достижению цели.

Направление связи во всех случаях прямое, что свидетельствует о том, что развитие волевых качеств может способствовать повышению мотивации, а повышение мотивации может в свою очередь способствовать развитию волевых качеств.

В ходе сравнительного анализа результатов диагностики, проведенной до и после реализации программы развития мотивационно-волевых качеств у студентов, занимающихся тяжелой атлетикой на любительском уровне, было выявлено: в группе студентов, активно тренирующихся по тяжелой атлетике, наблюдались положительные тенденции в развитии мотивационно-волевых качеств.

В то же время, в группе студентов, не занимающихся спортом, значительных изменений после введения программы не было отмечено. Это подчеркивает важность индивидуализированных подходов к разработке программ развития мотивационно-волевых качеств, учитывая специфику видов спорта и особенности аудитории.

Переходя к выводам, отметим, что полученные данные свидетельствуют о положительном влиянии занятий тяжелой атлетикой на здоровье и мотивационно-волевые качества студентов.

Результаты исследования подтверждают важность развития мотивационно-волевых качеств у студентов в контексте их спортивной деятельности, что может быть основой для разработки и внедрения эффективных программ поддержки и развития спортивных навыков и качеств.

ЛИТЕРАТУРА

1. Романов, И.В., Аксенцов, А.Г., Шклярова, Л.А. Развитие скоростно-силовых качеств у студентов УО «ВГМУ» основного учебного отделения // Достижения фундаментальной, клинической медицины и фармации., Витебск — 2016. — С. 440–441.
2. Методика оценки уровня физической подготовленности начинающих тяжелоатлетов / А.В. Артюх, А.В. Артюх, Е.С. Войникова, В.А. Сахарова // Фундаментальные и прикладные научные исследования: сборник трудов по материалам VII Международного конкурса научно-исследовательских работ награжденные дипломами I — степени, Уфа, 20 февраля 2022 года. // Уфа, Общество с ограниченной ответственностью "Научно-издательский центр "Вестник науки", 2022. — С. 17–25.
3. Исследование взаимосвязи мотивации и личностных характеристик юных профессиональных спортсменов-триатлетов / Д.Б. Арганчиева, С.К. Кудайбергенова, Л.Н. Рогалева, В.Н. Авсиевич // Теория и методика физической культуры. — 2020. — № 2(60). — С. 87–94.
4. Лидерский потенциал спортсменов индивидуальных видов спорта / Е.В. Каргаполова, Ю.В. Бажданова, О.П. Кокоулина, Ю.А. Давыдова // Перспективы науки и образования. — 2022. — № 3(57). — С. 507–522.
5. Писаренко, А.В. Влияние мотивации на спортивную деятельность студентов / А.В. Писаренко // Наука и инновации в XXI веке: актуальные вопросы, открытия и достижения: сборник статей VI Международной научно-практической конференции, Пенза, 05 октября 2017 года. // Пенза: "Наука и Просвещение" (ИП Гуляев Г.Ю.), 2017. — С. 308–311.
6. Бабушкин, Г.Д. Психологические качества спортсмена, определяющие результативность соревновательной деятельности / Г.Д. Бабушкин // Преподаватель года 2021: Сборник статей Международного профессионально-исследовательского конкурса в 3-х частях, Петрозаводск, 20 мая 2021 года. Том Часть 3. — г. Петрозаводск: Международный центр научного партнерства «Новая Наука», 2021. — С. 253–260.
7. К вопросу о воспитании воли у спортсменов на примере силовых видов спорта / Е.А. Пронин, А.С. Фадеев, И.А. Давиденко [и др.] // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. — 2022. — № 12(214). — С. 666–670.
8. Панова, Е.О. Методика формирования волевых качеств пауэрлифтеров подросткового возраста: личностно-ориентированный подход / Е.О. Панова, Д.П. Гребенькова // Поволжский педагогический поиск. — 2018. — № 3(25). — С. 135–140.

9. Дахно, М.О. Психологические аспекты подготовки юного тяжелоатлета / М.О. Дахно, Т.Н. Поборончук // Актуальные вопросы организации волонтерской деятельности в рамках подготовки к Универсиаде 2019: лингвопереводческий, психолого-педагогический, организационно-управленческий и социальный аспекты: Сборник материалов VI Международной научно-практической конференции, Красноярск, 30 октября — 01 2019 года. — Красноярск: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Сибирский государственный университет науки и технологий имени академика М.Ф. Решетнева", 2020. — С. 70–72.
10. Пономарев, И.Е. Тяжелая атлетика как фактор развития личности спортсмена / И.Е. Пономарев, С.Б. Олонец, Ю.Н. Касперович // Национальное здоровье. — 2021. — № 3. — С. 53–57.
11. Баранова, Е.А. Психология воли спортсмена / Е.А. Баранова, И.А. Лавричева // Актуальные вопросы физического воспитания молодежи и студенческого спорта: Сборник трудов Всероссийской научно-практической конференции, Саратов, 14–15 мая 2021 года. — Саратов: Издательство "Саратовский источник", 2021. — С. 78–82.
12. Политаева, В.Е. Развитие гармоничной личности в процессе занятий пауэрлифтингом / В.Е. Политаева, Д.С. Павленко // Перспективные направления в области физической культуры, спорта и туризма: Материалы симпозиума XVIII (L) Международной научной конференции студентов, аспирантов и молодых ученых, приуроченной к 50-летию КемГУ, Кемерово, 27 апреля 2023 года / Науч. редактор С.Ю. Иванова. Том Выпуск 24. — Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2023. — С. 172–174.
13. Кудрявцев, Ж.Б. Педагогические условия формирования силовых качеств студентов занимающихся тяжелой атлетикой в техническом вузе / Ж.Б. Кудрявцев, В.А. Страшенко // Мир науки. Педагогика и психология. — 2023. — Т 11. — № 5. — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/10PDMN523.pdf> (дата обращения: 27.02.2024).
14. Кудрявцев, Ж.Б. Развитие мотивационно-волевых качеств студентов занимающихся тяжелой атлетикой / Ж.Б. Кудрявцев // Мир науки. Педагогика и психология. — 2023. — Т 11. — № 6. — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/80PDMN623.pdf> (дата обращения: 27.02.2024).
15. Dyorina N.V. Students' Professional and Personal Potential as a Basis for Self-Organisation of Activities in the Information and Education Environment / N.V. Dyorina, L.I. Savva, D.A. Balachenkov // Humanitarian and Pedagogical Research. 2021. — Т. 5. — № 3. — С. 11–18.

Savva Lyubov Ivanovna

Nosov Magnitogorsk State Technical University, Magnitogorsk, Russia

E-mail: savva.53@mail.ru

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8340-3742>

RSCI: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=426001

Google Scholar: <https://scholar.google.ru/citations?user=qTDQiQQAAAAAJ>

SCOPUS: <https://www.scopus.com/authid/detail.url?authorId=57188835268>

Kudryavtsev Zhanbulat Bulatovich

Nosov Magnitogorsk State Technical University, Magnitogorsk, Russia

E-mail: zhanbulatk@bk.ru

RSCI: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=1156858

Development of motivational and volitional qualities of nonphysical culture university students involved in amateur sports

Abstract. The article presents the results of a study on the relationship between motivational and volitional qualities among students engaged in weightlifting. The research aimed to identify the correlation between motivational and volitional qualities among student weightlifters, develop and implement a program for the development of motivational-volitional qualities, and evaluate the program's impact on athletic achievements and effectiveness in the training process.

During the study, an analysis of scientific literature was conducted, and students were diagnosed using various techniques, including questionnaires on volitional self-control, personal volitional qualities, willpower questionnaires, motivation assessment methods, and risk propensity assessments. The Pearson correlation coefficient was used to identify correlations.

Based on the data obtained, a psychological support program was developed and implemented, including motivational training, self-discipline training, willpower training, and individual consultations. The research results showed a positive correlation between motivational and volitional qualities. Students with high motivation levels demonstrated higher levels of willpower. The psychological support program showed high effectiveness, with self-discipline, perseverance, and responsibility levels among students increasing by 15–20 %, and athletic achievements and effectiveness in the training process improving.

Thus, it can be concluded that motivation and willpower are interconnected qualities that influence athletic achievements. Developing motivational-volitional qualities can enhance training process effectiveness. The psychological support program is an effective tool for achieving high results in sports. The research results can be used to develop effective athlete training programs.

Keywords: motivational and volitional qualities; education; weightlifting; strength qualities; progressive load; physical fitness; professional training