

МИНИСТЕРСТВО ВЫСШЕГО И СРЕДНЕГО СПЕЦИАЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ СССР  
ОБЩЕСТВО ПСИХОЛОГОВ СССР  
ЦК ВЛКСМ  
ИНСТИТУТ ПСИХОЛОГИИ АН СССР  
ИНСТИТУТ ОБЩЕЙ И ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ АПН СССР  
ЦК ЛКСМУ  
ИНСТИТУТ ПСИХОЛОГИИ УССР  
КРЫМСКИЙ ОК ЛКСМУ  
СИМФЕРОПОЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
им. М. В. ФРУНЗЕ

**ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВАЯ  
РЕГУЛЯЦИЯ  
ПОВЕДЕНИЯ И ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**ТЕЗИСЫ ВСЕСОЮЗНОЙ КОНФЕРЕНЦИИ  
МОЛОДЫХ УЧЕНЫХ  
Симферополь, 10—14 мая 1983 г.**

Симферополь, 1983

**ПУТИ ПОВЫШЕНИЯ УРОВНЯ ПРОЯВЛЕНИЯ  
СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫХ ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ  
КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ  
В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ СОРЕВНОВАНИЯ**

**Г. П. Грибан (Киев)**

Высокий уровень проявления специализированных волевых качеств обеспечивает эффективное овладение тактико-техническим мастерством и обеспечивает успешное выступление в экстремальных условиях соревнований. Процесс совершенствования специализированных волевых качеств требует планирования, управления и корректирования его на основе систематически поступающей информации. Успешному решению этого вопроса способствует впервые разработанная общедоступная методика измерения специализированных волевых качеств у бегунов на средние и длинные дистанции, которая позволяет определить как исходный уровень развития, так и динамику его изменения в процессе подготовки. По этой методике волевые действия спортсмена оцениваются на протяжении трех этапов: подготовительного, исполнительного и оценочного. Каждому волевому качеству, присущи на каждом этапе специфические признаки проявления.

Теоретическое и экспериментальное исследование позволило выделить три качественных уровня развития специализированных волевых качеств, которые обозначены как «высокий», «средний» и «низкий». В результате исследований установлена четкая зависимость уровня развития специализированных волевых качеств со спортивной квалификацией. Так, спортивный результат коррелирует с показателями специальной работоспособности (0,88) и уровнем развития специализированных волевых качеств (0,71). Для обоснования и проверки эффективности работы по совершенствованию специализированных волевых качеств в процессе тренировки бегунов проведен формирующий психолого-педагогический эксперимент в течение годового цикла подготовки. В нем приняли участие две равноценные группы квалифицированных бегунов (по 13 чел. в каждой), спортивная квалификация которых — от спортсменов 2 разряда до мастеров спорта международного класса. Принципиальное отличие программы тренировочного процесса спортсменов экспериментальной группы от занятий в контрольной заключалось в добавлении специальных мероприятий, психологических и педагогических средств и методических приемов, направленных на активизацию и формирование специализированных волевых качеств.

Анализ данных эксперимента показал, что статистически достоверные изменения произошли у бегунов экспериментальной группы по показателям проявления всех специализированных волевых

качеств. В то же время у спортсменов контрольной группы эти показатели существенно не изменились. Кроме того, у спортсменов экспериментальной группы значительно **ПОВЫСИЛИСЬ** результаты в беге на средние и длинные дистанции.

Таким образом, результаты проведенного исследования пока-18ЛИ, что целенаправленная работа по совершенствованию специализированных волевых качеств позволяет не только существенно повысить их уровень развития, но и повысить уровень спортивных достижений- Полученные данные о развитии специализированных волевых качеств ориентируют тренеров на сопоставление индивидуальных данных каждого спортсмена с данными, соответствующими планируемому результату. Это в значительной мере объективизирует процесс управления совершенствованием специализированных волевых качеств при подготовке квалифицированных бегунов.

**ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ  
ВОЛЕВОГО МЫШЕЧНОГО УСИЛИЯ**

**М. В. Олейникова (Ленинград)**

Проблема природы волевого усилия включает ряд частных теоретических и экспериментальных вопросов. Среди многочисленных методов исследования волевых процессов особое место занимает изучение статической мышечной выносливости, которую можно рассматривать как параметр, характеризующий выносливость не только отдельных мышечных групп, но и двигательного аппарата в целом. В представляемой работе традиционная методика измерения волевого усилия дополнена записью спонтанной двигательной активности рук. В исследовании рассматривались соотношения основных компонентов волевого усилия с рядом энергетических, эмоциональных и личностных факторов. Испытуемыми были здоровые студенты (95 человек) и больные неврозом с диагнозом «неврастения» (30 человек), возраст испытуемых в обеих экспериментальных выборках — 20-30 лет.

Установлены существенные различия между группами по всем изучаемым параметрам. У больных неврозом общее время удержания волевого мышечного усилия в среднем в 2 раза меньше, чем у здоровых. Отмечено также снижение удельного веса волевого компонента в структуре общего времени.

Рассмотрение суммарной двигательной активности рук при удержании статического мышечного напряжения показало, что для больных неврозом характерно увеличение общей длины кривой треморограммы в основном за счет роста амплитуд. На этом фоне у больных наблюдается снижение спонтанной двигательной активности рук с развитием утомления, тогда как у здоровых нараста-

