

дика лечения легкой степени заикания вокальными упражнениями признана во всем мире.

Ну и наконец, во время пения вырабатывается эндорфин, благодаря которому человек ощущает радость, у него повышается жизненный тонус. Хороший исполнитель выражает чувства и вызывает у слушателей положительные эмоции, а это в свою очередь избавляет от стрессов.

В итоге с помощью пения можно: «привести в порядок» легкие и внутренние органы, голову и сердце; помочь с профилактикой респираторных и простудных заболеваний; исправить осанку; улучшить дикцию и постановку разговорной речи, помочь в исправлении такого дефекта, как заикание.

Все перечисленные факторы помогут в полной мере улучшить и укрепить состояние здоровья ребенка. А это, в свою очередь, будет способствовать успешному формированию учебных задач: эмоциональной отзывчивости, любви к окружающему миру, творческому росту, формированию художественного вкуса, личностных качеств; поможет воспитать и привить любовь и уважение к духовному наследию, а также созданию атмосферы значимости, увлеченности каждого поющего участника хора или ансамбля.

Кишмерешкина Л.Л.

Российский государственный профессионально-педагогический университет, г. Екатеринбург, Россия

ОСОБЕННОСТИ ВОЛЕВОЙ АКТИВНОСТИ В РАЗЛИЧНЫХ ВИДАХ СПОРТА

Аннотация: Спортивная деятельность многообразна. Ее условия в каждом конкретном виде различаются. Однако существуют и некоторые общие специфические особенности спортивной деятельности, типичные для всех ее разновидностей и в то же время отличающие ее от других.

Ключевые слова: проявления личности, активность, особенности жизнедеятельности, волевые качества, природные предпосылки.

Kishmereshkin L. L.

Russian state vocational pedagogical University, Ekaterinburg, Russia

FEATURES OF VOLITIONAL ACTIVITY A VARIETY OF SPORTS

Abstract: Athletic activity is diverse. The conditions in each species differ. However, there are some General and specific features of the sports activities that are common to all its varieties and at the same time distinguishing it from others.

Keywords: manifestations of personality, activity, features of vital, physical, natural preconditions.

Волевою активностью как высшую форму активности, связанную с сознательной самостимуляцией, используемой человеком в затруднительных условиях для мобилизации психических и физических возможностей при достижении цели в конкретной деятельности.
(Высоцкий А.И.)

Воля суть состояние и деятельность сознания, личности. Понятие «активность» является характеристикой воли. Чтобы рассмотреть волю действующего лица, анализируют ее активность и называют это волевой активностью. Воля, как особая форма активности, проявляется во всех видах деятельности (в игре, когда все помыслы и чувства подчиняются поставленной задаче). Мотивы, цели, идеалы, любимый вид спорта, непосредственные занятия, знания о деятельности, экспрессивность как форма положительной удовлетворенности – именно в совокупности этих элементов отражается волевая активность.

На мой взгляд, понимание феномена волевой активности возможно только на основе учета ее полифункциональности как психологического механизма, позволяющего человеку сознательно управлять своим поведением.

Под волевой активностью понимается «интенсивность проявления волевых качеств в сознательной целенаправленной деятельности, связанной с преодолением препятствий и трудностей различного рода на пути к достижению успеха».

Рассмотрение некоторых литературных данных показывает, что проблема структуры волевой активности, соотношения ее различных уровней и компонентов, а также природных предпосылок волевой активности достаточно сложна и противоречива.

В различных видах спорта характер взаимодействия спортсменов в процессе тренировок и соревновательной деятельности зависит от особенностей вида спорта, и это определяет главным образом их психологическую специфику. И этого исходит, что волевая активность спортсменов различных групп должна проявляться по-разному.

Структура волевой активности в группе единоборств, характеризуется наличием прямого или косвенного психологического контакта между спортсменами и отличается конфликтностью взаимоотношений. Проявление волевой активности спортсменами единоборств зависит не только от высокой степени выраженности отдельных волевых качеств, но и от различных мотивов спортивной деятельности, побуждающих к проявлению активности.

Структура волевой активности представителей скоростно-силовых видов спорта. Эта группа видов спорта характеризуется однонаправленной психической активностью, значимостью большого количества факторов, влияющих на результат соревнований, таких как эмоциональная выразительность, сложность координации движений, максимальная концентрация внимания, настройка перед выходом на старт, умение противостоять сбивающим факторам.

Структура волевой активности представителей циклических видов спорта, характеризуется тем, что спортсмены выполняют однообразные движения, существующие в одном цикле, которые присутствуют и в остальных, причем в той же последовательности. Иными словами, спортсменам приходится многократно выполнять монотонную, однообразную деятельность.

Структура волевой активности у представителей игровых видов спорта, характеризуется тем, что все движения в спортивных играх выполняются в условиях взаимодействия игроков. Изменение структуры движений и их интенсивности происходит во время игры непрерывно.

Волевая активность спортсменов независимо от вида спорта представляет собой сложное целостное образование, разноуровневое и многокомпонентное, направленное на обеспечение высокой эффективности деятельности, как в условиях учебно-тренировочных занятий, так и в ситуациях спортивных соревнований.

Психологическая структура волевой активности в спорте включает в себя компоненты различных уровней: психологического (уровень развития волевых качеств), мотивационно-личностного (потребность в достижении успеха и в борьбе), психодинамического (активность волевой регуляции целенаправленной деятельности).

Структура волевой активности спортсменов проявляется в том, что в игровых видах спорта доминируют такие волевые качества, как целеустремленность, инициативность и самостоятельность, решительность и смелость. В скоростно-силовых – решительность и смелость, настойчивость и упорство. В циклических – целеустремленность, выдержка и самообладание, а в единоборствах – целеустремленность, инициативность и самостоятельность.