



ВПЛИВ ЗАНЯТЬ МІНІ-ФУТБОЛОМ НА ФОРМУВАННЯ ВОЛЬОВИХ ЯКОСТЕЙ СТУДЕНТІВ

Пічурін Валерій¹, Москаленко Наталія²

¹Дніпровський національний університет залізничного
транспорту імені академіка В. Лазаряна

²Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту

DOI: 10.32540/2071-1476-2021-2-121

Annotation

Introduction and purpose of the study. The professional activity of a modern specialist is largely determined by the formation of his volitional personality qualities. This raises the question of higher education institutions to ensure their formation in students during the educational process. One of the few areas of student life in which this issue can be effectively addressed is physical education. The purpose of the study is to identify the impact of mini-football classes on the formation of strong-willed qualities in students of higher education institutions to prepare for professional activities. **Material and methods.** The study involved 60 students. The age of study participants was 17-20 years. Diagnosis of students' volitional qualities was performed using a survey of teachers who worked with students for 3.5 years. Student's t-test for dependent samples was used for statistical processing of the obtained data. **Results.** During the pedagogical experiment there were no statistically significant changes in the formation of students of the experimental and control groups of such volitional personality traits as self-control, resilience, independence, purposefulness, discipline, endurance, energy, patience. At the same time, significant changes were recorded in the experimental group in such strong-willed qualities as persistence, initiative, determination, courage. Experimental studies confirm the opinion that the number, specificity and magnitude of external and internal obstacles that students have to overcome during a particular sport, decisively affect the formation of certain willpower. **Conclusions.** It is recommended to use mini-football classes to form students' perseverance, initiative, determination, courage.

Key words: physical education, students, will, strong-willed qualities, mini-football.

Анотація

Вступ і мета дослідження. Професійна діяльність сучасного фахівця значною мірою визначається сформованістю у нього вольових якостей особистості. Це ставить перед закладами вищої освіти питання про забезпечення їх формування у студентів в ході навчального процесу. Однією із небагатьох сфер життєдіяльності студентів, у яких можна ефективно вирішувати це питання є фізичне виховання. **Мета дослідження** – виявити вплив занять міні-футболом на формування вольових якостей у студентів закладів вищої освіти для підготовки до професійної діяльності. **Матеріал і методи.** У дослідженні прийняли участь 60 студентів. Вік учасників дослідження складав 17-20 років. Діагностика вольових якостей студентів проводилась з використанням опитування викладачів, які працювали зі студентами на протязі 3,5 років. Для статистичної обробки отриманих даних використано t-критерій Стьюдента для залежних вибірок. **Результати.** В ході педагогічного експерименту не виявлено статистично значущих змін щодо сформованості у студентів експериментальної і контрольної груп таких вольових якостей особистості як самовладання, стійкість, самостійність, цілеспрямованість, дисциплінованість, витримка, енергійність, терпеливість. Водночас, зафіксовано

достовірні зміни в експериментальній групі за такими вольовими якостями як наполегливість, ініціативність, рішучість, сміливість. Експериментальні дослідження підтверджують думку, що кількість, специфіка і величина зовнішніх і внутрішніх перешкод, які доводиться долати студентам під час занять тим чи іншим видом спорту, визначальною мірою впливають на формування у них тих чи інших вольових якостей. **Висновки.** Рекомендується використовувати заняття міні-футболом для формування у студентів наполегливості, ініціативності, рішучості, сміливості.

Ключові слова: фізичне виховання, студенти, воля, вольові якості, міні-футбол.

Анотація

Введение и цель исследования. Профессиональная деятельность современного специалиста в значительной степени определяется сформированностью у него волевых качеств личности. Это ставит перед вузами вопрос об обеспечении их формирования у студентов в ходе учебного процесса. Одной из немногих сфер жизнедеятельности студентов, в которых можно эффективно решать этот вопрос, является физическое воспитание. **Цель исследования** – выявить влияние занятий мини-футболом на формирование волевых качеств у студентов высших учебных заведений для подготовки к профессиональной деятельности. **Материал и методы.** В исследовании приняли участие 60 студентов. Возраст участников исследования составлял 17-20 лет. Диагностика волевых качеств студентов проводилась с использованием опроса преподавателей, которые работали со студентами на протяжении 3,5 лет. Для статистической обработки полученных данных использован t-критерий Стьюдента для зависимых выборок. **Результаты.** В ходе педагогического эксперимента не выявлено статистически значимых изменений относительно сформированности у студентов экспериментальной и контрольной групп таких волевых качеств личности как самообладание, устойчивость, самостоятельность, целеустремленность, дисциплинированность, выдержка, энергичность, терпение. В то же время, зафиксировано достоверные изменения в экспериментальной группе по таким волевыми качествами как настойчивость, инициативность, решительность, смелость. Экспериментальные исследования подтверждают мнение, что количество, специфика и величина внешних и внутренних препятствий, которые приходится преодолевать студентам во время занятий тем или иным видом спорта, в определенной степени влияют на формирование у них тех или иных волевых качеств. **Выводы.** Рекомендуется использовать занятия мини-футболом для формирования у студентов настойчивости, инициативности, решительности, смелости.

Ключевые слова: физическое воспитание, студенты, воля, волевые качества, мини-футбол.

Вступ. Одним із головних завдань закладів вищої освіти є формування у майбутніх фахівців професійно значущих компонентів особистості. У повній мірі це стосується і формування вольових якостей – цілеспрямованості, дисциплінованості, витримки, наполегливості, самовладання, стійкості, рішучості, ініціативності, самостійності, сміливості, енергійності, терпеливості. Важко уявити собі ефективного сучасного фахівця того чи іншого профілю у якого не були б розвинені в достатній мірі ці якості. Встановлено, що вольова регуляція є необхідною умовою успіху у різних видах діяльності [Зонь, 2002; Ajzen, 1985; Kehr, 1999; Kuhl, Kazen, 1994; Kuhl, 1996; Milne, Orbell, Sheeran, 2002].

У психології виділяють чоти-

ри типи критеріїв волі. Вважається, що її прояви є: у вольових діях; у виборі мотивів і цілей; у регуляції внутрішніх станів людини, її дій і психічних процесів; у вольових якостях особистості. У контексті поставлених у даній роботі завдань найбільший інтерес викликають вольові якості особистості, тому зупинимось на них детальніше. До цієї групи, як правило, відносять: наполегливість, самовладання, стійкість, ініціативність, самостійність, рішучість, сміливість, цілеспрямованість, дисциплінованість, витримку, енергійність, терпеливість та інші. У той же час існують певні труднощі в оцінці розвитку волі в людини. Встановлено, що окремі вольові якості не завжди пов'язані між собою (наявність одного не передбачає наявності

інших). Це спричиняє певну невизначеність в оцінці розвитку волі в людини, яка проявляє у своїй поведінці, наприклад, тільки одну вольову якість (та й ту не в усіх видах діяльності). Ще одна трудність пов'язана з тим, що для розвитку вольових якостей необхідним є формування багатьох інших характеристик особистості (наприклад, почуття впевненості в собі, адекватний рівень самооцінки), без яких неможливі вольові якості. Необхідною є і наявність відповідних мотивів, знань, навиків і умінь людини. Наступна трудність полягає в тому, що прояв вольових якостей, який людина демонструє, не завжди свідчить про прояв волі. Наполегливість, наприклад, може бути наслідком наявності сильного мотиву, або може бути пов'язано

із впевненістю у своїх силах, або демонструватись з метою усунення низької самооцінки [Хекхаузен, 1986]. Загалом, можна констатувати, що робити однозначні висновки про розвиток волі у конкретної людини, яка проявляє у своїй діяльності і поведінці вольові якості, не завжди можна.

В.А. Іванніков 1991, виділяє чотири функції волі: ініціація і здійснення вольової дії; вибір дії в разі наявності конфлікту цілей і мотивів; регуляція різних параметрів дії; регуляція станів і організація психічних процесів.

Як головний механізм вольової регуляції найчастіше називають вольове зусилля. Ще один механізм, що виділяється, – це цілеспрямована зміна сенсу дій [Іванніков, 1991, с. 87].

Прикладом життєвої ситуації, яка вимагає від особистості прояву волі, є освоєння нею нового виду діяльності. Таким її видом для молодого спеціаліста є діяльність професійна. В.М. Шляпніков 2010, вважає, що молодий спеціаліст, починаючи свою професійну діяльність на виробництві, потрапляє в таку соціальну ситуацію розвитку, у якій він вперше починає відігравати роль суб'єкта праці. Суть професійної адаптації молодого спеціаліста і полягає, насамперед, у його пристосуванні до цих (нових для нього) умов. Він приймає на себе такі складові професійної діяльності, як її завдання, предмет, засоби, способи і ціннісні орієнтації. У молодого спеціаліста, який починає адаптацію до професії, ще не сформовані достатньою мірою необхідні знання й навички, професійно значущі якості особистості й мотиви та ін. Усе це вимагає від нього вольових проявів для виконання трудової діяльності.

Цікаві дослідження волі проводилися в психології спорту. Було розроблено низку прийомів розвитку вольових якостей, способи вольової регуляції дій

у складних умовах, встановлено зв'язок ефективності вольової регуляції з технічною, фізичною і тактичною підготовкою, з емоційною стійкістю спортсменів та тощо [Плахтиєнко, Блудов, 1983; Пуни, 1959; Рудик, 1958].

Подальше вивчення волі в спортивній діяльності було пов'язане з дослідженням психологічної підготовки спортсменів, головне місце в якій займала вольова підготовка. Її розділяли на загальну й спеціальну. Розвиток здатності до подолання перешкод (зовнішніх і внутрішніх) розглядався як загальний розвиток волі. У свою чергу розвиток необхідних вольових якостей спортсмена, представника певного виду спорту, класифікувався як спеціальний розвиток волі [Пуни, 1977]. Було встановлено, що ефективність вольової регуляції залежить від мотивації, моральних принципів, установок спортсмена.

Виконувались і прикладні дослідження вольової регуляції дій. Так, було виявлено структуру вольових якостей спортсменів, представників різних видів спорту. У гімнастів вольові якості (у міру їх важливості для спортсменів) було розподілено в такій послідовності: витримка і самовладання, сміливість і рішучість і т.д. У бігунів на довгі дистанції: наполегливість і завзятість, витримка і самовладання і т.д. У стрибунів з трампліну на лижах: сміливість і рішучість, витримка і самовладання, наполегливість і завзятість і т.д.

У подальших дослідженнях було встановлено, що різні види перешкод потребують відповідних їм засобів подолання. Одні – ефективних інтелектуальних рішень, другі – фізичної підготовленості, треті – технічної підготовленості, четверті були пов'язані з необхідністю подолання небажаних емоційних реакцій і станів, п'яті вимагали вольової мобілізації. Це дозволило

зробити висновок, що успішність діяльності залежить не стільки від волі, скільки від інших видів підготовки спортсмена, від його емоційної стійкості та інших чинників. Було встановлено також, що навіть сама ефективність вольового регулювання залежить від вищезгаданих чинників. У свою чергу ефективність дій виявилася залежною від міри розвитку вольових якостей.

Ефективність вольової регуляції значною мірою визначають емоційні стани як внутрішні перешкоди дій. У зв'язку з цим увага дослідників у сфері психології спорту почала поступово переходити на пошук засобів і методів довільного регулювання емоційних станів та умов, що забезпечують емоційну стійкість спортсмена. Дослідження емоційної регуляції спортивної діяльності поступово виділилось в самостійний напрямок. Увага дослідників до вольової проблематики суттєво зменшилась.

Серед робіт, у яких розглядається формування волі в процесі фізкультурної діяльності, слід відзначити роботу Н.Н. Платонова, 1998.

Треба відзначити, що формування вольових якостей у студентів в процесі навчальних занять з фізичного виховання є маловивченою проблемою. Тому актуальними є дослідження впливу різних засобів фізичного виховання на цей процес.

Мета дослідження – виявити вплив занять міні-футболом на формування вольових якостей у студентів закладів вищої освіти.

Матеріал і методи. У дослідженні брали участь 60 студентів Дніпровського національного університету залізничного транспорту імені академіка В.Лазаряна. Вік учасників дослідження складав 17-20 років. Від усіх учасників було отримано інформовану згоду на участь в експерименті. Діагностика вольових якостей особистості у студентів

виконувалася з використанням методу опитування, яке проводилося серед викладачів, які працювали зі студентами, що взяли участь у дослідженні. Для того, щоб зробити роботу викладачів більш продуктивною, нами була розроблена спеціальна таблиця, у якій вони реєстрували міру прояву вольових якостей особистості студентів. Для створення таблиці були використані 12 рис (якостей) особистості, які в психології класифікують як вольові. Викладачам пропонувалося оцінити за десятибальною шкалою (від 0 до 10) міру прояву зазначених рис у студентів. Перший зріз було проведено наприкінці першого семестру. Другий – наприкінці сьомого. Для статистичної обробки отриманих даних використано t-критерій Стьюдента для залежних вибірок.

Організація дослідження. В експерименті брали участь студенти експериментальної та контрольної груп, які було сформовано для перевірки висунутих гіпотез. Кількісно кожна із груп складалася із 30 осіб. Студентів експериментальної групи було залучено до навчальних занять з фізичного виховання, які включали заняття міні-футболом. Студенти контрольної групи вивчали курс фізичного виховання відповідно до навчальної програми для вищих навчальних закладів. В основу занять було покладено загальну фізичну підготовку.

Результати дослідження. Статистичною нульовою гіпотезою приймалося припущення про те, що зсув між показниками вольових якостей особистості у студентів експериментальної і контрольної груп у початковому і кінцевому зрізі значуще не відрізняється від нуля.

Альтернативною статистичною гіпотезою було припущення про те, що зсув між показниками вольових якостей особистості у студентів експериментальної і контрольної груп у початковому і

кінцевому зрізі значуще відрізняється від нуля.

По закінченні експерименту не виявлено статистично значущих змін щодо сформованості у студентів експериментальної і контрольної груп таких вольових якостей особистості, як: самовладання, стійкість, самостійність, цілеспрямованість, дисциплінованість, витримка, енергійність, терпеливість. Водночас, зафіксовано достовірні зміни в експериментальній групі за такими вольовими якостями як наполегливість, ініціативність, рішучість, сміливість.

Динаміку змін за вищевказаними якостями подано в таблиці 1.

Порівняння даних, наведених у таблиці, дає підстави для висновку про динаміку змін відносно формування вольових якостей особистості у студентів. Насамперед, привертає увагу суттєве зростання середнього арифметичного в експериментальній групі за показниками таких вольових якостей, як: наполегливість, ініціативність, рішучість, сміливість. Якщо на початку експерименту ці показники в експериментальній і контрольній групах були майже на одному рівні, то на кінець експерименту вони стали суттєво відрізнятися. При цьому в контрольній групі показники середнього арифметичного збільшилися несуттєво, а в експериментальній – спостерігається їх значне зростання. Водночас, слід зазначити, що в експериментальній групі не виявлено статистично значущих змін щодо сформованості таких якостей, як: самовладання, стійкість, самостійність, цілеспрямованість, дисциплінованість, витримка, енергійність, терпеливість.

Отримані в ході експериментальної роботи дані пояснюються, на нашу думку, ефективністю занять міні-футболом для формування у студентів наполегливості, ініціативності, рішучості, сміли-

вості.

Обговорення результатів.

Аналіз показує, що у фізичному вихованні приділяється увага питанню формування вольових якостей у вихованців. Так, Г. Гриван і співавтори [Griban, 2020] дослідили рівень розвитку вольових якостей студентів і їх вплив на фізичну підготовленість. Інші автори вивчали такі аспекти проблеми як: 1) психологічні детермінанти розвитку вольових якостей в юнацькому віці [Fryz, Sydorenko, 2016]; 2) волю, як системно важливий фактор розвитку особистості [Brovchenko, 2016]; 3) вольові аспекти формування особистості курсантів освітніх установ МНС [Стрельцов, Бобринев, Шавырина, Маторина, Маштаков, 2020]; 4) виховання вольових якостей у майбутніх вчителів засобами фізичного виховання [Веселовський, Веселовська, 2018]; 5) формування вольових якостей у підлітків у процесі фізичного виховання [Хом'юк, 2017]; 6) створення педагогічних умов в формуванні вольових якостей у молодших школярів [Abdullaev, Turdimurodov, 2020]; 7) педагогічні чинники, які впливають на вольові зусилля школярів при виконанні фізичних вправ різного характеру [Turdimurodov, 2020]; 8) тестування вольових якостей учнів старших класів загальноосвітньої школи [Turdimurodov, 2021] та ряд інших. Водночас, залишається ще чимало питань, які потребують спеціальних досліджень. До їх числа належить і питання про доцільність (ефективність) використання тих чи інших видів спорту для формування у студентів тих чи інших вольових якостей.

Плануючи проведення експерименту, ми виходили з важливості для успішної професійної діяльності майбутнього фахівця достатнього рівня сформованості у нього вольових якостей особистості. У цьому контексті нас цікавило питання можливості

Таблиця 1

Статистичні значення показників сформованості вольових якостей особистості студентів експериментальної і контрольної груп до та після експерименту, к-ть балів

Вольові якості	Експериментальна група				Контрольна група			
	До експерименту		Після експерименту		До експерименту		Після експерименту	
	\bar{x}	S	\bar{x}	S	\bar{x}	S	\bar{x}	S
Наполегливість	6,40	1,42	7,90*	1,42	6,50	1,38	6,53	1,35
Ініціативність	6,33	1,37	7,00**	1,36	6,23	1,35	6,26	1,48
Рішучість	6,43	0,97	7,66*	1,21	6,30	0,98	6,36	1,03
Сміливість	6,50	1,07	7,90*	1,32	6,60	1,00	6,70	1,08

Примітка. Відмінності статистично достовірні між одним і тим самим показником в експериментальній і контрольній групах до та після експерименту при * $p < 0,01$; ** $< 0,05$.

формування вольових якостей особистості у студентів в процесі навчальних занять з фізичного виховання в основу яких покладено заняття міні-футболом.

Отримані по закінченні експерименту статистичні дані, які характеризують динаміку змін вольових якостей особистості у студентів, показали наступне. Традиційні заняття з фізичного виховання, основу яких складала загальна фізична підготовка, що проводилась зі студентами контрольної групи, суттєво (статистично значуще) не вплинула на формування у них вольових якостей. Про це свідчить той факт, що протягом трьох років таких занять у студентів контрольної групи не відбулось суттєвого зростання відповідних показників. Ми пояснюємо це тим, що в ході традиційних занять не ставляться конкретні завдання з формування вольових якостей у студентів, не здійснюється підбір ефективних засобів для їх формування, і взагалі, така діяльність не планується.

Що стосується експериментальної групи, то тут на кінець експерименту отримано статистичні дані, які показують суттєве зростання у студентів сформованості таких вольових якостей

особистості як наполегливість, ініціативність, рішучість, сміливість. Водночас, не виявлено статистично значущих змін щодо сформованості таких якостей, як: самовладання, стійкість, самостійність, цілеспрямованість, дисциплінованість, витримка, енергійність, терпеливість.

В рамках мотиваційного розуміння природи волі в психології існує уявлення про волю як здатність до свідомого навмисного подолання перешкод. На нашу думку, кількість, специфіка і величина зовнішніх і внутрішніх перешкод, які доводиться долати студентам під час занять тим чи іншим видом спорту, визначальною мірою впливають на формування у них тих чи інших вольових якостей.

Результати, які отримано в експериментальній групі, дають підстави стверджувати, що експериментальна гіпотеза підтвердилась стосовно таких вольових якостей особистості студентів, як: наполегливість, ініціативність, рішучість, сміливість. Ці дані співвідносяться з результатами наших попередніх досліджень [Пічурін, 2012].

Фізична культура і спорт є однією із небагатьох сфер, життєдіяльності студента, у яких може

ефективно вирішуватись завдання формування його особистості. У той же час спеціальних досліджень, спрямованих на вивчення питання використання фізичної культури для формування особистості, вкрай мало. Нами запропоновано вирішення цих питань в рамках концепції психофізичної підготовки [Пічурін, 2017].

Висновки.

1. Навчальні заняття з фізичного виховання, в основу яких покладено заняття міні-футболом, є ефективними для формування у студентів таких вольових якостей, як: наполегливість, ініціативність, рішучість, сміливість.

2. В ході дослідження не виявлено суттєвого впливу занять міні-футболом на формування у студентів таких вольових якостей, як: самовладання, стійкість, самостійність, цілеспрямованість, дисциплінованість, витримка, енергійність, терпеливість.

3. Навчальні заняття з фізичного виховання, в основу яких покладено загальну фізичну підготовку, не забезпечують ефективного формування вольових якостей особистості у студентів.

Конфлікт інтересів. Автори заявляють про відсутність будь-якого конфлікту інтересів.

Література

1. Веселовський А.П., Веселовська О.М. Виховання у майбутніх вчителів вольових якостей засобами фізичного виховання як основи формування їх професійно-особистісних компетентностей. Науковий вісник Ужгородського національного університету : серія: Педагогіка. Соціальна робота. Ужгород, 2018. Вип. 1 (42). С. 288-291.
2. Зонь, В.В. Виховання вольових якостей у курсантів вищих військових навчальних закладів: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04. К., 2002. 20 с.
3. Иванников В.А. Психологические механизмы волевой регуляции. Москва, 1991. 142 с.
4. Пічурін ВВ. Особливості формування вольових якостей особистості у студентів-залізничників на заняттях з фізичного виховання. Наук. часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). 2012;(24):66-72.
5. Пічурін ВВ. Теоретико-методологічні основи психофізичної підготовки студентів інженерних спеціальностей в процесі фізичного виховання: монографія. Дніпро: Свідлер А.Л.; 2017. 393 с.
6. Платонов Н.Н. Формирование волевого развития личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности с оздоровительной направленностью в условиях Севера: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01. Якутск, 1998. 141 с.
7. Плахтиенко В. А., Блудов Ю. М. Надёжность в спорте. Москва, 1983. 176 с.
8. Пуни А.Ц. Очерки психологи спорта. Москва, 1959. 308 с.
9. Пуни А.Ц. Психологические основы волевой подготовки в спорте. Ленинград, 1977. С. 21-22.
10. Рудик П.А. Психология. Москва, 1958. 501 с.
11. Стрельцов О.В., Бобринев Е.В., Шавырина Т.А., Маторина О.С., Маштаков В.А. Волевые аспекты формирования личности курсантов образовательных учреждений МЧС России. Медико-биологические и социально-психологические проблемы безопасности в чрезвычайных ситуациях . 2020; (4): 114-122. <https://doi.org/10.25016/2541-7487-2020-0-4-114-122>
12. Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность. В 2 т. Москва, 1986. Т. 1. 406 с. Т. 2. 392 с.
13. Хом'юк, А.В. Формування у підлітків вольових якостей у процесі фізичного виховання. Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. - Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). 2017; 4 (85). pp. 120-123.
14. Шляпников В. Н. Роль волевой регуляции в процессе профессиональной адаптации молодых специалистов. Вопросы психологи. 2010. № 6.

References

1. Veselovskyi A. P., Veselovska O.M. Education of future teachers of volitional qualities by means of physical education as a basis for the formation of their professional and personal competencies. Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho natsionalnoho universytetu : seriia: Pedagogika. Sotsialna robota. Uzhhorod, 2018. Vyp. 1 (42). S. 288-291. (In Ukraine)
2. Zon, V. V. Education of gross qualities in cadets of higher military educational institutions: avtoref. dys. ... kand. ped. nauk: 13.00.04. K., 2002. 20 s. (In Ukraine)
3. Ivannikov V. A. Psychological mechanisms of volitional regulation. Moskva, 1991. 142 s. (In Russian)
4. Pichurin VV. Peculiarities of formation of volitional qualities of personality in railway students in physical education classes. Nauk. chasopys NPU imeni M. P. Drahomanova. Seriiia 15. Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport). 2012;(24):66-72. (In Ukraine)
5. Pichurin VV. Theoretical and methodological bases of psychophysical training of engineering students in the process of physical education: monohrafiia. Dnipro: Svidler A.L.; 2017. 393 s. (In Ukraine)
6. Platonov N. N. Formation of volitional personality development in the process of physical culture and sports activity with a health-improving orientation in the conditions of the North: dis. ... kand. ped. nauk: 13.00.01. Yakutsk, 1998. 141 s. (In Russian)
7. Plakhtienko V. A., Bludov Yu. M. Reliability in sports. Moskva, 1983. 176 s. (In Russian)
8. Puni A. Ts. Essays by sports psychologists. Moskva, 1959. 308 s. (In Russian)
9. Puni A. Ts. Psychological foundations of volitional training in sports. Leningrad, 1977. S. 21-22. (In Russian)
10. Rudik P. A. Psychology. Moskva, 1958. 501 s. (In Russian)
11. Streltsov O.V., Bobrinev Ye.V., Shavyrina T.A., Matorina O.S., Mashtakov V.A. Strong-willed aspects of the formation of the personality of cadets of educational institutions of the Ministry of Emergency Situations of Russia. Mediko-biologicheskie i sotsialno-psikhologicheskie problemy bezopasnosti v chrezvychaynykh situatsiyakh . 2020; (4): 114-122. <https://doi.org/10.25016/2541-7487-2020-0-4-114-122> (In Russian)
12. Khekkhauzen Kh. Motivation and activity. V 2 t. Moskva, 1986. T. 1. 406 s. T. 2. 392 s. (In Russian)
13. Khom'iuik, A.V. The formation of volitional qualities of adolescents in physical education. Naukovyi chasopys NPU imeni M.P. Drahomanova. - Seriiia 15: Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport). 2017; 4 (85). pp.

- C. 78-90.
15. Abdullaev Ya.M., Turdimurodov D.Y. Creation of pedagogical conditions in the formation of volitional qualities in primary school students. *Colloquium - journal*. - 2020. No. 24 (76). S. 12-14.
 16. Ajzen, I. From intentions to actions: A theory of planned behavior. *Action control: From cognition to behavior*. Berlin; New York: Springer-Verlag, 1985. P. 11-40.
 17. Brovchenko, A. Volition as the systemically important factor of personality development. *Fundamental and Applied Researches in Practice of Leading Scientific Schools*. 2016. 18(6). Retrieved from <https://www.farplss.org/index.php/journal/article/view/123>
 18. Fryz I. V., Sydorenko N. I. Psychological Determinants of Volitional Qualities Development in Adolescence. *Science and education*. 2016; 5, 136-141.
 19. Grygoriy Griban, Olena Kuznietsova, Pavlo Tkachenko, Dmytro Oleniev, Oksana Khurtenko, Zoia Dikhtiarenko, Eduard Yeromenko, Andrii Lytvynenko, Alla Khatko, Larysa Pustoliakova. Formation of the Students' Volitional Qualities in the Process of Physical Education. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*. 2020. 8(6), 505 - 517. DOI: 10.13189/saj.2020.080625.
 20. Kehr H.M., Bles P., Rosenstiel L. Self-regulation, self-control, and management training transfer. *Intern. J. Educat. Res*. 1999. Vol. 31. P. 487-498.
 21. Kuhl J., Kazen M. Self-discrimination and memory: State orientation and false self-ascription of assigned activities. *J. Pers. & Soc. Psychol*. 1994. June. Vol. 66(6). P. 1103-1115.
 22. Kuhl, J. Who control whom when «I control myself»? *Psychol. Inquiry*. 1996. Vol. 7(1). P. 61-68.
 23. Milne S., Orbell S., Sheeran P. Combining motivation and volitional interventions to promote exercise participation: Protection motivation theory and implementation intentions. *Brit. J. Health Psychol*. 2002. May. Vol.7, N 2. P. 163-184.
 24. Turdimurodov D. Y. Testing volitional qualities for students of high schools of secondary school. *The American Journal of Social Science and Education Innovations*. 2021. Volume 3. Issue 03. pp. 405-413.
 25. Turdimurodov D.Y. Pedagogical factors of external stimulation affecting the volitional efforts of schoolchildren during physical exercises of a different nature. *Innovations in pedagogy and psychology*. 2020. No. 9. Issue 3. P. 21-25.
 - 120-123. (In Ukraine)
 14. Shlyapnikov V. N. The role of volitional regulation in the process of professional adaptation of young specialists. *Voprosy psikhologii*. 2010. № 6. S. 78-90.
 15. Abdullaev Ya.M., Turdimurodov D.Y. Creation of pedagogical conditions in the formation of volitional qualities in primary school students. *Colloquium - journal*. - 2020. No. 24 (76). S. 12-14.
 16. Ajzen, I. From intentions to actions: A theory of planned behavior. *Action control: From cognition to behavior*. Berlin; New York: Springer-Verlag, 1985. P. 11-40.
 17. Brovchenko, A. Volition as the systemically important factor of personality development. *Fundamental and Applied Researches in Practice of Leading Scientific Schools*. 2016. 18(6). Retrieved from <https://www.farplss.org/index.php/journal/article/view/123>
 18. Fryz I. V., Sydorenko N. I. Psychological Determinants of Volitional Qualities Development in Adolescence. *Science and education*. 2016; 5, 136-141.
 19. Grygoriy Griban, Olena Kuznietsova, Pavlo Tkachenko, Dmytro Oleniev, Oksana Khurtenko, Zoia Dikhtiarenko, Eduard Yeromenko, Andrii Lytvynenko, Alla Khatko, Larysa Pustoliakova. Formation of the Students' Volitional Qualities in the Process of Physical Education. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*. 2020. 8(6), 505 - 517. DOI: 10.13189/saj.2020.080625.
 20. Kehr H.M., Bles P., Rosenstiel L. Self-regulation, self-control, and management training transfer. *Intern. J. Educat. Res*. 1999. Vol. 31. P. 487-498.
 21. Kuhl J., Kazen M. Self-discrimination and memory: State orientation and false self-ascription of assigned activities. *J. Pers. & Soc. Psychol*. 1994. June. Vol. 66(6). P. 1103-1115.
 22. Kuhl, J. Who control whom when «I control myself»? *Psychol. Inquiry*. 1996. Vol. 7(1). P. 61-68.
 23. Milne S., Orbell S., Sheeran P. Combining motivation and volitional interventions to promote exercise participation: Protection motivation theory and implementation intentions. *Brit. J. Health Psychol*. 2002. May. Vol.7, N 2. P. 163-184.
 24. Turdimurodov D. Y. Testing volitional qualities for students of high schools of secondary school. *The American Journal of Social Science and Education Innovations*. 2021. Volume 3. Issue 03. pp. 405-413.
 25. Turdimurodov D.Y. Pedagogical factors of external stimulation affecting the volitional efforts of schoolchildren during physical exercises of a different nature. *Innovations in pedagogy and psychology*. 2020. No. 9. Issue 3. P. 21-25.

Пічурін Валерій

Дніпровський національний університет залізничного транспорту імені академіка В. Лазаряна
м. Дніпро, вул. Телевізійна, 12; 067-47-94-677; valeriy.pichurin@gmail.com

Москаленко Наталія

Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту
м. Дніпро, вул. Набережна Перемоги, 10, 49094, Україна
e-mail: moskalenkonatali2016@gmail.com, тел. +38(067)7922022
ORCID <https://orcid.org/0000-0001-9162-5206>