

**Роль спорта в формировании личности и развитии характера на примере спортсменов в военное время**

**Геннадий Борисович Кондраков**

Доцент

Российский экономический университет им. Г.В. Плеханова, Высшая школа социально-гуманитарных наук, кафедра Физического воспитания

Москва, Россия

Kondrakov.GB@rea.ru

ORCID 0000-0000-0000-0000

**Разамбек Русланович Пихаев**

Старший преподаватель

Российский экономический университет им. Г.В. Плеханова, Высшая школа социально-гуманитарных наук, кафедра Физического воспитания

Москва, Россия

Razambek@gmail.com

ORCID 0000-0000-0000-0000

**Наурбек Магомеднабиевич Нуцалов**

Старший преподаватель

Российский экономический университет им. Г.В. Плеханова, Высшая школа социально-гуманитарных наук, кафедра Физического воспитания

Москва, Россия

Nutsalov.nm@rea.ru

ORCID 0000-0000-0000-0000

**Эмир Русланович Цицкиев**

Преподаватель

Российский экономический университет им. Г.В. Плеханова, Высшая школа социально-гуманитарных наук, кафедра Физического воспитания

Москва, Россия

Emir.tsitskiev@bk.ru

ORCID 0000-0000-0000-0000

Поступила в редакцию 06.01.2024

Принята 28.02.2024

Опубликована 30.03.2024

УДК 796.01:159.923.2:355.01

DOI 10.25726/t4638-6103-9812-s

EDN GTZKZM

ВАК 5.8.7. Методология и технология профессионального образования (педагогические науки)

OECD 05.03.HE EDUCATION, SPECIAL

**Аннотация**

Статья анализирует важность культуры спорта в совершенствовании личности и характера обучающихся высших учебных заведений и основывается на психологических теориях в области спорта. Используя методику количественного анализа данных 150 студентов, исследование выявило положительное воздействие физической активности на целеустремленность, упорство, инициативу и

самодисциплину. Полученные результаты подтверждают необходимость включения спорта в учебные программы как средства всестороннего развития личности. Изучение мотивации, саморегуляции и социального обучения в психологии помогает понять мыслительные и эмоциональные процессы, влияющие на действия и достижения спортсменов. В статье также рассматривается роль спортсменов во время Великой Отечественной войны, особенно их патриотизм и героизм. Описывается важность и влияние спортсменов на ход войны и моральное состояние нации. Приводятся примеры известных спортсменов, таких как Николай Королев и Лев Яшин, которые добровольно пошли на фронт и проявили выдающиеся качества. Также обсуждается сохранение интереса к спорту в условиях войны, проведение спортивных мероприятий и значимость физкультурного движения в годы конфликта. Также говорится о том, что даже в тяжелейшие времена патриотизм спортсменов оставался высоким, что служило примером преданности Родине.

### **Ключевые слова**

спорт, формирование личности, развитие характера, студенты, психология.

### **Введение**

Ученые уделяют все большее внимание влиянию спорта на формирования характера и личности человека. В частности, нейробиология уже давно изучает влияние спортивных упражнений на изменение в функционирования мозга до и после физических упражнений. Например, все больше исследований подтверждают положительную корреляцию между физическими упражнениями и последующим повышением общего настроения, приобретением полезных привычек и укреплением силы воли у занимающихся спортом (Арсланбекова, 2020). Цель данной статьи – изучить, как занятия спортом способствуют формированию личности и развитию характера.

Начнем с теоретических основы, чтобы прояснить сложную взаимосвязь между занятиями спортом и личностным ростом.

Спортивные психологи выделяют важность волевых черт, таких как целеустремленность, настойчивость, решимость, смелость, инициативность, самостоятельность, терпение и самоконтроль, для преодоления препятствий в спорте. Эти же качества важны для успеха в любой сфере жизни (Алешина, 2023).

Целеустремленность – это стремление к ясно поставленной цели с планомерным применением конкретных действий (Внутренние войска в Великой Отечественной войне, 1975).

Решительность и смелость проявляются через своевременные и продуманные действия без страха брать ответственность, даже в условиях риска (Глазунов, 2013).

Инициативность и самостоятельность отражают способность к творческому и быстрому решению задач, способствующих достижению целей, и устойчивость к чужому влиянию (Харитонов, 2011).

Изучение мотивации, саморегуляции и социального обучения в психологии помогает понять мыслительные и эмоциональные процессы, влияющие на действия и достижения спортсменов. Социологические подходы освещают, как взаимодействия в спортивной среде и процессы социализации влияют на формирование норм и поведения людей. Образовательные аспекты акцентируют внимание на важности организованной учебной среды, постановке целей и обратной связи для развития умений и личности в спорте (Чехунова, 2018).

Отметим в этой связи, что личность имеет определенную целостность, так как обладает неповторимым набором собственных эмоций и мотивов и индивидуальной волей. Эти внутренние качества и причины побуждают в том числе и спортсменов к выражению определенных черт характера, а воля – к реализации поставленных задач с помощью этих качеств. На своем спортивном пути они постоянно подвергаются стрессу, так как достижение победы, как и достижение успеха в любом деле, – это очень непросто. При этом индивидуально все люди разделяются на две группы: те, у которых преобладает цель, как достижение успеха: они часто рискуют в сложных ситуациях спортивного поединка, и те, у кого основной задачей является не потерпеть поражение. Вторые более

предусмотрительны и осторожны, не склонны к риску, поэтому предпочитают ставить перед собой только те задачи, в выполнении которых они полностью уверены.

Необходимо отметить, что спорт оказывает большое влияние на развитие психологических особенностей личности:

- развивает соревновательный характер, который мотивирует спортсменов к установлению рекордов и завоеванию побед над противником;
- активизирует внутренние резервы организма. Вызывая сильнейшее напряжение физических и психических способностей во время соревнований, стимулирует достижение успеха;
- приучает к регулярным длительным энергозатратным тренировкам, которые в обязательном порядке входят в повседневный режим спортсмена.

### Материалы и методы исследования

В свою очередь в психологическую структуру спортивной деятельности входят:

- необычные психические функции и качества, благодаря которым происходит выполнение физических спортивных действий
- мотивация и причины, которые вызывают у человека желание заниматься тренировками и достигать определенных успехов
- влияние других спортсменов во время соревновательной деятельности, побуждение к действиям, рискам и желанию стать лучшим спортсменом.

Методология исследования: в данном исследовании применялся количественный анализ для изучения влияния спорта на развитие личности студентов университета. Использовался метод стратифицированной выборки для равного представления полов: 60% участников – мужчины, 40% – женщины. Общее число участников составило 150 студентов, в основном со 2 по 4 курс. Данные собирались через специально разработанный структурированный опросник с разнообразными вопросами для оценки спортивного опыта и его восприятия учащимися.

### Результаты и обсуждение

Анализ результатов опроса позволил выявить, как спорт способствует формированию характера и личности студентов. 75% респондентов регулярно, минимум трижды в неделю, занимаются физической активностью. При этом 60% тратят на тренировки от одного до двух часов за одно занятие. Среди популярных видов спорта: командные игры (футбол, баскетбол) составляют 35 процентов от выборки, индивидуальные (бег, плавание) составляют 25% от выборки, и фитнес (весовые тренировки, аэробика) составляют 20% от выборки. Для более наглядного раскрытия результатов опроса, в таблице ниже дано детальное частотное распределение ответов.

Таблица 1. Результаты опроса об участии и занятиях спортом

Вопрос	Варианты ответа	Частота (%)
Насколько часто ты занимаешься спортом/принимаешь участие в спортивных мероприятиях	1-2 раза в неделю	25
	3-4 раза в неделю	50
	5 и более раз в неделю	25
Сколько времени занимает занятие спортом?	<1 часа	15
	1–2 часа	60
	>2 часов	25
Каким видом спорта ты занимаешься?	Командные виды спорта	35
	Индивидуальные виды спорта	25
	Фитнес	20
	другое	20

Анализ количественных данных показал, что 80% участников опроса убеждены в значительном вкладе спорта в развитие их личности, причем 65% ассоциируют это с повышением внутренней дисциплины и самоконтроля. Более того, 70% респондентов отметили повышение самооценки и уверенности в себе благодаря занятиям спортом. Также 55% опрошенных отметили усиление стрессоустойчивости и сопротивляемости жизненным трудностям благодаря регулярным тренировкам.

Качественный анализ показал, что спорт способствует закалке характера: 75% опрошенных считают, что преодоление спортивных испытаний и участие в спортивных мероприятиях способствует развитию их личности, а 60% отмечают роль спорта в усилении лидерских способностей и способности работать в команде, улучшении коммуникативных качеств и социальных навыков. В таблице 2 можно увидеть распределение ответов о влиянии спорта на личность опрошенных.

Таблица 2. Влияние спорта на формирование личности

Вопрос	Вариант ответа	Частота (%)
Повлиял ли спорт на развитие твоей личности?	Полностью согласен	45
	Согласен	35
	Нейтрально	10
	Не согласен	5
	Категорически не согласен	5
Какие преимущества от занятий спортом ты бы отметил?	Повышенная дисциплина и самодисциплина	65
	Повышенная уверенность в себе	70
	Снижение стресса	55
	Развитие жизнестойкости и настойчивости	75
	Развитие лидерских качеств и командной работы	60

Полученные результаты проведенного исследования подчеркивают важную роль спорта в развитии личности и черт характера студентов университета. В соответствии с теоретическими основами спортивной психологии и развития характера, результаты подчеркивают положительное влияние занятий спортом на различные аспекты личности.

Прежде всего, занятия спортом влияют на формирование целеустремленности, смелости, инициативы и способностей к самоконтролю, отражая психологические концепции воли и упорства. Видимая корреляция между занятиями спортом и улучшением самодисциплины среди участников подчеркивает его значительную роль в личностном росте.

Далее, данные показывают, что спорт обучает стойкости и упорству, помогая преодолевать препятствия. Полученные согласуются с существующей психологической литературой, подчеркивающей роль спорта в развитии психологической устойчивости и механизмов преодоления стресса и жизненных трудностей.

Несомненно, во времена войны патриотизм играет особенно важную роль, и спортсмены не стали исключением. Великая Отечественная война, которая началась для Советского Союза в 1941 году, привела к тому, что многие известные спортсмены стали воевать за свою страну. Многие известные спортсмены добровольно пошли на фронт, оставив свои тренировки и соревнования задним планом. Они стали боевыми товарищами, борцами и героями, доказывая свою преданность Родине. Многие из них погибли, защищая свою страну, но их подвиги остались в сердцах людей и послужили примером для многих. Их патриотизм и героизм оказали значительное влияние на ход войны и на моральное состояние советского народа.

Один из ярких примеров стал знаменитый боксер Николай Королев. Он был чемпионом СССР по боксу и мастером спорта международного класса. Когда началась война, он добровольно ушел на фронт.

В боях он проявлял невероятную храбрость и отвагу, за что был награжден орденом Красной Звезды и медалью «За отвагу».

Другой известный спортсмен, который проявил свой патриотизм в годы войны, – футболист Лев Яшин. Он начал свою карьеру в московском «Динамо» еще до начала войны. Когда началась Великая Отечественная война, Лев Яшин ушел на фронт. Он служил в зенитно-артиллерийском полку и защищал небо Москвы от вражеских самолетов. За свои заслуги он был награжден орденом Отечественной войны II степени.

Стоит отметить в этой связи тот факт, что, несмотря на тяготы военной жизни и суровые условия быта, люди не забывали о спорте. Оставшиеся на «гражданке» спортсмены продолжили развивать спорт в тылу, и даже во время войны случались грандиозные спортивные события. Многие из них обросли мифами и в наше время стали гордостью нации, особой страницей истории – доблести советского и российского спорта.

С первых дней Великой Отечественной войны физкультурное движение стало перестраиваться на военный лад. Оставшиеся в тылу организации:

- 1) подготавливали резервы Красной Армии;
- 2) проводили массовую военно-физическую подготовку населения;
- 3) готовили кадры специалистов по лечебной физической культуре для работы в госпиталях.

Так, к примеру, преподаватели и студенты Института физкультуры им. П.Ф. Лесгафта только за вторую половину 1941 года подготовили по военно-прикладным видам 140 тыс. человек. Также, изучая исторические материалы, можно обнаружить, что во время войны проходили различные спортивные мероприятия и события. Одним из самых выдающихся в ряде таких спортивных состязаний стал так называемый матч смерти, прошедший в Киеве, который фашисты захватили в первые месяцы войны. В городе среди советских военнопленных была большая группа футболистов, которые не успели эвакуироваться или отправиться в регулярные части Красной армии. С окончанием боев они устроились на хлебозавод. В это время в городе наблюдалось некое подобие довоенной культурной жизни, и киевляне начали снова проявлять интерес к спортивным соревнованиям. Руководство завода зарегистрировало футбольную команду «Старт» – игроки (профессионалы и несколько сотрудников предприятия) получили экипировку и возможность тренироваться дважды в неделю. Летом 1942 года «Старт» сыграл целую серию матчей с разными соперниками, среди которых были: венгерский гарнизон, украинское сообщество «Спорт», немецкие артиллеристы. Также состоялись две игры против команды «Флакельф», собранной из немецких солдат ПВО, летчиков и механиков.

Еще один пример произошел в блокадном Ленинграде. В середине весны 1942 года немецкая авиация забрасывала улицы бомбами и листовками «Ленинград – город мертвых». 31 мая несломленный народ ответил матчем «Динамо» и Ленинградского металлического завода. Играли на запасном поле стадиона «Динамо» на Крестовском острове – главное было усыпано кратерами после бомбежки. За завод играли все, кто вообще был в состоянии: «зенитовец» Анатолий Мишук, например, ради выхода на поле выписался из госпиталя, куда попал с диагнозом «дистрофия». За «Динамо» вышли только те, кто выступал за клуб до войны – кого-то специально отозвали с передовой, кого-то, как того же Мишука, выписали из госпиталя. Учитывая тяжелейшее состояние участников, игру решили провести в укороченном формате: два тайма по полчаса и маленький перерыв, чтобы отдышаться. Во втором тайме началась очередная бомбежка – футболисты и зрители ненадолго ушли в бомбоубежище, но позже вернулись и доиграли до конца. И, несмотря на победу или проигрыш в данном матче участники покидали поле обнявшись. На следующий день запись игры передавали по радио, ленинградские газеты написали о матче. Город и страна получили сильнейший импульс.

### **Заключение**

В заключение отметим, что данное исследование подчеркивает ключевую роль спорта в формировании личности и черт характера студентов университета. Благодаря эмпирическим данным и теоретическим основам спортивной психологии и развития характера, очевидно, что занятия спортом

способствуют развитию решительности, стойкости, инициативности и самоконтроля, подчеркивая преобразующее воздействие спорта на личностный рост и целостное развитие личности.

Из приведенных выше страниц истории видно, какую роль в целом сыграл спорт и деятельность спортсменов в частности в достижении победы советским народом в Великой Отечественной войне. Несмотря на военное время, эти люди смогли проявить себя в спорте, показали железную волю и невероятную выдержку, высочайший уровень своей спортивной подготовки, личным примером спланивая и вдохновляя советский народ.

И сегодня спорт способствует формированию лидерских способностей и навыков командной работы у обучающихся вузов, подчеркивая роль социальных взаимодействий и социальных навыков, что согласуется с теориями, акцентирующими внимание на социальной структуре спортивной среды и влиянии сверстников на формирование личности.

### **Список литературы**

1. Алешина А.С., Аношкина О.Б. Воспитание волевых качеств посредством занятия физической культурой и спортом // Молодой ученый. 2023. № 49 (496). С. 500-504.
2. Арсланбекова Э.М. Физическая культура и спорт в годы Великой Отечественной войны. // Уральский федеральный университет им. Б.Н. Ельцина. Екатеринбург, 2020. С. 25-31.
3. Внутренние войска в Великой Отечественной войне. 1941–1945 гг.: док-ты и мат. М.: Юридическая литература, 1975. 725 с.
4. Глазунов Ю.Т. Роль и значение воли в процессах целеполагания // Вестник МГТУ. Труды Мурманского государственного технического университета. 2013. Т. 16. № 2. С. 279-287.
5. Журова И.А. Влияние спорта на формирование личности. Сборник статей по материалам международного научного конгресса «Интерэкспо Гео-Сибирь», 2014.
6. Спортивный фронт // Газета.Ru. 9 мая 2013 г. [https://www.gazeta.ru/sport/2013/05/09/a\\_5317077.shtml?ysclid=lwqt0msjcw950138875&updated](https://www.gazeta.ru/sport/2013/05/09/a_5317077.shtml?ysclid=lwqt0msjcw950138875&updated)
7. Харитонов С. Место сбора – стадион «Динамо» // Красная Звезда. 22 июня 2011 г.
8. Чехунова А.А. Особенности самоэффективности спортсменов высшего мастерства // Молодой ученый. 2018. № 47(233). С. 326-330.
9. Gailliot M.T., Baumeister R.F. The physiology of willpower: Personality and social psychology review. 2007. Т. 11. №. 4. С. 303-327.
10. Kitsantas A. Self-regulation in athletes: A social cognitive perspective // Handbook of self-regulation of learning and performance. Routledge, 2017. С. 194-207.

### **The role of sport in personality formation and character development on the example of athletes in wartime**

**Gennady B. Kondrakov**

Docent

Plekhanov Russian University of Economics, Higher School of Social Sciences and Humanities, Department of Physical Education

Moscow, Russia

Kondrakov.GB@rea.ru

ORCID 0000-0000-0000-0000

**Razambek R. Pihaev**

Senior Lecturer

Plekhanov Russian University of Economics, Higher School of Social Sciences and Humanities, Department of Physical Education

Moscow, Russia

Razambek@gmail.com

ORCID 0000-0000-0000-0000

**Narbek M. Nutsalov**

Senior Lecturer

Plekhanov Russian University of Economics, Higher School of Social Sciences and Humanities, Department of Physical Education

Moscow, Russia

Nutsalov.nm@rea.ru

ORCID 0000-0000-0000-0000

**Emir R. Tsitskiev**

Teacher

Plekhanov Russian University of Economics, Higher School of Social Sciences and Humanities, Department of Physical Education

Moscow, Russia

Emir.tsitskiev@bk.ru

ORCID 0000-0000-0000-0000

Received 06.01.2024

Accepted 28.02.2024

Published 30.03.2024

UDC 796.01:159.923.2:355.01

DOI 10.25726/t4638-6103-9812-s

EDN GTZKZM

VAK 5.8.7. Methodology and technology of vocational education (pedagogical sciences)

OECD 05.03.HE EDUCATION, SPECIAL

**Abstract**

The article analyzes the importance of sports culture in improving the personality and character of students of higher educational institutions and is based on psychological theories in the field of sports. Using the methodology of quantitative data analysis of 150 students, the study revealed the positive effects of physical activity on determination, perseverance, initiative and self-discipline. The results obtained confirm the need to include sports in educational programs as a means of comprehensive personal development. The study of motivation, self-regulation and social learning in psychology helps to understand the mental and emotional processes that affect the actions and achievements of athletes. The article also examines the role of athletes during the Great Patriotic War, especially their patriotism and heroism. The importance and influence of athletes on the course of the war and the morale of the nation is described. Examples of famous athletes such as Nikolai Korolev and Lev Yashin, who volunteered for the front and showed outstanding qualities, are given. They also discuss the preservation of interest in sports in war conditions, the holding of sports events and the importance of the physical culture movement during the conflict years. It is also said that even in the most difficult times, the patriotism of athletes remained high, which served as an example of devotion to the Motherland.

### Keywords

sport, personality formation, character development, students, psychology.

### References

1. Alyoshina A.S., Anoshkina O.B. Education of volitional qualities through physical culture and sports // Young scientist. 2023. № 49 (496). pp. 500-504.
2. Arslanbekova E.M. Physical culture and sport during the Great Patriotic War. // Ural Federal University named after B.N. Yeltsin. Yekaterinburg, 2020. pp. 25-31.
3. Internal troops in the Great The Patriotic War. 1941-1945: docs and mat. M.: Legal literature, 1975. 725 p.
4. Glazunov Yu.T. The role and importance of will in goal-setting processes // Bulletin of the Moscow State Technical University. Proceedings of the Murmansk State Technical University. 2013. Vol. 16. № 2. pp. 279-287.
5. Zhurova I.A. The influence of sports on personality formation. Collection of articles based on the materials of the international scientific congress «Interexpo Geo-Siberia», 2014.
6. Sports front // Gazeta. Ru. 2013. May 9nd. [https://www.gazeta.ru/sport/2013/05/09/a\\_5317077.shtml?ysclid=lwqt0msjcw950138875&updated](https://www.gazeta.ru/sport/2013/05/09/a_5317077.shtml?ysclid=lwqt0msjcw950138875&updated)
7. Kharitonov S. Gathering place – Dynamo Stadium // Krasnaya Zvezda. 2011. June 22nd.
8. Chekhov A.A. Features of self-efficacy of athletes of the highest skill // Young scientist. 2018. № 47(233). pp. 326-330.
9. Gailliot M.T., Baumeister R.F. The physiology of willpower: Personality and social psychology review. 2007. T. 11. №. 4. C. 303-327.
10. Kitsantas A. Self-regulation in athletes: A social cognitive perspective // Handbook of self-regulation of learning and performance. Routledge, 2017. C. 194-207.