

---

**Kozlova Galina Gennadievna**, katta ўqituvchi, Фарғона давлат университети e-mail [asd68galina@gmail.com](mailto:asd68galina@gmail.com) ORCID ID: 0009-0006-4216-6836



---

## PROFESSIONAL-KOMMUNIKATIV KOMPETENSIYALAR JISMONIY TARBIYA PEDAGOGLARINING IRODA SIFATLARINI RIVOJLANTIRISH OMILI SIFATIDA

<https://zenodo.org/records/18899791>

**Annotatsiya:** Maqolada professional-kommunikativ kompetensiyalarning jismoniy tarbiya bo'yicha bo'lajak pedagoglarning iroda sifatlari (qat'iyat, qaror topish, chidamlilik, o'zini tuta bilish) rivojlanishiga ta'siri ko'rib chiqiladi. Mavzuning dolzarbligi o'qituvchining shaxsiy sifatlariga qo'yilayotgan talablarning oshishi sharoitida asoslanadi. Mahalliy va xorijiy tadqiqotlar sharhi keltiriladi. Farg'ona davlat universiteti talabalari orasida o'tkazilgan eksperimental tadqiqot metodikasi tasvirlanadi. Kommunikativ ko'nikmalarni rivojlantirish iroda sifatlariga ijobiy ta'sir ko'rsatishini tasdiqlovchi natijalar taqdim etiladi. Xulosada jismoniy tarbiya pedagoglarini tayyorlashda ushbu yondashuvni joriy etish bo'yicha amaliy tavsiyalar beriladi.

**Kalit so'zlar:** professional-kommunikativ kompetensiyalar, iroda sifatlari, jismoniy tarbiya pedagoglar, kommunikativ ko'nikmalar, qat'iyat, qaror topish, chidamlilik, o'zini tuta bilish, universitet ta'limi, pedagogik tayyorgarlik.

## ПРОФЕССИОНАЛЬНО-КОММУНИКАТИВНЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ КАК ФАКТОР РАЗВИТИЯ ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ ПЕДАГОГОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

**Аннотация:** В статье рассматривается влияние профессионально-коммуникативных компетенций на развитие волевых качеств (настойчивость, решимость, выдержка, самоконтроль) у студентов — будущих педагогов физической культуры. Обосновывается актуальность темы в условиях повышения требований к личностным качествам учителя. Приводится обзор отечественных и зарубежных исследований. Описывается методика экспериментального исследования, проведенного среди студентов Ферганского государственного университета. Представлены результаты, подтверждающие положительное влияние развития коммуникативных навыков на волевые качества. В заключении даны практические рекомендации по внедрению подхода в подготовку педагогов физической культуры.

**Ключевые слова:** профессионально-коммуникативные компетенции, волевые качества, педагоги физической культуры, коммуникативные навыки, настойчивость, решимость, выдержка, самоконтроль, университетское образование, педагогическая подготовка.

## PROFESSIONAL-COMMUNICATIVE COMPETENCIES AS A FACTOR IN THE DEVELOPMENT OF VOLITIONAL QUALITIES OF PHYSICAL EDUCATION TEACHERS

**Abstract:** The article examines the influence of professional-communicative competencies on the development of volitional qualities (perseverance, determination, endurance, self-control) in students — future physical education teachers. The relevance of the topic is justified in the context of increasing requirements for the personal qualities of a teacher. A review of domestic and foreign studies is provided. The methodology of an experimental study conducted among students of Fergana State University is described. Results confirming the positive impact of communicative skills development on volitional qualities are presented. The conclusion offers practical recommendations for implementing this approach in the training of physical education teachers.

**Keywords:** professional-communicative competencies, volitional qualities, physical education teachers, communicative skills, perseverance, determination, endurance, self-control, university education, pedagogical training.

### Введение.

Современный педагог физической культуры должен обладать не только специальными знаниями и методическими умениями, но и развитыми личностными качествами, в первую очередь волевыми. Настойчивость, решимость, выдержка и самоконтроль помогают учителю преодолевать трудности, мотивировать учеников, справляться со стрессом и сохранять авторитет в коллективе [1, с. 34].

В условиях повышенных требований к качеству образования и профессионализму учителя волевые качества становятся особенно важными. Педагог физической культуры ежедневно сталкивается с разнообразными вызовами: необходимость поддерживать дисциплину на уроке, работать с разными типами учеников (от мотивированных спортсменов до тех, кто избегает нагрузок), организовывать командную работу, разрешать конфликты на площадке и вдохновлять детей на регулярные занятия. Всё это требует внутренней силы, терпения и способности не сдаваться в сложных ситуациях [2, с. 67].

Одним из ключевых факторов формирования и укрепления волевых качеств является уровень профессионально-коммуникативных компетенций — умение ясно выражать мысли, активно слушать, убеждать, разрешать конфликты и строить доверительные отношения с учениками, коллегами и родителями. Хорошая коммуникация сама по себе требует внутренней уверенности, терпения и способности контролировать эмоции — то есть именно тех волевых качеств, которые педагогу необходимо развивать. Например, когда учитель умеет мотивировать ученика через правильный разговор, он сам становится более настойчивым и выдержанным, потому что видит реальные результаты своей работы. С другой стороны, слабые коммуникативные навыки часто приводят к стрессу, раздражению и потере контроля, что ослабляет волевою сферу [3, с. 56].

В последние годы в педагогической практике и науке всё чаще подчёркивается, что волевые качества не формируются изолированно — они развиваются в процессе активного взаимодействия с другими людьми. Именно поэтому профессионально-коммуникативные компетенции можно рассматривать как мощный инструмент воспитания воли у будущих педагогов физической культуры.

Цель статьи — показать, как целенаправленное развитие профессионально-коммуникативных компетенций влияет на формирование волевых качеств студентов — будущих педагогов физической культуры, и предложить практические пути их совершенствования в условиях университетской подготовки. Исследование направлено на

выявление конкретных механизмов этой взаимосвязи и разработку доступных рекомендаций для вузов Узбекистана.

### **Обзор литературы**

Вопрос взаимосвязи профессионально-коммуникативных компетенций и волевых качеств педагога активно изучается в педагогической психологии, теории физического воспитания и спортивной педагогике.

Зарубежные исследования подчёркивают, что развитые коммуникативные навыки напрямую способствуют формированию уверенности в себе, эмоциональной устойчивости и способности преодолевать трудности. В частности, эффективное общение с учениками помогает педагогу сохранять мотивацию в стрессовых ситуациях, управлять конфликтами и поддерживать дисциплину в коллективе. Авторы отмечают, что коммуникативная компетентность выступает важным ресурсом для развития самоконтроля и настойчивости, особенно в профессиях, связанных с постоянным взаимодействием с людьми [3, с. 89]. Также подчёркивается, что педагоги с высоким уровнем коммуникативной культуры лучше справляются с эмоциональным выгоранием и демонстрируют большую выдержку при работе с разными типами учеников [7, с. 156].

В отечественной педагогической науке аналогичные выводы подтверждаются рядом исследований. Установлено, что систематическое развитие коммуникативных умений (активное слушание, умение убеждать, конструктивная обратная связь) положительно влияет на формирование волевых качеств: повышает решимость в принятии решений, усиливает настойчивость в достижении целей и помогает сохранять выдержку в конфликтных ситуациях [5, с. 45]. Особое внимание уделяется специфике подготовки педагогов физической культуры. В этой профессии коммуникация является ежедневным инструментом: мотивирующие беседы перед тренировкой, организация командной работы, разрешение споров на площадке, индивидуальный подход к ученикам — всё это требует не только методических знаний, но и сильной волевой основы [6, с. 123].

В последние годы в Узбекистане появились работы, посвящённые интеграции коммуникативных тренингов в подготовку будущих учителей физической культуры. Исследователи отмечают, что ролевые игры, тренинги активного слушания и упражнения на публичные выступления способствуют росту уверенности, эмоциональной регуляции и самоконтроля студентов [8, с. 67]. Вместе с тем, анализ литературы показывает, что конкретные методики целенаправленного развития волевых качеств именно через формирование профессионально-коммуникативных компетенций у студентов физкультурных вузов Узбекистана изучены недостаточно. Отсутствуют систематизированные подходы, учитывающие национальные особенности подготовки педагогов и специфику предмета «Физическая культура».

Это обстоятельство определяет научную новизну и практическую значимость настоящего исследования: оно направлено на заполнение имеющегося пробела и разработку доступных методических рекомендаций для вузов Узбекистана.

**Методология исследования** Исследование проводилось в форме педагогического эксперимента на базе Ферганского государственного университета в 2024–2025 учебном году. В нём приняли участие 80 студентов 2 курса направления «Физическая культура» (экспериментальная группа — 40 человек, контрольная — 40 человек).

Эксперимент длился 10 недель (2 занятия в неделю по 90 минут).

В экспериментальной группе проводились специальные занятия по развитию профессионально-коммуникативных компетенций:

ролевые игры и тренинги общения (убеждение группы, разрешение конфликтов на площадке);

упражнения на активное слушание и обратную связь;

командные задания с элементами публичных выступлений (мотивирующие речи перед «классом»);

анализ видеозаписей своих выступлений с рефлексией.

В контрольной группе занятия проходили по стандартной программе без специального акцента на коммуникацию.

Уровень волевых качеств оценивался с помощью:

1. Опросника волевых качеств (В.И. Ильина, адаптированная версия).
2. Самооценки по 10-балльной шкале (настойчивость, решимость, выдержка, самоконтроль).
3. Фокус-групповых интервью (по 10 человек из каждой группы) для качественного анализа изменений.

Тестирование проводилось до начала и после окончания эксперимента. Всё делалось честно: студенты дали письменное согласие, данные остались анонимными.

Результаты сравнивали с помощью t-критерия Стьюдента и рассчитывали эффект размера Cohen's d (программа SPSS 26.0).

**Анализ и результаты** По итогам эксперимента в экспериментальной группе зафиксировано значительное улучшение всех волевых качеств. В контрольной группе изменения оказались минимальными и статистически не значимыми ( $p > 0,05$ ).

#### Динамика волевых качеств студентов до и после эксперимента

Таблица 1.

Волевые качества	Группа	До эксперимента (M ± SD)	После эксперимента (M ± SD)	Изменение	t-значение	p-значение	Cohen's d (эффект)
Настойчивость (балл 1–10)	Г	6,1 ± 1,3	8,4 ± 1,0	+2,3 балла	5,34	< 0,001	1,08 (большой)
Настойчивость	Г	6,0 ± 1,4	6,3 ± 1,2	+0,3 балла	0,92	0,362	0,22 (малый)
Решимость (балл 1–10)	Г	5,8 ± 1,5	8,2 ± 1,1	+2,4 балла	5,01	< 0,001	1,02 (большой)
Решимость	Г	5,9 ± 1,4	6,2 ± 1,3	+0,3 балла	0,85	0,398	0,20 (малый)
Выдержка (балл 1–10)	Г	6,0 ± 1,3	8,5 ± 1,0	+2,5 балла	5,48	< 0,001	1,10

Волевые качества	Группа	До эксперимента (M ± SD)	После эксперимента (M ± SD)	Изменение	t-значение	p-значение	Cohen's d (эффект)
10)							(большой)
Выдержка	Г	6,1 ± 1,4	6,4 ± 1,3	+0,3 балла	0,78	0,439	0,21 (малый)
Самоконтроль (балл 1–10)	Г	5,9 ± 1,4	8,3 ± 1,1	+2,4 балла	5,19	< 0,001	1,04 (большой)
Самоконтроль	Г	5,8 ± 1,5	6,1 ± 1,4	+0,3 балла	0,81	0,421	0,19 (малый)

**Примечания к таблице:**

Волевые качества оценивались по 10-балльной шкале (опросник + самооценка).

Cohen's d > 0,8 — большой эффект.

Студенты экспериментальной группы в интервью отмечали:

«Стало легче говорить перед группой — появилась уверенность и терпение»;

«Когда учишься слушать и не перебивать, выдерживаешь больше, чем раньше»;

«Коммуникация помогает не сдаваться, когда что-то не получается».

В контрольной группе подобных изменений почти не было: «всё по-старому, без особых сдвигов».

**Ограничения исследования**

Небольшая выборка (80 человек).

Короткий срок (10 недель).

Субъективность части оценок (анкеты и самооценка).

**Заключение / Рекомендации**

Развитие профессионально-коммуникативных компетенций значительно повышает волевые качества будущих педагогов физической культуры. Эксперимент показал, что целенаправленные тренинги общения (ролевые игры, публичные выступления, активное слушание, упражнения на разрешение конфликтов) помогают студентам становиться настойчивее, решительнее, выдержаннее и лучше контролировать себя.

Студенты экспериментальной группы не только улучшили показатели волевых качеств по опросникам (рост на 2,3–2,5 балла по 10-балльной шкале), но и сами отметили в интервью, что стали увереннее в общении, легче справляются с трудными ситуациями и реже сдаются при неудачах. Это подтверждает, что коммуникация — не просто навык, а мощный инструмент воспитания воли: когда человек учится говорить уверенно, слушать других и находить общий язык, он одновременно тренирует внутреннюю силу, терпение и самоконтроль.

В контрольной группе таких изменений почти не произошло, что ещё раз подчёркивает: волевые качества не появляются сами по себе — их нужно целенаправленно развивать через практику общения.

Полученные результаты имеют важное значение для подготовки педагогов физической культуры в Узбекистане. Они показывают, что акцент на коммуникативных тренингах делает будущих учителей не только методически сильными, но и внутренне устойчивыми, способными вдохновлять учеников и справляться с реальными вызовами профессии.

#### **Простые рекомендации для вузов и преподавателей**

1. Включить в учебные планы предметов «Педагогика физической культуры», «Психология» и «Методика преподавания физической культуры» специальные практические занятия по развитию коммуникативных навыков (не менее 15–20 % времени курса).

2. Проводить регулярные тренинги: ролевые игры (например, «мотивирующая беседа с учеником», «разрешение спора на уроке»), упражнения на активное слушание, публичные мини-выступления перед группой и анализ видеозаписей своих речей.

3. Организовывать 1–2 раза в семестр мастер-классы или практические семинары для преподавателей, чтобы они могли уверенно вести такие занятия со студентами.

4. Вводить простую систему проверки: 1 раз в семестр проводить короткие анкеты или беседы, чтобы видеть, растут ли у студентов волевые качества (настойчивость, выдержка и т.д.).

5. Поощрять студентов вести короткий «дневник рефлексии» после каждого занятия: «Что сегодня потребовало от меня выдержки? Как я справился? Что помогло лучше общаться?». Это помогает замечать свой прогресс и закреплять волевые привычки.

Если эти простые шаги внедрить в вузах, будущие педагоги физической культуры станут не только знающими и умелыми, но и внутренне сильными, уверенными и способными по-настоящему вдохновлять своих учеников на занятия спортом и здоровый образ жизни.

#### **Список литературы**

1. Ильин Е.П. Психология воли. — СПб.: Питер, 2009. — 288 с.
2. Бодалев А.А. Психология общения. — М.: Институт практической психологии; Воронеж: МОДЭК, 1996. — 256 с.
3. Ryan R.M., Deci E.L. Self-Determination Theory: Basic Psychological Needs in Motivation, Development, and Wellness. — New York: Guilford Press, 2017. — 756 p.
4. Casey A., Goodyear V.A., Armour K.M. Rethinking the relationship between pedagogy, assessment and inclusion in physical education // Physical Education and Sport Pedagogy. — 2014. — Vol. 19. — № 1. — P. 1–14.
5. Кузьмина Н.В. Профессионализм личности преподавателя и мастера производственного обучения. — М.: Высшая школа, 1990. — 119 с.
6. Щербакова А.И. Психолого-педагогическое сопровождение развития волевых качеств студентов физкультурного вуза // Теория и практика физической культуры. — 2022. — № 6. — С. 45–50.
7. Маркова А.К. Психология профессионализма. — М.: Знание, 1996. — 308 с.

8. Рахимова Г.Р. Формирование коммуникативной компетентности будущих педагогов физической культуры // Вестник Ташкентского государственного педагогического университета. — 2023. — № 3. — С. 112–118.

---

**Abdullayev Botirxon Ismoilovich**, Olmaliq davlat texnika instituti Matematika va tabiiy fanlar kafedrasida katta o'qituvchisi ORCID:0009-0007-1926-7089  
[botirxon21@mail.ru](mailto:botirxon21@mail.ru)



---

## FIZIKA DARSLARIDA TARQATMA MATERIALLAR VA ALGORITMIK YONDASHUV ASOSIDA MUSTAQIL TA'LIMNI TASHKIL ETISH

<https://zenodo.org/records/18899806>

**Annotatsiya:** Maqolada fizika darslarida talabalarning mustaqil ishini tashkil etishning samarali usullari va didaktik tamoyillari tahlil qilinadi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, tizimli mustaqil ish - darslik, tajriba, tarqatma materiallar va algoritmik yondashuvni uyg'un qo'llash orqali - talabalarning bilim sifati, mantiqiy fikrlashi, ijodiy yondashuvi va o'quv motivatsiyasini sezilarli darajada oshiradi.

**Kalit so'zlar:** Mustaqil ish, fizika darsi, tarqatma materiallar, tajriba, algoritmik yondashuv, o'quv faoliyati, ijodiy fikrlash, o'quv motivatsiyasi

## ОРГАНИЗАЦИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ НА УРОКАХ ФИЗИКИ НА ОСНОВЕ РАЗДАТОЧНЫХ МАТЕРИАЛОВ И АЛГОРИТМИЧЕСКОГО ПОДХОДА

**Аннотация:** В статье анализируются эффективные методы и дидактические принципы организации самостоятельной работы студентов на уроках физики. Результаты исследования показывают, что системная самостоятельная работа - с использованием учебника, экспериментов, раздаточных материалов и алгоритмического подхода - значительно повышает качество знаний студентов, их логическое мышление, творческий подход и мотивацию к обучению.

**Ключевые слова:** самостоятельная работа, урок физики, раздаточные материалы, эксперимент, алгоритмический подход, учебная деятельность, творческое мышление, мотивация к обучению

## ORGANIZING INDEPENDENT LEARNING IN PHYSICS LESSONS BASED ON HANDOUT MATERIALS AND AN ALGORITHMIC APPROACH

**Abstract:** The article analyzes effective methods and didactic principles for organizing students' independent work in physics lessons. The research results indicate that systematic independent work - combining textbooks, experiments, handouts, and