

Секция «Психология здоровья и психология спорта»

**Исследование мотивации достижения спортивного мастерства у юных спортсменов**

*Рогачев Александр Иванович*

*Студент (бакалавр)*

Мордовский государственный педагогический институт имени М.Е. Евсевьева,

Республика Мордовия, Россия

*E-mail: sanchez1994@mail.ru*

Изучение феномена мотивации и разработка данной проблемы является одной из ключевых задач психологии спорта на сегодняшний день. Это обусловлено тем, что мотивация спортсмена является наиважнейшим фактором, детерминирующим его работоспособность, профессиональный рост и результативность на соревнованиях [4].

В результате анализа научной литературы по проблеме исследования следует отметить, что мотивация имеет высокую значимость в любой деятельности человека, особенно в спортивной, где в очень сжатые сроки требуется достичь наилучшего результата в ситуации жесткой конкуренции как в индивидуальных, так и в командных видах спорта.

Знание особенностей мотивационной сферы личности спортсмена позволяет целенаправленно готовить его к достижению высоких результатов. Именно в связи с этим практическое применение принципов мотивации спортивной деятельности является тем резервом, за счет которого возможно сделать качественный скачок в деле подготовки спортсмена [2].

Мотивация является не только стержневой характеристикой личности спортсмена и ведет его к поставленной цели, но и оказывает влияние на характер всех процессов, протекающих в организме в ходе деятельности. Главной же особенностью спортивной мотивации является ее прямое влияние на результативность деятельности спортсмена. В условиях жесткого соревновательного противоборства можно ожидать полной самоотдачи и стремления к победе лишь у мотивированного спортсмена, обладающего максимальной выраженностью мотивации. Недооценка роли мотивационных факторов, учета динамики изменения мотивов спортивными педагогами, тренерами, самими спортсменами часто приводит к тому, что человек оказывается неспособным проявить свои возможности, реализовать ту огромную работу, которую он совершает, занимаясь спортом [6].

Мотивация достижения у спортсменов является одним из важных компонентов их профессиональной деятельности. При отсутствии мотивации достижения спортсмен не может достичь высокого результата [5].

С целью изучения мотивации достижения спортивного мастерства у юных спортсменов нами проведено исследование, в котором приняло участие 46 спортсменов юношеского возраста, в том числе 26 мужского пола, 20 женского пола; 25 спортсменов, имеющих спортивную квалификацию кандидата и мастера спорта и 21 спортсмен, не имеющих спортивной квалификации. Стаж занятия спортом от 3 до 10 лет, занимающихся легкой атлетикой.

В процессе исследования использовались следующие методики: методика «Мотивация к достижению успеха и избеганию неудач» [1]; методика «Мотивы занятия спортом» (А. В. Шаболтас) [3].

Согласно полученным данным по методике «Мотивация к достижению успеха и избеганию неудач», можно констатировать, что низкий уровень мотивации к достижению успеха и избеганию неудач не выявлен.

Средний уровень мотивации к достижению успеха обнаружен у 33 процентов спортсменов, средний уровень мотивации к избеганию неудач обнаружен у 39 процентов юношей.

Высокий уровень мотивации к достижению успеха обнаружен у 67 процентов спортсменов, высокий уровень к избеганию неудач выявлен у 61 процента юношей.

Согласно полученным данным по методике «Мотивы занятия спортом» среди спортсменов не имеющих спортивную квалификацию 6 (13 процентов) доминирующим мотивом занятия спортом является мотив социального самоутверждения; по 5 (10,9 процентов) спортсменов выбрали мотивы физического самоутверждения и достижения успеха в спорте; 3 (6,5 процентов) спортсмена выбрали мотив подготовки к профессиональной деятельности; у 2 (4,3 процентов) преобладает мотив эмоционального удовольствия.

Тогда как у спортсменов имеющих спортивную квалификацию кандидата и мастера спорта доминирующим мотивом является мотив достижения успеха 14 (30,4 процентов); у 8 (17,5 процентов) выявлен мотив эмоционального удовольствия; 3 (6,5 процентов) спортсмена выбрали мотив социального самоутверждения.

Полученные данные по методике выявили доминирующий мотив занятия спортом. Помимо доминирующего мотива у каждого спортсмена были выявлены и другие группы мотивов, но они имеют второстепенное значение.

Мотивация спортивной деятельности у юных спортсменов характеризуется определенной динамикой: у начинающих спортсменов преобладают опосредованные мотивы, у опытных ведущими являются мотивы достижения спортивного мастерства. Эти изменения происходят под влиянием учебно-тренировочных занятий и участия в соревнованиях, в ходе которых спортсмены обретают необходимый опыт, добиваются высоких спортивных результатов и обретают уверенность в своих силах. Чем выше показатели спортивной квалификации спортсмена, тем выраженнее мотивация достижения спортивного мастерства.

На основе полученных данных нами предложены психолого-педагогические рекомендации развития мотивации достижения спортивного мастерства у юных спортсменов: оптимальное соотношение поощрений и наказаний; правильная постановка цели; установка на спортивное достижение; создание благоприятного социально-психологического климата; эмоциональность тренировочных занятий; установление конструктивных взаимоотношений тренера и спортсмена; развитие традиций в команде; осознание спортсменом своей полезности; совместное принятие решений и др.

### Источники и литература

- 1) Грецов А. Г. Практикум по психодиагностическим методикам для тренеров, работающих с подростками. СПб., 2009.
- 2) Демченкова О. Н. Особенности мотивации самодетерминации борцов-подростков // Материалы V Международной научно-практической конференции психологов физической культуры и спорта «Рудиковские чтения», 2 июня 2009 г. М., 2009. С. 238.
- 3) Ильин Е. П. Мотивация и мотивы. СПб., 2011.
- 4) Квитчастый А. В., Бочавер К. А. К вопросу о диагностике спортивной мотивации: адаптация опросника «sport motivation scale» // Спортивный психолог. 2012. № 1. С. 38.
- 5) Кузовкин В. В., Харитоновна А. И. Особенности мотивации достижения у профессиональных спортсменов (на примере женской сборной команды России по дзюдо) // Материалы VII Международной научно-практической конференции психологов

физической культуры и спорта «Рудиковские чтения», 6 июня 2011 г. М., 2011. С. 79.

- б) Федулов И. С. Проблема формирования мотивации достижения в спортивной деятельности подростков // Материалы междунар. науч. конф. «Психологические науки: теория и практика». М., 2012. С. 119.

**Слова благодарности**

Благодарю за внимание!