

## МОТИВАЦИЯ ЛИЧНОСТИ К ЗАНЯТИЯМ НЕОЛИМПИЙСКИМИ ВИДАМИ СПОРТА

Маслов Д.В.<sup>1</sup>, Тарасова Т.В.<sup>1</sup>, Щанкина Н.С.<sup>1</sup>, Черемушкина Д.С.<sup>1</sup>

<sup>1</sup>ФГБОУ ВПО «Мордовский государственный университет им. Н.П. Огарёва», Саранск, Россия (430005, Республика Мордовия, г. Саранск, ул. Большевикская, д. 68, e-mail: dep-mail@adm.mrsu.ru

В настоящей статье проведены исследования компонентов мотивации личности спортсмена к занятиям неолимпийскими видами спорта. Актуальность данной проблемы состоит в том, что мотивация спортсмена к спортивным занятиям, как правило, должна быть направлена на достижение результатов. Этот результат может быть оценен психофизиологическими параметрами человека, высокими достижениями, которые направлены на удовлетворение первичных и высших потребностей. В настоящее время необходимо пробудить заинтересованность подростков к занятиям спортом, что способствует гармоничному развитию личности. Выделение мотивов для каждого спортсмена является индивидуальной психолого-педагогической задачей. В нашем исследовании раскрываются некоторые вопросы спортивной мотивации, подчеркивается роль тренера в их формировании, рассматриваются ведущие направления регулирования потребности и мотивации личности спортсмена в неолимпийских видах спорта.

Ключевые слова: психология, спорт, мотивация, неолимпийские виды спорта, тренер, спортсмен

## THE MOTIVATION OF THE PERSON TO PARTICIPATE IN THE NON-OLYMPIC SPORTS

Maslov D.V.<sup>1</sup>, Tarasova T.V.<sup>1</sup>, Shankina N.S.<sup>1</sup>, Cheremyshkina D.S.<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Ogarev Mordovia State University, Saransk, Russia (68 Bolshevistskaya Str., Saransk 430005, Republic of Mordovia, Russia), e-mail: dep-mail@adm.mrsu.ru

In this paper we studied the components of motivation individual athlete to employment of non-Olympic sports. The urgency of this problem is that the motivation of the athlete to sports activities, as a rule, should contain and be aimed at achieving results. This result can be assessed physiological parameters of human good results, which are aimed at meeting the needs of primary and higher. At the present time, it is necessary to awaken the interest of teenagers in sports, which contributes to the harmonious development of personality. Allocation patterns for each athlete is an individual psycho-pedagogical task. In our study revealed some issues of sports motivation, emphasizes the role of the coach in their formation, considered the leading destinations regulatory needs and motivation of the individual athlete in the non-Olympic sports.

Keywords: psychology, sports, motivation, non-Olympic sports, coach, athlete

В настоящее время психология признанно является эффективным средством для реализации и организации спортивной деятельности. Спортивная психология очень глубоко рассматривает вопросы мотивации как одного из факторов успешного овладения тем или иным видом спорта и повышения мастерства в данном виде деятельности. Не так широко изучены и рассмотрены в современных исследованиях методы и способы мотивации в спорте, в частности в неолимпийских видах спорта.

Мотивационная сфера – значимый компонент в процессе организации спортивной деятельности. Интерес к занятиям выражен именно мотивацией, также она отражает отношение к спорту, заинтересованность, поэтому очень важно формировать мотивы у спортсменов, которые необходимы для рационализации деятельности спортсмена и повышения эффективности психолого-педагогических воздействий на него.

В психологии повседневной жизнедеятельности человека все то, что выступает в качестве внутренних побудителей к деятельности или поведению, является мотивами.

Актуализация изучения вопросов мотивационной сферы спортсмена – путь к успешному повышению спортивного мастерства. Заинтересованность в спортивных занятиях характеризуется именно мотивацией, также она отражает позицию по отношению к спорту. Поэтому очень важно формировать мотивы у спортсменов, которые необходимы для организации правильной деятельности по подготовке к соревнованиям и увеличения эффективности психологических воздействий на него.

На данном этапе развития науки методы мотивации в спорте изучены недостаточно. Особенно актуален этот компонент для неолимпийских спортивных дисциплин. Мотивация является значимым фактором в достижении спортивных успехов. Известно, что мотив – это повод, внутренний психологический источник либо побудительная причина поведения человека.

Современные психологи подразумевают под мотивацией внутреннее состояние человека или некий психический процесс, который воздействует в промежутке между стимулом и реакцией и вызывает реакцию человека на данный стимул [1, с. 7].

Далее обратимся к понятию мотивационной сферы человека. Под этим понятием подразумевают сумму разновидностей всех мотиваций. Мотивационная сфера развивается и растет на протяжении всей жизни индивида.

Интересы человека позволяют оценить его мотивационную сферу. В реализации спортивной деятельности для индивида характерны такие параметры, как уровень развития, сложность и многоступенчатость мотивационной иерархии, что способствует достижению поставленной цели и продуктивному планированию, направленному на высокий результат.

Синхронное выполнение одного и того же физического упражнения привело к появлению спорта. Спорт в отличие от других видов физической деятельности имеет ряд особенностей: наличие соревновательного момента; более развитые физические способности; психическую стойкость или, как мы ее называем, «сила духа» (или «сила воли»); выделение спортсмена из ряда других людей за счет достижения новых высот; систематические, целенаправленные, многолетние тренировки, проводимые с целью улучшения своих результатов.

С развитием разнообразных спортивных дисциплин росла и значимость спортивной психологии. С каждым десятилетием роль спортсмена в соревнованиях не как машины из костей, сухожилий и мышц, а как личности начала выходить на передний план, т.е. учитываются в комплексе физические и психические компоненты, что составляет

психофизиологическую основу готовности спортсмена к занятиям не только физической культурой, но и различными видами спорта [2, с. 7].

Спорт – это конкурентная борьба личностей. Логично предположить, что психолого-этические составляющие в формировании спортсмена определенного уровня достижений являются актуальными на сегодняшний день. Необходимо изучать данные психологические особенности не только у самих спортсменов, но и у тренерского состава. Тренер, обладая высоким уровнем мастерства, не только передает умения и навыки спортсмену, но и формирует его мотивационную составляющую к занятиям определенным видом спорта.

Моментом зарождения психологии спорта считается 1913 г., когда с подачи Международного олимпийского комитета на очередном конгрессе впервые рассматривались психологические аспекты спорта того времени. С тех пор прошло более столетия, появилось большое количество новых видов спорта, многие из которых не включены в олимпийскую программу. Многие люди наравне с олимпийскими видами спорта занимаются и неолимпийскими видами спорта. Это объясняется тем, что не для всех личностей занятие спортом мотивируется стремлением к титулам и известности, многие люди занимаются спортом для удовлетворения своих потребностей, для поднятия самооценки в глазах себя и окружающих.

На сегодняшний момент развитие психологии спорта позволяет решать такие задачи, как становление и укрепление причин, дающих спортсмену стимул для улучшения соревновательных результатов; обеспечение определенных условий, позволяющих спортсмену проявлять и развивать себя; развитие взаимопонимания между спортсменом и наставником; обеспечение оперативной психологической поддержки для спортсмена при возможном поражении.

В психологии спортивной деятельности принято считать, что качественная подготовка спортсмена состоит из тактического, технического, психологического и физического аспектов. Несмотря на важность каждого из аспектов, наиболее значимый – психологический. Для данного аспекта характерно представление о спортсмене как о личности. Именно сам человек решает стать спортсменом, именно он взаимодействует со своим наставником, тренером, мотивируя себя к достижению цели. На данном этапе развития спортивной деятельности тренер должен пользоваться основными приемами психологии во взаимодействии со спортсменом.

Психология поможет тренеру изучить наилучшие рычаги влияния на своего подопечного, что в конечном итоге приведет к разностороннему совершенствованию спортсмена. В зависимости от мотивов личности спортсмена результаты одинаковых

тренировок могут дать различные результаты. Стимулы, как и мотивы спортсменов на повседневных тренировках или при участии в соревнованиях, различны.

Многие спортивные психологи с мировым именем пытались классифицировать и упорядочить самые распространенные причины для занятий спортом, будь то профессиональная или любительская спортивная деятельность.

1. По направленности на процесс и результат в ходе осуществления спортивной деятельности.

2. Заинтересованность в спортивной деятельности, удовольствие от процесса, ожидание возможных чемпионских наград, влияние на социальное окружение спортсмена. По уровню устойчивости мотивации: кратковременная, быстро проходящая мотивация и долговременная, устойчивая мотивация.

3. В зависимости от приоритетных целей спортсменов: связанные непосредственно с целью занятий спортивной деятельностью и стимулы, которые побуждают спортсменов к спортивной деятельности.

4. Система мотивации может быть индивидуальной и групповой. При индивидуальной мотивации личность руководствуется личным интересом, который привел ее к занятиям спортом. При групповой мотивации подразумеваются такие мотивы, как патриотизм, честный соревновательный момент и т.д.

5. По доминирующей установке: мотивация,двигающая людей с целью достижения всех видов успеха, и мотивация,двигающая людей с целью уклонения от возможных неудач и поражений.

Недостаточная изученность мотивации в психологии спорта повлияла на формирование методики исследования. По словам исследователя спортивной психологии А.А. Ильина [3, с. 7], каждый начинающий спортсмен ставит на первое место самоутверждение, желание самосовершенствоваться, получение удовлетворения от спортивного процесса и другие аспекты материального и духовного плана. При этом каждый спортсмен может иметь как один вид мотивов – желание самосовершенствоваться, так и несколько – самоутверждение, получение удовлетворения от результатов своей деятельности. Так, И.Г. Келишев считает отправным стимулом спортивной деятельности внутригрупповую симпатию, что подтверждается опросом около 900 спортсменов [4, с. 7]. Суть данного стимула – не желание выиграть всевозможные соревнования, а желание общаться со своими сверстниками. Общение является базовой потребностью личности.

Ю.Ю. Палайма разделил спортсменов на две категории в зависимости отдвигающих их вперед мотивов. Первую категорию спортсменов ученый назвал коллективистами. Они демонстрируют лучшую работу в команде. Данной группой управляют коллективные и

моральные стимулы. Вторая группа – индивидуалисты. Эта категория спортсменов достигает высоких результатов при одиночной игре [5, с. 7]. Индивидуалистами движет жажда саморазвития, самоутверждения и самовыражения.

А. Ц. Пунин сделал вывод, что на протяжении всей спортивной жизни каждого спортсмена роль и влияние того или иного стимулятора могут изменяться. Он выдвинул теорию о смене стимулов для спортсменов на разных временных отрезках их спортивной жизни. На каждом отрезке карьеры спортсмена преобладают свои главенствующие мотивы [6, с. 8].

А.Ц. Пунин предложил следующий список изменения мотивов человека.

1. Мотивы начальной стадии являются инстинктивными и базирующимися на основе эмоций. Такие мотивы во многих случаях являются краткосрочными и нестойкими и обусловлены естественной человеческой потребностью заниматься физической активностью.

2. Мотивы, связанные с устойчивостью занятий избранным видом спорта, достижением успехов в спорте, приобретением специальных навыков; мотивы, связанные с моралью, с самоутверждением, с азартом, с желанием самосовершенствоваться, с желанием добиться определенных материальных благ в ходе спортивной деятельности.

3. Мотивы стадии высшего спортивного мастерства: в данном пункте основным и определяющим мотивом становится мотив достижения успеха в спорте.

Основным локомотивом покорения новых спортивных высот являются именно мотивы. В качестве понятия успеха в спортивных состязаниях могут выступать достижения, важные лично для спортсмена. К данным достижениям можно отнести приобретение желаемых навыков, формирование своего тела, профилактику здоровья, просто получение удовольствия.

В результате краткого анализа изучения мотивационной сферы личности спортсмена нами были выделены основные мотивы занятием неолимпийскими видами спорта, которые соответствуют таковым психологическим аспектам в занятиях спортивной деятельностью. Подчеркнута роль тренера в формировании стойких мотиваций, которые подкрепляются поэтапно достигаемых результатов в соревновательной деятельности спортсмена. Мотивы, связанные с занятиями видами спорта, не вошедшими в Олимпийскую программу, подвигают спортсмена к самосовершенствованию, самообладанию, активности и личностному росту. Появление потребности к занятиям определенным видом спорта, их неполная удовлетворенность на определенном этапе достижений формирует высшие мотивы спортивного мастерства.

#### **Список литературы**

1. Березин Ф. Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека / Ф. Б. Березин. — Л.: Наука, 1988. — 270 с.
2. Виленский М. Я., Литвинов Е. Н. Физическое воспитание школьников: вопросы перестройки // Физическая культура в школе. — 1990. — № 12. С. 2–7.
3. Ильин А. А., Марченко К. А., Капилевич Л. В., Давлетьярова К. В. Формы и способы мотивации студентов к занятиям физической культурой / А. А. Ильин // Вестник Томского государственного университета: Психология и педагогика. — № 360. — Томск, 2012. С. 143–147.
4. Келишев И. Г., Влияние занятий физическими упражнениями и спортом на развитие некоторых психических функций: Метод. разраб. для студентов ин-тов физ. культуры / Л. С. Солнцева, И. Г. Келишев, 20 с. 20 см., М. Б. и. 1980.
5. Палайма Ю.Ю. Мотивация спортивной деятельности школьников. — М., 1966. — С. 56–64.
6. Психология физического воспитания и спорта / Под ред. Т. Т. Джамгарова и А. Ц. Пунин. — М.: ФиС, 1989. — 143 с.

**Рецензенты:**

Винтин И.А., д.п.н., доцент, заведующий кафедрой психологии Мордовского государственного университета им. Н.П. Огарёва, г. Саранск;

Андронов В.П., д.псх.н., профессор кафедры психологии Мордовского государственного университета им. Н.П. Огарёва, г. Саранск.