

ОСОБЕННОСТИ МОТИВОВ ЗАНЯТИЯ ГИРЕВЫМ СПОРТОМ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ

Шабанов М.О., Симень В.П.

ФГБОУ ВО «Чувашский государственный педагогический университет им. И.Я. Яковлева», Чебоксары, e-mail: simen.vladimir@yandex.ru

В статье на основе анализа результатов экспериментального исследования приводятся показатели мотивов занятия гиревым спортом военнослужащих вооруженных сил Российской Федерации. В ходе анкетного опроса 53 гиревиков высокой квалификации, в том числе 37 кандидатов в мастера спорта России, 12 мастеров спорта России и 4 мастера спорта России международного класса, с применением методики «Мотивы занятия спортом» установлено, что у военнослужащих доминирующими мотивами занятия гиревым спортом являются желание реализовать свои потенциальные возможности, им нравится тренировочный процесс, они хотят улучшить материальное положение, стремятся добиться спортивных успехов и принести пользу стране. Знание особенностей основных мотивов, побуждающих военнослужащих к занятиям гиревым спортом, как модельных характеристик позволит конкретизировать целевые установки при программировании и организации учебно-тренировочных занятий на этапах совершенствования спортивного мастерства и высших спортивных достижений.

Ключевые слова: гиревой спорт, спортивная тренировка, отечество, военнослужащие, иерархия мотивов.

PECULIARITIES OF MOTIVES OF DOING KETTLEBELL-LIFTING IN THE ARMED FORCES

Shabanov M.O., Simen V.P.

I. Yakovlev Chuvach State Pedagogical University, Cheboksary, e-mail: simen.vladimir@yandex.ru

The article provides the questionnaire results of 53 respondents on the peculiarities of the motives of doing kettlebell-lifting in the Armed Forces of the Russian Army. The article concludes that the predominant motives of doing kettlebell-lifting are the desire to unlock their potential, they like the training process, they want to improve their financial situation, they also strive to achieve sporting success and make a positive contribution to the country. The knowledge of the main motives that encourage highly skilled kettlebell-lifters will enable coaches to specify target setting when programming and organizing training sessions on stages of improving sports skills and sports achievements.

Keywords: kettlebell-lifting, athletic training, fatherland, the military, hierarchy of motives.

На Руси всегда уважали и почитали людей, обладающих большой физической силой, богатырей, витязей, способных защитить свою семью, народ и Отечество.

Гиревой спорт является прекрасным средством воспитания физической выносливости, силы, упорства, терпения, а также психической устойчивости военнослужащих. Это подтверждают многочисленные наблюдения, проведенные в различных регионах и условиях службы, а также в период ведения боевых действий. Например, в Афганистане и в Таджикистане, по воспоминаниям бывших участников локальных войн в этих странах, почти во всех подразделениях совершенно стихийно создавались места для занятий с тяжестями. Здесь, неизвестно откуда, появлялись гири и старые штанги с «блинами» различного веса, танковые траки и «катки». Изготавливались самодельные тренажеры, скамейки, стойки и т. д. Эти примеры показывают, как необходимы занятия с «железом» для психологической

разгрузки военнослужащих, когда они находятся вдали от постоянного места дислокации, от семьи, в непривычных условиях жизни [4].

Упражнения с гирями прививают навыки в переноске тяжестей в процессе учебно-боевой деятельности. Армия, даже оснащенная самой современной техникой, не исключает применения физической силы и проявления выносливости при выполнении различных задач. Тяжелая амуниция, оружие, боеприпасы – ко всему прикладывают свои руки военнослужащие. Ящики с боеприпасами, авиационные средства поражения (бомбы, ракеты и т. п.), артиллерийские снаряды, да и перекатка самих орудий без навыков обращения с тяжестями становятся непосильной нагрузкой во время занятий по боевой подготовке [4].

С целью стимулирования занятий военно-прикладными видами спорта ведомственным Приказом № 725 министра обороны Российской Федерации, генерала армии, Героя России С. К. Шойгу устанавливается материальная надбавка к денежному довольствию военнослужащих. За высший уровень физической подготовки (70 % должностного оклада), за наличие 1 спортивного разряда (80 %), за звание «кандидат в мастера спорта» (90 %), мастера спорта (100 %). Денежная надбавка выплачивается ежемесячно в течение одного года, в конце года проводится итоговая проверка по физической подготовке военнослужащих и при подтверждении высшего уровня происходит пролонгация выплат на следующий календарный год.

Анализ и обобщение научно-методической литературы показал, что на сегодняшний день определены основы формирования мотивации в спортивной деятельности в целом [1, 2 и др.]. Применительно к гиревому спорту изучались особенности мотивов занятия гиревым спортом и типа темперамента высококвалифицированных гиревиков [3].

Наряду с этим в теории и методике гиревого спорта проблема развития самосознания как фактора, обуславливающего функционирование и развитие мотивов занятия спортом, является малоизученной.

Анализ и обобщение научно-методической литературы и педагогической практики свидетельствуют о существовании объективного противоречия между значимостью высокого уровня самосознания личности для развития и функционирования спортивной мотивации, с одной стороны, и недостаточной изученностью особенностей иерархии мотивов занятия гиревым спортом военнослужащих, с другой.

На основании выделенного противоречия мы следующим образом сформулировали проблему исследования: каковы особенности иерархии мотивов занятия гиревым спортом у военнослужащих? Решение этой проблемы выступило в качестве *цели* нашего исследования.

Цель исследования – выявление особенностей мотивов занятия гиревым спортом военнослужащих вооруженных сил Российской Федерации.

Методы и организация исследования. Для достижения цели применялись следующие методы исследования: анализ и обобщение научно-методической литературы, психодиагностика, математическая статистика.

Анализ и обобщение научной и методической литературы позволили составить представление о степени научной разработанности исследуемой проблемы.

Методы психодиагностики применялись для исследования уровня развития спортивной мотивации военнослужащих.

Методы математической статистики применялись для количественного анализа экспериментальных данных. При анализе данных вычислялись, учитывались и использовались процентные соотношения исследуемых аспектов.

Изучение и оценка показателей мотивов занятия гиревым спортом военнослужащих Российской Федерации проводились в апреле 2016 года с применением методики «Мотивы занятия спортом», разработанной А. В. Шаболтас [5]. В анкетном опросе приняли участие 53 гиревика высокой квалификации, служащие в российской армии, в том числе 37 кандидатов в мастера спорта России, 12 мастеров спорта России и 4 мастера спорта России международного класса. Все испытуемые цифрой 1, 2 и 3 отметили мотивы, побуждающие их к занятиям спортом в первую, во вторую и в третью очередь соответственно.

Определялись показатели следующих мотивов занятия гиревым спортом военнослужащих:

- хочу быть в хорошей физической форме;
- хочу обладать хорошей внешностью и фигурой;
- это полезно для здоровья;
- это сейчас модно;
- это возможность общения и приобретения друзей;
- это позволяет мне снять напряжение и расслабиться;
- это хороший отдых и развлечение;
- становлюсь сильнее и могу постоять за себя;
- мне нравится тренировочный процесс;
- хочу чувствовать себя уверенно;
- хочу добиться спортивных успехов;
- с помощью занятий избавлюсь от агрессивности;
- это дает мне надбавку к денежному довольствию;
- хочу реализовать свои потенциальные способности;
- хочу принести пользу воинскому коллективу и своей стране.

Результаты исследования и их обсуждение. Традиционные подходы, ориентированные преимущественно на развитие физических качеств, совершенствование функциональных возможностей организма, вооружение технико-тактическими умениями и навыками, не обеспечивают условий для решения задачи формирования активной личности, способной к спортивному самосовершенствованию.

В настоящее время на крупных всероссийских и международных соревнованиях в сложных условиях спортивной борьбы с исключительно высокой конкуренцией, где спортсмены имеют равную техническую и физическую подготовленность, придерживаются одинаковой тактики, чаще побеждают те из них, кто имеет более сильный мотив, высокий уровень развития морально-волевых и специальных психических качеств. Чем ответственнее соревнования, тем напряженнее спортивная борьба, тем больше значение приобретает психологическое состояние и способность проявления спортсменом морально-волевых качеств.

В спортивной практике есть множество примеров, когда беспорные лидеры сезона в силу срыва психологического характера не попадали в финалы, а спортсмены, не входившие в число фаворитов, во многом благодаря предельной волевой мобилизации часто добивались побед на чемпионатах Европы и мира, на Олимпийских играх.

С точки зрения современной научной теории мотив как сложное психическое состояние личности побуждает и активизирует человека к сознательным действиям и поступкам. Поэтому мотивационная сфера человека играет важную роль как в физической подготовке военнослужащих [4], так и в достижении высоких спортивных результатов [1, 2, 3, 5].

Анализируя достижения современной теории и практики спортивной подготовки, следует отметить, что создание правильной и стойкой системы мотивов, побуждающих спортсменов систематически тренироваться, соблюдать режим и выступать на соревнованиях является одной из задач психологической подготовки спортсменов.

Понятие «мотивация» включает в себя процесс формирования мотива. Одним из более эффективных способов формирования мотивации занятия спортом является участие спортсмена в соревнованиях различного уровня. Для этого заранее планируются старты с равными соперниками и с соперниками более высокой квалификации. Это помогает команде в целом и отдельному спортсмену проявлять максимальную собранность, формирует дисциплину и накапливает опыт участия в соревнованиях.

В процессе интеллектуально-нравственного развития личности, по мере накопления опыта и роста мастерства спортсмена мотивы появляются и преобразовываются. Человек как бы «проживает» этапы становления мотивационной структуры занятий физическими

упражнениями. Вначале проявляется увлеченность физической активностью, «строительством» атлетического телосложения, и возникают в связи с этим душевные волнения, затем зарождается компонент долженствования в спортивной деятельности.

Необходимость управления развитием самосознания для повышения мотивационной готовности личности к эффективному осуществлению спортивной деятельности вытекает из концептуальных положений философско-культурологического подхода, предполагающего акцентирование внимания в спортивной подготовке на формировании духовной составляющей физической культуры личности [1].

Воздействие на наиболее значимые для каждого этапа многолетней спортивной подготовки мотивационные установки спортсменов играет важную роль в достижении высоких спортивных результатов.

Известно, что высокий уровень развития самосознания обуславливает способность к самопознанию, адекватной самооценке соотношения личностных притязаний, жизненных целей и потенциальных способностей, степени соответствия своих качеств и требований общества и определяет благодаря этому характер занимаемой человеком активной жизненной позиции по отношению к себе, своему поведению и деятельности [2].

Приведенные в психолого-педагогической литературе результаты исследований говорят о высокой значимости самосознания как единства процессов самопознания, самоотношения и самоопределения для проявления человеком активности в физическом самосовершенствовании.

Недостаточное развитие самосознания у лиц, занимающихся спортом, выступает одной из значимых причин, приводящих к ослаблению у них спортивной мотивации. Поэтому одной из задач общей психологической подготовки в работе с ними является развитие способности к самопознанию, самоотношению и самоопределению в спортивной деятельности [1, 2].

Между тем проблема развития самосознания как фактора, обуславливающего функционирование и развитие спортивной мотивации военнослужащих, является на сегодняшний день мало исследованной.

В ходе изучения исследуемой нами проблемы установлено (Таблица), что у гиревиков-военнослужащих *в первую очередь* доминирующими поводами для занятия гиревым спортом являются мотивы: это полезно для здоровья (5,66 %); мне нравится тренировочный процесс (6,92 %); становлюсь сильнее и могу постоять за себя (3,77 %); хочу быть в хорошей физической форме (3,14 %).

Показатели силы мотивов занятия гиревым спортом у военнослужащих вооруженных сил
Российской Федерации, n=53

Мотивы	Очередность мотивов, %			Сумма 1-й, 2-й и 3-й очередности мотивов, баллы
	в первую очередь	во вторую очередь	в третью очередь	
...хочу быть в хорошей физической форме	3,14 %	4,40%	0%	12
...хочу обладать хорошей внешностью и фигурой	1,26%	0%	0%	2
...это полезно для здоровья	5,66%	0,63%	1,26%	12
...это сейчас модно	0,42%	1,89%	1,89%	8
...это возможность общения и приобретения друзей	1,89%	2,52%	0%	7
...это позволяет мне снять напряжение и расслабиться	3,14%	3,14%	0%	10
...это хороший отдых и развлечение	0%	2,52%	2,52%	8
...становлюсь сильнее и могу постоять за себя	3,77%	0%	1,89%	9
...мне нравится тренировочный процесс	6,92%	4,40%	1,26%	20
...хочу чувствовать себя уверенно	0,63%	1,89%	0%	4
...хочу добиться спортивных успехов	1,26%	3,14%	4,40%	14
...с помощью занятий избавлюсь от агрессивности	0,63%	0,63%	1,26%	4
...это дает мне надбавку к денежному довольствию	0,63%	2,52%	6,29%	15
...хочу реализовать свои потенциальные способности	1,26%	1,26%	10,06%	20
... хочу принести пользу воинскому коллективу и своей стране	1,89%	3,77%	3,14	14

В иерархии мотивов, побуждающими для занятия гиревым спортом военнослужащих *во вторую очередь*, доминирующими являются мотивы: мне нравится тренировочный процесс (4,40 %); хочу быть в хорошей физической форме (4,40 %); хочу принести пользу воинскому коллективу и своей стране (3,77 %); хочу добиться спортивных успехов, это позволяет мне снять напряжение и расслабиться (по 3,14 %); это возможность общения и приобретения друзей, это хороший отдых и развлечение, и это дает мне надбавку к денежному довольствию (по 2,52 %).

В иерархическом древе мотивов военнослужащих *в третью очередь* доминируют мотивы: хочу реализовать свои потенциальные способности (10,06 %); это дает мне надбавку к денежному довольствию (6,29 %); хочу добиться спортивных успехов (4,40 %); хочу принести пользу воинскому коллективу и своей стране (3,14 %).

В целом в анкетном опросе с учетом суммы 1-й, 2-й и 3-й очередности мотивов, побуждающих к занятию гиревым спортом военнослужащих, мотивы расположились в следующей последовательности: «мне нравится тренировочный процесс» и «хочу реализовать свои потенциальные способности» (по 20 баллов), «это дает мне надбавку к денежному довольствию» (15 баллов), «хочу добиться спортивных успехов» и «хочу принести пользу воинскому коллективу и своей стране» (по 14 баллов), «хочу быть в хорошей физической форме» и «это полезно для здоровья» (по 12 баллов), «это позволяет мне снять напряжение и расслабиться» (10 баллов), «становлюсь сильнее и могу постоять за себя» (9 баллов), «это хороший отдых и развлечение» и «это сейчас модно» (по 8 баллов), «это возможность общения и приобретения друзей» (7 баллов), «хочу чувствовать себя уверенно» и «с помощью занятий избавлюсь от агрессивности» (по 4 балла), «хочу обладать хорошей внешностью и фигурой» (2 балла).

Заключение. Изучение иерархии мотивации у военнослужащих к занятию гиревым спортом выявило систему ведущих и второстепенных мотивов. Военнослужащие, занимающиеся гиревым спортом, больше всего хотят реализовать свои потенциальные возможности, им нравится тренировочный процесс, они хотят улучшить материальное положение, добиться спортивных успехов и принести пользу стране.

Знание особенностей основных мотивов, побуждающих военнослужащих к занятиям гиревым спортом, как модельных характеристик позволит конкретизировать целевые установки при программировании и организации учебно-тренировочных занятий на этапах совершенствования спортивного мастерства и высших спортивных достижений.

Список литературы

1. Бабушкин Г.Д., Бабушкин Е.Г. Формирование спортивной мотивации. – Омск : СибГУФК, 2000. – 179 с.
2. Мельников В.М., Попов А.П. Психология спорта. – М. : РГФАК, 1998. – 91 с.
3. Симень В.П. Особенности мотивов занятия гиревым спортом и типа темперамента высококвалифицированных гиревиков // Актуальные проблемы теории и методики современного гиревого спорта : сб. науч. статей / под ред. В.П. Сименя. – Чебоксары : Чуваш. гос. пед. ун-т, 2015. – С. 84–91.
4. Смоленцев И.В. Гиревой спорт как средство профессионально-прикладной физической подготовки // Актуальные проблемы теории и методики гиревого спорта : сб. науч. статей / под ред. В.П. Сименя. – Чебоксары : Чуваш. гос. пед. ун-т, 2013. – С. 26–29.
5. Шаболтас А.В. Мотивы занятий спортом высших достижений в юношеском возрасте : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01. – СПб., 1998. – 21 с.