

РАЗВИТИЕ МОТИВОВ ЗАНЯТИЙ ГИРЕВЫМ СПОРТОМ

Драндров Г.Л.¹, Пауков А.А.²

¹Чувашский государственный педагогический университет им. И.Я. Яковлева, Чебоксары, e-mail: gerold49@mail.ru;

²Воронежский государственный университет инженерных технологий, Воронеж, e-mail: fitwwc@mail.ru

Высокий уровень развития спортивной мотивации является одним из значимых факторов продолжительности и результативности спортивной деятельности. Поэтому цель нашей работы заключалась в определении особенностей развития мотивационной структуры личности гиревиков в процессе занятий гиревым спортом. Определение относительной силы развития мотивов проводилось с применением модифицированного нами варианта методики «Мотивы занятий спортом». В исследовании приняли участие 10 мастеров спорта (этап высшего спортивного мастерства), 12 кандидатов в мастера спорта (этап спортивного совершенствования) и 13 спортсменов 1-2 спортивного разряда (учебно-тренировочный этап). Исследование мотивационной структуры, наблюдаемой у гиревиков, показало, что в ее развитии в процессе занятий гиревым спортом наблюдаются следующие тенденции: снижение эмоциональной привлекательности спортивной деятельности; снижение значимости гиревого спорта как способа социального и физического самоутверждения; повышение роли гражданско-патриотического и спортивно-познавательного мотива; стабильно высокий уровень значимости достижения успеха и социально-морального мотива; относительно низкий уровень развития мотива подготовки к профессиональной деятельности. В целом эти тенденции говорят об усилении спортивной направленности личности спортсменов, о повышении степени адекватности формируемых мотивационных структур задачам психологической подготовки гиревиков.

Ключевые слова: мотивы занятий спортом, гиревой спорт, этапы спортивной подготовки, мотивационная структура, развитие.

DEVELOPMENT OF MOTIVES FOR KETTLEBELL SPORTS

Drandrov G.L.¹, Paukov A.A.²

¹Chuvash State Pedagogical University. I. Yakovleva, Cheboksary, e-mail: gerold49@mail.ru;

²Voronezh State University engineering technologies, Voronezh, e-mail: fitwwc@mail.ru

A high level of development of sports motivation is one of the significant factors of the duration and effectiveness of sports activities. Therefore, the purpose of our work was to determine the features of the development of the motivational structure of the kettlebell personality in the process of kettlebell lifting. The determination of the relative strength of the development of motives was carried out using a modified version of the method "Motives for sports". The study involved 10 masters of sports (the stage of higher sports mastery), 12 candidates for masters of sports (the stage of sports improvement) and 13 athletes of the 1-2 sports category (the training stage). The study of the motivational structure observed in kettlebell lifting has shown that the following trends are observed in its development during kettlebell lifting: a decrease in the emotional attractiveness of sports activities; a decrease in the importance of kettlebell lifting as a way of social and physical self-affirmation; an increase in the role of civic-patriotic and sports-cognitive motive; a consistently high level of importance of success, and socially-moral motive; relatively low level of development of the motive of preparation for professional activity. In general, these trends indicate an increase in the sports orientation of the personality of athletes, an increase in the degree of adequacy of the formed motivational structures to the tasks of psychological training of kettlebell weights.

Keywords: motives of sports, kettlebell sports, stages of sports training, motivational structure, development.

Высокий уровень развития спортивной мотивации является одним из значимых факторов продолжительности и результативности спортивной деятельности [1]. Поэтому формирование сильных и устойчивых мотивов занятий спортом, побуждающих спортсменов к напряженной систематической тренировочной деятельности с преодолением

психологических и физических трудностей, является одной из задач многолетней спортивной тренировки [1-3].

В Федеральном стандарте спортивной подготовки по виду спорта «Гиревой спорт» подчеркивается, что «результатом реализации программ спортивной подготовки на начальном этапе выступает формирование устойчивого интереса к занятиям спортом; на тренировочном этапе (этап спортивной специализации) - формирование устойчивого интереса и спортивной мотивации к занятиям видом спорта "Гиревой спорт"; на этапе совершенствования спортивного мастерства - формирование мотивации на повышение спортивного мастерства и достижение высоких спортивных результатов; на этапе высшего спортивного мастерства - сохранение мотивации на совершенствование спортивного мастерства и достижение высоких спортивных результатов» [4, с. 5].

Как отмечают многие исследователи, развитие мотивов занятий спортом происходит непосредственно в процессе тренировочной и соревновательной деятельности [5; 6]. Регулярные тренировки с высокими физическими и психическими нагрузками, с одной стороны, требуют потенциально высокого уровня развития мотивационной сферы личности, с другой - создают благоприятные условия для ее проявления, функционирования и совершенствования.

К наиболее эффективным методическим приемам развития спортивной мотивации относится участие в соревнованиях различного уровня, что требует от спортсменов проявления максимальной собранности, дисциплины, психологической устойчивости и волевых качеств, помогает накапливать соревновательный опыт. Формирование у гиревиков мотивов занятий гиревым спортом предполагает ориентацию воспитательного процесса на создание педагогических условий для их актуализации.

Известно, что «в развитии мотивов спортивной деятельности в связи с возрастом и этапами спортивной подготовки наблюдаются следующие тенденции: 1) дифференциация содержания мотивационной структуры; 2) стабилизация мотивационной структуры; 3) усиление взаимосвязи тренировочной и соревновательной мотивации; 4) специализация мотивационной структуры, уменьшение ее индивидуального своеобразия; 5) усиление значимости результативных мотивов по сравнению с процессуальными побуждениями (двигательная активность, соперничество) с последовательным переходом доминирующей роли от потребности в самоутверждении к потребности в повышении своих возможностей, к потребности в достижении наивысшего результата в спорте; 6) повышение адекватности мотивации достижения успеха условиям деятельности; 7) переход от стремления к достижению целей спортивной деятельности, которые ставятся под преимущественным влиянием внешних импульсов, и прежде всего социального окружения, к побуждению

занятиям спортом на основе личного отношения к спорту и самооценки личных качеств; 8) усиление социальной направленности мотивов» [6, с. 2].

При этом среди высококвалифицированных спортсменов доминирующее место в мотивационной структуре занимают стремление достичь успеха, прославить свою страну. Среди спортсменов массовых разрядов наиболее действенным является стремление к физическому самоутверждению. В их мотивационной структуре доминируют социально-моральный мотив и мотив социального самоутверждения [7].

А.В. Шаболтас на основании результатов своих исследований отмечает, что для юношей, занимающихся спортом, «мотив достижения успеха является доминирующим. На второй по значимости позиции находятся социально-моральный и социально-эмоциональный мотивы и мотив эмоционального удовольствия. 3 ранг составили гражданско-патриотический, спортивно-познавательный мотивы, подготовка к профессиональной деятельности и социальное самоутверждение. На последнем месте находятся мотивы физического развития и рационально-волевой мотив» [8, с. 21].

В целом осуществленный нами реферативный обзор литературных данных показал, что на сегодняшний день определены теоретические и методические основы формирования спортивной мотивации. В меньшей степени исследованы особенности развития мотивационной сферы гиревиков с учетом их спортивной квалификации. В этом отношении можно выделить работу В.П. Сименя, в которой «представлена оригинальная структура поэтапной многолетней психологической подготовки гиревиков, приведены задачи, средства, методы и методические приемы преодоления психологических трудностей» [9, с. 177]. В другой работе автором приведены результаты экспериментального исследования, свидетельствующие о том, что «в мотивационной структуре, отражающей отношение к занятиям гиревым спортом у спортсменов-гиревиков, имеющих высокую спортивную квалификацию (КМС, МС, МСМК и ЗМС), доминируют мотивы, обуславливающие спортивную направленность личности. Высококвалифицированные гиревики хотят добиться спортивных успехов, приобрести хорошую физическую форму и получают удовольствие от тренировочного процесса» [10, с. 180].

Недостаточность знаний об особенностях развития мотивационной структуры личности гиревиков в процессе занятий гиревым спортом существенно затрудняет определение конкретных задач ее формирования в процессе спортивной деятельности, выбор средств, методических приемов и методов педагогического воздействия на ее развитие и совершенствование.

Цель нашей работы заключалась в определении особенностей развития мотивационной структуры личности гиревиков в процессе занятий гиревым спортом.

Материал и методы исследования

В качестве материалов исследования использовались представленные в современных литературных источниках знания ученых и специалистов о различных сторонах исследуемой проблемы, а также выявленные нами экспериментальные данные об относительной силе мотивов, входящих в мотивационную структуру личности гиревиков различной спортивной квалификации.

Для измерения показателей развития мотивов занятий гиревым спортом применялась модифицированная нами методика парных сравнений А.В. Шаболтас [8] «Мотивы занятий спортом». Спортсмены проводили парное сравнение относительной значимости для них 10 мотивов занятий гиревым спортом. Мотив, выделяемый в сравниваемой паре мотивов в качестве более значимого, оценивался в один балл. Определялась относительная сила развития по 9-балльной шкале. Количественный анализ показателей относительной силы мотивов, наблюдаемых у спортсменов, проводился с применением t-критерия Стьюдента.

В исследовании приняли участие 35 спортсменов, в том числе 10 мастеров спорта (МС), 12 кандидатов в мастера спорта (КМС) и 13 спортсменов 1-2 разряда (1-2 р-д).

Результаты исследования и их обсуждение. В таблице приведены показатели относительной силы 10 мотивов, которые побуждают спортсменов различной квалификации к занятиям гиревым спортом.

Сравнительный анализ этих показателей свидетельствует о том, что наиболее сильным для спортсменов 1-2 разрядов является социально-эмоциональный мотив (6,5 балла). Их привлекает разнообразие, интенсивность и динамичность эмоциональных переживаний, связанных с различными сторонами спортивной жизни: выполнением тренировочных упражнений, участием в соревнованиях, межличностными и деловыми отношениями с остальными субъектами спортивной деятельности.

Показатели относительной силы мотивов, побуждающих к занятиям гиревым спортом,
баллы ($\bar{X} \pm \sigma$)

Мотивы занятий спортом	Спортивная квалификация			Достоверность различий		
	МС, n=10	КМС, n=12	1-2 р-д, n=13	1 - 2	1 - 3	2 - 3
Эмоциональное удовольствие	2,7±2,2	4,6±1,7	5,9±1,4	>0,05	<0,01	<0,05
Социальное самоутверждение	3,5±1,0	4,2±1,0	4,2±1,3	>0,05	>0,05	>0,05
Физическое самоутверждение	3,7±1,7	6,3±0,9	4,1±1,8	<0,01	>0,05	<0,01
Социально-эмоциональный	6,5±1,9	5,8±1,9	6,5±1,7	>0,05	>0,05	>0,05

МОТИВ						
Социально-моральный мотив	5,7±2,2	4,4±2,3	4,7±1,5	>0,05	>0,05	>0,05
Достижение успеха в спорте	5,0±0,8	4,7±1,3	4,8±1,8	>0,05	>0,05	>0,05
Спортивно-познавательный мотив	7,2±0,9	5,7±1,3	3,5±1,0	<0,05	<0,01	<0,01
Рационально-волевой мотив	1,0±0,8	2,0±1,4	4,1±1,0	>0,05	<0,01	<0,01
Подготовка к профессиональной деятельности	2,5±1,0	2,2±1,3	2,9±1,5	>0,05	>0,05	>0,05
Гражданско-патриотический мотив	6,2±2,2	4,5±1,2	4,2±1,5	<0,05	<0,05	>0,05

Вторыми по значимости мотивами являются стремление к достижению успеха (4,8 балла) и социально-моральный мотив (4,7 балла). Эти данные говорят о том, что для спортсменов значима не только эмоциональная привлекательность спортивной жизни, но и возможность достижения высоких соревновательных результатов, возможность и необходимость внести весомый вклад в деятельность своей команды, не подвести тренера. На третьей позиции находится большая группа мотивов: социального (4,2 балла) и физического самоутверждения (4,1 балла), рационально-волевой (4,1 балла) и гражданско-патриотический (4,2 балла). Занятия гиревым спортом рассматриваются спортсменами как средство и способ физического и психического развития, повышения социального статуса. Спортсмены видят в занятиях спортом возможность разумной организации свободного времени, повышения двигательной активности, восстановления работоспособности, сохранения и укрепления здоровья. Малозначимыми для спортсменов 1-2 разряда являются желание расширить свои знания в области гиревого спорта (3,5 балла) и стремление через занятия гиревым спортом подготовить себя к профессиональной деятельности (2,9 балла).

Для кандидатов в мастера спорта характерно стремление к физическому самоутверждению (6,3 балла), вторыми по значимости для них являются социально-эмоциональный (5,8 балла) и спортивно-познавательный мотивы (5,7 балла). Спортсмены занимаются гиревым спортом, чтобы развить физические качества, сформировать волю и характер, чтобы глубже и полнее раскрыть для себя закономерности и механизмы проявления и развития физических качеств, управления двигательными действиями и овладения техническими приемами гиревого спорта. Они не рассматривают занятия гиревым спортом как один из возможных способов организации свободного времени, активного отдыха и

восстановления умственной работоспособности (2,0 балла), как средство подготовки к будущей профессиональной деятельности (2,2 балла).

Для мастеров спорта наиболее значимым является спортивно-познавательный мотив (7,2 балла) – спортсмены стремятся глубже вникнуть и понять «секреты» повышения спортивного мастерства, стремятся принимать активное участие в разработке совместно с тренером своих тренировочных программ, в анализе, контроле и коррекции процесса и результатов своей спортивной деятельности. Занятия гиревым спортом эмоционально привлекательны для спортсменов специфической атмосферой здорового соперничества и сотрудничества, включающей разнообразные и динамично развивающиеся экстремальные эмоционально насыщенные ситуации общения. Об этом говорят высокие показатели развития социально-эмоционального мотива (6,5 балла). Спортсмены являются членами сборных команд России и ее отдельных регионов, поэтому у них наблюдается высокий уровень развития гражданско-патриотического (6,2 балла), социально-морального (5,7 балла) мотивов и мотива достижения успеха (5,0 балла). Показатели мотивов физического и социального самоутверждения составляют всего 3,7 и 3,5 балла. Остальные мотивы являются для мастеров спорта малозначимыми.

Сравнительный анализ развития мотивов занятий спортом от учебно-тренировочного этапа до этапа высшего спортивного мастерства позволяет выделить следующие тенденции:

- снижение значимости мотива эмоционального удовольствия (от 5,9 до 2,7 балла, при $P < 0,01$) и рационально-волевого мотива (от 4,1 до 1,0 балла, при $P < 0,01$);
- незначительное снижение значимости мотива социального (от 4,2 до 3,5 балла, при $P > 0,05$) и физического (от 4,1 до 3,7 балла, при $P > 0,05$) самоутверждения;
- повышение значимости гражданско-патриотического (от 4,2 до 6,2 балла, при $P < 0,05$) и спортивно-познавательного (от 3,5 до 7,2 балла, при $P < 0,01$) мотивов;
- стабильный относительно высокий уровень развития у всех гиревиков, независимо от спортивной квалификации мотива достижения успеха (от 4,7 до 5,0 баллов), социально-морального мотива (от 4,7 до 5,7 балла), и относительно низкий уровень развития мотива подготовки к профессиональной деятельности (от 2,2 до 2,9 балла).

Заключение. Исследование мотивационной структуры, наблюдаемой у гиревиков, показало, что для спортсменов 1-2 разряда наиболее сильным является социально-эмоциональный мотив. На второй по значимости позиции находятся мотив достижения успеха и социально-моральный мотив.

В мотивационной структуре кандидатов в мастера спорта доминирующая роль принадлежит стремлению к физическому самоутверждению, на втором месте находятся

социально-эмоциональный и спортивно-познавательный мотивы. Менее значимыми для них выступают возможность переживания эмоционального удовлетворения от процесса занятий гиревым спортом и возможность достичь высоких соревновательных результатов.

В мотивационной структуре мастеров спорта доминируют спортивно-познавательный, социально-эмоциональный, социально-моральный и гражданско-патриотический мотивы. Мотивы достижения успеха, физического и социального самоутверждения проявляются на среднем уровне.

В развитии мотивационной структуры гиревиков в процессе занятий спортом наблюдаются следующие тенденции: снижение эмоциональной привлекательности спортивной деятельности; снижение значимости гиревого спорта как способа социального и физического самоутверждения; повышение роли гражданско-патриотического и спортивно-познавательного мотивов; стабильно высокий уровень значимости достижения успеха и социально-морального мотива; относительно низкий уровень развития мотива подготовки к профессиональной деятельности. В целом эти тенденции говорят об усилении спортивной направленности личности спортсменов, о повышении степени адекватности формируемых мотивационных структур задачам психологической подготовки гиревиков.

Список литературы

1. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы. СПб.: Питер, 2011. 508 с.
2. Поручиков В.В., Якименко А.С. Психологическая подготовка гиревиков в соревновательном периоде: матер. научн.-практ. конф. Харьков: ХДУФК им. Г.Р. Державина, 2016. С. 34-37.
3. Шабанов М.О., Симень В.П. Особенности мотивов занятий гиревым спортом военнослужащих Вооруженных сил Российской Федерации // Актуальные проблемы теории и методики современного гиревого спорта: сб. науч. статей. Вып. 3 / под ред. В.П. Сименя. Чебоксары: Чуваш. гос. пед. ун-т, 2016. С. 30-36.
4. Приказ Минспорта России от 26.12.2014 N 1078 «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта». [Электронный ресурс]. URL: http://belsport5.ru/images/docs/about_eo/edustandarts/fssp_giri.pdf (дата обращения: 25.05.2022).
5. Залиханова А.А., Сопов В.Ф. Мотивы спортивной деятельности элитных спортсменов-спринтеров в различных видах спорта // Рудиковские чтения: материалы XIII Международной научно-практической конференции психологов физической культуры и спорта (11-12 мая 2017 г.) / под общей ред. Ю. В. Байковского, А. В. Воцинина. М.: РГУФКСМиТ, 2017. С. 166-171.

6. Драндров Г.Л., Кузьмин Е.Б. Формирование спортивной мотивации у волейболистов 15–16 лет. Чебоксары: Чуваш. гос. пед. ун-т, 2009. 122 с.
7. Пестряева Л.Ш. Особенности мотивов занятий спортом с учетом спортивной квалификации // Проблемы современного педагогического образования. 2016. № 51 (3). С. 237-243.
8. Шаболтас А.В. Мотивы занятий спортом высших достижений в юношеском возрасте: автореф. дис. ... канд. психол. наук. Санкт-Петербург, 1998. 21 с.
9. Симень В.П., Драндров Г.Л. Совершенствование методики психологической подготовки гиревиков в структуре поэтапной многолетней тренировки // Вестник ЧГПУ им. И.Я. Яковлева. 2016. № 2 (90). С. 177-184.
10. Симень В.П., Драндров Г.Л., Матвеев Н.А. Особенности мотивов занятия гиревым спортом высококвалифицированных гиревиков // Вестник Чувашского государственного педагогического университета имени И.Я. Яковлева. 2015. № 3 (87). С. 177-180.