

## **АНАЛИЗ МОТИВАЦИИ ЛЕГКОАТЛЕТОВ К СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ НА НАЧАЛЬНЫХ ЭТАПАХ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ**

**Мартынова В.А., Аршинник С.П., Авдеев М.В.**

*ФГАОУВО «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма», Краснодар, e-mail:viktoria2580@mail.ru, arschinnik\_fk@mail.ru, mark.avdeev.00@mail.ru*

---

**В данной работе нами рассматривается мотивация спортсменов на этапе начальной спортивной подготовки. Анализ научно-методической литературы по данному вопросу выявил основные проблемы формирования мотивации у спортсменов разной квалификации. Мотивация является важной составляющей успеха в любой деятельности, а в основе любой деятельности находится потребность. Это может быть потребность в активности, в физическом совершенствовании или потребность в сохранении и улучшении здоровья – все это составляет психологические основы занятий физической культурой и спортом. Целью данной работы является рассмотрение мотивации к спортивной деятельности легкоатлетов на этапе начальной подготовки. В процессе опроса нами было выявлено, что наибольшее число юных спортсменов пришли заниматься спортом по собственному желанию или по совету родных. Основными мотивами, побудившими юных спортсменов к занятиям легкой атлетикой, явились «улучшение физической подготовленности»; «укрепление здоровья», а также «воспитание воли». По мнению юных легкоатлетов, занятия спортом повлияли на них следующим образом: повысили уровень физической подготовленности; воспитали дисциплинированность; воспитали уверенность в себе; расширили круг друзей. Полученные данные позволяют определить наиболее важные мотивы занятий спортом юных легкоатлетов, что позволит в рамках специальных тренингов более успешно формировать их спортивную мотивацию.**

---

Ключевые слова: физическая культура, спорт, легкая атлетика, мотивация, интересы спортсменов.

## **ANALYSIS OF MOTIVATION OF ATHLETES TO SPORTS ACTIVITY AT THE INITIAL STAGES OF SPORTS TRAINING**

**Martynova V.A., Arshinnik S.P., Avdeev M.V.**

*FGAOUVO «Kuban State University of physical culture, sport and tourism», Krasnodar, e-mail:viktoria2580@mail.ru, arschinnik\_fk@mail.ru, mark.avdeev.00@mail.ru*

---

**In this paper, we consider the motivation of athletes at the stage of initial sports training. The analysis of the scientific and methodological literature on this problem revealed the main problems of the formation of motivation among athletes of different qualifications. Motivation is an important component of success in any activity, and at the heart of any activity is a need. This may be the need for activity, physical improvement or the need to maintain and improve health - all this makes up the psychological basis for physical education and sports. The purpose of this work is to consider the motivation for sports activities of athletes at the stage of initial training. During the survey, we found that the largest number of young athletes came to play sports of their own free will or on the advice of their relatives. The main motives that prompted young athletes to go in for athletics were «improvement of physical fitness»; «health promotion», as well as «education of the will». According to young athletes, sports have affected them in the following ways: increased the level of physical fitness; brought up discipline; raised self-confidence; expanded circle of friends. The data obtained make it possible to determine the most important motives for young athletes going in for sports, which will allow them to more successfully form their sports motivation within the framework of special trainings.**

---

Keywords: physical culture, sports, athletics, motivation, interests of athletes.

Известно, что спортивная деятельность с ее высокими физическими нагрузками и психической напряженностью является той самой сферой человеческой деятельности, где мотивация проявляется наиболее существенно [1].

Мотивация служит важной составляющей успеха в любой деятельности, а в основе любой деятельности находится потребность. Это может быть потребность в активности, в физическом совершенствовании или потребность в сохранении и улучшении здоровья – все

это составляет психологические основы занятий физической культурой и спортом [2, 3].

По мнению В.К. Сафонова (2017): «..не меньшее значение имеет и то, что, не зная особенностей мотивации конкретного спортсмена, нельзя успешно готовить его к спортивным результатам» [4].

Авторы И.Р. Алтунина (2006), Г. Б. Горская (2016), Е.Б. Кузьмин, Ю.П. Денисенко, Г.Л. Драндров (2010) в своих работах утверждают, что проблема мотивов и мотивации является одной из важнейших проблем в спортивной деятельности спортсменов [5–7].

Однако, несмотря на то, что по данному направлению проведено большое число исследований, написано множество статей, монографий и пособий, проблема мотивации в спортивной деятельности еще далека от разрешения.

В связи с этим проведение исследования, направленного на поиск путей повышения мотивации к спортивно-тренировочной деятельности, представляется актуальным и практически значимым.

**Цель исследования** – рассмотреть мотивацию к спортивной деятельности спортсменов на начальных этапах спортивной подготовки.

#### **Материал и методы исследования**

При проведении эксперимента применялись следующие методы исследования: анализ и обобщение научно-методической литературы; анкетный опрос; математическая статистика.

Исследования проводились на платформе Google Forms, что позволило охватить большое количество респондентов. Исследование было проведено с ноября 2021 г. по февраль 2022 г. в форме интерактивной анкеты, которая состояла из 16 вопросов. В исследовании приняли участие 75 спортсмена этапа начальной специализации легкой атлетики.

Результаты опроса были обработаны принятыми в социологии и биометрии способами: рассчитывали соотношение мнений респондентов (%), выявляли доминирующие варианты ответов. При этом рассчитывались такие показатели, как доля (% ответов) и ошибка доли.

#### **Результаты исследования и их обсуждение**

Как было сказано выше, мотивация спортсменов является одним из важнейших аспектов, обеспечивающих эффективность тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов. От понимания мотивов к занятиям спортом на различных этапах спортивной подготовки во многом зависит успешность выступления спортсмена на соревнованиях в будущем. Поэтому необходимо изучать мотивацию на конкретных этапах подготовки. В связи с этим нами была разработана специальная анкета и проведено анкетирование юных спортсменов-легкоатлетов с целью получения информации о мотивации юных спортсменов.

В анкетировании приняли участие 75 респондентов от 7 до 12 лет, из которых 49,3% мальчиков и 50,7% девочек, стаж занятий легкой атлетикой которых составлял от полугода до трех лет. Полученные в процессе статистической обработки результаты анкетных данных представлены ниже в таблицах.

По мнению Г.Б. Горской (1995), одним из факторов мотивации ребенка к выбору спортивной деятельности являются влияние родителей, их спортивная деятельность, спортивные заслуги. Анализ результатов опроса респондентов об уровне спортивной квалификации их родителей свидетельствует, что относительно высокий уровень квалификации (МС и КМС) имели лишь 6,6% родителей, I–III спортивный разряд – 17,4% родителей респондентов; подавляющее большинство опрошенных (76%) отмечают, что их родители не имели спортивных разрядов.

Следующий вопрос анкеты касался личности, побудившей респондентов к занятиям спортом (легкой атлетикой). Полученные результаты представлены в таблице 1.

Таблица 1

Ответы на вопрос: «Кто предложил тебе заниматься спортом (легкой атлетикой)?»

Личность, побудившая заняться спортом	% высказавшихся «за»
По собственному желанию	53,3±5,76
Родственники	16,0±4,23
Учитель физической культуры, тренер	9,3±3,35
Друзья	9,3±3,35
Врач	5,4±2,59
Другое	6,7±2,89

Анализ полученных результатов свидетельствует о том, что больше половины участников исследования – 53,3% – отмечают, что пришли заниматься по собственной инициативе. 16,0% привели в спорт родственники, и лишь 9,3% опрошенных стали заниматься по совету учителя физической культуры или тренера. Столько же участников сделали выбор в пользу легкой атлетики по совету друзей; 5,3% занимаются по рекомендации врача, а 6,7% сделали выбор по каким-то другим причинам.

Таким образом, можно констатировать, что, несмотря на имеющиеся научные данные, у современных детей личность специалиста (тренера, учителя) не является ведущей в выборе спортивных занятий. В то же время большая доля тех, кто выбрал занятия легкой атлетикой по собственному желанию, свидетельствует об осознанном выборе спортивно-тренировочной деятельности.

Следующий вопрос анкеты позволил определить ведущие мотивы, которые побудили участников опроса к занятиям легкой атлетикой. Результаты ответов представлены в таблице 2.

## Основные мотивы, побудившие к занятиям легкой атлетикой

Мотивы к занятиям	% высказавшихся «за»
Желание стать физически развитым, подготовленным	85,3±3,54
Улучшение здоровья	53,3±5,76
Воспитание силы воли	46,7±5,76
Совет старших людей	24,0±4,93
Общение со сверстниками	20,0±4,61
Возможность посмотреть мир	10,7±3,56
Слава, признание, популярность	9,3±3,35
Материальное благополучие	2,7±1,87

Примечание: сумма ответов превысила 100%, так как участникам предоставлялась возможность выбрать более 2 вариантов ответов

Анализ полученных результатов свидетельствует о том, что наиболее значимой причиной, побудившей школьников к занятиям легкой атлетикой, явилось желание стать физически развитым, крепким (подготовленным); этот мотив указали 85% респондентов.

Значительно меньше (при  $p < 0,001$ ), но достаточно большая доля участников исследования (53,3%) назвали мотив занятий «улучшение здоровья». Несколько меньше – 46,7% – указали, что важным мотивом, побудившим их к занятиям, является воспитание силы воли, что действительно возможно благодаря систематическим занятиям. Начали заниматься легкой атлетикой по совету старших 24% респондентов, а потребность в социализации и общении как мотиве занятий выразили 20%. Таким образом, можно констатировать 5 основных мотивов, побуждающих детей к занятиям спортом.

Кроме того, были названы и менее значимые побудительные причины, в частности «возможность путешествовать (в процессе поездок на соревнования), посмотреть мир» (10,7%); «получение общественного признания, славы, популярности» (9,3%); «материальное стимулирование» (2,7%). Данные незначимые мотивы очевидны, поскольку у детей только начинается спортивная карьера и указанные побудительные причины в данный момент неактуальны.

На следующий вопрос анкеты, позволивший оценить характер влияния занятий спортом на образ жизни, были получены результаты, представленные в таблице 3.

Таблица 3

## Ответы на вопрос о влиянии занятий спортом на образ жизни

Влияние занятий на образ жизни	% высказавшихся «за»
Повысили уровень физической подготовленности	82,7±6,47
Приучили к дисциплинированности	49,3±5,77
Воспитали уверенность в себе	46,7±5,76
Расширили круг друзей	41,3±5,68
Лишили жизненных радостей	2,7±1,87

Примечание: сумма ответов превысила 100%, так как участникам предоставлялась возможность выбрать более 2 вариантов ответов

Так, анализ полученных результатов свидетельствует о том, что, по мнению участников опроса, наиболее значимое влияние занятия спортом оказали на уровень их физической подготовленности. По мнению 82,7% респондентов, они стали более быстрыми, выносливыми, сильными и т.п. Кроме того, почти половина опрошенных (49,3%) указали, что они стали более дисциплинированными, а 46,7% сообщили, что занятия спортом способствовали воспитанию уверенности в себе. Другими словами, занятия спортом повысили уровень важных волевых качеств детей. Стоит также отметить, что 41,3% респондентов уверены, что благодаря занятиям легкой атлетикой у них расширился круг общения, появились новые друзья. Данный факт во многом свидетельствует о пользе занятий физической культурой и спортом для социализации личности, отвлечения от вредных привычек и приобщения к здоровому образу жизни. Косвенно это подтверждается и тем, что лишь 2 участника опроса ( $2,7 \pm 1,87\%$ ) признались, что занятия спортом лишили их привычных житейских радостей.

Анализ мотивов, побуждающих продолжать тренироваться в настоящее время (табл. 4), свидетельствует, что главным стимулом к занятиям спортом у большинства (74,7%) респондентов выступает желание достичь в будущем максимального результата. По нашему мнению, данный мотив следует постоянно поддерживать и стимулировать. Именно благодаря этому мотиву возможен рост спортивных результатов и побед на спортивных соревнованиях.

Нельзя не отметить и такие важные мотивы «поддержания», как общение с друзьями (44,0 %) и командный «долг» (верность коллективу) (30,7%). Как первый, так и второй мотив следует максимально поддерживать. При этом первый указанный мотив связан с естественной потребностью ребенка в общении и может симулироваться благодаря формированию и укреплению коллектива группы занимающихся. Второй мотив во многом связан с авторитетом тренера, что актуализирует необходимость поддерживать данный авторитет собственным примером наставника.

Таблица 4

Мотивы, побуждающие заниматься спортом в настоящее время

Побудительные причины продолжать занятия	% высказавшихся «за»
Желание достичь максимального результата	74,7±5,01
Общение с друзьями	44,0±5,73
Не хочу бросать и подводить свою команду и тренера	30,7±5,32
Возможность побывать в других городах	26,7±5,10
Заставляют заниматься родители	16,0±4,23
Желание стать известным	14,7±4,08

Не вижу себя нигде, кроме спорта	9,3±3,35
Материальное вознаграждение	5,3±2,58

Кроме этого, в качестве положительного стимула можно использовать четвертый по популярности мотив, связанный с поездками на соревнования и тренировочные сборы в другие города и населенные пункты (26,7%). Данный потенциальный интерес также целесообразно развивать.

В то же время у начинающих спортсменов уже проявляются не совсем «правильные» мотивы, такие как «заставляют родители» (16,0%) и «материальное вознаграждение» (5,3%). Стоит отметить, что, хотя эти мотивы пока еще проявляются у небольшого числа респондентов, но все же тренерам необходимо способствовать их снижению.

Также в рамках ответов на данный вопрос анкеты был выявлен мотив, который целесообразно культивировать и стимулировать по мере повышения квалификации спортсменов. Этот мотив описывается формулировкой «не вижу себя нигде, кроме спорта», за его наличие высказалось немногим менее 10% респондентов.

Таким образом, следует констатировать, что у юных спортсменов преобладают положительные мотивы, которые в процессе занятий следует развивать и на их основе строить тренировочный процесс.

Далее были проанализированы ответы на вопрос о том, кто влияет на мотивацию юных спортсменов. При анализе были установлены 6 основных причин, указанных в таблице 5.

Таблица 5

Ответы на вопрос о том, кто оказывает влияние на спортивную мотивацию юных легкоатлетов

Личность, оказывающая мотивацию	% высказавшихся «за»
Тренер, учитель	46,6±5,76
Родители (родственники)	17,3±4,36
Друзья, одноклассники	9,3±3,35
Я не нуждаюсь в чей-либо мотивации	2,6±1,85
Затрудняюсь с ответом	13,3±3,92
Другое, в том числе сочетание ответов	10,9±3,60

Анализ показывает, что наиболее авторитетной личностью, оказывающей влияние на мотивацию юных спортсменов, является тренер (учитель), что очевидно. За этот вариант ответа высказались почти половина респондентов (46,6%). На втором месте по данному воздействию оказались родители или родственники юных легкоатлетов (данный вариант выбрали 17,3%). Несмотря на полученные результаты, уровень мотивационного стимулирования взрослых и, прежде всего, тренеров, к занятиям легкой атлетикой следует

признать недостаточным, поскольку более трети участников исследования получают мотивацию от других лиц, и это не то воздействие, которое может оказать знающий специалист.

Следующий раздел анкеты был направлен на изучение мнений занимающихся о «соревновательной» мотивации. Результаты по этому вопросу представлены в таблице 6.

Анализ полученных данных свидетельствует, что наиболее важным стимулом для юных спортсменов, популярным у 65,3% опрошенных, является мотив, связанный с демонстрацией высоких результатов, что понятно. Второй по значимости мотив, но популярный лишь у 10% респондентов, – «мотив участия» («главное не победа, а участие»). Еще меньше приверженцев такого мотива, как «быть первым, лучшим», за него высказались немногим более 9% участников опроса. 8% респондентов посчитали, что главное в соревновании – это получение удовольствия от самого соревновательного процесса. Также стоит отметить, что 6,7% участников анкетирования затруднились с ответом.

Таблица 6

Ответы на вопрос о том, что является главным на соревновании

Факторы, обеспечивающие мотивацию на соревновании	% высказавшихся «за»
Показать высокие результаты	65,3±5,49
Главное – не победа, а участие	9,7±3,40
Быть первым, лучшим	9,3±3,36
Получить удовольствие от соревнований	8,0±3,31
Оправдать надежды, не подвести тренера или команду	1,3±1,32
Затрудняюсь ответить	6,7±2,87

Таким образом, при ответе на данный вопрос стоит отметить, что имеются возможности воздействия на спортсменов при использовании так называемых нейтральных мотивов («главное не победа...», «получение удовольствия от соревнования» и т.п.).

Заключительный вопрос анкеты был связан с предполагаемой возможностью завершения спортивной карьеры. Данные, с нашей точки зрения, критериальные ответы как раз и показывают наличие и отсутствие мотивации к занятиям спортом.

Анализ результатов свидетельствует, что лишь немногим более половины (50,6%) участников опроса полностью мотивированы и не хотят уходить из спорта.

К сожалению (и на это тренерам необходимо обратить пристальное внимание), в общей сумме треть юных легкоатлетов в той или иной мере испытывают желание уйти из спорта (30,7% опрошенных ответили, что «иногда появляется желание», а 1,3% категорично ответили «да»). При этом довольно большая доля участников анкетирования (17,4%) не смогли точно определить, чего они хотят. В связи с этим необходимо своевременно выявлять таких спортсменов и предпринимать соответствующие действия в плане уменьшения желания «уйти из спорта».

Таким образом, проведенное исследование позволило выявить особенности мотивации юных легкоатлетов к спортивной деятельности.

### Список литературы

1. Мартынова В.А., Корнев О.А., Корнева А.В. Мотивация к спортивно-тренировочной деятельности легкоатлетов различной квалификации // Современные проблемы науки и образования. 2021. № 6. [Электронный ресурс]. URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=31388> (дата обращения: 04.10.2022).
2. Яковлев Б.П. Мотивация и эмоции в спортивной деятельности: учебное пособие. М.: Советский спорт, 2014. 312 с.
3. Ильин Е.П. Психология спорт. СПб.: Питер, 2018. 352 с.
4. Сафонов В.К. Психология спортсмена: слагаемые успеха: монография. М.: Спорт, 2017. 288 с.
5. Алтунина И.Р. Особенности развития мотива и мотивации власти в детском возрасте // Психологическая наука и образование. 2006. № 3. С. 5-16.
6. Горская Г.Б. Мотивационный климат как психологический регулятор деятельности спортсменов // Физическая культура, спорт – наука и практика. 2016. № 4. С. 85.
7. Кузьмин Е.Б., Денисенко Ю.П., Драндров Г.Л. Формирование спортивной мотивации как психолого-педагогическая проблема // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2010. № 1. С. 57.