

## ОСОБЕННОСТИ МОТИВАЦИОННО-ПОТРЕБНОСТНОЙ СФЕРЫ ГАНДБОЛИСТОВ

**Мовсесов А.Г.**, канд. пед. наук, доцент,

Белорусский государственный университет физической культуры,  
Республика Беларусь

Спортивная карьера представляет собой многолетнюю деятельность, нацеленную на высокие спортивные достижения и связанную с постоянным самосовершенствованием человека в одном или нескольких видах спорта. Формирование личности претерпевает целый ряд ступеней биологического и социального развития. Изучение потребностей и мотивов, лежащих в основе спортивной деятельности, позволяет понять, почему формируется тот или иной тип личности, который определяет ее деятельность и поведение.

Многие исследователи отмечают, что мотивационно-потребностная сфера составляет ядро личности, так как именно мотивы и потребности детерминируют поведение и деятельность индивида. Осью самосознания личности выступают ценности физической культуры, определяя ее мировоззрение, социальную устойчивость, мотивацию.

**Актуальность.** Изучение мотивационно-потребностной сферы спортсмена актуально для практической работы тренера по двум причинам: во-первых, мотивация личности существенно влияет на успешность спортивной деятельности; во-вторых, спорт является эффективным средством воспитания и формирования личности. Наличие такой обратной связи предъявляет высокие требования к знаниям тренера о потребностях и мотивах к занятию спортсменами спортом. Из курса общей психологии известно, что изучение личности должно включать три раздела: мотивацию, способности и свойства личности. Мотивы спортивной деятельности не только побуждают человека заниматься спортом, но и придают занятиям сильно мотивированный субъективный смысл. Разные спортсмены, занимаясь одним и тем же видом спорта, выполняя одинаковые по сложности и интенсивности тренировочные нагрузки, нередко руководствуются разными, порой прямо противоположными мотивами, придают различное значение своим занятиям, поэтому и оценка их поведений должна быть различной.

**Гипотеза.** Если у спортсмена сформирована мотивация к занятиям спортом, и среди доминирующих мотивов выделяются социальные мотивы и мотивы, направленные на достижение успеха, то его выступления на соревнованиях будут более эффективными.

**Целью работы является** изучение мотивационно-потребностной сферы спортсмена.

Исходя из вышеуказанной цели, были поставлены следующие задачи:

1. Определить понятие «мотивационная сфера».
2. Охарактеризовать потребности как основной признак «внутренней» мотивации личности спортсмена.
3. Описать особенности мотивов спортивной деятельности и их классификацию.
4. Проанализировать исследования мотивационно-потребностной сферы гандболистов.

Исследование проводилось на базе Белорусского государственного университета физической культуры. Объектом исследования являются гандболисты 18–21 года. В исследовании приняло участие 16 гандболистов, которые посещают тренировки 5 раз в неделю. Из них 7 имеют разряд КМС, а 9 – I разряд.

Мы предполагаем, что необходимым этапом формирования мотивов спортивной деятельности является диагностика доминирующих мотивов, на основе которой составляется индивидуальная программа развития мотивационно-потребностной сферы личности спортсмена.

В исследовании был использован тест-опросник «Мотивы занятий спортом», автор – А.В. Шаболтас. Методика предназначена для выявления доминирующих целей (личности замыслов) занятий спортом и включает в себя 10 мотивов-категорий, соответствующих определенным высказыванием (суждениям), приведенным в опроснике.

Таблица 1 – Результат тестирования

Фамилия И.	Разряд	ЭУ	СС	ФС	СЭ	СМ	ДУ	СП	РВ	ПД	ГП
Вадим Л.	КМС	7	13	3	15	9	21	16	0	19	24
Максим К.	КМС	6	17	12	11	2	19	2	2	24	20
Михаил М.	КМС	16	1	5	10	0	12	14	21	13	5
Сергей Я.	КМС	7	13	4	15	8	22	16	1	0	24
Денис Л.	КМС	2	4	22	12	8	10	7	24	9	14
Олег С.	КМС	10	22	12	14	7	9	8	8	8	11
Сергей К.	КМС	20	1	5	10	1	22	14	18	13	3
Алексей Б.	I	10	13	14	12	7	9	8	8	7	11
Николай Л.	I	19	8	13	15	8	13	2	14	13	14
Сергей Ж.	I	22	5	16	4	8	22	5	7	24	2
Костя Г.	I	22	8	13	18	8	13	2	14	13	14
Виктор Н.	I	8	2	7	24	22	12	17	4	10	12
Антон Т.	I	6	17	12	11	3	17	2	8	26	21
Екатерина Д.	I	19	0	4	3	0	6	12	18	15	1
Светлана М.	I	17	3	5	14	24	15	4	2	6	14
Ольга Н.	I	20	4	19	10	4	5	10	16	18	2
$\bar{X} \pm m$		12,5± 1,4	8,1± 1,5	10,3± 0,6	12,3± 1,5	14,1± 1,6	1,4± 1,2	8,7± 1	10,3± 1,6	13,6± 1,4	12± 1,5

Таблица 2 – Мотивы, которые преобладают у гандболистов по результатам исследования

Фамилия И.	Разряд	ЭУ	СС	ФС	СЭ	СМ	ДУ	СП	РВ	ПД	ГП
Вадим Л.	КМС						+				+
Максим К.	КМС									+	+
Михаил М.	КМС	+							+		
Сергей Я.	КМС						+				+
Денис Л.	КМС			+					+		
Олег С.	КМС		+		+						
Сергей К.	КМС	+					+				
Алексей Б.	I		+	+							
Николай Л.	I				+						+
Сергей Ж.	I						+			+	
Костя Г.	I	+			+						
Виктор Н.	I				+	+					
Антон Т.	I									+	+
Екатерина Д.	I								+	+	
Светлана М.	I	+		+							
Ольга Н.	I	+				+					

Таким образом, иерархия мотивов гандболистов выглядит следующим образом: первую позицию занимает социально-моральный мотив, и означает это стремление спортсмена к успеху своей команды, ради которой надо тренироваться, иметь хороший контакт с партнерами и тренером. На втором месте находится мотив социального самоутверждения, социально-эмоциональный мотив, гражданско-патриотический мотив. На третьем месте – мотив эмоционального удовольствия. Менее всего у гандболистов выражен мотив физического самоутверждения.

В заключение можно сказать, что мотив играет важную роль в подготовке спортсменов, так как мотив определяет действие на каждый данный момент, сформированный на базе доминирующей потребности. Мотивационно-потребностная сфера определяет особое состояние личности спортсмена,

формирующееся в результате соотнесения группы мотивов, своих потребностей и возможностей. Определяет целенаправленность всего действия, организованность и устойчивость ценностей деятельности, направленной на достижение определенной цели.

1. Акимова, Л.Н. Психология спорта: курс лекций / Л.Н. Акимова. – Одесса: Студия «Негоциант», 2004. – 127 с.
2. Киселев, Ю. Победы! Размышления и советы психолога спорта / Ю. Киселев. – М.: СпортАкадемПресс, 2002. – 328 с.
3. Кузменко, Г.А. Психолого-педагогические основы спортивной подготовки детей 9–12 лет / Г.А. Кузменко. – М.: Советский спорт, 2008. – 268 с.

## СКОРОСТНО-СИЛОВЫЕ СПОСОБНОСТИ В СИСТЕМЕ АТЛЕТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ГАНДБОЛИСТА

**Мовсесов А.Г.**, канд. пед. наук, доцент,

Белорусский государственный университет физической культуры,  
Республика Беларусь

Физическая подготовка спортсмена играет важнейшую роль в современной системе спортивной тренировки – она создает благоприятные предпосылки для решения задач спортивно-технической, тактической и психологической подготовки. Физическая подготовка представляет собой воспитание двигательных (физических) качеств, способностей, необходимых в спортивной деятельности.

Систематические занятия спортивными играми способствуют всестороннему развитию, особенно положительно влияют на развитие таких физических качеств, как быстрота, скоростная и силовая выносливость, ловкость. Спортивные игры содействуют воспитанию морально-волевых качеств: смелости, настойчивости, дисциплинированности, способности к преодолению трудностей. Игра содействует и нравственному воспитанию. Уважение к сопернику, честность в спортивной борьбе, стремление к совершенствованию – все эти качества могут успешно формироваться под влиянием спортивных игр.

Большинство технических приемов в гандболе, как по форме движений, так и по характеру мышечных действий, можно отнести к группе скоростно-силовых упражнений. Высокое развитие скоростно-силовых качеств положительно влияет на все виды подготовленности гандболистов, на их способность концентрации усилий в пространстве и во времени, скорость выполнения технических действий, отвечающих функциональным возможностям организма.

В статье определены тесты применительно к гандболистам различных спортивных разрядов.

Эти тесты помогут проследить динамику развития скоростно-силовых качеств.

Мы выполняли исследование с целью общей характеристики скоростно-силовых способностей как одной из составных средств развития специальной физической подготовки гандболиста.

Для осуществления этой цели решались следующие частные задачи:

- изучение скоростно-силовых качеств;
- изучение сенситивного периода развития скоростно-силовых качеств гандболиста;
- изучение физиологической характеристики скоростно-силовых способностей;
- изучение методов воспитания скоростно-силовых качеств на разных этапах спортивной тренировки.

В игре гандболист использует скоростно-силовые способности в основном для преодоления инерции собственного тела и мяча. В игровой деятельности гандболиста проявляются силы, носящие динамический характер (прыжки, броски, рывки, остановки), и часто требуется проявить их в кратчайший промежуток времени. Повышение силы гандболиста должно сочетаться с оптимальным ростом быстроты, ловкости и выносливости в рамках определенного двигательного навыка.

Способность к скоростно-силовым проявлениям следует понимать не как производное от силы и быстроты, а как самостоятельное качество, которое должно быть поставлено в один ряд с быстротой