

1. Блеер, А.Н. Психологические факторы обеспечения устойчивости психомоторных действий в единоборствах / А.Н. Блеер // Теория и практика физической культуры. – 2006. – № 6. – С. 22–26.
2. Курников, С.Н. Конфликтное взаимодействие борцов в схватке при различных стратегиях в греко-римской борьбе / С.Н. Курников // Теория и практика физической культуры. – 1999. – № 2. – С. 46–50.
3. Морозов, О.С. Общие принципы управления сложнодинамическими системами в конфликтной ситуации / О.С. Морозов // Теория и практика физической культуры. – 2005. – № 2. – С. 44–49.
4. Платонов, В.Н.: Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте: учебник для студентов вузов физ. воспитания / В.Н. Платонов. – Киев: Олимпийская литература, 1997. – С. 248–249.
5. Сивицкий, В.Г. Диагностика тактических умений спортсменов методом имитации типичных соревновательных ситуаций: автореф. дис. ... канд. пед. наук / В.Г. Сивицкий. – М., 1995. – 24 с.
6. Сурков, Е.Н. Антиципация в спорте / Е.Н. Сурков. – М.: Физкультура и спорт, 1982. – 144 с.

## **ОСОБЕННОСТИ МОТИВАЦИОННОЙ СФЕРЫ ЛИЧНОСТИ СПОРТСМЕНОВ-ЛЕГКОАТЛЕТОВ РАЗЛИЧНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ**

*Шемет Ж.К.,*

*Середа А.А.,*

Учреждение образования «Белорусский государственный университет физической культуры»,  
Республика Беларусь

Процесс подготовки спортсмена высокой квалификации не может сводиться лишь к совершенствованию различных сторон его спортивного мастерства. Важным в этом процессе является управление спортивной деятельностью, ключевым моментом которого является контроль за направленностью мотивации спортсмена и последующей ее коррекцией.

Мотивация является одним из компонентов психологической структуры спортивной деятельности, в которой выступает системообразующим фактором [1, 2, 3]. Мотив во многом обуславливает конечный результат деятельности спортсмена, который более эффективно действует в экстремальной ситуации, а главное способен на максимальное проявление своих возможностей, если этого требует достижение поставленной цели. Однако же тренеры и спортсмены не в полной мере понимают значимость мотивации в достижении спортивного результата, что приводит к его снижению.

Спортивная деятельность непосредственно связана с формированием мотивационной сферы личности спортсмена. Под мотивационной сферой личности понимают всю имеющуюся у данного человека совокупность мотивов, потребностей, целей, интересов и других мотивационных образований [1].

Мотивационную сферу можно условно охарактеризовать тремя уровнями, соотносимыми с этапами спортивной карьеры. Первый уровень, включающий потребности и ситуативные мотивы, без которых не может быть осуществлено ни одно действие, ни один поступок можно соотнести с этапом начала занятий спортом. Второй уровень или этап специализации образуют побуждения, обеспечивающие более или менее длительное включение субъекта в спортивную деятельность. И третий уровень, включающий мировоззрение, жизненную позицию и жизненные цели, которые являются главными детерминантами образа жизни личности, характерен для спортсмена, находящего на стадии высшего спортивного мастерства.

Мотивы спортивной деятельности не даны изначально, их возникновение и формирование связано с общим развитием личности спортсмена, накоплением спортивного опыта, ростом спортивного мастерства [5]. В возрасте до 17 лет возрастная динамика форми-

рования мотивов проходит стадии принятия целей и формирования мотивов, а после, через два-три года занятий спортом происходит их структурирование. Активность спортсмена на каждом этапе спортивного мастерства меняется, благодаря наличию как внутренних, так и внешних факторов, определяющих наличие в структуре мотивации спортсмена доминирующих и второстепенных мотивов. Начальный этап спортивной карьеры характеризуется неопределенностью и неустойчивостью интересов к разным видам спорта. На этапе специализации важным становится для спортсмена достижение результата, что связано с развитием способностей спортсмена, переживаниями спортивного успеха, приобретением более высокого уровня подготовленности. И этап высшего спортивного мастерства характеризует стремление спортсмена, с одной стороны, улучшить свое материальное благополучие, с другой – принести пользу своей стране, способствуя развитию данного вида спорта. Таким образом, мотивационная сфера спортсмена формируется в результате соотношения им своих потребностей и возможностей с предметом спортивной деятельности и служит основой для постановки и осуществления целей, направленных на достижение максимально возможного на данный момент спортивного результата [1, 3].

Изучение мотивационной сферы спортсменов имеет большое практическое значение как для формирования системы мотивов, соответствующей уровню мастерства и индивидуально-психологическим особенностям спортсменов, так и для оптимизации состояния психической готовности к соревнованию [4]. В изучении мотивации выделяют два направления: первое изучает причины выбора того или иного вида деятельности, в том числе и спортивной; второе – объясняет обусловленность интенсивности мотивации.

Целью исследования явилось изучение мотивационной сферы спортсменов-легкоатлетов различной квалификации. При этом мы исходили из того, что деятельность спортсмена побуждается обычно несколькими мотивами, один из которых является основным, ведущим, а другие – подчиненные, иногда выполняющими лишь функцию дополнительной стимуляции.

Выборку составили 30 действующих спортсменов-легкоатлетов, специализирующихся в беге на длинные дистанции. Из них: 3 человека – МСМК, 10 человек – МС; 9 человек – КМС, 8 человек – перворазрядников. Возраст испытуемых составил от 17 до 42 лет; стаж занятий спортом – от 1,5 до 25 лет. Эти спортсмены составили 2 группы: в первую группу вошли спортсмены с более высокой квалификацией – МСМК, МС, во вторую – КМС и спортсмены-перворазрядники.

Исследование мотивационной сферы личности спортсменов проводилось с помощью опросника А.В. Шаболтас «Мотивы занятий спортом» [1], который позволяет выявить ряд доминирующих мотивов.

Анализ результатов исследования показал, что доминирующим мотивом у спортсменов-легкоатлетов был выявлен мотив достижения успеха ( $18,1 \pm 1,10$ ), который проявляется в потребности индивида добиваться успеха в различных видах деятельности. Достижение успеха у спортсменов проявляется в более выраженной активности, меньшей тревожности, большей уверенности в своих силах, стремлении к соперничеству, так как легкая атлетика – это индивидуальный вид спорта и мобилизации настойчивости в достижении поставленных целей. Наименее выраженным оказался у испытуемых мотив рационально-волевой (рекреационный) ( $2,7 \pm 0,82$ ), который характеризует желание заниматься спортом для компенсации дефицита двигательной активности при умственной работе. Этот факт можно объяснить тем, что спортсмены сверхкомпенсируют дефицит двигательной активности на тренировке.

Остальные группы мотивов были распределены у спортсменов, следующим образом: социально-эмоциональный мотив, характеризующий стремление к спортивным событиям ввиду их высокой эмоциональности, неформальности общения, социальной и эмоциональной раскованности –  $11,87 \pm 1,16$ ; гражданско-патриотический мотив, проявляющийся в стремлении к спортивному совершенствованию для успешного выступления на соревновании –  $10,97 \pm 1,09$ ; мотив эмоционального удовольствия, характеризующий радость движения и физических усилий –  $9,37 \pm 0,81$  балла; мотив социального самоутверждения, прояв-

ляющийся в стремлении проявить себя –  $9,2 \pm 1,13$ ; социально-моральный мотив, как стремление к успеху своей команды, ради которой надо тренироваться –  $8,8 \pm 0,96$ ; спортивно-познавательный мотив, проявляющийся в изучении техники и тактики вида спорта –  $8,23 \pm 1,31$ ; мотив физического самоутверждения, отражающий стремление к физическому развитию, становлению характера –  $7,16 \pm 1,09$ ; мотив подготовки к профессиональной деятельности, отражающий стремление заниматься спортом для подготовки к требованиям избранной профессиональной деятельности –  $5,87 \pm 0,92$ .

Достоверные различия между двумя группами спортсменов-легкоатлетов были обнаружены по следующим показателям. У спортсменов 1 группы (МСМК, МС) мотив достижения успеха выражен сильнее ( $18,85 \pm 1,6$ ), чем у спортсменов 2 группы (КМС, 1 разряд) ( $17,53 \pm 1,54$ ) на уровне значимости  $P < 0,05$ . Это объясняется тем, что стремление к достижению успеха и улучшению спортивных результатов является основой достижения поставленных целей на стадии высшего спортивного мастерства.

Мотив эмоционального удовольствия, характеризующий радость движений и физических усилий преобладает у высококвалифицированных спортсменов ( $10,85 \pm 1,24$  против  $8,24 \pm 1,02$ ), что говорит о том, что потребность в физической нагрузке для спортсменов высокого класса становится не просто привычной, а даже необходимой для поддержания на высоком уровне спортивного мастерства.

Спортивно-познавательный мотив, характеризующий стремление к изучению обоснованных принципов тренировки в большей степени выражен у менее квалифицированных спортсменов по сравнению с высококвалифицированными ( $10,47 \pm 1,91$  против  $5,31 \pm 1,42$ ), что соответствует тому, что спортсмены эти находятся на стадии специализации, связанной с расширением специальных знаний о своем виде спорта, изучением техники и тактики и приобретением более высокой степени тренированности.

Результаты исследования доминирующих мотивов у двух групп спортсменов-легкоатлетов различной квалификации представлены в таблице.

Таблица – Сравнительная характеристика выраженности мотивов у спортсменов-легкоатлетов различной квалификации

Мотивы	МСМК, МС		КМС, I разряд		Значимость различия	
	x	m	x	m	t	p
Эмоционального удовольствия	10,85	1,24	8,24	1,02	3,68	*
Социального самоутверждения	10,69	1,86	8,06	1,38	2,10	-
Физического самоутверждения	7,69	1,97	6,76	1,26	0,62	-
Социально-эмоциональный	12	1,56	11,76	1,70	0,35	-
Социально-моральный	8,77	1,44	8,82	1,33	0,09	-
Достижения успеха в спорте	18,85	1,60	17,53	1,54	3	*
Спортивно-познавательный	5,31	1,42	10,47	1,91	4,03	*
Рационально-волевой	2	0,88	3,24	1,28	0,41	-
Подготовки к профессиональной деятельности	6,15	1,75	5,65	0,98	0,35	-
Гражданско-патриотический	11,38	1,99	10,65	1,23	0,46	-

\* - достоверно, - - недостоверно,  $P < 0,05$ .

Корреляционный анализ между возрастом, квалификацией, стажем занятий спортом спортсменов-легкоатлетов и выраженностью мотивов спортивной деятельности позволил выявить ряд взаимосвязей.

Выявлена связь возраста испытуемых с мотивом достижения успеха ( $r=0,42$ ), то есть чем старше спортсмен, тем больше ответственности он несет за свои результаты перед тренером, сборной командой, страной и тем более высокие цели он перед собой ставит. Спортивная квалификация связана с мотивами: эмоционального удовольствия ( $r=0,47$ ), социально-эмоциональным ( $r=0,44$ ) и достижения успеха ( $r=0,47$ ), что может быть объяснено тем, при достижении спортсменом определенных спортивных успехов повышается дух спортивной борьбы, соперничества, стремления быть лучшим. Эти атрибуты становятся для спортсмена неотъемлемой частью его спортивной карьеры, где он может проявить свою индивидуальность.

Также выявлены взаимосвязи между мотивами: эмоционального удовольствия и физического самоутверждения ( $r=0,81$ ). Это говорит о том, что один мотив подкрепляет действие другого мотива. Эмоциональное удовольствие от занятий спортом мотивирует спортсмена на достижение спортивного результата. Получение положительных эмоций подталкивает спортсмена улучшать технические, тактические действия. Ввиду того что тренировки и соревнования имеют высокую эмоциональность, следовательно, важным мотивирующим фактором для занятий спортом является эмоциональное удовольствие от физических упражнений.

Связь спортивно-познавательного мотива и мотива подготовки к профессиональной деятельности ( $r=0,55$ ) является закономерной, так как исследовались студенты БГУФК. В университете целенаправленно изучают принципы тренировки для последующего применения их в практической деятельности. Опыт спортивной деятельности и знания, приобретаемые в период обучения в университете необходимы для избранной профессиональной деятельности.

Из всего вышесказанного можно сделать выводы, что квалификация спортсменов, возраст, стаж занятий спортом влияют на формирование мотивационной сферы спортсмена-легкоатлета, в структуре которой доминирующим является мотив достижения успеха. Высококвалифицированные спортсмены, стремясь к достижению, руководствуются не только индивидуальными мотивами, так как на крупных международных соревнованиях защищают честь команды и представляют страну. В связи с тем что мотивационная сфера личности спортсмена является динамичной, тренеру необходимо совершенствовать содержание учебно-тренировочного процесса, используя различные формы стимулирования и поэтапное подключение мотивов по мере развития спортсмена.

1. Ильин, Е.П. Мотивация и мотивы / Е.П.Ильин. – СПб.: «Питер», 2000. – С. 286–296.
2. Соснина, Н.А. Мотивационная сфера личности спортсмена: учеб.-метод. пособие / Н.А. Соснина. – Минск, 2000. – 75 с.
3. Стамбулова, Н.Б. Психология спортивной карьеры / Н.Б. Стамбулова. – СПб: Издательство «Центр карьеры», 1999. – 368 с.
4. Пилоян, Р.А. Мотивация спортивной деятельности / Р.А. Пилоян. – М.: Физкультура и спорт, 1984. – 104 с.
5. Психология физического воспитания и спорта / под ред. Т.Т. Джамгарова и А.Ц. Пуни. – М.: Физкультура и спорт, 1979. – 144 с.