**ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИИ В СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**Поручиков В. В., Тригубов В. В., Якименко А. С.**

*Харьковский национальный медицинский университет*

**Анотация.** В данной статье дана характеристика мотивации в спортивной деятельности человека. Цель работы: раскрыть термин «мотивация» и определить ее роль в жизни спортсмена.

**Постановка проблемы.** Спорт для человека школьного возраста - дело любимое, значимое, жизненно важное. Поэтому общая самооценка спортсмена очень часто базируется на оценке им преимущественно своих спортивных возможностей, результатов, способностей и перспектив. Добившись определенных успехов в спорте, человек начинает с уважением относиться к самому себе. Высоко оценив себя как спортсмена, он переносит эту оценку на себя как на личность, как на члена общества.

Спорт способствует тому, что формы и оттенки поведения и общения школьников становятся шире, богаче. Совершенствуя в ходе занятий спортом умение быть с людьми, взаимодействовать и общаться с ними переносится на другие сферы жизни и деятельности.  
сопоставимых с теми деяниями человеческими, которые принято называть подвигами.

Следовательно, малое количество исследований по влиянию эмоциональной сферы личности на спортивный результат и объективной потребности современных физкультурных педагогов в совершенствовании форм работы с детьми, подростками, юношеством обусловили выбор темы исследования «Организационные условия формирования мотивации учащихся к занятиям физическими упражнениями в общеобразовательных учебных заведениях».

**Анализ исследований и публикаций.** Проблема мотивации и мотивов поведения в спортивной деятельности является одной из самых главных. Именно поэтому этой проблематике посвящено большое количество монографий как отечественных (В. Г. Асеев, В. К. Вилюнас, В. И. Ковалев, А. Н. Леонтьев, М. Ш. Магомед-Эминов, В. С. Мерлин, П. В. Симонов, Д. Н. Узнадзе, А. А. Файзуллаев, П. М. Якобсон), так и зарубежных авторов (Дж. Аткинсон, Г. Холл, К. Мадсен, А. Маслоу, X. Хекхаузен и др.). Анализ упомянутых выше исследований дает нам возможность утверждать, что в определении сущности и структуры мотивации существует множество точек зрения, и, несмотря на большое количество обращений к данной проблематике, проблема мотивации так и не решена. Общим недостатком существующих точек зрения и теорий является отсутствие системного подхода к рассмотрению процесса мотивации, вследствие чего любой фактор, влияющий на возникновение побуждения и принятие решения, объявляется мотивом. Б. Ф. Ломов утверждает, что «...трудность здесь состоит в том, что в мотивах и целях наиболее отчетливо проявляется системный характер психического; они выступают как интегральные формы психического отражения.

**Изложение основного материала.** Цель - это то, к чему стремится человек, для чего она работает, за что она борется, чего хочет достичь в своей деятельности. Одним из ведущих компонентов учебной мотивации является интерес. Необходимым условием формирования интереса к урокам физической культуры является предоставление учащимся возможности показать свои возможности и способности. Чем активнее методы обучения, тем легче заинтересовать учеников. Интересной для них есть и работа, которая требует постоянного напряжения. Легкие задания не вызывают интереса. Преодоление трудностей учебной деятельности - важное условие возникновения интереса к ней. Однако трудность учебного материала приводит к повышению интереса только тогда, когда эта трудность посильна и ее можно преодолеть. В противном случае интерес быстро падает. Следовательно, началом выполнения любого физического упражнения является осознание цели и способность учащегося ответить на вопрос: "для чего?", "с какой целью я это делаю?". Изучая мотивы, которые побуждают учащихся заниматься физической культурой, я выяснил, что наиболее ярко выраженным мотивом является желание укрепить свое здоровье. Физической культурой с большим энтузиазмом занимаются школьники, которые уверены в своих успехах, которые считают себя способными к определенным видам спорта. Поэтому для формирования у детей потребности в систематических занятиях следует подходить к выбору их формы с точки зрения ее влияния на здоровье учащихся, а также на развитие у них спортивных способностей. Еще одной подростковой проблемой является проблема собственной фигуры.

Наиболее ранним исследованием мотивации спортивной деятельности принадлежит Ю. Ю. Палайме. Результаты его экспериментальных исследований позволили ему выделить две группы спортсменов, различающихся по доминирующему мотиву. В первой группе, условно названной «коллективистами», доминирующими являются общественные, моральные мотивы. Во второй группе («индивидуалистов») ведущую роль играют мотивы самоутверждения, самовыражения личности. Первые лучше выступают в командных соревнованиях, чем в личных.

Вслед за Ю. Ю. Палаймой чешские психологи спорта В. Гошек, М. Ванек и Б. Свобода занялись исследованием проблемы мотивации в спорте. Поднепосредственной мотивацией они понимают занятия спортом ради движений, здоровья, физического развития,а не ради славы, материальных благ. Итогом их совместной работы стала концепция динамики мотивации спортивной деятельности, которая представлена следующими стадиями: генерализации, дифференциации, стабилизации и инволюции мотивационной структуры спортсмена**.**

Не менее интересным является исследование Н. Л. Ильиной, которая доказывает, что динамика конкретных мотивов на протяжении спортивной карьерыхарактеризуется неравномерностью и гетерохронностью, причем, на каждом из этапов спортивной карьеры выделяется комплекс ведущих мотивов, с общим пиком мотивации на этапе спортивного совершенствования (наивысших достижений). Комплексы ведущих мотивов на каждом из этапов спортивной карьеры имеют общее и особенное. Особенное в большей степени определяется спецификой вида спорта, чем полом спортсменов. Мотивация спортсменов оказывает непосредственное влияние на достижение спортивных результатов на всех этапах спортивной карьеры, а кроме того, опосредует влияние спортивно-важных качеств и индивидуального стиля деятельности спортсменов на уровень их спортивных достиженийё

Помимо внешней и внутренней мотивации Г. А. Кузьменко выделяет мотивы, заложенные в учебной (спортивной) деятельности и мотивы, связанные с тем, что лежит вне учебной (спортивной) деятельности. Мотивы, заложенные в учебной (спортивной) деятельности, побуждают ребенка узнать новые факты, овладеть знаниями, способами действий, проникнуть в суть явлений. Мотивы, связанные с тем, что лежит вне учебной (спортивной) деятельности Г. А. Кузьменко делит на широкие социальные мотивы, узколичные мотивы, отрицательные мотивы. Под широкими социальными мотивами Г. А. Кузьменко понимает мотивы долга и ответственности перед командой, тренером, родителями и т.д, мотивы профессионального самоопределения, то есть вероятность того, что будущая профессиональная деятельность будет связана со спортом. Узколичные мотивы заключаются в стремлении получить одобрение, хорошие результаты соревновательной деятельности (мотивация благополучия); желание быть лучшим спортсменом (престижная мотивация). Отрицательные мотивы выражаются в стремление избежать неприятностей со стороны учителей, родителей и т.д. (мотивация избегания неприятностей).

А. В. Шаболтас утверждает, что на начальном этапе занятия спортом формирование мотивов детерминируется стремлением к достижению целей деятельности, которые ставятся социальным окружением (родителями, тренером, нормами социального одобрения) - внешний стимул. Мотивы, как проявление побуждающих и направляющих сил удовлетворения потребностей, в определенной степени зависят от особенностей самооценки своих личных качеств молодыми спортсменами. В мотивах спортсмена должны проявляться как высокие, так и низкие самооценки качеств. Самооценка личных качеств является внутренним побудителем актуализации конкретного мотива(ов) - внутренний стимул.

Е.С. Максимова, анализируя динамику мотивов занятий спортом в тренировочном и соревновательном периодах, пришла к следующим выводам.

1. Для взрослых спортсменов характерны следующие мотивы занятий спортом:

* в тренировочном периоде наиболее значимыми являются мотивы долженствования, самосовершенствования, материального вознаграждения. Наименее значим мотив удовольствия от процесса;
* в соревновательном периоде наиболее значимыми являются мотивы результата спортивной деятельности, самосовершенствования и долженствования. Наименее значим мотив общения.

2. Для юниоров характерны следующие мотивы занятий спортом:

* в тренировочном периоде наиболее значимыми являются мотивы удовольствия от процесса, общения и долженствования. Наименее значимым является мотив самосовершенствования;
* в соревновательном периоде наиболее значимыми являются мотивы результата спортивной деятельности, общения и долженствования. Наименее значим мотив самосовершенствования.

3. Мотивы занятий спортом меняются в процессе перехода от тренировочного периода к соревновательному следующим образом:

* у взрослых спортсменов повышается значимость мотива вознаграждения в сторону ее повышения в тренировочном периоде. Мотивы долженствования и самосовершенствования остаются высоко значимыми в обоих периодах; • мотив удовольствия от процесса сохраняет низкую значимость;
* в целом мотивационная сфера взрослых спортсменов соответствует требованиям и условиям профессионального спорта и особенностям этапа спортивной карьеры;
* у юниоров повышается значимость мотива результата деятельности в соревновательном периоде;
* сохраняется высокая значимость мотива общения в тренировочном и соревновательном периодах;
* в целом мотивационная сфера юниоров соответствует возрастным особенностям и специфике спортивной деятельности на данном этапе развития спортивной карьеры.

4. Мотивация к занятиям спортом у взрослых спортсменов связана со следующими личностными характеристиками:

* значительное повышение значимости мотива вознаграждения в тренировочном процессе связано с мотивацией личности к достижению успеха;
* экстернальность способствует устойчивости значимости мотива долженствования в тренировочном и соревновательном периодах;
* для интерналов характерна устойчивость значимости мотива удовольствия от процесса в обоих периодах.

5. Изменения в мотивации к занятиям спортом у юниоров связаны с характеристиками личности следующим образом: направленность личности на себя способствует повышению значимости мотива результата деятельности. Следовательно, мотивы занятий спортом меняются в процессе перехода от тренировочного периода к соревновательному.

**Вывод**

Рассматривая вопрос о мотивации в спортивной сфере мы пришли к выводу, **что в** настоящее время мотивация как психическое явление трактуется по-разному: как совокупность факторов, поддерживающих и направляющих, т. е. определяющих поведение; как совокупность мотивов; как побуждение, вызывающее активность организма и определяющее ее направленность. Кроме того, мотивация рассматривается как процесс психической регуляции конкретной деятельности, как процесс действия мотива и как механизм, определяющий возникновение, направление и способы осуществления конкретных форм деятельности, как совокупная система процессов, отвечающих за побуждения их деятельностью.

Если говорить про мотивацию школьников к занятиям физическими упражнениями в педагогике применяется много методов и подходов: игры и интерактивные уроки, межпредметные связи, средства вознаграждения и наказания, средства эстетического, музыкального воспитания и т.д.

**Литература.**

* 1. Гошек, В. Успех как мотивационный фактор спортивной деятельности: психология и современный спорт / В. Гошек, М. Ванек, Б. Свобода. - М., 1973.
  2. Ильин, Е.П. Психология спорта / Е.П. Ильин. - СПб.: Питер, 2010.
  3. Пилоян, Р.А. Мотивация спортивной деятельности / Р.А. Пилоян. - М.: ФиС, 1984. - 304 с.
  4. Родионов, А.В. Психология физического воспитания и спорта / А.В. Родионов. - М., 2010.