

ЦЕННОСТНО-СМЫСЛОВАЯ МОТИВАЦИЯ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ: СУЩНОСТЬ И СТРУКТУРА



**МИХАЙЛОВА
Тамара Викторовна**

Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК), Москва
Профессор кафедры теории и методики гребного и парусного спорта кандидат педагогических наук

MIKHAILOVA Tamara

PhD, Professor of theory and methods of rowing and sailing department of Russian State University of Physical Education, Sport, Youth and Tourism (SCOLIPE), Moscow, Russia.

**ЦУЦКОВА
Анастасия Сергеевна**

Аспирант кафедры теории и методики гребного и парусного спорта Российского государственного университета физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК), Москва, Россия, 8 915 739 84 48.

TSUTSKOVA Anastasiya

PhD student in the theory and methods of rowing and sailing department of Russian State University of Physical Education, Sport, Youth and Tourism (SCOLIPE), Moscow, Russia, 8 915 739 84 48.

Ключевые слова: мотив, мотивация, мотивация спортивной деятельности.

Аннотация. В статье приводятся различные точки зрения авторов, которые внесли свой вклад в исследование проблем мотивации спортивной деятельности. На основе анализа научных трудов в статье раскрыты понятия мотив и мотивация, описаны их сущность, структура и соотношение, а также значимость для спортивной деятельности.

VALUE MOTIVATION OF SPORT: ESSENCE AND STRUCTURE

Keywords: motive, motivation, sport motivation.

Abstract. This article provides different author's motivation research. Definitions of motive and motivation are described. Value motivation essence and structure are pre-sented. Basing on conducted research the authors revealed the significance of these phenomena in sport activity. The results of this study can be used for the next researches.

Мотивация в любом виде человеческой деятельности занимает важное место. В спорте она имеет особую значимость.

На протяжении всей карьеры спортсмена мотивы играют важную роль в поддержании и совершенствовании тренировочной и соревновательной деятельности.

Мотив – внутреннее, осознанное побуждение индивида к активности. Основу мотивов составляют потребности, которые возникают при недостатке чего-либо на физиологическом или психологическом уровне.

Различают материальные, духовные и социальные потребности. Материальные потребности

помогают поддерживать работоспособность организма человека. Духовные потребности имеют тенденцию к росту и показывают уровень развития индивида. Социальные потребности позволяют рассматривать человека в качестве субъекта общественных отношений. Когда индивид начинает осознавать свои потребности, актуализировать их, они становятся мотивами.

Таким образом, мотив представляет своего рода механизм, вызывающий активность субъекта и определяющий направление и содержание его поведения.

В спортивной деятельности, которая неразрывно связана с физическими и психическими

напряжениями, мотивы помогают удержаться в заданном направлении, поддерживая неугаемое стремление к достижению поставленной цели [6]. Иными словами, человек должен иметь представление, для чего и ради чего он совершает усилия.

Г.Д. Горбунов выделяет следующие потребности, составляющие основу мотивации к спортивной деятельности: потребность в соперничестве, потребность в активности и движении, потребность в общении, новых впечатлениях и т.п. [1].

Стоит отметить, что проблема мотивации раскрыта на научном уровне не полностью, то есть отсутствует четкая трактовка сущности данного процесса. В связи с этим возникают различия в методологических подходах к исследованию мотивов.

Мотивы спортивной деятельности можно классифицировать по следующим признакам:

1. По направленности на процесс или результат деятельности: процессуальные мотивы (интерес, удовольствие и др.) и результативные мотивы (ожидание награды, слава и т.д.).

2. По степени устойчивости: ситуативные (кратковременные, проходящие), устойчивые (долговременные, многолетние).

3. По связи с целями спортивной деятельности: смыслообразующие (напрямую связаны с достижением цели), стимулы (побуждающие к активности, например материальное вознаграждение).

4. По месту в системе «Другие Я»: индивидуальные (мотивы личного самоутверждения), групповые (патриотизм, командный дух и др.).

5. По доминирующей установке: мотивация достижения успеха (преобладание мотивов, нацеленных на успех, победу), мотивация избегания неудачи.

Подробное изучение литературных источников позволяет сделать вывод, что на протяжении всей спортивной карьеры роль конкретных мотивов в побуждении к деятельности меняется. Иными словами, на каждом этапе карьеры спортсмена доминируют определенные мотивы.

Российский психолог Е.П. Ильин выделяет следующие мотивы выбора того или иного вида спорта:

- стремление к самосовершенствованию;
- стремление к самовыражению и самоутверждению;
- социальные установки;
- удовлетворение духовных и материальных потребностей [2].

Для каждого спортсмена мотив занятий спортом индивидуален и зависит от его ценностных ориентаций.

Тренируясь в одной и той же группе, по одной и той же программе, спортсмены могут обладать совершенно разными мотивами.

Обычно структура мотивов изменяется по мере повышения спортивного мастерства и неразрывно связана с результатами соревновательной деятельности.

А.Л. Попов считает, что на формирования личности спортсмена оказывают влияние следующие типы мотивов спортивной деятельности [5]:

1. На этапе начальной подготовки мотивам спортивной деятельности характерны высокий динамизм включения человека в новый двигательный режим и адаптация к спортивной группе и физическим нагрузкам. Особую роль на данном этапе играет социальный опыт индивида, для которого привлекательными является возможность проявления физической активности, общение со сверстниками, выявление своих возможностей либо приобщение к «модному» виду спорта.

2. На стадии специализации мотивы формируются под влиянием отношений личности к команде, самому себе, тренеру, отношения к выбранному виду спорта. Особое место на данном этапе отводится психологическому климату в команде, коммуникациям между спортсменом и тренером, возможности занимать достойное место в группе, а также наличие перспектив и привилегий от занятий спортом. Таким образом, образуются сложные комплексы мотивов, определяющих коллективную или индивидуальную ориентацию личности.

3. Стадию высшего спортивного мастерства характеризуют мотивы, нацеленные на достижение успеха в спорте. Стоит отметить, что на данном этапе, вследствие длительной тренированности, а также частого участия в соревнованиях, спортсмен уже не испытывает потребности в высоких физических нагрузках. Он достаточно адаптирован к психическим перегрузкам, и состояниям высокого напряжения. За много лет в различных видах спорта разработаны критерии, с помощью которых общество измеряет успех выступлений спортсменов (рекорды, рейтинги, звания, титулы и т.п.). Благодаря этим критериям спортсмен имеет представление о собственной значимости и о личном вкладе в избранный вид спорта.

Совокупность мотивов, стремлений, целей и интересов человека образует мотивацию. Впервые

этот термин употребил А. Шопенгауэр, после чего понятие «мотивация» стали употреблять психологи для объяснения причин поведения человека и животных.

В настоящее время существует множество трактовок термина «мотивация». Одни авторы определяют его как совокупность факторов, направляющих и поддерживающих деятельность индивида, другие – как совокупность мотивов. Третья группа авторов считает, что мотивация представляет собой побуждение, которое вызывает активность организма и определяет ее направленность. Психолог М.Ш. Магомед-Эминов рассматривает мотивацию как процесс психической регуляции.

По нашему мнению, наиболее подходящее определение данного термина предложил Р.А. Пилюян, сравнивший мотивацию спортивной деятельности с механизмом «пружины», то есть с тем, что побуждает спортсмена к занятиям в течение многих лет конкретным видом спорта и помогает достигать высших результатов [4].

Итак, по определению Р.А. Пилюяна мотивация – это особое состояние личности спортсмена, формирующееся в результате соотнесения им своих потребностей и возможностей с предметом спортивной деятельности, служащее основой для постановки и осуществления целей, направленных на достижение максимально возможного на данный момент спортивного результата. Феномен мотивации заключается в том, что состояние мотивации всегда имеет эмоциональную окраску.

Можно сделать вывод, что мотивация более широкое понятие, чем мотив, то есть мотив содержит психологическую составляющую, на которой основывается процесс мотивации человека.

Формирование и управление мотивацией – сложный процесс, который охватывает целый комплекс субъектных и объектных связей, содержащих предмет деятельности.

В то же время мотивацию нельзя просто сводить к тому, что побуждает человека к деятельности. Мотивация – это системное отношение к деятельности, она определяет личностный смысл индивида. То есть, мотивация является отношением личности к своей деятельности и её целям.

Важным элементом при формировании мотивации является предмет деятельности или то, на что направлена активность субъекта. Например, спортивная деятельность направлена на достижение спортивного результата.

По мнению С.Д. Неверковича, деятельность есть не что иное, как целесообразное приобретение

объекта субъектом для получения продукта, который удовлетворял бы некую потребность. Такое взаимодействие субъекта с объектом и представляют собой мотив деятельности [3].

Итак, мотивация спортивной деятельности – системный многофакторный процесс внутреннего побуждения спортсмена к деятельности, основанный на удовлетворении индивидуальных потребностей посредством физической активности. Таким образом, мотивация – сложный процесс, имеющий определенную структуру и зависящий от выполняемой субъектом деятельности, а также ее результативности. Исследования отечественных и зарубежных авторов способствуют проведению дальнейшего исследования спортивной мотивации и разработке практических приемов и методов управления мотивационным процессом спортсменов.

Литература

1. Горбунов, Г.Д. Психопедагогика спорта / Г.Д. Горбунов. – М.: Советский спорт, 2014. – 294 с.
2. Ильин, Е.П. Психология спорта / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2016. – 352 с.
3. Неверкович, С.Д. Роль и функции психологии в спорте / С.Д. Неверкович // Спортивный психолог. – 2004. – № 2. – С. 4-11.
4. Пилюян, Р.А. Физическая культура как объект познания в аспекте психологической теории деятельности / Р.А. Пилюян, А.Д. Суханов // Теория и практика физической культуры. – 2000. – № 11. – С. 40-45.
5. Попов, А.Л. Спортивная психология: учебное пособие для спортивных вузов / А.Л. Попов. – М., 2013. – 320 с.
6. Психология физической культуры и спорта: учебник и практикум / под ред. А.Е. Ловягиной. – М.: Юрайт, 2017. – 532 с.

Literature:

1. Gorbunov, G.D. Psychopedagogics / G. D. Gorbunov. – M., 2014. – 294 p.
2. Ilyin, E.P. Psychology of sport // E.P. Ilyin. – SPb., 2016. – 352 p.
3. Neverkovich, S.D. Role and function of psychology in sport / S.D. Neverkovich // Sport psychologist. – 2004. – №2. – P. 4-11.
4. Piloyan, R.A. Physical education as an object of cognition in psychological activities theory / R.A. Piloyan, A.D. Sukhanov // Theory and practice of physical education. – 2000. – №11. – P. 40-45.
5. Popov A.L. Sport psychology: training manual for sport universities / A.L. Popov. – M., 2013. – 320 p.
6. Psychology of physical education and sport: textbook and workshop / by L.E. Lovyagina edition. – M., 2017. – 532 p.