

МОТИВАЦИЯ ЗАНЯТИЙ ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ ГОРНОЛЫЖНИКАМИ ЛЮБИТЕЛЯМИ



НАРЫКОВ Алексей А.

Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК), Москва
Студент кафедры МКФФК
NARYKOV Alexey
Russian State University of Physical Education, Sport, Youth and Tourism (SCOLIPE), Moscow
Student of the chair

БАЙКОВСКИЙ Юрий Викторович

Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК), Москва
Заведующий кафедрой психологии, доктор педагогических наук, кандидат психологических наук, профессор, МСМК, ЗМС по альпинизму
BAIKOVSKIY Yuri
Russian State University of Physical Education, Sport, Youth and Tourism (SCOLIPE), Moscow
Head of the Department of Psychology, Doctor of Education, Ph.D., Professor, Master of Sport of International Class, Honored Master of Sport in Mountaineering

ПИЛЬКЕВИЧ Андрей Владимирович

Академия гражданской защиты МЧС России
Доцент кафедры аварийно-спасательных работ, полковник, мастер спорта по альпинизму и горному туризму, e-mail: chifspas@yandex.ru

PILKEVICH Andrey

Civil Defence Academy of Ministry of Emergency Situations of Russia
Associate Professor of Rescue Operations, Colonel, Master of Sports in Mountaineering and Mountain Tourism, e-mail: chifspas@yandex.ru

Ключевые слова: экстремальная деятельность, горные лыжи, мотивация, безопасность, склонность к риску.

Аннотация. В статье рассматриваются мотивы занятий экстремальными видами спортивной деятельности, факторы риска, приводящие к несчастным случаям и факторы определяющие выбор спортсменом деятельности связанной с риском.

MOTIVATION TO EXTREME ACTIVITIES TRAINING IN NONPROFESSIONAL ALPINE SKIERS

Keywords: extreme activities, alpine skiing, motivation, safety, risk inclination.

Abstract. The article deals with the motives of extreme sports activities, risk factors leading to accidents and factors determining the choice of the athlete risk-related activities.

Актуальность исследования. Активность людей, занимающихся горными лыжами и склонных к риску, неуклонно растет. Однако в специальной литературе, освещающей подготовку горнолыжников любителей [4, 5], данному вопросу не уделяется достаточного внимания. Нет четких методических рекомендаций для более продуктивной деятельности тренера в контексте решения проблемы формирования мотивации безопасности

у горнолыжников-любителей. Однако следует отметить, что проблема мотивации людей занимающихся экстремальными видами спортивной деятельности в литературных источниках представлена [1, 2, 3].

В настоящее время проблема мотивации является центральной в психологии экстремальной деятельности человека, т.к. она представляет собой совокупность движущих сил, которые

побуждают человека к активности и обеспечивают достижение поставленных целей в деятельности связанной с риском.

Испытуемые и организация исследования.

В исследовании приняли участие 20 человек склонных к рискованной деятельности, активно, но непрофессионально занимающихся горными лыжами. Для проведения исследования был разработан специальный опросник.

Результаты исследования. В результате опроса мнений испытуемых относительно того, какая категория (социальная группа) занимающихся горными лыжами является наиболее экстремальной и склонной к риску, выявлено, что это неформалы, занимающиеся фристайлом, могулом, ньюскулом (new school skiing) – 6,05 балла (Рисунок 1).

Причем респонденты отмечали, что на горнолыжных трассах наиболее склонны к риску неформалы, употребляющие алкогольные напитки. Далее идут спортсмены высокой квалификации, занимающиеся фрирайдом (5,3), неорганизованные лыжники, самостоятельно выезжающие на сложные горнолыжные трассы (5), далее спортсмены высокой квалификации, занимающиеся прыжковыми дисциплинами: фристайл, могул, ньюскул (4,1), профессиональные горнолыжники – представители олимпийских дисциплин (слалом, слалом гигант, скоростной спуск) – (3,45). Последняя категория меньше остальных склонна

к риску, так как ее представители, это люди, имеющие большой опыт катания, организованные, соблюдающие технику безопасности, несмотря на то, что работают в довольно высокой зоне риска (высокие скорости, соревновательные условия и т.п.). Самой нерискованной категорией занимающихся, являются организованные горнолыжники, выезжающие в горы по путевкам турагентств, деятельность которых контролируют гиды и инструкторы (2,75 балла).

Выявлены основные факторы, определяющие выбор спортсменом-горнолыжником экстремального вида деятельности (Рисунок 2).

Результаты, полученные нами в исследовании, показали, что знакомства (9,5 баллов) и ощущение свободы при катании (9,4 баллов), являются наиболее важными факторами, определяющими выбор деятельности связанной с риском. Далее следуют факторы любви к экстремальным видам спорта (8,6), чувство скорости (8), преодоление себя в трудных условиях (7,95), повышение своей стрессоустойчивости при занятии этим видом деятельности (7,9), получение адреналина (7,55) и потребность быть в компании занимающихся экстримом (7,3). Это группа наиболее значимых факторов определивших выбор экстремальной деятельности.

Эмоциональная составляющая, является очень значимым фактором, вызывающим

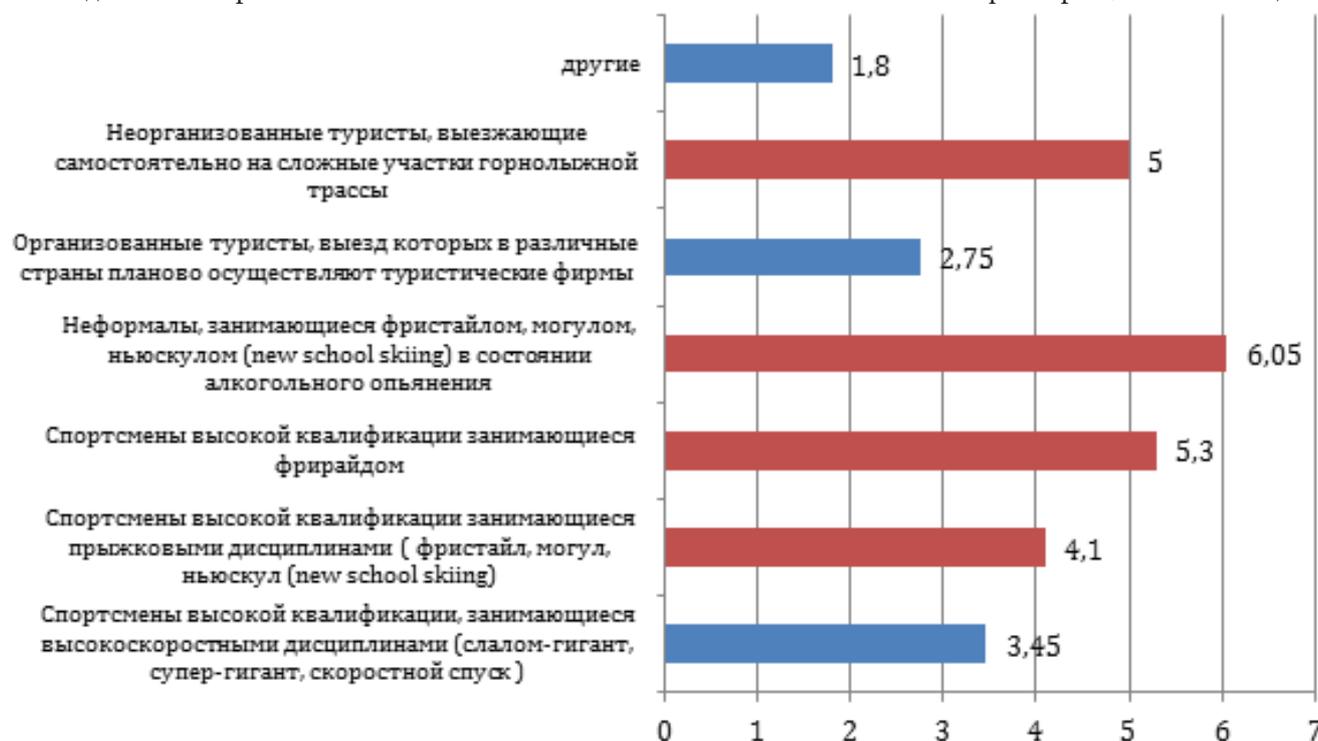


Рисунок 1 – Наиболее рискованные социальные группы среди занимающихся горными лыжами



Рисунок 2 – Факторы, определяющие выбор спортсменом экстремального вида деятельности

зависимость у некоторых экстремалов. Наличие факторов риска, приводящих к мощному выбросу адреналина в кровь, вызывает у них потребность вновь и вновь возвращаться к деятельности, вызывающей переживание этих ярких эмоций и чувств. Таким образом, наиболее значимыми являются те ощущения, которые переживают спортсмены или, как сами спортсмены характеризуют – наличие «адреналина», чем сам факт наличия риска.

Менее значимыми факторами являются: заниматься горными лыжами пригласили друзья (6,05), поставили на лыжи родители (5,75), занимается вся семья (4,85).

Анализ основных мотиваторов, стимулирующих лыжников-экстремалов к занятиям рискованной деятельностью представлен на рисунке 3.

Главным мотиватором к занятиям горными лыжами является достижение совершенства своих возможностей (7,1 балла). Значимыми для

экстремалов-лыжников являются социальные мотивы признания: принадлежность к социальной группе спортсменов-экстремалов (6,45), «чтобы мной гордились близкие» (6,25), доказательство того, что «я сильнее своих слабостей» (6,15), самоутверждение перед собой и окружающими (5,9). Эмоциональный фактор является не самым, но все-таки значимым фактором при формировании мотивов к занятиям экстримом: переживание острых эмоций во время занятий (6,3) и после пережитого страха возникает чувство гордости (5,05).

Выполнение спортивного разряда (квалификационных нормативов), для большинства спортсменов является не существенным мотиватором при выборе занятий рискованной деятельностью (4,35). Это связано, на наш взгляд, с тем, что действия связанные с риском и возможностью гибели в официально зарегистрированных видах спорта, как правило, ограничиваются правилами,



Рисунок 3 – Мотиваторы, побуждающие к занятиям «экстремальными» горными лыжами



Рисунок 4 – Факторы риска при занятиях горными лыжами

поэтому этой деятельностью спортсмен занимается вне рамок правил. А выполнение разряда обязывает спортсмена не нарушать правила, так как могут быть введены санкции, вплоть до дисквалификации.

Выявлены основные факторы риска, которые приводят к возникновению несчастных случаев при занятиях «экстремальными» горными лыжами (Рисунок 4).

Более всего вызывают опасения люди, которые не знают или не соблюдают технику безопасности (9,9 балла). Далее идут: алкогольное опьянение

занимающихся (8,7), переоценка уровня своей подготовленности (7,4), неумение контролировать свою скорость (7,2) и неподготовленность спортсмена к прохождению трассы (7,0 баллов). В то же время не пугают горнолыжников-экстремалов неподготовленность трассы (6,5), наличие лавинной опасности (6,5) и высокие скорости (4,1), видимо потому, что они нередко и являются объектом их интересов в горах.

В рамках исследования мотиваторов, стимулирующих экстремалов к занятиям рискованной деятельностью, представляет особый интерес

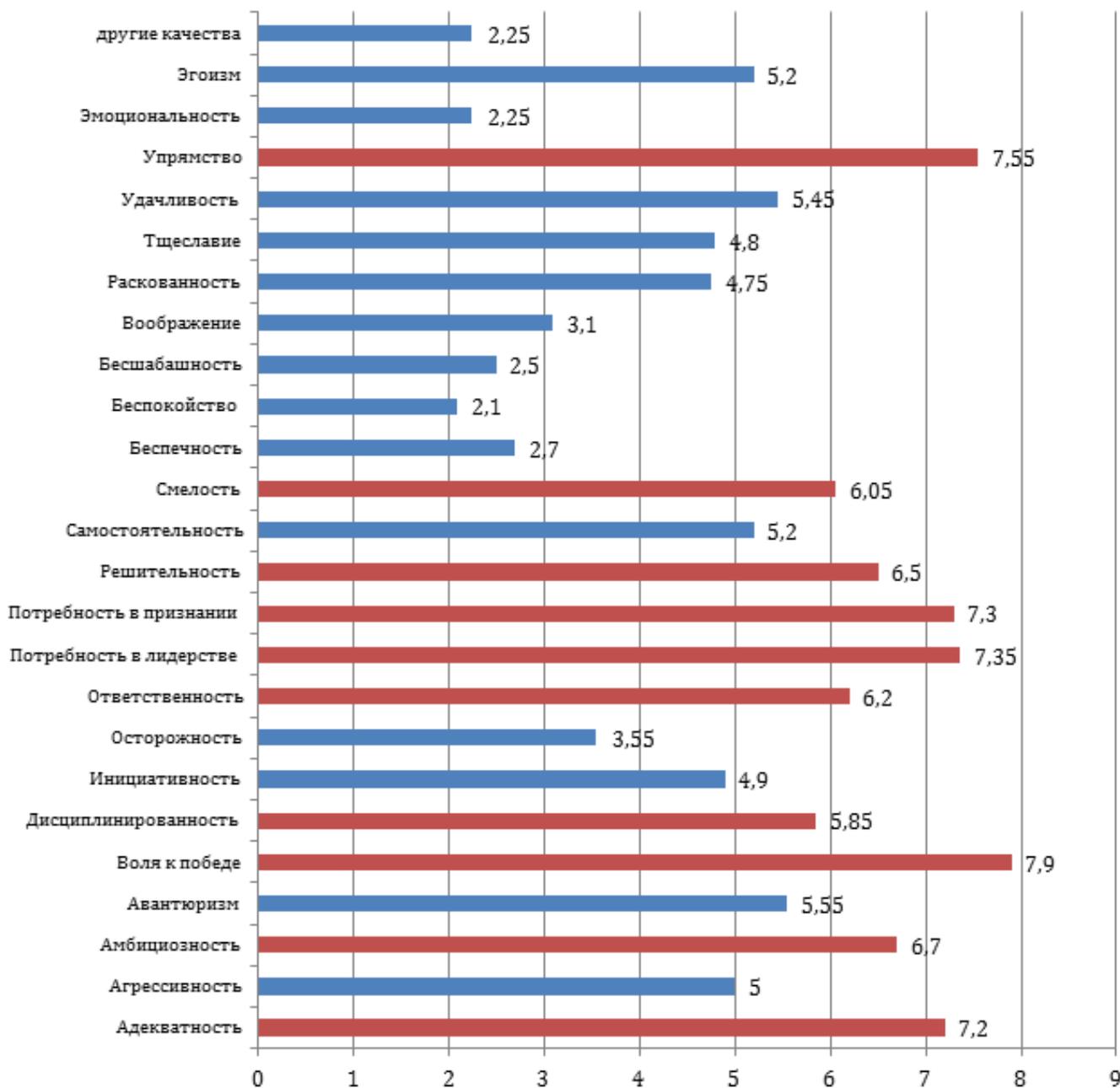


Рисунок 5 – Наиболее значимые психические качества спортсмена-экстремала

анализ психологических качеств, определяющих успешность их деятельности (Рисунок 5).

Прежде всего, по мнению экспертов, спортсмену-экстремалу важны такие качества как: воля к победе (7,9 баллов), настойчивость (7,55), потребность в лидерстве (7,35) и признании (7,3), адекватность (7,2), амбициозность (6,7), решительность (6,5), ответственность (6,2), смелость (6,05). Далее идет такое психологическое качество, как дисциплинированность (5,85). Наименее значимыми качествами лыжника-экстремала являются: эгоизм, бесшабашность, беспокойство и беспечность.

Заключение

1. Наиболее рискованной социальной группой, занимающихся горными лыжами, являются неформалы, занимающиеся фристайлом, могулом, ньюскулом (new school skiing). Профессиональные спортсмены, занимающиеся различными дисциплинами горных лыж (скоростной спуск, слалом, прыжковые дисциплины и др.), являются достаточно безопасной социальной группой, несмотря на то, что из всех – эта группа связана рискованными условиями спуска (скорость, соревновательность и др.). Наименее рискованной группой являются организованные горнолыжники, выезжающие по туристическим путевкам и катающиеся по склонам с инструктором.

2. Основными факторами, формирующими мотивацию спортсменов к занятиям экстремальными видами деятельности, являются: потребность быть причастными к категории «экстремалов» и признание со стороны этой социальной группы; острые ощущения, выброс «адреналина» при занятиях этой деятельностью; гордость за свои достижения в сфере экстремальных достижений и желание достичь предела человеческих возможностей.

3. Экстремалам нравится общаться с людьми внутри своей социальной группы и чувствовать себя ее частью. Ощущение своей исключительности, отличие от окружающей массы людей и от других социальных групп, и в то же время чувство принадлежности к этой «особой» касте людей под названием «экстремалы», являются ведущими мотивирующими факторами выбора спортсменом вида экстремальной деятельности.

4. Психологический портрет лыжника-экстремала-любителя таков, это люди, характеризующиеся: высоким уровнем адекватности, решительности, дисциплинированности, смелые, ответственные, осторожные с высокой волей к победе. Для спортсменов, занимающихся экстремальными видами деятельности, не свойственны: тщеславие, беспечность, беспокойство, эгоизм, агрессивность, бесшабашность. Они обладают высокими потребностями в признании и в лидерстве, и обладают невысоким уровнем эмоциональности и авантюризма.

Литература

1. Байковский, Ю.В. Терминология экстрима. Энциклопедический словарь-справочник экстремальных видов спортивной деятельности / Ю.В. Байковский, П.П. Захаров, А.И. Мартынов, А.В. Пилькевич, Д.В. Провалов и др. // Авт.-составитель Ю.В. Байковский. – М.: Вертикаль; ТВТ Дивизион, 2014. – 292 с.
2. Байковский, Ю.В. Деятельность человека и обеспечение ее безопасности в экстремальных условиях горной среды: монография / Ю.В. Байковский. – М.: ГЦОЛИФК, 2016. – 189 с.
3. Байковский, Ю.В. Психологическая классификация видов спорта по уровню экстремальности / Ю.В. Байковский, А.В. Пилькевич // Экстремальная деятельность человека. – 2016. – №4(41). – С. 32-35.
4. Рублевская З. Экстрим и экстремальные виды спорта [Электронный ресурс] / З. Рублевская. – Электрон. дан. // Режим доступа: <http://www.list7i.ru/?mod=boards&id=699>.
5. Экстремальные виды спорта. – Режим доступа: <http://www.uneed2know.eu/-aid-465-24.10.2014>.

Literature

1. Baikovskiy, Yu.V. The terminology of extreme. Encyclopedic Dictionary of Extreme Sports Activities / Yu.V. Baikovskiy, P.P. Zakharov, A.I. Martynov, A.V. Pilkevich, D.V. Provals, etc. // Authors-compiler Yu.V. Baikovsky. – M.: Vertical; TVT Division, 2014. – 292 p.
2. Baikovskiy, Yu.V. Human activity and ensuring its safety in extreme conditions of the mountain environment: monograph / Yu.V. Baikovskiy. – Moscow: GTSOLIFK, 2016. – 189 p.
3. Baikovskiy, Yu.V. Psychological classification of sports in terms of the level of extremism / Yu.V. Baikovskiy, A.V. Pilkevich // Extreme human activity. – 2016. – No. 4 (41). – P. 32-35.
4. Rublevskaya Z. Extreme and extreme sports [Electronic resource] / Z. Rublevskaya. – Electron. Dan. // Access mode: <http://www.list7i.ru/?mod=boards&id=699>.
5. Extreme sports. – Access mode: <http://www.uneed2know.eu/-aid-465-24.10.2014>.