

УДК 796.034.6

К ВОПРОСУ О СПОРТИВНОЙ МОТИВАЦИИ

Мартюшева М.А., Мугаллимова Н.Н.

Поволжский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма
Казань, Россия

Аннотация: В статье рассматриваются понятия мотив, потребности, спортивная мотивация.

Ключевые слова: мотивы, потребности, спортивная мотивация.

Актуальность. В спорте большое значение имеет психологическая подготовка. При равных уровнях физического, технического и тактического мастерства выигрывает спортсмен более психический устойчивый. В структуре психологической подготовки спортсменов важное значение имеет спортивная мотивация, которая влияет на достижения высокого результата.

В то же время специалисты отмечают недостаточную разработанность методики формирования и управления спортивной мотивацией [6]. В связи с этим исследования, посвященные изучению спортивной мотивации являются актуальными.

Цель исследования: определить состояние изученности проблемы спортивной мотивации.

Методы и организация исследования: проанализированы научные публикации за последние 5 лет (2018 – 2023) в сфере физической культуры и спорта. Так же была изучена научно-методическая литература по спортивной психологии.

Результаты исследования и их обсуждение. Чтобы обосновать понятие спортивной мотивации, необходимо, прежде всего, рассмотреть взаимосвязь потребностей и мотивов.

Изучив научную литературу, мы пришли к выводу, что большинство авторов сходятся на мнении о взаимосвязи мотивов и потребностей человека. По вопросу изучения мотивации существует несколько точек зрения, которые можно свести к двум основным. Авторы В.И. Ковалев, А.А. Файзуллаев, А.Н. Зерниченко, Н.В. Гончаров, А.Ц. Пуни рассматривают мотивацию через стадию возникновения и формирования мотивов. В свою очередь Д.В. Колесов, Е.П. Ильин, Р.А. Пилюян рассматривают мотивацию через удовлетворение актуальных потребностей.

В.И. Ковалев рассматривает мотив как трансформирование и обогащение стимулами потребности, так же автор считает, что если стимул не понят или не принят, он не превращается в мотив. Возможным вариантом формирования мотива является концепция: возникновение потребности – ее осознание – «встреча» потребности со стимулом – трансформирование потребности в мотив и его осознание. В процессе возникновения мотива происходит оценка различных сторон стимула (например, поощрения): значимость для данного субъекта и для общества, справедливость и т.д. [4].

В своих трудах А.А. Файзуллаев выделяет пять этапов мотивационного процесса: возникновение и осознание побуждения; «принятие мотива»; реализация мотива; закрепление мотива; актуализация потенциального побуждения. Потребности, влечения, склонности и вообще любое явление психической деятельности (образ, мысль, эмоция) могут выступать в качестве осознанного побуждения. Но стоит заметить, что само побуждение не является мотивом, а осознание побуждения это первый шаг к его формированию. Автор считает, что внутреннее принятие побуждения равно «принятию мотива», т.е. идентификацию его с мотивационно-смысловыми образованиями личности, соотнесение с иерархией субъективно-личностных ценностей, включение в структуру значимых отношений человека. Во время этапа «реализация мотива», психологическое содержание мотива в зависимости от конкретных условий и способов реализации может меняться. К этапу закрепления мотива приводит приобретение новых функций. Последним этапом является актуализация потенциального побуждения, под которой имеется в виду осознаваемое или неосознаваемое проявление соответствующей черты характера в условиях внутренней или внешней необходимости, привычки или желания [10].

А.Н. Зерниченко и Н.В. Гончарова выделяют три стадии формирования мотивации: формирование мотива; достижение объекта потребности; удовлетворение потребности [1].

Д.В. Колесов рассматривает мотивацию через формирование побуждения, направленного на удовлетворение актуальных потребностей. Колесов говорит о ряде последовательных стадий (зон). Согласно его мнению первая зона в которую попадает потребностное возбуждение зона потребностных эталонов, вторая – зона представительства потребностей, затем в зону обработки потребностного возбуждения и зону формирования программы действий, а последним этапом является зона подкрепления.

Е.П. Ильин рассматривает этапы формирования мотивов через биологическую потребность личности. Первым этапом Ильин выделяет формирование первичного (абстрактного) мотива, состоящего из формирования потребности личности и побуждения к поисковой активности. Вторым этапом формирования конкретного мотива – выступает поисковая внешняя или внутренняя активность.

Третьей стадией формирования мотива Ильин выделяет выбор конкретной цели и формирование намерения ее достичь [3].

Характеризуя спортивная деятельность можно выделить следующие психологические особенности: стремление к высокому уровню достижений; высокие эмоциональные нагрузки; субъективная оценка результатов; соперничество; выступление на соревнованиях [9].

А.Ц. Пуни на основании специальных исследований установил динамику развития мотивов спортивной деятельности на этапе совершенствования спортивного мастерства:

- 1) мотив достижения успеха (определяющий мотив);
- 2) социальная мотивация;
- 3) материальная мотивация.

Спортсмены с доминирующим мотивом достижения успеха характеризуются упорством в достижении установленных целей, уверенностью в верности своих действий, независимостью, стремлением к борьбе, стеничные усилия для их решения [7].

Спортсмены с преобладающим мотивом избегания неудач беспокойны и неуверены в себе, намерены ограничивать свою активность в достижении цели, их поведение носит предпочтительно защитный характер, они чаще обороняются и действуют на контратаках [7].

Р.А. Пилюян представляет спортивную мотивацию как «особое состояние личности спортсмена, формирующееся в результате соотнесения им своих способностей и возможностей с предметом спортивной деятельности, служащее основой для постановки и осуществления целей, направленных на достижение максимально возможного на данный момент спортивного результата».

Согласно представлениям Р.А. Пилюяна структура спортивной мотивации состоит из 3 состояний:

1) побудительное, включающее два фактора. Первый фактор – К1 – отражает принципиальную ориентацию спортсмена на удовлетворение духовных потребностей – самоутверждение, самовыражение, исполнение общественного долга. Второй фактор – К2 – отражает ориентированность спортсмена на удовлетворение материальных потребностей;

2) базисное, включающее три фактора. Первый фактор – К3 – отражает степень заинтересованности спортсмена в благоприятных социальных условиях спортивной деятельности. Второй фактор – К4 – отражает степень заинтересованности спортсмена в накоплении знаний (специальных) и навыков.

Третий фактор – К5 – отражает степень заинтересованности спортсмена в отсутствии болевых ощущений;

3) процессуальное, включающее два фактора. Первый фактор – К6 – отражает степень заинтересованности спортсмена в накоплении знаний о своих противниках. Второй фактор – К7 – отражает степень заинтересованности спортсмена в отсутствии психогенных влияний, отрицательно сказывающихся на результатах соревновательной деятельности [8].

Заключение. Теоретический анализ литературы показал, что проблема мотивации в спорте рассматривается достаточно широко. В то же время целый ряд методических вопросов, связанных со спортивной мотивацией остается мало разработанным и существует необходимость изучения.

Список литературы

1. Зерниченко А.Н., Гончаров Н. В. Мотивационный процесс, структура личности и трансформация энергии потребностей/ А.Н. Зерниченко, Н.В. Гончаров. – Текст: непосредственный // Вопросы психологии. – 1989. – № 2. – С. 73-81.
2. Ильин, Е. П. Психология спорта / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2012. – 352 с. – ISBN 978-5-459-01167-8. – Текст: непосредственный.
3. Ильин, Е.П. Мотивация и мотивы/ Е.П. Ильин. – СПб.:Питер, 2011. – 508с. – ISBN 978-5-459-00574-5. – Текст: непосредственный.

4. Ковалев, В.И. Мотивы поведения и деятельности/ В.И. Ковалев. – М.: Наука, 1988 – 191с. – ISBN 5-02-013719-7. – Текст: непосредственный.
5. Колесов, Д.В. Эволюция психики и природа наркотизма/ Д.В. Колесов.- М.: Педагогика, 1991.- 310с. – ISBN 5-7155-0421-X. – Текст: непосредственный.
6. Копылов, К.В. Аналитический обзор научных публикаций в зарубежных журналах на тему спортивной тренировки пловцов с 2018 г. по 2022 г. / К.В. Копылов. – Текст: непосредственный //Наука и спорт: современные тенденции. – 2022. – Том 10 №4. – С. 54-65.
7. Огородова, Т. В. Психология спорта: учеб. пособие / Т. В. Огородова; Яросл. гос. ун–т им. П.Г. Демидова. – Ярославль: ЯрГУ, 2013. – 120 с. – ISBN: 978-5-8397-0975-1. – Текст: непосредственный.
8. Пилюян, Р.А. Мотивация спортивной деятельности/ Р.А. Пилюян. – М.: Физкультура и спорт, 1984.- 104с. – Текст: непосредственный.
9. Пуни, А. Ц. Психологическая подготовка к соревнованию в спорте /А.Ц. Пуни – М.: Физкультура и спорт, 1969. – 88 с. – Текст: непосредственный.
10. Файзуллаев, А.А. Мотивационная саморегуляция/ А.А. Файзуллаев. – Ташкент: Фан, 1987. – 134с. – Текст: непосредственный.