

## Особенности мотивации к спортивной деятельности школьников самбистов первого года тренировок


**Галсан Хубисхалович Бадмацыренов**

тренер по самбо, спортивный судья

Муниципальное автономное учреждение «Спортивная школа № 17»

Улан-Удэ, Россия


krasn.scahapka17@yandex.ru

 0000-0000-0000-0000

Поступила в редакцию 05.10.2022

Принята 10.11.2022

Опубликована 01.12.2022

 10.25726/k2289-3547-6181-j

### Аннотация

В работе представлено исследование мотивации к спортивной деятельности школьников самбистов первого года тренировок. Рассмотрена актуальность исследования мотивации, которая обусловлена необходимостью включения в план тренировочного процесса компонента психологической подготовки начинающих спортсменов, работу сформированием у него твердой внутренней мотивации к занятиям. В исследовании приняли участие 30 начинающих спортсменов самбистов первого года тренировок, всего 30 человек из которых 15 человек – девочки, 15 человек – мальчики. В качестве методик, используемых для разностороннего изучения мотивации к занятиям спорта, были отобраны: Оценка мотивации успеха и боязни неудачи (А.А. Реан); Мотивы занятия спортом (А. В. Шаболтас в модификации Е. П. Ильина); Изучение интереса к спорту (Е.Г. Бабушкин). Среди большого многообразия систем воспитания, способствующих развитию морально-волевых качеств человека традиционно выделяется такой вид единоборства как самбо. Самбо активно способствует формированию стойкости, выносливости, самодисциплины и внутренней нравственной опоры человека. В связи с этим появляется большой интерес к введению данной системы воспитания повсеместно, а не только в специализированных школах. Исследование мотивации к спортивной деятельности школьников самбистов первого года тренировок помогло составить общую картину мотивационной сферы начинающих самбистов, с определенными нюансами, характерными для мальчиков и девочек.

### Ключевые слова

самбо, этап начальной подготовки, мотивация, достижение успеха в спорте.

### Введение

На протяжении последних лет одной из наиболее актуальных социально-педагогических проблем является отношение школьников к занятиям физической культурой и спортом. Многочисленные исследования указывают на то, что физическая деятельность не является для подростков необходимостью (Шлат, 2018).

Причина этого – резкий рост технического прогресса, особенности современных условий жизни, увеличение учебной нагрузки, интенсивный рост объемов информации, а также недостаточный уровень информации о здоровом образе жизни и состоянии личного здоровья [5].

Как утверждают специалисты среди различных психологических феноменов проблемы мотива и мотивации в спортивной психологии занимают одно из ведущих мест. Термин «мотивация» представляет собой более широкое понятие, чем термин «мотив». Слово «мотивация» используется в современной спортивной психологии в двояком смысле: оно определяет систему факторов, детерминирующих поведение (сюда входят, в частности, потребности, мотивы, цели, намерения, стремления и т. п.) и

характеристику процесса, который стимулирует и поддерживает поведенческую активность на определенном уровне (Исаев, Эрлих, Шевцов, Малеев, 2018).

По данным спортивных психологов мотивация – это совокупность побудительных факторов, которые определяют активность личности; это все мотивы, потребности, стимулы, ситуативные факторы, которые обуславливают поведение подростка.

Мотивы являются относительно устойчивыми чертами (проявлениями, атрибутами) личности. Когда мы утверждаем, что определенному человеку присущ познавательный мотив, то подразумевается, что во многих ситуациях она проявляет интерес к содержанию и процессу деятельности, или познавательную мотивацию (Карпов, Медведев, Шарагин, Разживин, 2021).

В то время, система спортивной деятельности требует качественного и инновационного подхода к потребностям подростков, формирования устойчивых мотивов и мотиваций к занятиям спортом, как важной составляющей здорового образа жизни и положительного социального поведения (Воробьев, 2021). Наряду с этим, вопросов, касающихся сравнение мотивации к спортивной деятельности подростков в ациклических и циклических видах спорта практически отсутствуют поэтому является актуальной проблемой.

Подростковый возраст характеризуется быстрым, неравномерным ростом и развитием организма, где нервная система в этот период жизни еще не совсем готова выдержать сильные, длительные раздражители и часто находится под их влиянием в состоянии заторможенности или сильного возбуждения (Махалин, 2011).

Поэтому ценностные ориентации усложняются, становятся более либеральными, независимыми, происходит безусловное преклонение перед признанными ценностями. Некоторые общественные ценности, в частности помощь, самопожертвование, в подростковом возрасте временно теряют свое значение, зато актуальными становятся социальный статус, авторитет, экономическая и мировоззренческая самостоятельность, внешний вид.

Спорт становится альтернативой для подростков, где причинами, которые побуждают им заниматься есть следующее: укрепление здоровья, улучшение телосложения, развитие физических и волевых качеств, желание быть не хуже других, быть похожим на выдающегося спортсмена, мода на спорт, стремление сохранить семейные спортивные традиции, желание быть готовым к труду и службе в армии (Зимняя, 2006).

В общеобразовательных и детско-юношеских спортивных школах создаются как специальные спортивные классы, так и различные кружки, где под руководством опытных тренеров педагогов юные спортсмены усваивают технику и тактику выбранного вида спорта, участвуют в спортивно-массовых мероприятиях. Одним из популярных и доступных видов спорта в этих заведениях являются единоборства, особенно тхэквондо, где тренировки спортсменов осуществляются в большинстве своем в спортивном зале (Коротаева, 2022).

Важным показателем развития мотивационной сферы подростков являются их интересы, форма проявления познавательной потребности, которая обеспечит направленность личности на осознание целей спортивной деятельности. Нужность в занятиях спортом в подростковом возрасте способствует ознакомлению с новыми фактами действительности, прослеживая этапы развития интересов: появление новых увлечений, где характерны сомнения, столкновение социально-психологических наставлений; развенчивание авторитетов в кругу общения; формирование первых переживаний, связанных с половым созреванием; расширение и укрепление общественных связей, что существенно зависит от материальных условий жизни семьи, конкретного социального окружения (Рван, 2004).

Введение школьников в системы тренировок по самбо не дает само по себе результата по описанным выше характеристикам. Важнейшим аспектом является наличие у школьника внутренней мотивации для продолжения занятий.

К внутренней мотивации школьников к занятиям самбо в первую очередь можно отнести стремление к самосовершенствованию и саморазвитию. Эти две внутренние мотивации являются эталонными для каждого начинающего спортсмена, однако в реальности многие спортсмены отмечают, что основной мотивацией для занятия спортом для них выступали совсем другие побудительные

характеристики, среди которых: стремление быть примером для окружающих, стремление получить внешнее одобрение (родителей, в первую очередь), стремление компенсировать неудачи в других видах деятельности (Коротаева, 2022). С этой точки зрения, становится понятным, почему многие молодые спортсмены не продолжают занятия спортом во взрослом возрасте или полностью не адаптируются под тренировочный процесс и заканчивают тренировки, так и не достигнув высоких результатов. Подобная мотивация, являющаяся объективно внешней, воспринимается молодыми спортсменами в качестве внутреннего побудительного мотива, что в последствии рождает в спортсмене внутренний конфликт, разрешаемый только с помощью выхода из спорта.

Исходя из вышесказанного, важной проблемой в составлении плана тренировочного процесса является включение в него компонента психологической подготовки начинающих спортсменов, включающего в себя работу сформированием у него твердой внутренней мотивации к занятиям. Первоначальной точкой для включения данного компонента является исследование текущей мотивации юных спортсменов, для видения более полной картины текущей ситуации.

Цель данной работы – исследование мотивации к спортивной деятельности школьников самбистов первого года тренировок.

### Материалы и методы исследования

«Цель В исследовании приняли участие 30 начинающих спортсменов самбистов первого года тренировок, всего 30 человек из которых 15 человек – девочки, 15 человек – мальчики.

В качестве методик, используемых для разностороннего изучения мотивации к занятиям спорта, были отобраны:

- 1) Оценка мотивации успеха и боязни неудачи (А.А. Реан);
- 2) Мотивы занятия спортом (А. В. Шаболатас в модификации Е. П. Ильина);
- 3) Изучение интереса к спорту (Е.Г. Бабушкин).

Замеры по методикам производились в первые дни тренировочного процесса.

### Результаты и обсуждение

На первом этапе исследования был проведен сравнительный анализ результатов оценки мотивации успеха и боязни неудачи с помощью одноименной методики А.А. Реан. Результаты представлены на рисунке 1. На рисунке выделены баллы, относящиеся к мотивационному полюсу – «ориентация на успех».

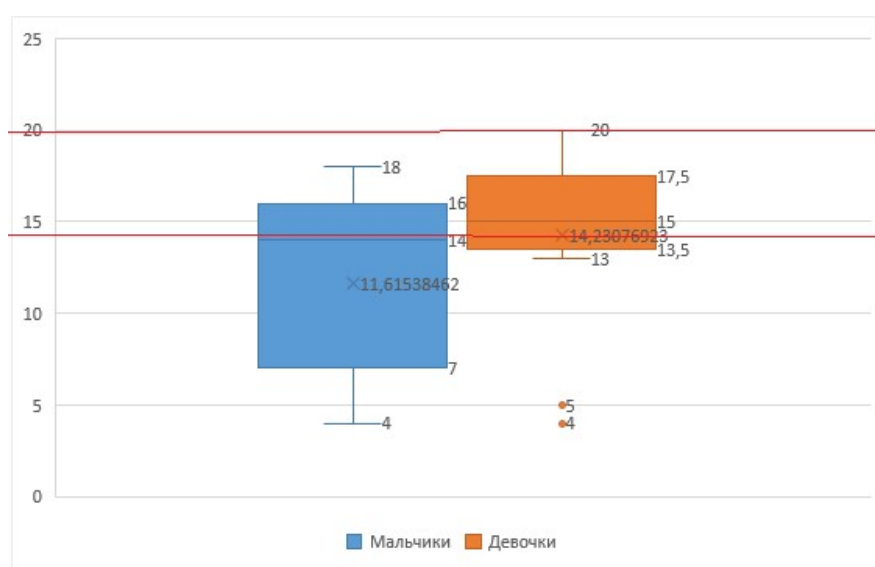


Рисунок 1. Результаты оценки мотивации успеха и боязни неудачи у начинающих самбистов

Значительно отличаются результаты по обеим группам. В группе мальчиков, распределение результатов выражено по обоим полюсам, среднее значение (14 баллов), относится к нижней границе полюса «ориентация на успех». При этом значительная часть результатов по группе относится к средним значениям, что значит, у большинства испытуемых из группы мальчиков не выявлен четкий полюс мотивации – на успех или на неудачу.

Можно сказать, что большая часть мальчиков, находятся в неопределенной мотивационной позиции по признаку успеха\неудачи. Они четко не ориентированы ни на успех, ни на неудачу, при этом имея в среднем тенденцию движения к мотивации на успех.

В группе девочек, результаты более определенные, у них меньше присутствует ответов, интерпретация которых соотносится с полюсом «ориентация на неудачу», при максимальных результатах, соотносимых с полюсом «ориентация на успех» и при общем среднем балле по группе равным 15.

Так, мотивация девочек в большей степени позитивна, в отличие от мальчиков, они начинают дело более ориентируясь на конструктивный, реальный результат, а в основе их активности больше, чем у мальчиков прослеживается тенденция к надежде к достижению поставленных целей.

На втором этапе работы было проведено исследование мотивов занятия спортом с помощью методики А.В. Шаболтас в модификации Е.П. Ильина с помощью которой были выявлены доминирующие цели в группах начинающих самбистов. Методика позволяет выявить несколько преобладающих целей среди 10:

- 1) Мотив эмоционального удовольствия (ЭУ);
- 2) Мотив социального самоутверждения (СС);
- 3) Мотив физического самоутверждения (ФС);
- 4) Социально-эмоциональный мотив (СЭ);
- 5) Социально-моральный мотив (СМ);
- 6) Мотив достижения успеха в спорте (ДУ);
- 7) Спортивно-познавательный мотив (СП);
- 8) Рационально-волевой рекреационный мотив (РВ);
- 9) Мотив подготовки к профессиональной деятельности (ПМ);
- 10) Гражданско-патриотический мотив (ГП).

Результаты исследования доминирующих мотивов в обеих группах респондентов представлены на рисунке 2.

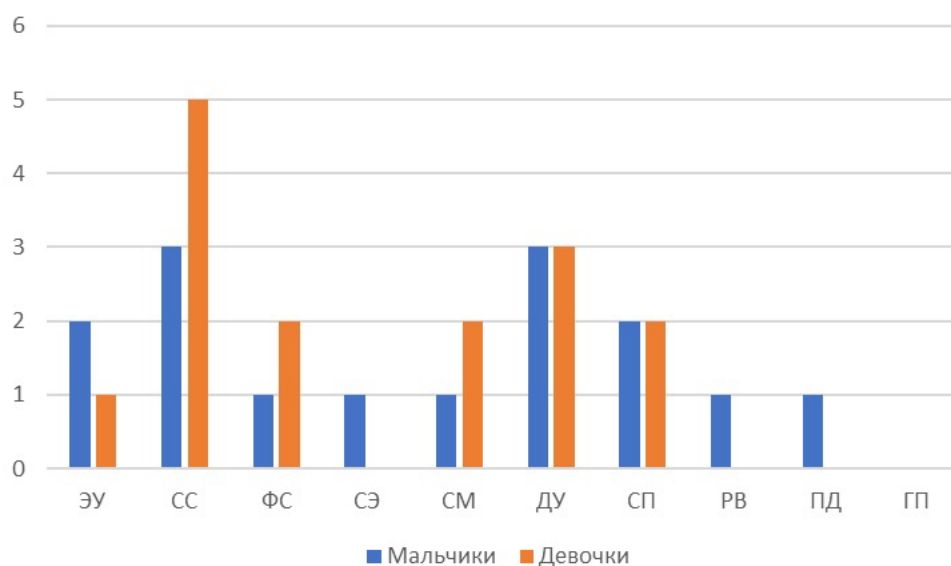


Рисунок 2. Результаты исследования доминирующих мотивов занятия спортом в группах начинающих самбистов

Согласно результатам исследования, в обеих группах существует два преобладающих мотива: мотив достижения успехов в спорте и мотив социального самоутверждения, при этом в группе девочек последний мотив является более доминантным.

Стремление проявить себя, через занятие спортом, получить одобрение со стороны сверстников, родителей, учителей и прочего окружения является наиболее ценным результатом занятий самбо в обеих группах, но у девочек, это стремление выражено более активно.

Интересным является то, что в группе девочек отсутствуют целый ряд мотивов, таких как: социально-эмоциональный мотив, рационально-волевой мотив, мотив подготовки к профессиональной деятельности, гражданско-патриотический мотив.

Другими словами, у девочек, начинающих заниматься боевым самбо в мотивационной структуре отсутствуют стремления к занятиям спорта для подготовки к выбранной специальности, компенсации малой двигательной активности в обычной жизни, поддержания престижа родного города, страны и в виду малого эмоционального отклика к выбранному направлению спортивной деятельности.

У мальчиков в мотивационной структуре отсутствует только лишь гражданско-патриотический мотив.

На заключительном этапе работы было проведено исследование интереса к спорту с помощью методики Е.Г. Бабушкина. Данная методика помогает определить уровень устойчивости интереса к спорту. Результаты исследования по данной методике приведены на рисунке 3.

По результатам исследования, наиболее устойчивый интерес к спорту характерен для мальчиков (46,6% респондентов), в группе девочек меньший процент респондентов демонстрирует аналогичный интерес у спортивной деятельности (40%). В группе девочек, в среднем выявлен недостаточно устойчивый интерес к спортивной деятельности (46,6%). В обеих исследуемых группах присутствуют респонденты, имеющие неустойчивый интерес к спортивной деятельности (мальчики – 20%, девочки – 13,3%).

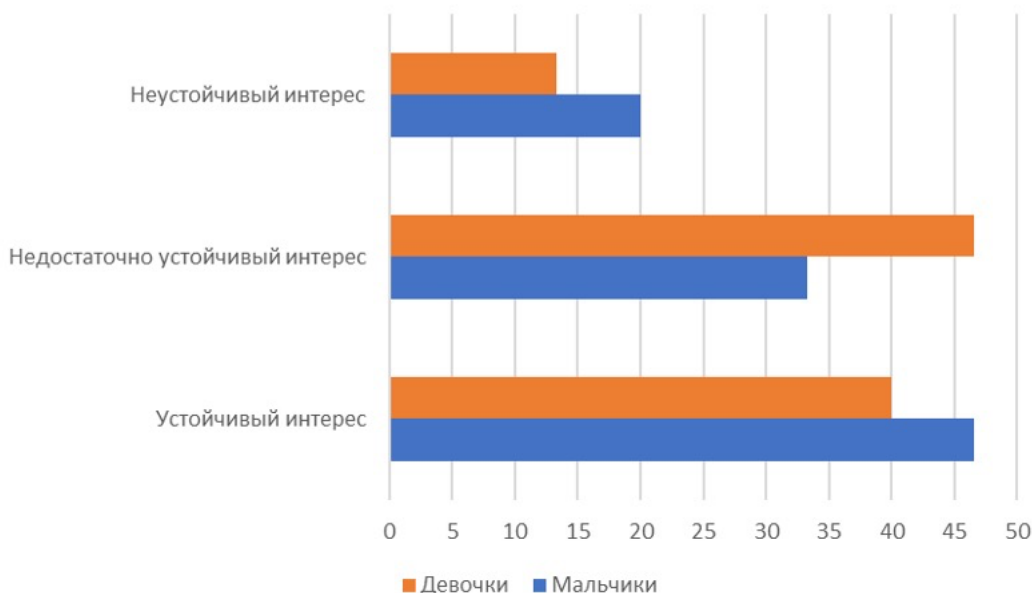


Рисунок 3. Результаты исследования интереса к спорту среди начинающих самбистов

### Заключение

Таким образом, исследование мотивации к спортивной деятельности школьников самбистов первого года тренировок помогло составить общую картину мотивационной сферы начинающих самбистов, с определенными нюансами, характерными для мальчиков и девочек.

Начинающие самбисты, относящиеся к группе девочек в целом, имеют недостаточно устойчивый интерес к спорту, при этом мотивация их в большей степени позитивна и ориентирована на успех, а

ведущей целью занятий спортом являются стремления социального самоутверждения и получения успехов в спорте при отсутствии в мотивационной системе гражданско-патриотических мотивов, социально-эмоциональных мотивов, рационально-волевых мотивов и мотивов подготовки к профессиональной деятельности.

Начинающие самбисты из группы мальчиков в целом, имеют достаточно устойчивый интерес к спорту при меньшей мотивации на успех и большей ориентации на избегание неудач, ведущими мотивами в структуре при этом у них являются так же мотивы достижения успехов в спорте и мотивы социального самоутверждения при невыраженных гражданско-патриотических мотивов.

Результаты настоящего исследования используются автором для более точно направленной психологической подготовки начинающих самбистов с учетом выявленных особенностей.

### **Список литературы**

1. Бабушкин Г.Д. Психодиагностика личности при занятиях физической культурой и спортом: учебное пособие. Омск, 2012.
2. Воробьева Н.В. Общий функциональный статус астенизированных рукопашников юношеского возраста // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2021. № 6. С. 18.
3. Зимняя И.А. Педагогическая психология: Учебник для вузов. М.: Логос, 2006.
4. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы. СПб.: Питер, 2006.
5. Исаев А.П., Эрлих В.В., Шевцов А.В., Малеев Д.О. Система подготовки спортивного резерва: возрастные особенности эффективной адаптации и сохранности здоровья подростков. СПб.: Политех-Пресс, 2018. 579 с.
6. Карпов В.Ю., Медведев И.Н., Шарагин В.И., Разживин О.А. Динамика общей физической подготовленности студентов первокурсников при регулярных занятиях физической культурой // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2021. № 8 (198). С. 118-123.
7. Кортаева А.И. Мотивация занятий спортом младших школьников // Проблемы современного педагогического образования. 2022. №76.
8. Махалин А.В., Заболотная И.М., Михайлова С.А. Морфологические показатели организма спортсменов-самбистов Республики Алтай // Ученые записки СПБГМУ им. акад. И.П. Павлова. Т. XVIII. 2011. № 2. С. 87-88.
9. Реан А.А. Психология личности. Социализация, поведение, общение. СПб.: «Прайм-ЕВРОЗНАК», 2004. 416 с
10. Шлат Н.Ю. Условия развития профессионализма педагогов дошкольных образовательных организаций (ДОО) // ФГОС: опыт внедрения и анализ результатов освоения: сборник статей участников Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. Арзамас, 2018. С. 253-258.

### **Features of motivation for sports activity of sambo students of the first year of training**


**Galsan H. Badmatsyrenov**

sambo coach, sports referee

Municipal autonomous institution "Sports School No. 17"

Ulan-Ude, Russia


krasn.schapakka17@yandex.ru

 0000-0000-0000-0000

Received 05.10.2022

Accepted 10.11.2022

Published 01.12.2022

 10.25726/k2289-3547-6181-j

### Abstract

The paper presents a study of the motivation for sports activities of sambo students in the first year of training. The relevance of motivation research is considered, which is due to the need to include a component of psychological preparation of novice athletes in the training process plan, the work of forming a firm internal motivation for classes. The study involved 30 novice sambo athletes of the first year of training, a total of 30 people, of which 15 people were girls, 15 people were boys. The following methods were selected as methods used for the versatile study of motivation for sports: Assessment of motivation for success and fear of failure (A.A. Rean); Motives for sports (A.V. Shaboltas modified by E. P. Ilyin); Study of interest in sports (E.G. Babushkin). Among the wide variety of education systems that contribute to the development of moral and volitional qualities of a person, such a type of martial arts as sambo is traditionally distinguished. Sambo actively contributes to the formation of resilience, endurance, self-discipline and inner moral support of a person. In this regard, there is a great interest in the introduction of this system of education everywhere, and not only in specialized schools. The study of the motivation for sports activities of sambo students in the first year of training helped to form an overall picture of the motivational sphere of novice sambo athletes, with certain nuances characteristic of boys and girls.

### Keywords

sambo, the stage of initial training, motivation, achieving success in sports.

### References

1. Babushkin G.D. Psihodiagnostika lichnosti pri zanjatijah fizicheskoj kul'turoj i sportom: uchebnoe posobie. Omsk, 2012.
2. Vorob'eva N.V. Obshhij funkcional'nyj status astenizirovannyh rukopashnikov junosheskogo vozrasta // Fizicheskaja kul'tura: vospitanie, obrazovanie, trenirovka. 2021. № 6. - S. 18.
3. Zimnjaja I.A. Pedagogicheskaja psihologija: Uchebnik dlja vuzov. M.: Logos, 2006.
4. Il'in E.P. Motivacija i motivy. SPb.: Piter, 2006.
5. Isaev A.P., Jerlih V.V., Shevcov A.V., Maleev D.O. Sistema podgotovki sportivnogo rezerva: vozrastnye osobennosti jeffektivnoj adaptacii i sohrannosti zdorov'ja podrostkov. SPb.: Politeh-Press, 2018. 579 s.
6. Karpov V.Ju., Medvedev I.N., Sharagin V.I., Razzhivin O.A. Dinamika obshhej fizicheskoj podgotovlennosti studentov pervokursnikov pri reguljarnyh zanjatijah fizicheskoj kul'turoj // Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta. 2021. № 8 (198). S. 118-123.
7. Korotaeva A.I. Motivacija zanjatij sportom mladshih shkol'nikov // Problemy sovremennogo pedagogicheskogo obrazovanija. 2022. №76.
8. Mahalin A.V., Zabolotnaja I.M., Mihajlova S.A. Morfologicheskie pokazateli organizma sportsmenov-sambistov Respubliki Altaj // Uchenye zapiski SPbGMU im. akad. I.P. Pavlova. T. XVIII. 2011. № 2. S. 87-88.
9. Rean A.A. Psihologija lichnosti. Socializacija, povedenie, obshhenie. SPb.: «prajm-EVROZNAK», 2004. 416 s
10. Shlat N.Ju. Uslovija razvitija professionalizma pedagogov doshkol'nyh obrazovatel'nyh organizacij (DOO) // FGOS: opyt vnedrenija i analiz rezul'tatov osvoenija: sbornik statej uchastnikov Vserossijskoj nauchno-prakticheskoj konferencii s mezhdunarodnym uchastiem. Arzamas, 2018. S. 253-258.