

УДК 796.015

Индивидуально-психологические особенности мотивационной сферы спортсменов

Каратаева Татьяна Юрьевна

Фомина Лариса Борисовна

Перепелюкова Елена Викторовна, кандидат педагогических наук

Нагорнов Игорь Владимирович

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет

Аннотация. В статье представлено исследование индивидуально-психологических особенностей мотивационной сферы спортсменов с целью выявления механизмов и стимулов, влияющих на их спортивную деятельность. Обоснована необходимость учета этих особенностей при планировании тренировочного процесса, разработке мотивационных программ и формировании психологической поддержки спортсменов. Подчеркнута значимость понимания мотивационных особенностей для индивидуального подхода к спортсменам, повышения их мотивации и достижения более высоких спортивных результатов. Для выявления доминирующих целей (личностных смыслов) занятий спортом была использована методика «Мотивы занятий спортом» А.В. Шаболтас. По результатам диагностики отмечено преобладание мотивов «физическое самоутверждение», «эмоциональное удовольствие», «рационально-волевой», «подготовка к профессиональной деятельности». По мнению авторов, дальнейшие исследования в этой области будут важны для обогащения знаний о влиянии мотивации на спортивную деятельность и разработки эффективных методов психологической поддержки спортсменов.

Ключевые слова: мотивация, спортивная деятельность, индивидуально-психологические особенности, тренировочный процесс.

Individual psychological features of the motivational sphere of athletes

Karataeva Tatyana Yurievna

Fomina Larisa Borisovna

Perepelyukova Elena Viktorovna, candidate of pedagogical sciences

Nagornov Igor Vladimirovich

South Ural State Humanitarian and Pedagogical University

Abstract. The article presents a study of the individual psychological characteristics of athletes' motivational sphere in order to identify mechanisms and incentives that influence their sports activities. The necessity of considering these characteristics in training planning, motivational programs development, and psychological support for athletes is justified. The importance of understanding motivational features for an individual approach to athletes, increasing their motivation, and achieving higher sports results is emphasized. The "Motives for Sports Participation" method by A. V. Shaboltas was used to identify dominant goals (personal meanings) in sports activities. The results of the diagnosis indicated a predominance of motives such as "physical self-assertion," "emotional pleasure," "rational-volitional," and "preparation for professional activities". According to the authors, further research in this field will be important for enriching knowledge about the influence of motivation on sports performance and for developing effective methods of psychological support for athletes.

Keywords: motivation, sports activities, individual psychological characteristics, training process.

ВВЕДЕНИЕ. В современном спортивном мире мотивация играет ключевую роль в успехе спортсменов. Индивидуально-психологические особенности мотивационной сферы спортсменов имеют особое значение, так как они определяют способность спортсмена достигать поставленных целей, преодолевать трудности и сохранять высокий уровень мотивации на протяжении всей карьеры [1].

Изучение индивидуально-психологических особенностей мотивационной сферы спортсменов позволяет глубже понять, какие факторы могут повлиять на мо-

тивацию спортсмена, какие стратегии мотивации наиболее эффективны в конкретных случаях и каким образом можно повысить мотивацию у спортсменов различных видов спорта [2].

ЦЕЛЬ ИССЛЕДОВАНИЯ – изучение различных индивидуально-психологических особенностей мотивационной сферы спортсменов, их влияния на спортивные достижения, а также предложение практических рекомендаций по управлению мотивацией у спортсменов.

МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ. Для выявления доминирующих целей (личностных смыслов) занятий спортом была использована методика «Мотивы занятий спортом» А.В. Шаболтас. Данная методика включает 10 мотивов-категорий: мотив эмоционального удовольствия, мотив социального самоутверждения, мотив физического самоутверждения, социально-эмоциональный мотив, социально-моральный мотив, мотив достижения успеха в спорте, спортивно-познавательный мотив, рационально-волевой мотив, мотив подготовки к профессиональной деятельности и гражданско-патриотический мотив.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ. В исследовании приняли участие студенты 3 курса (42 человека) высшей школы физической культуры и спорта Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета г. Челябинска. У студентов отмечается преобладание мотивов «физическое самоутверждение» (ФС), «эмоциональное удовольствие» (ЭУ), «рационально-волевой» (РВ) и «подготовка к профессиональной деятельности» (ПД), что отражает стремление к улучшению своего физического состояния и демонстрации своей физической силы и выносливости (рис. 1).

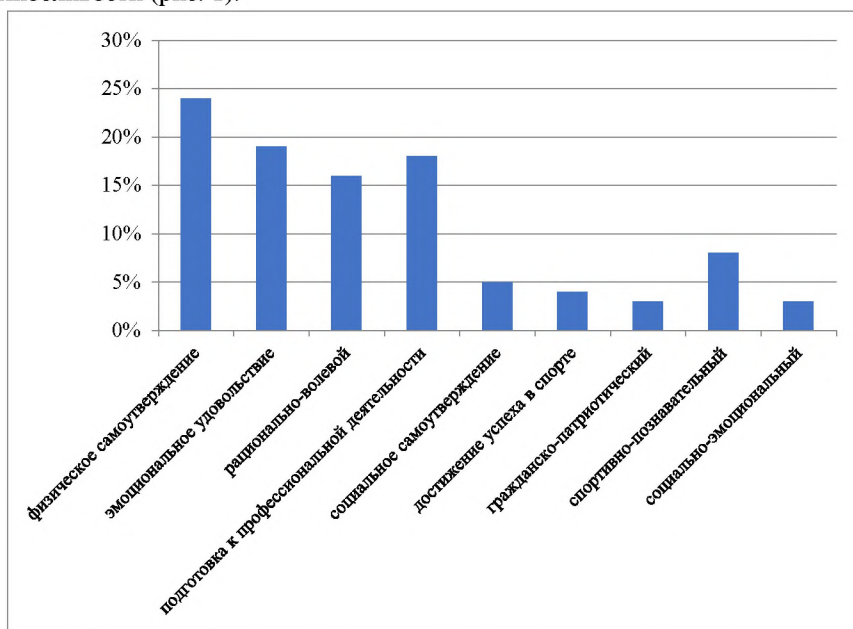


Рисунок 1 – Результаты распределения студентов по методике «Мотивы занятий спортом» А.В. Шаболтас

Такие студенты, как правило, наслаждаются процессом занятий и получают эмоциональное удовлетворение от своих физических достижений. Они стремятся к достижению определенных результатов и готовы использовать свою волю и рациональные способы достижения целей, чтобы быть успешными в своей будущей карьере. Значимая роль перечисленных мотивов, возможно, обусловлена их стремлением к самореализации, получению удовольствия от учебы и жизни, достижению успеха в учебной и профессиональной сферах, а также налаживанию социальных контактов [3].

ВЫВОДЫ. Таким образом, исследование индивидуально-психологических особенностей мотивационной сферы спортсменов позволяет лучше понять механизмы и стимулы, которые могут влиять на их спортивную деятельность. Результаты исследования указывают на необходимость учета индивидуальных особенностей спортсменов при планировании тренировочного процесса, разработке мотивационных программ и формировании психологической поддержки. Понимание мотивационных характеристик спортсменов также может помочь тренерам и специалистам по спортивной психологии в поиске индивидуальных подходов к каждому спортсмену, увеличении их мотивации и достижении более высоких спортивных результатов. Отсюда следует, что дальнейшие исследования в этой области будут важны для углубления знаний о влиянии мотивационных особенностей на спортивную деятельность и разработки эффективных методов психологической поддержки спортсменов.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Фортигина С. Н., Павлова Л. Н., Забродина И. В. Роль самооценки в профессиональном становлении будущих педагогов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2021. № 6 (196). С. 344–347.
2. Антонова Э. Р., Каратаева Т. Ю., Перепелюкова Е. В. Развитие мотивации будущих педагогов в процессе обучения в вузе // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2023. № 5 (219). С. 46–47.
3. Фортигина С. Н., Павлова Л. Н., Чепуренко А. А. К вопросу о влиянии социально-психологического климата на эффективность процесса обучения студентов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2023. № 3 (217). С. 492–494.

REFERENCES

1. Fortygina S. N., Pavlova L. N., Zabrodina I. V. (2021) "The role of self-esteem in the professional development of future teachers", *Scientific notes of the University. P.F. Lesgafta*, No. 6 (196), pp. 344–347.
2. Antonova E. R., Karataeva T. Yu., Perepelyukova E. V. (2023) "Development of motivation of future teachers in the process of studying at a university", *Scientific notes of the University. P.F. Lesgafta*, No. 5 (219), pp. 46–47.
3. Fortygina S. N., Pavlova L. N., Chepurensko A. A. (2023) "On the issue of the influence of socio-psychological climate on the effectiveness of the student learning process", *Scientific notes of the University. P.F. Lesgafta*, No. 3 (217), pp. 492–494.

Информация об авторах:

Каратаева Т.Ю., старший преподаватель кафедры физического воспитания, karataevatu@cspu.ru

Фомина Л.Б., старший преподаватель кафедры физического воспитания, fominalb@cspu.ru

Перепелюкова Е.В., доцент кафедры физического воспитания, perepeluk@cspu.ru

Нагорнов И.В., старший преподаватель кафедры физического воспитания, nagornoviv@cspu.ru

Поступила в редакцию 26.03.2024.

Принята к публикации 19.04.2024.