

УДК 159.9

DOI 10.5930/1994-4683-2026-4-202-210

Психологические факторы спортивной мотивации у студентов спортсменов: систематизация и анализ их влияния на эффективность тренировочно-соревновательной деятельности

Мокеева Людмила Алексеевна¹

Михайлова Ольга Николаевна², кандидат социологических наук, доцент

Головина Людмила Геннадьевна³

¹*Самарский государственный экономический университет*

²*Приволжский государственный университет путей сообщения, Самара*

³*Самарский национальный исследовательский университет имени академика*

С.П. Королева

Аннотация. Актуальность исследования обусловлена необходимостью понимания механизмов формирования спортивной мотивации и учёта специфики мотивационных профилей спортсменов разных специализаций для повышения эффективности тренировочно-соревновательной деятельности.

Цель исследования – изучить и систематизировать психологические факторы спортивной мотивации у студентов-спортсменов различных специализаций для выявления особенностей их влияния на эффективность тренировочно-соревновательной деятельности.

Методы и организация исследования. Применяли анализ научно-методической литературы, опрос, педагогическое наблюдение, тестирование, эксперимент и методы математической обработки данных. Эмпирическая база сформирована на материале анкетирования студентов СГЭУ, Самарского национального исследовательского университета им. Академика С.П. Королева и ПривГУПС.

Результаты исследования и выводы. Выявлены специфические мотивационные профили для каждой категории студентов-спортсменов: спортсмены индивидуальных дисциплин ориентированы на самосовершенствование при низкой значимости социальной принадлежности; в командных видах доминируют социальные и конкурентное превосходство; единоборцы демонстрируют максимальные показатели конкурентного превосходства и эмоционального возбуждения. Во всех группах зафиксировано преобладание позитивной мотивации достижения над избеганием неудач. Уточнена структура спортивной мотивации с учётом специфики вида спорта, разработаны рекомендации по дифференцированному психологическому сопровождению. Полученные данные могут быть использованы для индивидуализации тренировочного процесса и профилактики мотивационных кризисов.

Ключевые слова: студенческий спорт, психология спорта, мотивация в спорте, психологическая регуляция, целевые установки, соревновательная успешность, тренировочная деятельность

Для цитирования: Мокеева Л. А., Михайлова О. Н., Головина Л. Г. Психологические факторы спортивной мотивации у студентов спортсменов: систематизация и анализ их влияния на эффективность тренировочно-соревновательной деятельности. DOI 10.5930/1994-4683-2026-4-202-210 // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2026. № 4 (254). С. 202–210.

Psychological factors of sports motivation in student-athletes: systematization and analysis of their influence on the effectiveness of training and competitive activity

Mokeeva Lyudmila Alekseevna¹

Mikhailova Olga Nikolaevna², candidate of social sciences, associate professor

Golovina Lyudmila Gennadevna³

¹*Samara State University of Economics*

²*Volga State Transport University, Samara*

³*Samara National Research University*

Abstract. The relevance of the research is determined by the need to understand the mechanisms of sports motivation formation and to take into account the specifics of motivational profiles

of athletes of different specializations in order to improve the effectiveness of training and competitive activities.

The purpose of the study is to examine and systematize the psychological factors of sports motivation in student-athletes of various specializations in order to identify the characteristics of their influence on the effectiveness of training and competitive activities.

Research methods and organization. The analysis of scientific and methodological literature, surveys, pedagogical observation, testing, experimentation, and methods of mathematical data processing were applied. The empirical base was formed on the material of questionnaires conducted among students of SSUE, Samara National Research University, and VSTU.

Research results and conclusions. Specific motivational profiles have been identified for each category of student-athletes: athletes in individual disciplines are oriented towards self-improvement with low significance of social affiliation; in team sports, social aspects and competitive superiority dominate; combat athletes demonstrate the highest levels of competitive superiority and emotional arousal. In all groups, there is a predominance of positive achievement motivation over the avoidance of failure. The structure of sports motivation has been refined taking into account the specifics of the type of sport, and recommendations have been developed for differentiated psychological support. The obtained data can be used to individualize the training process and prevent motivational crises.

Keywords: student sports, sports psychology, motivation in sports, psychological regulation, goal setting, competitive success, training activity

For citation: Mokeeva L. A., Mikhailova O. N., Golovina L. G. (2026), "Psychological factors of sports motivation in student-athletes: systematization and analysis of their influence on the effectiveness of training and competitive activity", *Scientific notes of P.F. Lesgaft university*, No 4 (254), pp. 202–210, DOI 10.5930/1994-4683-2026-4-202-210.

Введение. В сфере психологии мотивация понимается как особое психическое состояние личности. Его возникновение является следствием мысленного сопоставления человеком собственных устремлений и возможностей с характеристиками избранной работы, что в дальнейшем создает основу для определения и последующей реализации целевых ориентиров [1].

Опираясь на фундаментальные положения теории мотивации Х. Хекхаузена [2], можно уточнить, что процесс сопоставления устремлений и возможностей представляет собой когнитивную оценку субъектом достижимости цели. Хекхаузен подчёркивает: мотивация возникает не просто из наличия потребности, а из взаимодействия этой потребности с оценкой вероятности успеха и значимости результата. В контексте спорта это означает, что увлечённость формируется тогда, когда спортсмен воспринимает свои способности как достаточные для достижения желаемых показателей, а цель – как ценную и реалистичную.

При исследовании происхождения увлечённости спортом А. Ц. Пуни выявил существование и важность двух категорий побуждений. К первой категории относятся прямые основания, такие как получение удовольствия от двигательной активности, наслаждение красотой движений, тяга к состязанию. Вторая группа объединяет косвенные причины, куда входит желание развить силу, улучшить здоровье, подготовиться к трудовой деятельности, понимание общественной значимости занятий [3].

Согласно концепции А.В. Родионова, основания для деятельности в сфере большого спорта содержат в себе потребность в проявлении максимальных мышечных напряжений, в переживании сильных эмоциональных состояний, в преодолении сопротивления оппонента, в проверке пределов своих телесных и душевных сил [4].

На преобладание тех или иных причин, а также на специфику их взаимосвязи влияют характер спортивной дисциплины, степень мастерства спортсмена, его возрастная группа, пол, продолжительность карьеры, вместе с тем оценка человеком

своих индивидуальных характеристик. Опираясь на выводы основных исследований в психологической науке, специалисты в области спорта рекомендуют проводить различие между причинами начала физических практик и мотивацией в спорте.

Так, В. К. Сафонов и Ю. И. Филимоненко определяют два уровня мотивационного процесса. Первый уровень представляет собой общую мотивацию, становление которой считается целью всего педагогического воздействия. Ее формирование требует определения и прочного закрепления в мировоззрении человека отдаленной по времени перспективной задачи. Второй уровень включает настроенность на определенное занятие или конкретный период совершенствования мастерства. Эта настроенность, преломляясь сквозь призму общих устремлений, становится активной благодаря ясному пониманию целей текущего этапа и адекватной оценке своего самочувствия и физиологического ресурса [5].

Концепция уровней мотивационного процесса, предложенная В. К. Сафоновым и Ю. И. Филимоненко, перекликается с положениями теории Е. П. Ильина о структуре мотивационной сферы [6]. Ильин выделяет три компонента мотива:

- побудительный (потребность, желание);
- направляющий (цель, образ результата);
- регулирующий (оценка возможностей, выбор стратегии).

Такая структура объясняет, почему общая мотивация (первый уровень по Сафонову и Филимоненко) требует закрепления отдаленной цели – она задаёт направление, тогда как текущая настроенность (второй уровень) опирается на регулирующий компонент, учитывающий актуальное состояние спортсмена.

Теоретическая основа понимания процессов мотивации в физической культуре включает несколько направлений, каждое из которых предлагает уникальное объяснение механизмов регуляции спортивного поведения. Первое базируется на идее врожденных потребностей человека в двигательной активности, самоутверждении и преодолении препятствий окружающей среды. Второе подчеркивает роль целеполагания и прогнозирования результатов деятельности на основе предшествующего опыта. Третье рассматривает эмоциональные компоненты, связанные с удовольствием от движения и азартом конкурентной борьбы. Четвертое анализирует социальные аспекты, включая стремление к групповой принадлежности и выполнению ролевых ожиданий. Пятое изучает волевую саморегуляцию при преодолении усталости и болевых ощущений. Объединение этих подходов создает многомерную модель психологических факторов поведения спортсменов [7].

Анализ демонстрирует качественные различия в структуре побуждений у представителей различных возрастных категорий, что отражает закономерную трансформацию ценностных ориентаций личности на протяжении жизненного цикла. Юные спортсмены ориентируются преимущественно на внешние стимулы: похвалу тренера, одобрение родителей, материальное поощрение за достигнутые результаты. Спортсмены зрелого возраста характеризуются внутренней регуляцией, когда основным источником активности становится личностная значимость занятий физической культурой и стремление к самореализации. Ветераны демонстрируют специфическую конфигурацию стремлений, где преобладают мотивы укрепления здоровья, социализации и наставничества молодежи. Эта динамика требует дифференцированного подхода к психологическому сопровождению спортсменов различных возрастов [8].

Гендерные особенности психологической организации спортсменов представляют самостоятельное исследовательское направление с практическими следствиями для тренировочного процесса. Систематические наблюдения фиксируют,

что представители мужского пола проявляют более выраженную ориентацию на конкурентное взаимодействие, доминирование над противниками и публичное признание успехов в средствах массовой информации. Женская выборка характеризуется большей чувствительностью к качеству межличностных отношений в команде, эстетическим аспектам исполнения упражнений и процессуальному наслаждению тренировочной практикой. Указанные различия не абсолютны и варьируют в зависимости от культурного контекста и специфики спортивной дисциплины [9].

Структурный анализ системы мотивации позволяет выделить базовые компоненты внутренних стремлений спортсмена, взаимодействие которых определяет общую картину психологической готовности к тренировочно-соревновательной деятельности. К ним относятся желание физического совершенствования и развития функциональных возможностей организма через систематические нагрузки, потребность в эмоциональном возбуждении и остроте переживаний при соревновательной борьбе с равными по силе противниками, социальные стимулы, включающие стремление к принадлежности спортивному сообществу и получению признания значимых других. Также важны интересы, связанные с освоением технических навыков и тактических схем ведения конкурентного взаимодействия, а также стремления к раскрытию личностного потенциала через спортивную активность высокого уровня. Гармоничное развитие всех перечисленных элементов обеспечивает оптимальное функционирование спортсмена и долгосрочную приверженность избранной дисциплине без риска преждевременного выгорания.

Целевые установки выступают важнейшим регулятором поведения в условиях тренировочно-соревновательной деятельности и определяют специфику прилагаемых усилий. Классификация включает два основных типа ориентаций с различными психологическими последствиями. Первый фокусируется на достижении результата и победе над соперниками, что стимулирует максимальную мобилизацию в критических ситуациях. Спортсмены с такой установкой склонны к интенсивным, но кратковременным усилиям и демонстрируют высокую чувствительность к исходам выступлений. Второй тип ориентирует на совершенствование мастерства независимо от действий конкурентов, что обеспечивает устойчивость при длительных нагрузках. Исследования подтверждают преимущества сбалансированного сочетания обоих типов установок для достижения стабильной результативности.

Типология целевых установок (ориентация на результат vs. совершенствование мастерства) может быть дополнена классификацией Хекхаузена, различающего достиженческие мотивы (стремление к успеху/избегание неудачи) и процессуальные мотивы (удовольствие от деятельности). Спортсмены с ориентацией на результат чаще демонстрируют мотив достижения успеха, тогда как установка на совершенствование связана с процессуальными мотивами. Сбалансированное сочетание обоих типов, отмеченное в исследованиях, соответствует идее Хекхаузена о необходимости гармонизации этих мотивационных тенденций для устойчивой продуктивности.

Сравнительный анализ мотивационных факторов в различных спортивных специализациях выявляет характерные паттерны, обусловленные спецификой физических и психологических требований конкретных дисциплин. Представители индивидуальных видов (легкая атлетика, плавание, гимнастика) демонстрируют максимальную выраженность стремления к самосовершенствованию и личностному росту, поскольку принимают полную ответственность за результаты выступлений. Спортсмены командных специализаций (футбол, волейбол, баскетбол) характеризуются преобладанием социальных мотивов, так как успех напрямую зави-

сит от групповой координации и коллективной сплоченности участников. Представители единоборств (бокс, борьба, дзюдо) обнаруживают высокую значимость конкурентного превосходства и потребности в эмоциональном возбуждении от схватки с противником один на один. Спортсмены циклических дисциплин (лыжные гонки, велоспорт, гребля) отличаются устойчивостью волевых качеств и способностью к длительной саморегуляции при монотонных нагрузках большого объема.

Таким образом, теоретическая основа понимания мотивации в спорте интегрирует:

- общепсихологические концепции (Хекхаузен, Ильин), объясняющие механизмы формирования и регуляции мотивов;
- специализированные модели спортивной психологии (Пуни, Родионов), раскрывающие специфику мотивации в условиях тренировочно-соревновательной деятельности;
- эмпирические данные о возрастных, гендерных и дисциплинарных различиях, демонстрирующие вариативность мотивационных профилей в реальных условиях.

Такой многоуровневый подход позволяет создать многомерную модель, учитывающую как универсальные закономерности мотивации, так и её прикладные аспекты в контексте физической культуры и спорта.

Цель исследования – изучить и систематизировать психологические факторы спортивной мотивации у студентов-спортсменов различных специализаций для выявления особенностей их влияния на эффективность тренировочно-соревновательной деятельности.

Методика и организация исследования. Исследование было проведено на базе анкетирования 236 студентов Самарского государственного экономического университета (СГЭУ), Самарского национального исследовательского университета им. Академика С.П. Королёва и Приволжского государственного университета путей сообщения, представляющих различные категории спортивных дисциплин. Участники выборки занимались индивидуальными направлениями (бег на средние дистанции, водные виды), коллективными играми (футбол, волейбол), контактными единоборствами (бокс, греко-римская борьба). Возрастной диапазон охватывал период от 18 до 23 лет. Обязательным критерием отбора являлась непрерывная тренировочная практика на протяжении минимум четырёх лет с регулярным участием в официальных турнирах.

Анкета содержала блоки вопросов, направленных на выявление интенсивности различных мотивационных категорий. Участникам предлагалось оценить важность развития физических кондиций и повышения функциональных резервов организма через тренировочные нагрузки. Другой блок касался стремления одержать победу над конкурентами и занять лидирующие позиции на соревновательном пьедестале. Третий раздел опросника фиксировал значимость групповой принадлежности к спортивной команде и получения одобрения от наставника и партнёров по тренировкам. Отдельный вопросник исследовал роль эмоциональных всплесков и адреналиновых переживаний при выполнении физических упражнений высокой интенсивности. Финансовая составляющая оценивалась через вопросы о важности денежного поощрения за продемонстрированные спортивные успехи.

Применение семибалльной шкалы оценивания в структуре анкеты обусловлено необходимостью обеспечить респондентам возможность точного выражения степени важности каждого мотивационного фактора через достаточное количество промежуточных вариантов между минимальным и максимальным значениями.

Спортсмены отмечали в опросном листе цифровое обозначение от одного до семи напротив каждого утверждения о мотивации, где крайние позиции соответствовали полному отсутствию или абсолютной выраженности данного стремления в их спортивной практике. После завершения сбора заполненных бланков осуществлялся математический подсчёт среднего арифметического всех отмеченных значений по каждой категории мотивации отдельно для представителей индивидуальных дисциплин, командных игр, единоборств и циклических направлений, что позволило получить усреднённые показатели для последующего сравнительного анализа психологических профилей атлетов различных специализаций.

Результаты исследования. На основе данных анкетирования были сформированы психологические профили различных групп спортсменов (табл. 1), детальный анализ которых позволил выявить специфические характеристики мотивационной сферы каждой категории и сформулировать соответствующие практические рекомендации.

Таблица 1 – Иерархия категорий мотивации у спортсменов различных специализаций (средний балл по 7-балльной шкале)

Категория мотивации	Индивидуальные дисциплины	Командные дисциплины	Единоборства
Самосовершенствование	6,3	5,2	5,7
Конкурентное превосходство	5,6	6,2	6,8
Социальная принадлежность	4,1	6,7	4,5
Эмоциональное возбуждение	5,8	6,4	6,9
Материальное вознаграждение	5,2	5,1	5,5

Спортсмены индивидуальных дисциплин демонстрируют максимальные значения самосовершенствования (6,3 балла), что объясняется персональной ответственностью за результат и необходимостью постоянного улучшения личных показателей без опоры на партнеров. Относительно низкие баллы социальной принадлежности (4,1 балла) отражают меньшую зависимость от командного взаимодействия при достижении спортивных целей. Спортсмены командных видов показывают преобладание социальных мотивов (6,7 балла) и стремление к конкурентному превосходству (6,2 балла), поскольку групповая динамика и коллективная борьба определяют исход соревнований. Высокое эмоциональное возбуждение (6,4 балла) связано с драматургией командных матчей и непредсказуемостью развития игровых ситуаций. Представители единоборств характеризуются максимальной выраженностью конкурентного превосходства (6,8 балла) и эмоционального возбуждения (6,9 балла), что соответствует психологической специфике контактного противоборства один на один с высокой степенью физического и психического риска.

Детальный анализ целевых установок в различных спортивных специализациях представлен в таблице 2, которая демонстрирует количественные различия в ориентациях спортсменов.

Таблица 2 – Распределение целевых установок у спортсменов различных специализаций (средний балл по 7-балльной шкале)

Тип установки	Индивидуальные дисциплины	Командные дисциплины	Единоборства
Ориентация на результат	6,1	6,5	6,7
Ориентация на процесс	5,9	5,3	5,1
Избегание неудачи	3,8	4,2	3,5

Анализ данных таблицы 2 выявляет характерные различия в целевых ориентациях между специализациями. Представители единоборств демонстрируют максимальную ориентацию на результат (6,7 балла), что отражает специфику противоборства, где единственная цель – победа над противником. Индивидуальные

виды показывают сбалансированное соотношение обеих ориентаций (6,1 и 5,9 балла соответственно), что обеспечивает оптимальную адаптацию к требованиям тренировочно-соревновательного процесса. Командные виды также характеризуются высокой результативной ориентацией (6,5 балла) из-за публичности выступлений и значимости исхода матча для болельщиков. Показатели избегания неудач остаются относительно низкими во всех специализациях (от 3,5 до 4,2 балла), что свидетельствует о преобладании позитивной мотивации достижения у спортсменов высокой квалификации.

На основе выявленных закономерностей разработаны практические стратегии формирования оптимальной структуры мотивации. Они включают несколько направлений педагогического воздействия, адаптированных к специфике конкретной дисциплины:

- создание ситуаций успеха на начальных этапах подготовки – это укрепляет базовую уверенность спортсмена в собственных возможностях;
- постепенное усложнение тренировочных задач: так поддерживается оптимальный уровень вызова без перехода в зону разочарования;
- акцентирование процессуальных аспектов совершенствования – это помогает формировать устойчивость к временным неудачам и поражениям;
- развитие навыков самоанализа: спортсмен учится осознавать собственные побуждения и работать с ними конструктивно;
- создание поддерживающего социального окружения – за счёт этого усиливаются позитивные эмоциональные переживания от тренировочной деятельности;
- индивидуализация программ подготовки с учётом психологического профиля конкретного спортсмена, что повышает эффективность воздействия.

Дифференцированный подход к психологическому сопровождению требует учёта специфики конкретной дисциплины и индивидуальных особенностей спортсмена. Для представителей индивидуальных видов эффективны техники визуализации идеального исполнения и самоинструктирования при выполнении упражнений. Спортсмены командных специализаций нуждаются в тренинге коммуникативных навыков и групповой сплоченности. Спортсмены единоборств требуют работы с агрессией и тревожностью перед схваткой. Представители циклических дисциплин нуждаются в развитии способности к длительной концентрации и преодолению монотонности тренировочных нагрузок большого объёма.

Таким образом, в результате исследования систематизированы психологические факторы спортивной мотивации студентов-спортсменов разных специализаций. Установлено, что для индивидуальных дисциплин ключевыми являются мотивы самосовершенствования, в командных видах доминируют социальные мотивы и ориентация на конкурентное превосходство, а единоборства характеризуются максимальной выраженностью конкурентного превосходства и эмоционального возбуждения. Эти особенности напрямую влияют на эффективность тренировочно-соревновательной деятельности и должны учитываться при планировании подготовки.

Выводы. Проведённое исследование позволило получить значимые результаты в изучении психологических факторов спортивной мотивации у студентов-спортсменов различных специализаций. Выявлены специфические мотивационные профили для разных видов спортивной деятельности: спортсмены индивидуальных дисциплин демонстрируют максимальную ориентацию на самосовершенствование (6,3 балла) при относительно низкой значимости социальной принадлежности (4,1 балла), что обусловлено персональной ответственностью за результат; предста-

вители командных видов спорта характеризуются преобладанием социальных мотивов (6,7 балла) и конкурентного превосходства (6,2 балла), что определяется групповой динамикой и коллективной борьбой; единоборцы отличаются максимальной выраженностью конкурентного превосходства (6,8 балла) и эмоционального возбуждения (6,9 балла), что соответствует специфике контактного противоборства. Установлено преобладание позитивной мотивации достижения над избеганием неудач во всех категориях спортсменов (3,5–4,2 балла), что свидетельствует о сформированности продуктивного мотивационного профиля у высокомотивированных атлетов и подтверждает эффективность существующих систем отбора и подготовки.

Определены различия в целевых установках: единоборцы показывают максимальную ориентацию на результат (6,7 балла), отражающую специфику противоборства с единственной целью – победой над противником; спортсмены индивидуальных видов демонстрируют сбалансированное соотношение ориентации на результат (6,1 балла) и процесс (5,9 балла), обеспечивающее адаптацию к требованиям тренировочно-соревновательного процесса; командные виды также характеризуются высокой результативной ориентацией (6,5 балла) из-за публичности выступлений и значимости исхода матча для болельщиков.

Теоретическая значимость исследования состоит в уточнении представлений о структуре спортивной мотивации в контексте специфики спортивной специализации: полученные данные дополняют теорию достижения целей и концепцию внутренней/внешней мотивации применительно к различным видам спорта, демонстрируя, как специфика деятельности формирует доминирующие мотивационные установки. Практическая значимость заключается в возможности внедрения разработанных рекомендаций по дифференцированному психологическому сопровождению: для индивидуальных видов – техники визуализации и самоинструктирования; для командных дисциплин – тренинги коммуникативных навыков и групповой сплочённости; для единоборств – работа с агрессией и тревожностью перед схваткой; для циклических видов – развитие концентрации и преодоление монотонии.

Перспективы дальнейших исследований связаны с изучением динамики мотивационных установок на разных этапах спортивной карьеры, выявлением критических периодов трансформации мотивации, приводящих к кризисам и досрочному завершению карьеры, а также с разработкой валидных диагностических инструментов, адаптированных к специфике конкретных дисциплин и региональным особенностям. Таким образом, результаты исследования подтверждают, что учёт специфики мотивационных профилей и целевых установок спортсменов различных специализаций является ключевым фактором повышения эффективности тренировочно-соревновательной деятельности и достижения высоких спортивных результатов.

Список источников

- 1 Любичкая О. А., Сердюков Э. А. Мотивация в структуре психологической готовности спортсменов к соревнованиям. DOI 10.31079/1992-2868-2020-17-4-132-138 // Социальные и гуманитарные науки на Дальнем Востоке. 2020. Т. 17, № 4. С. 132–138. EDN: FAUKMI.
- 2 Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность. Санкт-Петербург : Питер, 2003. 860 с. ISBN 5-94723-389-4. EDN: QXGMQV.

References

- 1 Lyubitskaya O. A., Serdyukov E. A. (2020), "Motivation in the structure of psychological readiness of athletes to competition", *The humanities and social studies in the far east*, V. 17, No 4, pp. 132–138, DOI 10.31079/1992-2868-2020-17-4-132-138.
- 2 Heckhausen H. (2003), "Motivation and activity", St. Petersburg, Peter, 860 p., ISBN 5-94723-389-4.

- 3 Пуни А. Ц. О возникновении и развитии интереса к лыжному спорту // Лыжный спорт: вопросы научного изучения лыжного спорта. Ленинград, 1950. С. 140–146.
- 4 Родионов А. В. Влияние психологических факторов на спортивный результат. Москва : Физкультура и спорт, 1983. 112 с. (Наука спорту. Психология).
- 5 Сафонов В. К., Филимошенко Ю. И. Роль наблюдения в диагностике мотивации спортивной деятельности // Психолого-педагогические проблемы мотивации учебной и трудовой деятельности : тез. докл. науч.-практ. конф. Новосибирск, 1985. С. 215–217.
- 6 Ильин Е. П. Мотивация и мотивы. Санкт-Петербург : Питер, 2002. 512 с. ISBN 5-272-00028-5. EDN: RXZGQH.
- 7 Исследование мотивации занятий спортом у единоборцев высокой квалификации / Ф. В. Салугин, К. В. Салугин, В. В. Козин, М. Х. Спатаева, М. С. Эмерт. DOI 10.14529/hsm25s215 // Человек. Спорт. Медицина. 2025. Т. 25, No S2. С. 113–119. EDN: DTZNLS.
- 8 Козьмина Е. К., Федорова Т. А., Петров Н. Г. Мотивация студентов к занятиям физической культурой и спортом: проблемы и пути решения // Альманах социально-гуманитарных наук : сборник научных статей. 1 квартал 2025 г. Ульяновск, 2025. С. 132–136. EDN: PLWNVP.
- 9 Пожималин В. Н., Гофман А. А. Психология спорта: мотивация и достижения – анализ факторов, влияющих на мотивацию спортсменов и их успехи // Научные дискуссии современного российского общества: социально-гуманитарные парадигмы : сборник научных статей. Москва, 2025. С. 74–76. EDN: SQJWIN.
- 3 Puni A. Ts. (1950), “About the emergence and development of interest in skiing”, *Skiing: issues of scientific study of skiing*, Leningrad, pp. 140–146.
- 4 Rodionov A. V. (1983), “The influence of psychological factors on sports performance”, Moscow, Physical Culture and Sport, 112 p., Ser. Science for sports. Psychology.
- 5 Safonov V. K., Filimonenko Yu. I. (1985), “The role of observation in diagnosing motivation for sports activity”, *Psychological and pedagogical problems of motivation in educational and labour activities*, abstracts of reports of the scientific practical conference, Novosibirsk, pp. 215–217.
- 6 Pyin E. P. (2002), “Motivation and motives”, St. Petersburg, Peter, 512 p., ISBN 5-272-00028-5.
- 7 Salugin F. V., Salugin K. V., Kozin V. V. [et al] (2025), “Analysis of motivation for sports participation among highly skilled martial arts athletes”, *Human. Sport. Medicine*, V. 25, No S2, pp. 113–119, DOI: 10.14529/hsm25s215.
- 8 Kozmina E. K., Fedorova T. A., Petrov N. G. (2025), “Motivation of students for physical culture and sports activities: problems and solutions”, *Almanac of Social and Humanitarian Sciences*, Collection of scientific articles: 1st quarter of 2025, Ulyanovsk, pp. 132–136.
- 9 Pozhimalin V. N., Hoffman A. A. (2025), “Sports Psychology: Motivation and Achievements – Analysis of Factors Affecting Athletes’ Motivation and Success”, *Scientific Discussions of Modern Russian Society: Socio-Humanitarian Paradigms*, Collection of Scientific Articles, Moscow, pp. 74–76.

Информация об авторах: Мокеева Л.А., старший преподаватель кафедры физического воспитания, ORCID: 0009-0005-8701-6316, SPIN-код_6379-5011.

Михайлова О. Н., доцент кафедры физического воспитания и спорта, ORCID: 0009-0006-9614-1132, SPIN-код 1365-6368.

Головина Л.Г., старший преподаватель кафедры физического воспитания, ORCID: 0009-0006-9247-9961, SPIN -1187-1890.

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Поступила в редакцию 12.03.2026.

Принята к публикации 31.03.2026.