

УДК 159.923

### **ДИАГНОСТИКА МОТИВАЦИИ ЗАНЯТИЙ СПОРТОМ, СПОРТСМЕНОВ-ЭКСТРЕМАЛОВ РЕСПУБЛИКИ САХА (ЯКУТИЯ)**

*Галина Софроновна Осипова, ассистент, Лена Андреевна Николаева, старший преподаватель, Вероника Ивановна Степанова, преподаватель, Виктория Петровна Алексеева, преподаватель, Северо-Восточный федеральный университет, Якутск; Саргылана Александровна Неустроева, заместитель руководителя, Региональная общественная приемная председателя партии «Единая Россия», Якутск*

#### **Аннотация**

В статье представлены результаты эмпирического исследования мотиваций спортсменов-экстремалов к систематическому занятию спортом. Респондентами выступили участники IV зимнего экстремального марафонского пробега «Полюс Холода – Оймякон» Республики Саха (Якутия), в количестве 72 респондентов. Для диагностики мотивации спортсменов применили две методики: «Опросник спортивной мотивации», «Изучение мотивов занятий спортом». Полученные данные представлены в половых, возрастных разрезах, а также по категориям спортсменов как относящего себя к спортсмену-профессионалу и спортсмену-любителю. Наиболее выраженным мотивом занятия спортом у спортсменов является, развитие характера и психических качеств. Данная статья может дать практически значимые рекомендации при развитии оценки качественных показателей вовлечения населения в спорт в Республике Саха (Якутия), по которым на текущий момент не организован сбор статистической информации.

**Ключевые слова:** мотив, мотивация, спортивная мотивация, спортсмены-экстремалы, спорт, массовый спорт.

**DOI:** 10.34835/issn.2308-1961.2023.09.p554-560

### **DIAGNOSTICS OF MOTIVATION FOR PLAYING SPORTS, EXTREME ATHLETES OF THE REPUBLIC OF SAKHA (YAKUTIA)**

*Galina Sofronovna Osipova, assistant, Lena Andreevna Nikolaeva, senior teacher, Veronika Ivanovna Stepanova, teacher, Victoria Petrovna Alekseeva, teacher, North-Eastern Federal University, Yakutsk; Sargylana Alexandrovna Neustroeva, deputy head, party «United Russia», Yakutsk*

#### **Abstract**

The article presents the results of an empirical study of the motivations of extreme athletes to systematically engage in sports. The respondents were participants of the IV winter extreme marathon race “Pole of Cold – Oymyakon” of the Republic of Sakha (Yakutia), in the amount of 72 respondents. To diagnose the motivation of athletes, two methods were used: “Sports Motivation Questionnaire”, “Study of Motives for Playing Sports”. The obtained data are presented in gender, age sections, as well as by categories of athletes as classifying themselves as a professional athlete and an amateur athlete. The most pronounced motive for playing sports among athletes is the development of character and mental qualities. This article can give practically significant recommendations in developing an assessment of qualitative indicators of population involvement in sports in the Republic of Sakha (Yakutia), for which the collection of statistical information is not currently organized.

**Keywords:** motive, motivation, sports motivation, extreme athletes, sports, mass sports.

#### **ВВЕДЕНИЕ**

Одним из задач Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года, является формирование системы мотивации различных

категорий населения, включая лиц старшего возраста, социально незащищенных слоев населения, к физическому развитию и спортивному образу жизни [1]. А также указано, что актуальным направлением физической культуры и массового спорта является развитие оценки качественных показателей вовлечения населения в спорт, по которым на текущий момент не организован сбор статистической информации.

Для обеспечения комплексного развития сферы физической культуры и спорта, учитывается региональная специфика субъектов Российской Федерации. Одним из задач Стратегии развития физической культуры и спорта в Республике Саха (Якутия) на период до 2030г., является мотивация граждан к здоровому образу жизни и систематическим занятиям физической культурой и спортом. В 2022 году доля граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом – 43,5%, в возрасте с 3 до 79 лет, к 2030 году доля граждан Республики Саха (Якутия), систематически занимающихся физической культурой и спортом, в общей численности населения в возрасте с 3 до 79 лет, полагается увеличение до 70% [2]. При этом отсутствуют качественные показатели вовлеченности населения в спорт.

Учитывая особенность развития физической культуры и массового спорта в республике, качественное исследование мотивов занятия спортом населения, может продвинуть качественные показатели вовлечения населения в спорт. Считаем, что выявленные проблемы актуализировали изучение мотивации спортсменов-экстремалов и определяют практическую значимость.

Цель исследования: психологическая диагностика мотивации спортсменов-экстремалов.

Изучение мотивации в психологической науке имеет несколько подходов зарубежными и отечественными исследователями. В отечественной психологии термин «мотив» имеет широкое толкование. И Ткач Е. Н., Гончарова Е. В. выделили наиболее характерные точки зрения этого понятия: мотив как цель; как свойства личности; как побуждение; как удовлетворенность и др. [3] В данной статье мы основываемся на изучение мотивации Е. П. Ильина: «мотивация как динамический процесс формирования мотива (как основания поступка)» [4].

Специфичность спортивной мотивации изучена Р.А. Пилюном, А.Ц. Пуни, А.В. Родионовым, Е.Г. Бабушкиным и др. Р.А. Пилюн, понимает 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» [5]. И считает, что на приоритетность мотивов, особенности структуры мотивов оказывают влияние специфика вида спорта, уровень спортивных достижений, возраст, пол, спортивный стаж спортсмена, а также самооценка своих личных качеств.

## МЕТОДИКА И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Респондентами являются участники IV зимнего экстремального марафонского пробега «Полюс Холода-Оймякон». Данный экстремальный марафонский пробег проводится с целью развития экстремального вида спорта и популяризации туризма на Оймяконе. Пробег проводился на территории Оймяконского района Республики Саха (Якутия), известный в мире как «Полюс Холода», в день пробега 11 февраля 2023г. температура воздуха зафиксирована -51°C [6]. Спортсмены-экстремалы пробежали дистанции 5 километр, 10 км., 21 км. 100 м. (полумарафон) и 42 км. 195 м. (марафон), в возрастных группах среди мужчин и женщин от 18–39 лет, 40–49 лет, 50–59 лет, 59–69 лет, 70 лет и выше.

Для диагностики мотивации спортсменов-экстремалов применены психологические методики «Опросник спортивной мотивации» и «Изучение мотивов занятий спортом». Первая методика «Опросник спортивной мотивации (Е.Г. Бабушкин, 2001)»,

показывает направленность спортивной мотивации спортсменов на соревнование или тренировочные занятия, вторая методика «Изучение мотивов занятий спортом» (Е.П. Ильин, 2002), разработана В. И. Тропниковым для выявления степени важности различных причин (ситуаций, обстоятельства), которые побудили и побуждают спортсмена продолжать заниматься выбранным им видом спорта [4]. Респондентам предлагается перечень возможных причин, которые они должны оценить по пятибалльной шкале. При обработке результатов сравнивается степень выраженности у спортсмена того или иного мотива или потребности: общения, познания, материальных благ, развития характера и психических качеств, физического совершенства, улучшения самочувствия и здоровья, эстетического удовольствия и острых ощущений, приобретения полезных для жизни умений и знаний, потребность в одобрении, повышение престижа, желание славы, коллективистская направленность [4].

Всего в опросе приняло 72 респондента из них мужчин – 51%, женщин – 49%. Возраст мужчин от 22 лет до 83 лет, из них 92% респондента относит себя к спортсменам-любителям и систематически занимаются спортом в временном периоде от 1 года до 10 лет – 65% респондента, от 11 лет до 20 лет – 21%, от 21–30 лет – 6%, выше 30 лет – 8%. Для занятия спортом 38% спортсменов-любителей 3–4 раза в неделю уделяют время спорту, 62% спортсмена уделяют время спорту каждый день, либо 5–6 раз в течение недели. В основном спортсмены-любители занимаются спортом дома, на природе и улице, спортивных залах/ комплексах. К спортсменам-профессионалам относит себя 4% респондента и уделяют время спорту каждый день или несколько раз в день, занимаются спортом на улице и в спортивных залах. К тренерам, преподавателям физической культуры и спорта, спортивным судьям относит себя 2% респондента, для занятия спортом 6 раз в неделю уделяют время, занимаются спортом на природе, улице и в спортивных залах.

Возраст женщин от 25 лет до 79 лет, из них 97% респондента относит себя к спортсменам-любителям и систематически занимаются спортом в временном периоде от 1 года до 10 лет – 73% респондента, от 11 лет до 20 лет – 6%, выше 30 лет – 21%. Для занятия спортом 41% спортсмена-любителя от 2–4 раз в неделю уделяют время спорту, 59% спортсмена уделяют время спорту каждый день, либо 5–6 раз в течение недели. В основном спортсмены-любители занимаются спортом дома, на природе и улице, спортивных залах, манежах, комплексах. К тренерам, преподавателям физической культуры и спорта, спортивным судьям относит себя 3% респондента, для занятия спортом 3 раза в неделю уделяют время, занимаются дома, улице и в спортивных залах.

По методике Опросник спортивной мотивации (Е.Г. Бабушкин, 2001) [7], выявляется направленность спортивной мотивации на соревнование или на тренировочные занятия. По итогам опроса выявлено, что у 71% мужчин-экстремалов выражена направленность спортивной мотивации на соревновательную деятельность, чем на тренировочный процесс. У 54% женщин-экстремалов, выявлена направленность спортивной мотивации на тренировочный процесс, у 46% женщин на соревновательную деятельность. По возрастной категории от 22 лет до 44 лет, у 63% респондентов спортивная мотивация выражена на направленность в соревновательную деятельность чем на тренировочный процесс. Возрасте от 45 до 59 лет, респонденты имеют одинаковую направленность, как на соревновательную деятельность, так и на тренировочный процесс. Возрасте от 60 до 83 лет, у 70% респондентов спортивная мотивация выражена на направленность в соревновательную деятельность, чем на тренировочный процесс.

Таким образом, по первой методике «Опросник спортивной мотивации» выявили, что у мужчин спортивная мотивация направлена на соревновательную деятельность. У женщин спортивная мотивация направлена на тренировочный процесс (54%) и на соревновательную деятельность (46%). По результатам опроса, выражение направленности спортивной мотивации на соревновательную деятельность или на тренировочный процесс в возрастном разрезе у спортсменов не существенна.

По методике «Изучение мотивов занятий спортом» В.И. Тропникова, мы определили мотивы занятий спортом у спортсменов. Основные мотивы респондентов для занятия спортом такие как развитие характера и психических качеств, физическое совершенство, эстетическое удовольствие и острота ощущений (рисунок 1).



Рисунок 1 – Средний показатель основных мотивов занятий спортом у спортсменов, по методике В.И. Тропникова

Далее полученные результаты мы распределили по гендерному признаку и выявили, что мотивы занятий спортом различаются у респондентов мужчин и женщин. У мужчин-спортсменов выделяются мотивы занятий спортом такие как развитие характера и психических качеств, физическое совершенство, эстетическое удовольствие и острота ощущений (таблица 1).

Таблица 1 – Средний показатель основных мотивов занятий спортом у мужчин-спортсменов, по методике В.И. Тропникова

Основные мотивы занятий спортом у спортсменов-мужчин, по методике В.И. Тропникова	Шкалы
Общение	3
Познание	3,5
Материальное благо	2,5
Развитие характера и психических качеств	4,3
Физическое совершенство	4
Улучшение здоровья и самочувствия	3,2
Эстетическое удовольствие и острота ощущений	3,8
Приобретения полезных для жизни умений и знаний	3
Потребность в одобрении	3
Повышение престижа желание славы	2,9
Коллективистская направленность	3

У женщин-спортсменов выделяются мотивы занятий спортом такие как развитие характера и психических качеств, физическое совершенство, эстетическое удовольствие и острота ощущений, улучшение здоровья и самочувствия (таблица 2).

Таблица 2 – Средний показатель основных мотивов занятий спортом у женщин-спортсменов, по методике В.И. Тропникова.

Основные мотивы занятий спортом у женщин-спортсменов, по методике В.И. Тропникова	Шкалы
Общение	2,6
Познание	3
Материальное благо	2
Развитие характера и психических качеств	3,9
Физическое совершенство	3,7
Улучшение здоровья и самочувствия	3,1
Эстетическое удовольствие и острота ощущений	3,1
Приобретения полезных для жизни умений и знаний	2,5
Потребность в одобрении	2,5
Повышение престижа желание славы	2,1
Коллективистская направленность	2,3

При анализе по гендерным и возрастным признакам, у мужчин и женщин преобладают мотивы развитие характера и психических качеств, физическое совершенство,

эстетическое удовольствие и острота ощущений. В низком мотиве находятся материальное благо, повышение престижа, желание славы (рисунок 2). По возрастной категории, от 22 до 44 лет, преобладают мотивы занятия спортом как развитие характера и психических качеств, физическое совершенство и эстетическое удовольствие и острота ощущений. По возрастной категории от 45 до 59 лет, преимущественны мотивы занятия спортом развитие характера и психических качеств, физическое совершенство, эстетическое удовольствие и острота ощущений. По возрастной категории от 60 до 74 лет преобладают мотивы развитие характера и психических качеств, физическое совершенство, улучшение здоровья и самочувствия, эстетическое удовольствие и острота ощущений. По возрастной категории от 75 до 83 лет преимущественны мотивы развитие характера и психических качеств, физическое совершенство, познание, потребность в одобрении.



Рисунок 2 – Средний показатель основных мотивов занятий спортом у спортсменов по гендерному признаку (методика В.И. Тропникова)

Рассмотрев разрез респондентов в категории, спортсмены-любители, спортсмены-профессионалы и тренеры, преподаватели физической культуры и спорта, спортивные судьи, прослеживается различие мотивов занятия спортом. У спортсменов-любителей выявляются мотивы занятия спортом как развитие характера и психических качеств, физическое совершенство, эстетическое удовольствие и острота ощущений. У спортсменов-профессионалов выявляются мотивы занятия спортом как развитие характера и психических качеств, познание, физическое совершенство, потребность в одобрении. У тренеров, преподавателей физической культуры и спорта, спортивных судей проявляются мотивы как физическое совершенство, познание, общение, эстетическое удовольствие и острота ощущений, приобретения полезных для жизни умений и знаний (рисунок 3).

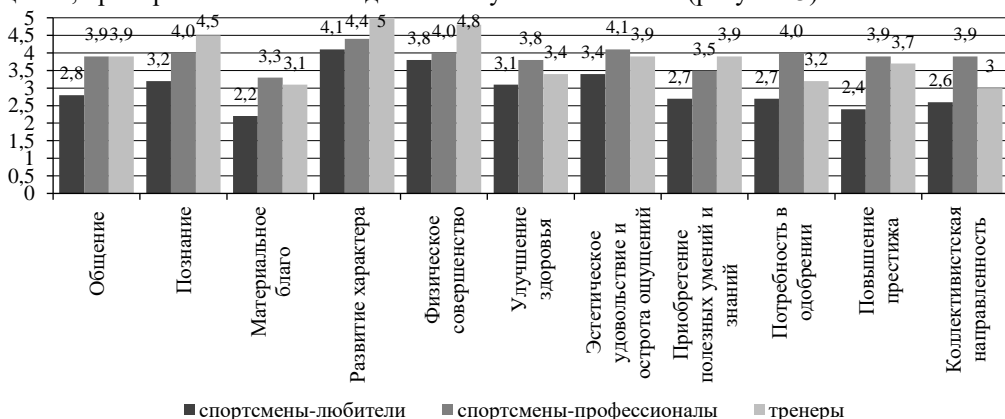


Рисунок 3 – Средний показатель основных мотиваций занятий спортом у спортсменов по категориям: спортсмен-любитель, спортсмен-профессионал, тренеры (методика В.И. Тропникова)

## РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ВЫВОД

Таким образом, по методике «Опросник спортивной мотивации» у мужчин выражена направленность спортивной мотивации на соревновательную деятельность, чем на тренировочный процесс. У женщин выявлена в небольшом разрезе направленность спортивной мотивации на тренировочный процесс.

По методике «Изучение мотивов занятий спортом» В.И. Тропникова, наиболее выраженным мотивом является развитие характера и психических качеств – 73,6% респондентов. Данный мотив у спортсменов, показывает стремление воспитать целеустремленность, смелость, решительность, силу воли, упорство, настойчивость, выдержку и самообладание. Желание иметь сильный характер, выработать способность быстро и точно мыслить, повысить интеллектуальное развитие. Конкретные мотивы прихода в спорт у спортсменов, выявлено тем, что это такой вид спорта, где можно тренироваться индивидуально, независимо от других. Почему выбран именно данный вид спорта – потому что в этом виде спорта наиболее отчетливо виден рост собственных результатов. А также считают себя подвижным и с хорошей координацией, что ценно для этого вида спорта. И считают себя выносливым, что ценно для этого вида спорта.

Таким образом, при развитии оценки качественных показателей вовлечения населения в спорт, рекомендуем учитывать гендерный аспект и в какой классификации относит себя спортсмен: спортсмен-любитель, спортсмен-профессионал, спортсмен высокого класса.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года : Распоряжение от 24 ноября 2020 года N 3081-р // Электронный фонд правовых и нормативно-технических документов: [сайт]. – URL: <https://docs.cntd.ru/document/566430492> (дата обращения: 27.04.2023).
2. Стратегия развития физической культуры и спорта Республики Саха (Якутия) на период до 2030 года : Распоряжение от 26 февраля 2021 года N 152-р // Электронный фонд правовых и нормативно-технических документов: [сайт]. – URL: <https://docs.cntd.ru/document/574664030> (дата обращения: 27.04.2023).
3. Ткач Е.Н. Актуальные проблемы психологии мотивации: монография / Е.Н. Ткач, Е.В. Гончарова. – Хабаровск : Изд-во Тихоокеан. гос. ун-та, 2017. – 124 с.
4. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы: учебное пособие / Е.П. Ильин. – Санкт-Петербург : Питер, 2002 – 512 с.
5. Спортивная мотивация как психическое состояние личности спортсмена / Е.Б. Кузьмин, Р.Р. Азиуллин, Ю.П. Денисенко [и др.] // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. – 2016. – № 1. – С. 97–110.
6. Информация о погоде в Оймяконе на февраль 2023 года сформирована на основе данных статистики // World Weather : [сайт]. – URL: <https://world-weather.ru/pogoda/russia/oymyakon/february-2023/> (дата обращения: 27.04.2023).
7. Бабушкин Г. Д. Психодиагностика личности при занятиях физической культурой и спортом: учебное пособие / Г. Д. Бабушкин. – Омск : СибГУФК, 2012. – 328 с.

## REFERENCES

1. Government of the Russian Federation (2020), “Strategy for the development of physical culture and sports in the Russian Federation for the period up to 2030”, *Order of November 24, 2020 N 3081-r*, available at: <https://docs.cntd.ru/document/566430492> (accessed 27 April 2023)
2. Government of the Republic of Sakha (Yakutia) (2021), “Strategy for the development of physical culture and sports of the Republic of Sakha (Yakutia) for the period up to 2030”, *Order of February 26, 2021 N 152-r*, available at: <https://docs.cntd.ru/document/574664030> (accessed 27 April 2023).
3. Tkach, E.N. and Goncharova, E.V. (2017), *Actual problems of the psychology of motivation: monograph*, Publishing House of Pacific National University, Khabarovsk.
4. Ilyin, E.P. (2002), *Motivation and motives*, textbook, Peter, St. Petersburg.
5. Kuzmin E. B., Aziullin R. R., Denisenko Yu. P., Ionov A. A., Geraskin A. A., Andryushchishin I. F. (2016), “Sports motivation as a mental state of the athlete's personality”, *Human health, theory and*

methodology of physical culture and sports, No. 1, pp. 97–110.

6. World Weather (2023), *Information about the weather in Oymyakon for February 2023 is formed on the basis of statistical data*, available at: <https://worldweather.ru/pogoda/russia/oymyakon/february-2023/> (accessed 27 April 2023).

7. Babushkin, G.D. (2012), *Psychodiagnostics of personality in physical culture and sports*, study guide, Publishing House of SibGUFK, Omsk.

**Контактная информация:** ogs-92@mail.ru

*Статья поступила в редакцию 12.09.2023*

**УДК 159.923.2**

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ КАК ПРЕДПОСЫЛКА АДАПТАЦИИ ИНОСТРАННЫХ ОБУЧАЮЩИХСЯ К УСЛОВИЯМ СПОРТИВНОГО ВУЗА**

*Елена Александровна Пархоменко, кандидат педагогических наук, доцент, заведующая кафедрой, Александра Анатольевна Дубовова, кандидат психологических наук, доцент, Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, Краснодар; Инга Сергеевна Матвеева, кандидат педагогических наук, доцент, Кубанский государственный аграрный университет имени И.Т. Трубилина, Краснодар*

### **Аннотация**

В данной статье разбираются особенности психологической адаптации иностранных обучающихся 1 курса к обучению в ВУЗе. Было выявлено, что показатели социально-психологической адаптации и показатели адаптации к учебной группе и учебному процессу находятся на уровне выше среднего, показатели психологического благополучия также сформированы на уровне выше среднего, это свидетельствует, что юноши и девушки не испытывают больших трудностей в другой стране, Вузе. Между изучаемыми показателями выявлены корреляционные связи. Было установлено, что чем выше показатели психологического благополучия, тем лучше проходит процесс адаптации к новым социальным условиям, а также к учебной группе, учебному процессу. С другой стороны, можно также отметить, что повышение уровня адаптации, как в социуме, так и к условиям учебной деятельности, учебной группе способствует личностному росту иностранных обучающихся, постановке новых целей в профессиональной сфере.

**Ключевые слова:** психологическое благополучие, социально-психологическая адаптация, адаптация к учебной группе, адаптация к учебной деятельности, обучение в Вузе, иностранные студенты.

**DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.09.p560-564**

## **PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AS A PREREQUISITE FOR ADAPTATION OF FOREIGN STUDENTS TO THE CONDITIONS OF A SPORTS UNIVERSITY**

*Elena Alexandrovna Parkhomenko, candidate of pedagogical sciences, docent, department chair, Alexandra Anatolyevna Dubovova, candidate of psychological sciences, docent, Kuban state university of physical culture of sports and tourism, Krasnodar; Inga Sergeevna Matveeva, candidate of pedagogical sciences, docent, Kuban state agrarian university named after I.T. Trubilin, Krasnodar*

### **Abstract**

This article examines the features of psychological adaptation of first-year foreign students to study at a university. It was found that indicators of socio-psychological adaptation and indicators of adaptation to the educational group and the educational process are at a level above average, indicators of psychological well-being are also formed at a level above average, this indicates that boys and girls do not experience great difficulties in another country, university. Correlations were identified between the studied indicators. It was found that the higher the indicators of psychological well-being, the better the process of adaptation to new social conditions, as well as to the study group and the educational process. On the other hand, it can also