

УДК 796.01

ИНТЕРЕС К ВИДУ СПОРТА КАК МОТИВ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Татьяна Александровна Андреевко, кандидат педагогических наук, доцент, Ирина Юрьевна Головинова, кандидат педагогических наук, доцент, Ирина Федоровна Нагайцева, кандидат педагогических наук, доцент, Елена Валерьевна Серженко, старший преподаватель, Марина Николаевна Нестерова, старший преподаватель, Волгоградский государственный социально-педагогический университет, Волгоград; Светлана Владимировна Сапога, старший преподаватель, Волгоградский государственный институт искусств и культуры, Волгоград

Аннотация

Введение. Занятия спортом позволяют ощутить потребность общества в своей деятельности, почувствовать себя частью коллектива, получить возможность доказать, что ты не последний в нем. Мотивация спортсмена в значительной степени определяет уровень его специальной подготовки, которая является одной из основных составляющих его спортивных успехов. Дело в том, что сила и устойчивость мотивации во многом определяется возможностями субъекта удовлетворить себя в конкретном виде спортивной деятельности, а уровень специальных знаний, умений и навыков детерминирует возможности спортсмена. Поэтому понятно, что в спортивных достижениях мотивация играет определенную роль, т. к. она диктует степень проявления возможностей спортсмена. Именно в связи с этим становится понятным, что между мотивацией и успехом в спортивной деятельности проявляется принцип обратной связи. Использовались следующие методы исследования: теоретическое изучение и анализ специальной научно-методической литературы, анкетирование, анализ. Полученные данные позволяют сделать вывод, что особое значение для подготовки жизнеспособного и социально активного молодого поколения имеет приобретение спортсменами мобилизационных ценностей, которые приобретаются в результате спортивной деятельности.

Ключевые слова: мотив, спортивная деятельность, вид спорта.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.05.p34-36

INTEREST IN A SPORT AS A MOTIVE FOR SPORTS ACTIVITY

Tatyana Alexandrovna Andreenko, the candidate of pedagogical sciences, docent, Irina Yuryevna Golovinova, the candidate of pedagogical sciences, docent, Irina Fedorovna Nagaitseva, the candidate of pedagogical sciences, docent, Elena Valerievna Serzhenko, the senior teacher, Marina Nikolaevna Nesterova, the senior teacher, Volgograd State Social and Pedagogical University, Volgograd; Svetlana Vladimirovna Sapoga, the senior teacher, Volgograd state Institute of arts and culture, Volgograd

Abstract

Introduction. Sports allow you to feel the need of society in your activities, to feel like a part of the team, to get the opportunity to prove that you are not the last in it. The motivation of an athlete largely determines the level of the special training, which is one of the main components the sporting success. The fact is that the strength and stability of motivation is largely determined by the ability of the subject to satisfy himself in a particular type of sports activity, and the level of special knowledge, skills and abilities determines the capabilities of the athlete. Therefore, it is clear that motivation plays a certain role in sports achievements, because it dictates the degree of manifestation of the athlete's capabilities. It is in this connection that it becomes clear that the principle of feedback is manifested between motivation and success in sports activities. The following research methods were used: theoretical study and analysis of special scientific and methodological literature, questionnaires, analysis.

Keywords: motive, sports activity, sport.

ВВЕДЕНИЕ

Занятие спортом побуждается многими мотивами, чаще всего связанными с соревновательной деятельностью, в которой сводится, по существу, вся продолжительная и

кропотливая тренировочная работа. К таким мотивам относятся высокие моральные чувства долга и ответственности перед спортивным коллективом, а также мотивы, связанные с самоутверждением, самовыражением личности спортсмена [3]. Однако эти мотивы приобретают силу побуждения именно к спортивной деятельности только в связи с непосредственным интересом к спорту, к спортивному соревнованию, благодаря привлекательности самого спортивного действия как такового [1]. Спортивный опыт не умаляет это побуждение, приведшее молодого человека к спортивной деятельности, а обогащает его, расширяет его содержание, оно становится основой сильного мотива спортивной деятельности – любви к спорту [2, 4].

Задачей настоящего исследования было выяснение специфических особенностей конкретных видов спорта, спортивных упражнений и действий, а также соревнований по этим видам, обладающих силой побуждения заняться ими. С этой целью проводился письменный опрос студентов спортсменов по различным видам спорта и различной квалификации по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование, профиль подготовки: «Физическая культура» Волгоградского государственного социально-педагогического университета. В опросе участвовало 78 студентов. Опрошенные спортсмены должны были дать ответ на ряд вопросов. Например, что они находят привлекательного в своем виде спорта, что доставляет им особое удовольствие от спортивных действий и спортивной борьбы в избранном виде физических упражнениях, в чем заключается обаяние данного вида или упражнения.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Материалы исследования позволили выявить следующее:

1. Привлекательность вида спорта для спортсмена заключается в том, что:

а) вид спорта требует хорошо развитых физических качеств, развивает эти качества и предоставляет возможность спортсмену показать их на соревнованиях; удовлетворяется потребность в движении;

б) вид спорта предъявляет высокие требования к технике выполнения действий и совершенствует ее;

в) вид спорта отличается сложностью тактики ведения соревновательной борьбы;

г) вид спорта требует интеллектуальных качеств спортсмена и развивает их;

д) вид спорта требует воли и воспитывает ее;

е) вид спорта предъявляет высокие требования к личности и формирует ее и отдельные ее черты;

ж) вид спорта богат различными эмоциональными переживаниями, напряжением, динамикой течения соревновательной борьбы, красотой этой борьбы;

з) приятно осознание своего статуса спортсмена вообще представителя определенного вида спорта в частности.

2. Особенности спортивной деятельности, вызывающие интеллектуальный и эмоциональный интерес спортсменов, можно разделить на три группы:

а) общие для всех видов спорта и всей спортивной деятельности в целом (например, стремление к победе);

б) общие для всех спортивных игр (сложность и изменчивость ситуаций), для всех единоборств (например, непосредственность контакта с соперником), всех индивидуальных видов спорта (например, относительная независимость от соперника, постоянство условий деятельности);

в) специфические для конкретного вида спорта (броски мяча по корзине в баскетболе, скольжение по воде в плавании и т. д.).

3. Особый интерес к виду спорта возникал в случаях соответствия обнаруженных у себя качеств тем, которых требует данный вид спорта; в этом случае интерес служил прочной основой выбора вида спорта и перспектив роста мастерства.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Интерес к специфике видов спорта должен учитываться при спортивной ориентации и спортивном отборе, а также при формировании мотивации соревновательной деятельности спортсменов.

ЛИТЕРАТУРА

1. Аношкина О.Б. Интересы студентов вуза в сфере физкультурно-спортивной деятельности / О.Б. Аношкина, Г.В. Вагапова, В.А. Мартынова // *Современные проблемы науки и образования*. – 2019. – №5. – URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=29244> (дата обращения: 01.04.2023).
2. Мешкова И.В. Мотивы спортивной деятельности как фактор карьерных ориентаций будущих учителей физической культуры / И.В. Мешкова // *Проблемы современного педагогического образования*. – 2022. – № 76-3. – С. 309–313.
3. Никишин И.В. Мотивы выбора спортивной деятельности / И.В. Никишин, С.В. Бурашов, В.Ф. Улыбышева // *Научные аспекты физической культуры в высшей школе: материалы научно-практической и учебно-методической международной конференции, посвященной 70-летию победы в Великой Отечественной войне*. – Москва, 2015. – С. 21–218.
4. Терехина И.В. Выявление интересов студентов 1 курса к выбору видов спорта для занятий во внеучебное время / И.В. Терехина // *Каталог научных и инновационных разработок Омский ГАУ: серия "Иностранный язык. Физическая культура и спорт"*. – Омск, 2021. – С. 253–255.

REFERENCE

1. Anoshkina, O.B., Vagapova, G.V. and Martynova, V.A. (2019) "Interests of university students in the field of physical culture and sports activities", *Modern problems of science and education*, No.5, available at: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=29244>.
2. Meshkova I.V. (2022) "Motives of sports activity as a factor of career orientations of future teachers of physical culture", *Problems of modern pedagogical education*, No.76-3, pp. 309–313.
3. Nikishin I.V., Burashov S.V., Smybysheva V.F. (2015) "Motives for choosing sports activity", *Scientific aspects of physical culture in higher school: materials of the scientific-practical and educational-methodical international conference*, Moscow, pp. 216–218.
4. Terekhina I.V. (2021) "Identification of interests of 1st-year students in choosing sports for extracurricular activities", *Catalog of scientific and innovative developments of the Omsk State University*, Omsk, pp. 253–255.

Контактная информация: tan4ik-82@mail.ru

Статья поступила в редакцию 29.04.2023

УДК 796

ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ НАГРУЗКИ НА ЗДОРОВЬЕ И ФУНКЦИОНАЛЬНУЮ СИСТЕМУ ЧЕЛОВЕКА

Раиса Гавришловна Антипина, старший преподаватель, Марина Дмитриевна Кунгурцева, старший преподаватель, Николай Иванович Фетищев, старший преподаватель, Кемеровский государственный медицинский университет, Кемерово

Аннотация

В данной статье рассматривается положительное воздействие физической нагрузки в виде функциональных тренировок на здоровье человека, увеличение общей выносливости организма, укрепление скелетных мышц, суставов и позитивное влияние на работу сердечно-сосудистой системы, а также выявлено и влияние на психологический аспект человека, испытуемые легче переносят стресс при этом ЧСС остается в пределах нормы и не повышается. Также можно сказать и о динамике со стороны сердечно-сосудистой, дыхательной систем, развитие чувства равновесия. Проведенное исследование показало, что за короткий период, благодаря тренировкам, можно не только улучшить физическую форму, но и оказать положительное влияние на выносливость сердечных