

ВЫЯВЛЕНИЕ ПРИЧИН, ВЛИЯЮЩИХ НА ОСЛАБЛЕНИЕ МОТИВАЦИИ У ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ РАЗЛИЧНЫХ ВИДОВ СПОРТА

Е.Г. Бабушкин¹, И.Л. Ляликов²

¹Омский государственный институт сервиса, evgen.bab@mail.ru

²Сибирская государственная автомобильно–дорожная академия, г. Омск

Для изучения особенностей спортивной мотивации и причин, обуславливающих ее ослабление у спортсменов высокой квалификации, мы разработали анкету, с помощью которой было опрошено 170 спортсменов различных видов спорта г. Омска в возрасте 17–24 лет.

У высококвалифицированных спортсменов тренировочный процесс характеризуется высокими физическими и психическими нагрузками, вследствие чего у 32% опрошенных перед тренировкой возникает нежелание заниматься спортом. По окончании тренировочного занятия у спортсменов – кандидатов в мастера спорта и мастеров спорта такое нежелание пропадает, а у представителей первого разряда (21%) оно остается.

Несмотря на проявление отрицательного отношения к занятиям спортом, спортсмены продолжают занятия, используя восстановительные процедуры. Психологические методы воздействия используются крайне редко. Таким образом, можно отметить, что с

повышением спортивного мастерства прослеживается повышение интереса к занятиям спортом. Видимо, мастера спорта видят перспективы своего дальнейшего роста.

Из факторов, влияющих на ослабление интереса к занятиям спортом, выделяются следующие: однообразие тренировочного процесса (среди кандидатов в мастера спорта и мастеров спорта на это указало 60%, у перворазрядников 50%); на высокие нагрузки на тренировках, ведущие к не довосстановлению к следующему занятию указало 40% кандидатов в мастера спорта и 48% среди мастеров спорта); на не сложившиеся отношения с тренером указало (32% к. м. с. и 60% м. с.). В этой связи, для активизации спортивной мотивации у спортсменов следует уделить особое внимание восстановлению после нагрузки и установлению благоприятных отношений со спортсменами со стороны тренера. Об этом указывают сами спортсмены.

Анализируя такой компонент спортивной мотивации как цели, следует отметить, что почти все спортсмены (м. с. – 100%, к. м. с. – 94%, 1 разряд – 68%) ставят перед собой как ближайшие, так и перспективные цели (занять высокий статус в команде (30%), войти в сборную команду страны (30%), стать чемпионом Мира (33%), добиться материального благополучия (9%). При этом такая цель как стать чемпионом Мира наиболее выражена у мастеров спорта (66%).

Достижение высоких спортивных результатов невозможно без проявления максимальных физических и волевых усилий [1]. Опрос спортсменов показал, что с повышением спортивного мастерства (от 1 разряд до м. с.) проявление волевых и физических усилий возрастает: перворазрядников указало 40%, к. м. с. и м. с. – 85% и 60%, соответственно.

Рост спортивного мастерства обусловлен соответствием способностей спортсмена избранному виду спорта. Данный фактор, влияющий на отношение к занятиям спортом, проявляется у всех опрошенных спортсменов. При этом выявлена следующая тенденция. Большинство (83%) мастеров спорта считают, что у них есть соответствующие способности и у 17% такие способности частично соответствуют. В группе кандидатов в мастера спорта наличие соответствующих способностей отметило 76%, в группе перворазрядников – 40%. Мы полагаем, что такой фактор как наличие у спортсмена способностей, соответствующих избранному виду спорта, оказывает существенное влияние на рост спортивного мастерства и соответственно на отношение к занятиям спортом (мотивацию, целеполагание) [2, 3]. Чем выше уровень спортивного мастерства, тем более ярко проявляется влияние этого фактора, и он становится очевидным. Возможно влияние этого фактора и на проявление воли к победе на соревнованиях. Наибольшее проявление воли к победе отмечено у к. м. с. (85%) и м. с. (60%), наименьшее (40%) у перворазрядников.

Из всей группы опрошенных спортсменов было выделено две группы с разным отношением к занятиям спортом.

Первая группа (80 чел.) – социально-адаптированная, которая характеризуется следующим: проявлением желания тренироваться, положительным отношением к дальнейшим занятиям спортом, считает наличие у себя способностей избранному виду спорта, ставит перспективные цели (стать чемпионом России, Мира, занять место в сборной страны, стать знаменитым спортсменом и т. п.), максимальным проявлением физических и волевых усилий на соревнованиях, отсутствием отрицательных эмоций к занятиям спортом, положительным отношением к тренеру и партнерам по команде. Квалификационный состав данной группы: мастеров спорта (37 чел.), кандидатов в мастера спорта (30 чел.), перворазрядников (5 чел.).

Вторая группа (96 чел.) – социально-неадаптированная характеризуется следующим: неопределенным отношением к занятиям спортом; отсутствием перспективных целей, недостаточностью проявления физических и волевых усилий на тренировках и соревнованиях, не сложившимися отношениями с тренером и партнерами по команде, неудачами на соревнованиях, неустойчивой спортивной мотивацией, пониманием несоответствия спортивных способностей избранному виду спорта. Квалификационный состав этой группы: мастера спорта (4 чел.), кандидаты в мастера спорта (40 человек), перворазрядники (60 человек).

В настоящем исследовании было выявлено, что существенным фактором, влияющим на сохранение спортивной мотивации и достижение высоких спортивных результатов, является соответствие спортивных способностей избранному виду спорта. Данное положение было выявлено нами совместно с Г.Д. Бабушкиным при исследовании психофизиологических особенностей и результативности в спорте у спортсменов Республиканской школы высшего спортивного мастерства г. Омска. Было обследовано 25 легкоатлетов – к. м. с. и мастеров спорта. По результатам тестирования (силы, подвижности и уравновешенности нервных процессов) были выявлены две группы спортсменов: первая группа имела соответствующий психокомплекс и спортивные способности к избранному виду легкой атлетики, у спортсменов второй группы психокомплекс не соответствовал виду спортивной деятельности, которым они занимались. Проведенный анализ повышения спортивного мастерства через три года показал, что прогресс спортивных результатов наблюдался в первой группе, во второй группе этого не наблюдалось. Характеристика спортивной мотивации у лиц первой группы имела устойчивый характер и перспективную направленность целей, у лиц второй группы такой мотивации не было. Более того, через три года часть спортсменов второй группы (40%) прекратила занятия спортом, так и не добившись высоких спортивных результатов.

Литература

1. Бабушкин, Е. Г. Причины ослабления спортивной мотивации у спортсменов высокой квалификации / Е. Г. Бабушкин, С. Ю. Мочалов. // Материалы всероссийской научно-практической конференции молодых ученых. – Омск: СибГУФК, 2006. – С. 57–59.
2. Бабушкин, Е. Г. Формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом: учебное пособие / Е. Г. Бабушкин – Омск: Омский государственный институт сервиса, 2011. – 82 с.
3. Яковлев, Б. П. Мотивация и эмоции в спортивной деятельности: учебное пособие / Яковлев Б. П. – М.: Советский спорт, 2014. – 312 с.