

Министерство образования и науки Российской Федерации
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра теоретических
основ физического воспитания

**«ОСОБЕННОСТИ МОТИВАЦИОННОЙ СФЕРЫ ПОДРОСТКОВ
15-17 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ДЗЮДО»**

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ ДИПЛОМНОЙ РАБОТЫ

студента 4 курса ___ группы
направления 44.03.01 «Педагогическое образование»
Института физической культуры и спорта

КРЕХАНОВА ВЛАДИМИРА АЛЕКСАНДРОВИЧА

Института физической культуры и спорта

Научный руководитель
старший преподаватель

дата, подпись

Андряков П.А.

Заведующий кафедрой теоретических
основ физического воспитания
доцент, к.м.н.

дата, подпись

Беспалова Т.А.

Саратов, 2018

Содержание

Введение.....	3
ГЛАВА 1. Теоретическая часть	Ошибка! Закладка не определена.
1.1.Анатомо-физиологические особенности подростков 15-17 лет. ...	Ошибка! Закладка не определена.
1.2.Влияние Дзюдо на волевое развитие подростков.	Ошибка! Закладка не определена.
1.3. Психологические особенности мотивации спортсменов-дзюдоистов.	Ошибка! Закладка не определена.
ГЛАВА 2. Практическая часть.....	Ошибка! Закладка не определена.
2.1 Описание выборки.	Ошибка! Закладка не определена.
2.2 Методы исследования мотивации занятий спортом у спортсменов подросткового возраста.	4
2.3 Анализ и интерпретация материалов эмпирического исследования.	Ошибка! Закладка не определена.
2.4. Выводы и предложения.	10
Заключение	10
Список использованной литературы.....	Ошибка! Закладка не определена.
Приложение	Ошибка! Закладка не определена.

Введение. Мотивация является неотъемлемой частью в любой деятельности человека, особенно она необходима в спорте, где для того, чтобы достичь наивысшего результата в ситуации жесткой конкуренции с другими спортсменами, необходима не только физическая подготовленность спортсмена, но и его настрой на победу.

В данном вопросе тренеру необходимо проявить педагогическое мастерство и замотивировать спортсмена на занятия спортом и достижение результатов. Именно педагогическое мастерство и способность тренера настроить подростка, замотивировать на успех, порой играет ключевую роль в занятиях борьбой.

Цель дипломной работы - изучить особенности мотивации к спорту у подростков занимающихся дзюдо различных этапах подготовки.

Объект исследования – спортсмены подросткового возраста, занимающиеся дзюдо.

Предмет исследования - особенности мотивации к спорту подростков, занимающихся дзюдо.

Для достижения поставленных целей необходимо решить следующие **задачи:**

1. Выявить и описать особенности мотивации к спорту подростков занимающихся дзюдо.

2. Выявить и охарактеризовать зависимость мотивации к спорту от взаимоотношений спортсменов с тренером и командой.

Гипотеза исследования: мотивация спортсменов имеет различие у групп разных годов обучения.

Структура дипломной работы. Во введении обосновывается актуальность работы, цель, задачи, гипотеза, определяется объект и предмет

исследования, а так же обозначается научная новизна теоретическая и практическая значимость работы, структура работы.

В первой главе, автор теоретически обосновывает психологические особенности мотивационной сферы подростков, занимающихся дзюдо.

Во второй главе Автор описывает организацию и методы исследования, а так же проводит анализ материалов эмпирического исследования. Общий объем работы составил 54 стр.

Исследование проводилось на базе СДЮСШОР по дзюдо "Сокол", г.Саратов 5я Дачная, д.29 с сентября 2017 по май 2018 года.

ГЛАВА 2. Среди 62 спортсменов в возрасте 15-17 лет проводилось исследование по ключевым факторам мотивации спортсменов и психологических особенностей. Подростки занимались в секциях по дзюдо.

Все подростки – 62 человека занимались на момент исследования в спортивной школе. По опросу выяснилось, что заниматься «за компанию» с другими пришло (47% - 29 человек) другие по индивидуальному отбору в школе (37% - 23 человека) остальных (16% - 10 человек) привели родители.

Перед началом тестирования со спортсменами привели инструктаж о данном мероприятии. Все происходило в тренировочном зале до начала тренировок. Тренеры спортсменов в проведении тестирования не участвовали, что дало более «чистые» результаты.

16 спортсменов занимались дзюдо свыше 2 лет, 23 спортсмена – занимались до 1 года, 23 спортсмена в начальной подготовке до 2х лет.

Исследование проводилось на базе СДЮСШОР по дзюдо "Сокол", г.Саратов 5я Дачная, д.29 с сентября 2017 по май 2018 года.

2.2 Методы исследования мотивации занятий спортом у спортсменов подросткового возраста.

При проведении данного исследования применялись методы наблюдения, беседы, тестирования и математической корреляция. В рамках данного исследования была использована методика Тропникова В.И.

«изучение мотивов занятий спортом», где исследуется важность различных причин, побуждающих подростков заниматься определенным видом спорта. Эта методика состоит из 109 высказываний, которые необходимо оценивать по шкале от 1 до 5 баллов.

Мотивы подростков к занятиям по дзюдо:

- развитие характера,
- физическое совершенство,
- общение,
- улучшение состояния здоровья,
- привлекательность данного вида спорта,
- желание добиться успеха, славы.

Пункт исследования «Мотивация успеха и боязнь неудач» состоит из 20 вопросов, где ответ должен быть «да» или «нет».

К позитивной мотивации относится мотивация на успех. При этом спортсмен заранее настроен положительно. Как правило, такой спортсмен уверен в себе, инициативен, ответственен и настойчив в достижении конкретно поставленной цели.

К негативной мотивации относится мотивация на неудачу. В данном случае активность спортсмена связана только для того, чтобы избежать неудачи, порицания, срыва. Он уже подсознательно боится неудачи, думая не о способе достижения успеха, а как бы ему избежать неудачи.

В данном случае спортсмен имеет низкую самооценку своих сил, не уверен в себе, может впасть в паническое состояние. Вместе с тем все это может сочетаться и с очень ответственным отношением к делу.

Общий подсчёт набранных баллов. При совпадении ответа испытуемому дается 1 балл и определяется диагностируемая мотивация спортсмена.

От 1 до 7 баллов – мотивации на неудачу (боязнь неудачи);

От 8 до 13 баллов – мотивации не ярко выражена (8 -9 баллов – ближе неудачи, а 12-13 баллов ближе к успеху).

От 14 до 20 баллов – мотивация на успех.

По методике Ханина Ю. и Стамбулова А. мы выяснили оценку взаимоотношений между тренером и спортсменами – методика «Измерение взаимоотношений между тренером и спортсменами».

Компетентность тренера с точки зрения спортсмена определяется доверием к тренеру – насколько он профессионален и симпатичен как личность – это эмоциональный параметр.

Поведенческий – это то, как на самом деле происходит взаимодействие тренера и спортсмена. После оценки спортсменов можно понять готовность спортсмена выполнять требования тренера.

Гностический параметр выявляет уровень компетентности тренера как специалиста с точки зрения спортсмена.

Всех спортсменов, участвующих в исследовании мы разделили на 3 группы. По результатам диагностики «Изучение мотивов занятий спортом» по методике Тропникова был вычислен средний показатель в группе по конкретному мотиву и представлен в Приложении 1 и 2. Средние показатели по методике «Изучение мотивов занятий спортом» Тропникова В.И., в первой группе испытуемых

Первая группа испытуемых по этой методике выявила следующие показатели:

В данной учебной тренировочной группе главным мотивом представляется мотив повышения развития характера и психических качеств. По этим данным в этой группе особенно ценится волевые и моральные качества.

На достижение новых спортивных достижений в спорте подталкивает и мотив повышения престижа, и желание славы. Это также говорит о стремлении спортсмена стать лидером, что очень хорошо сказывается на спортивной карьере подростка. Средние показатели по методике «Изучение мотивов занятий спортом» В.И. Тропникова, во второй группе испытуемых

По результатам, представленным в таблице, можно сказать, что вторая группа испытуемых занимающаяся в учебно-тренировочной группе 1 года обучения так же, как и первая высоко оценила мотив физического совершенства и мотив повышения престижа и желаниа славы. Из чего следует, что спортсмены подросткового возраста высоко ставят перед собой физическую привлекательность, и благодаря этому усиленно тренируются, а мотив повышения престижа говорит, о том, что в компаниях подростков, и в обществе в целом высоко ценятся спортивные достижения, в силу чего самооценка подростков повышается, за счет признания их достижений со стороны сверстников, товарищей по команде и родителей.

Средние показатели по методике «Изучение мотивов занятий спортом» Тропникова В.И., в третьей группе испытуемых.

В третьей группе тестируемых видно, что спортсменами высоко оценен мотив физического совершенства, мотив повышения престижа и желание славы.

Данные спортсмены стремятся к физической привлекательности, что приводит к стремлению усиленно заниматься спортом, а в компании подростков высоко ценятся высокие спортивные достижения, в связи с тем, что у подростка повышается самооценка. По этой группе спортсмена видно как высоко они ценят общение познания, эстетическое удовольствие и остроту ощущений, что стимулирует их к усиленным тренировкам.

По группам тестируемых по методике Тропникова В.И. и изучение мотивов занятий спортом выявлены следующие показатели:

Средние показатели по методике «Изучение мотивов занятий спортом» Тропникова В.И., в группах испытуемых.

Непосредственно в данном опросе две группы дали высокие показатели по мотивам физического совершенства и повышение своего престижа. А это значит, что физическая мотивация для занятий спортом занимает главное место у подростка и не зависит от года спортивной подготовки. Это еще обусловлено возрастной спецификой. Подросток стремиться быть физически

развит, быть привлекательным для сверстников, а также и для окружающих, стремится к спортивным успехам.

Так же необходимо отметить, что для начинающих спортсменов имеет особое значение коллектив, общение с тренером, а уже потом идет настрой на получение высоких результатов в спорте. Средние показатели по методике «Диагностики мотивации успеха и боязни неудачи» в 3 группах испытуемых¹

Во всех трех группах по методу «Диагностика мотивации успеха и боязни неудачи» наилучшие показатели на мотивацию стремления к успеху. Это приводит нас к выводу, что во всех группах присутствует стремление достичь успеха в данном виде спорта. Здесь мы видим азарт, прямолинейность, стремление к обеспеченности.

Спортсмен стремится проявлять инициативу, не боится ошибиться, принимать решения по своим ощущениям.

По методике «Измерение взаимоотношений между тренером и спортсменом» Ханин Ю. и Стамбулова А. были определены показатели по следующим критериям: «доверие к тренеру», «эмоциональный», «поведенческий».

Средние показатели по методике Ю.Ханина, А. Стамбулова «Измерение взаимоотношений между тренером и спортсменом» в первой группе испытуемых.²

Те данные, которые были получены в проведенном исследовании показывают, что в первой группе тестируемых спортсменов самые высокие показатели у критерия «доверие к тренеру», что в свою очередь говорит о высокой оценке своего тренера, спортсмены ему доверяют и уважают.

Поведенческие критерии также был оценены высоко и при таком действии хорошим взаимодействии спортсмена и тренера добиваются высоких показатели в спорте, как в команде, так и индивидуально.

¹http://studopedia.ru/12_126337_vzaimootnosheniya-trener-sportsmen.html (дата обращения 28.01.2017)

²http://studopedia.ru/12_126337_vzaimootnosheniya-trener-sportsmen.html (дата обращения 28.01.2017)

А вот эмоционально критерий восприятия получил самую низкую оценку (80%). Здесь также необходимо отметить, что тренер воспринимается спортсменом как личность, а не как со стороны привлекательности. Средние показатели по методике Ю.Ханина, А. Стамбулова «Измерение взаимоотношений между тренером и спортсменом» во второй испытуемых.³

Спортсмены, занимающиеся дзюдо получили высший результат по шкале эмоциональных параметров взаимоотношений между тренером и спортсменом – это говорит о симпатии тренера к спортсмену, что очень важно в команде. Тогда спортсмены доверяют тренеру.

Поведенческий стиль имеет средние показатели. Здесь прямая связь прослеживается в стремлении спортсмена к проявлению индивидуальности, при этом подчиняясь тренеру. Из этого следует, что в третьей группе высокие показатели получил критерий доверие к тренеру. Значит, спортсмены ценят своего тренера, считаются с его мнением, доверяют ему.

Поведенческий критерий так же имеет высокую оценку у спортсменов в данном возрасте. Это хорошо помогает взаимодействиям между тренером и спортсменом, и в итоге всегда можно получить высокие спортивные результаты. Средние показатели по методике Ханина Ю., Стамбулова А. «Измерение взаимоотношений между тренером и спортсменом» в трех группах.⁴

Из всего выше перечисленного приходим к выводу, что во всех группах высоко ценят своего тренера, в целом в коллективе доверительно- хорошие отношения, что положительно отражается на спортивной подготовке и ведет к большому спортивным успехам – в этом большая заслуга тренера.

В дзюдо среди спортсменов преобладает межличностный метод взаимодействия – соперничества, где естественно желание победить. Здесь также и есть компромиссный тип общения – взаимные уступки, но не в ущерб своих интересов. Здесь в приоритете командный дух.

³Ханин Ю.Л. Психология общения в спорте. - М. 2006

⁴Ханин Ю.Л. Психология общения в спорте. - М. 2006

2.4. Выводы и предложения.

По проведении всех исследований получились обоснованный вывод – имеются различия в показателях мотивации среди спортсменов в подростковом возрасте, которые занимаются в разных группах подготовки.

В дзюдо, как и в индивидуальном виде спорта очень важен социально – психологический климат, что ведет спортсмена к победе, доставляет удовольствие от занятий спортом. Тренеру необходимо поддерживать высокий эмоциональный климат в группах на доверии, поощрениях и советах со своей стороны.

Давать позитивный настрой юному спортсмену, избегая проявлений депрессией. Тренер обязан выделять набор необходимых требований к повышению мотивации, взаимодействовать с командой в целом и каждым спортсменом индивидуально на проявление подростков в стремлении к достижениям высоких показателей в спорте.

Здесь тренер может применять различные способы взаимодействия – тестирования, беседы, как с подростком, так и с его родителями.

На протяжении всей спортивной карьеры мотивация у спортсменов достаточно быстро меняется. Появляется новый жизненный опыт, новые события, люди.

В данном случае тренеру необходимо анализировать состояние спортсмена в разных конкретных условиях и делать выводы на дальнейшую работу со спортсменами.

Заключение. Для подростка, решившего заниматься спортом, очень важна мотивация в этом деле, чтобы на начальном этапе не сломаться, не испугаться трудностей, а проявлять стремление, трудолюбие, выносливость и терпение в занятиях спортом.

Блок мотивации выполняет в структуре спортивной деятельности следующие функции:

– является важным компонентом спортивной деятельности;

–заставляет поддерживать необходимый уровень активности в тренировочном и соревновательном процессе деятельности;

– активно регулирует содержание активности, использование различных средств деятельности для достижения желаемых результатов.

Подросток должен получать удовлетворение от занятий спортом, что должно проявляться в стремлении проявить себя в трудных ситуациях, стремление добиться высоких результатов в спорте, повышать спортивное мастерство, что непременно ведет к самоутверждению в обществе, признанию.