

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г.
ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Кафедра теоретических основ
физического воспитания

**СТРУКТУРА СПОРТИВНОЙ МОТИВАЦИИ ИГРОКОВ МИНИ-
ФУТБОЛЬНОЙ КОМАНДЫ ПРОФЕССИОНАЛОВ**

ФВТОРЕФЕРАТ МАГИСТЕРСКОЙ РАБОТЫ

студента 3 курса 331 группы
направление подготовки 44.04.01 Педагогическое образование
профиль «Физическая культура»
Института физической культуры и спорта

Чурляева Владимира Викторовича

Научный руководитель

к.м.н. доцент _____

Т.А. Беспалова

Зав. кафедрой

к. м. н, доцент _____

Т.А. Беспалова

Саратов 2022

Введение

Современные тенденции развития футбола диктуют постоянное повышение требований к уровню подготовки игроков. Полная реализация физических, интеллектуальных и других способностей, необходимых в спорте, во многом зависит от личности спортсмена-футболиста и способности игрока управлять своими способностями. В связи с этим изучение специфических личностных качеств профессиональных футболистов, вносящих свой вклад в спортивные результаты, является востребованной и отвечающей практическим запросам темой.

Актуальность проблематики исследования обусловлена перспективностью сведений об особенностях структуры спортивной мотивации мини футболистов команды профессионалов для прогнозирования спортивной успешности игроков и определения направления воздействия на структурные компоненты спортивной мотивации с целью оптимизации психологического состояния спортсменов-профессионалов в командных видах спорта.

Объект исследования – структура спортивной мотивации игроков мини-футбольной команды профессионалов с различным уровнем мотивации социального самоутверждения.

Предмет исследования - спортивная мотивация игроков мини-футбольной команды профессионалов, ее структура и выраженность мотивационных переменных: доминирующих мотивов спортивной деятельности, внешних (отрицательных и положительных) и внутренних мотивов, ориентацией **мотивации на успех или боязнь неудачи.**

Цель исследования является выявление особенностей структуры спортивной мотивации у игроков мини-футбольной команды профессионалов.

В качестве основной **гипотезы** было выдвинуто предположение о том, что определение особенностей спортивной мотивации представителей командных видов спорта, способно указать приоритетное направление

воздействия на структурные компоненты спортивной мотивации с целью оптимизации психологического состояния спортсменов-профессионалов в командных видах спорта.

Указанные цель, объект, предмет и гипотезы исследования определили постановку следующих задач:

1. Изучить и источники литературы по проблемам спортивной мотивации, личностным особенностям, обеспечивающим успешность в спортивной деятельности.

2. Выявить мотивы спортивной деятельности у игроков мини-футбольной команды, установить особенности мотивационной специфики у игроков-профессионалов мотивированных на социальное самоутверждение.

3. Определить структуру мотивации игроков-профессионалов мотивированных в различной степени на социальное самоутверждение.

4. Уточнить направленность на достижения успеха и избегания неудач у игроков-профессионалов мини-футбольной команды мотивированных в различной степени на социальное самоутверждение.

Методы и методики исследования: В ходе исследования применялись методы теоретического анализа и обобщения литературных данных. Полученные результаты были обработаны с помощью методов математической статистики.

В качестве основных методов использовались методы опроса (анкетирование, беседа), тестирования, наблюдения, а также анализа документации.

При выполнении исследования использованы следующие диагностические методики:

-опросник «Шкала спортивной мотивации», разработанная Р. Дж. Валлерандом для определения ведущих мотивов спортивной деятельности (Р. Дж. Валлеранд);

-опросник «Мотивация успеха и боязнь неудачи» (А.А. Реан) в мини-футбольной команде

-опросник «Мотивация профессиональной деятельности» по К. Замфир в модификации А. А. Реана.

Практическая значимость работы состоит в том, что полученные результаты могут быть использованы в практической деятельности тренера или спортивного психолога для создания условий оптимизации спортивной деятельности игроков мини футбольной команды профессионалов.

Мотивация в спортивной деятельности

Влияние спортивной деятельности на психологическое состояние человека

Постоянное стремление человека удовлетворять свои потребности в движении, развивать физические качества способствовало тому, что физические упражнения постепенно трансформировались в современные виды спорта. "Именно с этим связан соревновательный характер двигательных действий и регулирование их определёнными правилами.

Таким образом, физические упражнения обособились в отдельный вид человеческой деятельности - в спортивную деятельность, которая отличается рядом специфических особенностей.

Спортивная деятельность, как правило, связана:

С проявлением мышечной активности в различных формах при выполнении специальных физических упражнений;

С овладением высокой техникой выполнения физических упражнений в избранном виде спорта, она требует от спортсмена специальной систематической и длительной тренировки, в процессе которой он усваивает и совершенствует определённые двигательные навыки и развивает необходимые для занятий данным видом спорта физические качества (силу, выносливость, быстроту, ловкость движений) и волевые черты характера (смелость, решительность, инициативность, волю к победе и др.);

Со стремлением к совершенствованию в избранном виде спорта, т.е. направлена к достижению наивысших результатов в определённом виде физических упражнений;

Со спортивной борьбой, которая приобретает особо острый характер во время спортивных соревнований, являющихся, как и систематическая тренировка, обязательной составной частью спортивной деятельности, которая содействует развитию спортсмена способности к максимальным напряжениям физических сил, большой силы и глубины эмоциональных переживаний, обострённой деятельности всех психических процессов;

С максимальным выявлением физических и духовных сил, специальных умений и навыков с развитием моторных способностей, постоянным поддержанием их на высоком уровне. В связи с этим спортивная деятельность приобрела сложную структуру и в настоящее время включает в себя не только участие в соревнованиях, но и систематические тренировочные занятия [5,27].

С резко выраженным сознательным характером, что объясняется чувством большой ответственности и стремлением достигнуть наиболее эффективного результата, добиться рекорда в выполнении данного действия. Спортивная деятельность предъявляет огромные требования к процессам информации и её переработки, памяти и внимания спортсмена, к его волевым действиям и эмоциональным состояниям.

Спортивная деятельность отличается сильными и яркими эмоциональными переживаниями. Вне эмоций спорт немислим. Насыщенность спортивных действий сильными чувствами, их эмоциональная увлекательность - это одно из важнейших условий положительного влияния спорта на личность человека. Но эмоциональные переживания в спорте, как и все другие эмоции, могут быть стеническими и астеническими и оказывать, как положительное, так и отрицательное влияние на органические процессы и поведение человека [12, 25].

Среди большого разнообразия эмоций, проявляющихся в процессе спортивной деятельности можно отметить следующее:

1. Эмоциональные переживания, связанные со значительными изменениями, наступающими в жизнедеятельности организма в процессе спортивных занятий. Повышенная мышечная активность, составляющая характерную и необходимую особенность спортивных занятий, если они протекают нормально, всегда сопровождается образным состоянием эйфории (повышенной оживлённости действий, речи и т.п.), стеническими чувствами бодрости и жизнерадостности. В случаях перетренировки та же мышечная активность вызывает астенические эмоции: упадок сил, неудовольствие и др.

2. Эмоциональные переживания, связанные с высоким уровнем совершенства в выполнении технически сложных, трудных и опасных физических упражнений. Эти эмоции отражают состояние повышенной общей работоспособности организма, переживание успеха в выполнении данного действия и вызванное этим сознание личного превосходства: приятно ощущать себя сильным, ловким, смелым, отважным, выносливым, уверенными в своих силах, способным выполнить не всякому доступное трудное упражнение. Эти чувства соотносятся со способностью спортсмена направлять большие усилия воли, направленные на преодоление значительных трудностей, что является существенной чертой его характера, мерилom, с помощью которого не только сам спортсмен, но и окружающие оценивают его личное достоинство. Достаточно указать на то, как вырастает не только в чужих глазах, но и в своих собственных спортсмен, успешно решивший спортивную задачу, потребовавшую больших волевых усилий [33,38].

И, наоборот, в случае травматических повреждений или даже просто неудачной попытки при выполнении трудного упражнения, которыми иногда заканчиваются спортивные занятия, могут вызвать астенические эмоциональные переживания: неуверенность, боязнь, заторможенность и пр. Переживаемое, при выполнении опасных физических упражнений, астеническое чувство успеха часто имеет в своей основе преодоление страха, вызванного выполнением спортивных действий в сложных и трудных условиях. У опытного спортсмена, в совершенстве владеющего спортивной техникой, сознание опасности и сопровождающее его чувство страха не дезорганизуют поведение, а, наоборот, вызывают прилив сил, направленных на преодоление опасности. В этих случаях у спортсмена возникает стремление ещё и ещё раз испытать своеобразное чувство риска, в котором элемент страха вызывает удовольствие, поскольку он сопровождается сознанием собственного умения и силы, способных преодолеть опасное препятствие [8, 23].

3. Эмоциональные переживания, связанные с ходом спортивной борьбы. Эти эмоции всегда имеют очень напряжённый характер, в них отражаются большие усилия, направленные на достижение победы или наилучшего результата. По своей интенсивности они намного превышают те эмоциональные состояния, которые доступны человеку в его обычной повседневной деятельности. Нередко они получают своеобразное отражение в мимике эмоционального напряжения. В процессе спортивной борьбы при удачном выполнении ответственного приёма (например, когда футбольный мяч забит в ворота противника) эмоциональное переживание успеха может достигнуть степени бурного аффекта радости. При неудачах нередко наступает чувство растерянности, упадка сил, неуверенности в себе.

Эмоциональные состояния во время спортивных состязаний часто характеризуются наличием сильного возбуждения, получившего название "спортивной злости" и имеющего огромное динамогенное значение. Во время этого состояния спортсмен ощущает в себе колоссальную силу, не чувствует усталости, все его психические процессы обострены, он проявляет способность к очень быстрым и сильным реакциям [14,28].

4. Эстетические эмоции. Чаще всего они бывают связаны с восприятием ритма движений, красоты их формы и других сторон, характеризующих совершенство выполнения физического упражнения. Эти чувства возникают при занятиях гимнастикой, фигурном катании на коньках и т.п. Большое эстетическое значение имеют чувства, вызываемые восприятием внешней обстановки, в которой протекают спортивные занятия или соревнования. Её торжественность, красивое внешнее оформление места занятий, одинаковая форма, в которую одеты участники, присутствие многочисленных зрителей, их внимательность, заинтересованность - всё это создаёт у участников соревнований приподнятое эмоциональное состояние и желание добиться успеха, показать с самой лучшей стороны свою спортивную подготовленность. Когда же внешняя обстановка спортивных

соревнований слишком обыденна, это может привести к появлению у спортсмена астенических эмоциональных переживаний [16,30].

5. Нравственные чувства, связанные с глубоким сознанием общественного значения своей спортивной деятельности (ответственность перед коллективом за свои успехи и неудачи в спортивном состоянии чувства гордости и т.п.). Они являются могучим стимулом мобилизации всех сил спортсмена на преодоление трудностей. Исход спортивной борьбы очень часто зависит от нравственных чувств и стремлений спортсмена. Этому помогает чувство ответственности перед коллективом. Спортсмен, обладающий этим чувством, никогда не откажется от борьбы за интересы своего коллектива, какой бы трудной эта борьба ни была [13,44].

Таким образом, для спортивной деятельности характерны:

а) яркие и сильные эмоциональные переживания, глубоко захватывающие личность спортсмена и оказывающие огромное влияние на его деятельность; одновременно это требует от спортсмена умения владеть своими эмоциями и противодействовать тем из них, которые носят астенический характер [31] ;

б) разнообразие эмоциональных переживаний, охватывающих самые различные по качеству эмоции - от простых физических чувств, связанных с мышечной деятельностью, до глубоких нравственных чувств, в основе которых лежит общность интересов, сплачивающих спортивных коллектив в единое целое;

в) динамичность эмоциональных состояний во время спортивных соревнований, быстрые переходы от одних чувств к другим, иногда противоположным по своему характеру. Этому способствует и динамичность самих спортивных соревнований, проходящих с большой интенсивностью и нередко сопровождающихся быстрыми и резкими переходами от поражения к победе и др. [9,15].

Структура спортивной мотивации игроков мини-футбольной команды

Организация исследования

Спортивная мотивация является составной частью характера спортсмена, она в течение жизни изменяется, может даже кординально изменять свою векторную направленность, но, несомненно, оказывает определяющее влияние на достижение успеха в спортивной деятельности. Успешность спортивной деятельности во многом связана с сформированностью мотивации. Спортивная мотивация определяется внутренними и внешними признаками, характеризующими личность спортсмена. Внутренними, константными признаками, характеризующими личность, являются темперамент и черты характера. К внешним факторам, влияющим на уровень сформированности спортивной мотивации, относят влияние родителей, педагогов, тренеров. Следовательно, именно внешняя составляющая спортивной мотивации в значительной степени и определяет индивидуальный уровень и позволяет оказывать на влияние, в ограниченном внешними константами диапазоне, т.е формировать ее.

Доминирующие мотивы спортивной деятельности у игроков мини-футбольной команды

На начальном этапе исследования была исследована мотивационная сфера игроков мини-футбольной команды и выделены доминирующие мотивы спортивной деятельности.

При проведении исследования была использована методика «Мотивы занятий спортом», разработанной А.В. Шаболтасом. Согласно методике игрокам мини-футбольных команд предстояло охарактеризовать 10 мотивов-категорий занятий спортом с помощью предложенных к каждому из мотивов-категорий соответствующих высказываний.

Мотивация спортсменов, ее динамические и качественные характеристики, неразрывно связана с рядом свойств личности спортсмена:

- позитивное отношение к спортивной деятельности или профессиональной спортивной деятельности;
- комплекс эмоционально-волевых качеств (настойчивости, эмоциональной устойчивости, уверенности, самообладания)
- умение коммуницировать в спортивной команде.

Спортивная мотивация – актуальное состояние личности спортсмена, основа на которой базируется реально осуществимые цели, достижение значимого спортивного результата.

Такими образом, создается саморегулирующаяся замкнутая система: спортивный результат влияет на мотивацию, а мотивация способна влиять на характер тренировочного процесса, а значит, во многом определять спортивный результат.

С помощью анкеты «Мотивы занятия спортом» были определены актуальные на начальном этапе наблюдения мотивы занятий спортом.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Спортивная мотивация является составной частью характера спортсмена, она в течение жизни изменяется, может даже кординально изменять свою векторную направленность, но, несомненно, оказывает определяющее влияние на достижение успеха в спортивной деятельности. Успешность спортивной деятельности во многом связана с сформированностью мотивации. Спортивная мотивация определяется внутренними и внешними признаками, характеризующими личность спортсмена.

Согласно проведенному исследованию в МФК «Golden Eagle» из Ставрополя доминирующими мотивами спортивной деятельности являются: достижение спортивного успеха, стремление к повышению личного

престижа, успешно выступать на соревнованиях, представляя свою Родину, общество, спортивный коллектив ГП, социального самоутверждения.

В ходе наблюдения у мини-футболистов усилилась значимость доминирующих мотивов спортивной деятельности, однако в показатель СС социального самоутверждения изменился у мини-футболистов в течение периода наблюдения в большей степени, изменилась выраженность этого мотива с повышенного уровня на высокий.

В структуре мотивации мини-футболистов 2 группы доминирует внутренняя мотивация, внешняя отрицательная мотивация выражена незначительно. В структуре мотивации мини-футболистов 1 группы доминирует внешняя положительная мотивация, величина внутренней мотивации и внешняя отрицательная мотивация практически равны, что является негативным фактором.

Мотивации достижения успеха и избегания неудач являются важными и относительно независимыми видами человеческой мотивации, они во многом определяют направленность личности и поведение человека. На основе этих данных можно провести определенную коррекционную работу по усовершенствованию уровня мотивации достижения, дать рекомендации тренеру, спортсмену.

Мотивация на успех выше в группе у мини-футболистов с высоким уровнем мотивации социального самоутверждения, а мотивация на неудачу у мини футболистов с повышенным уровнем мотивации социального самоутверждения.