

М. О. Мосьпанкандидат психологічних наук,
доцент кафедри психології та педагогіки
Національний університет фізичного виховання та спорту України**ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ МОТИВАЦІЙНО-ВОЛЬОВОЇ СФЕРИ ПЛАВЦІВ ЮНІОРСЬКОГО ВІКУ**

У статті розкриті основні теоретичні підходи до дослідження проблеми формування та розвитку мотиваційно-вольової сфери у спортивній діяльності. Емпірично досліджені мотиваційні фактори у спортсменів підлітків як юнацького, так і дорослого розрядів. Найбільші показники мотиваційного фактора прагнення до самовдосконалення, який включає у себе потреби, спрямовані на розвиток фізичних та вольових якостей. Дослідження вольових якостей показало між групами юнацького та дорослого розрядів у спортсменів плавців статистично значущі відмінності за параметрами цілеспрямованості, наполегливості та завзятості, самостійності та ініціативності, рішучості і сміливості.

Ключові слова: мотиваційно-вольова сфера, мотиваційні фактори, мотивація досягнення успіху, мотивація уникнення невдач, вольові якості.

Постановка проблеми. Високі спортивні досягнення найтіснішим чином пов'язані з мотиваційною сферою людини, оскільки повна самовіддача у тренувальній діяльності та змагальні результати, які досягаються особистістю, багато у чому обумовлені рівнем розвитку спортивної мотивації.

Між тим, традиційні підходи до спортивної підготовки юних спортсменів орієнтовані переважно на розвиток фізичних якостей, вдосконалення функціональних можливостей організму, техніко-тактичних умінь і навичок та не забезпечують умови для вирішення завдання формування активної особистості, здатної до спортивного самовдосконалення.

Тривале і ефективне заняття спортом передбачає наявність комплексу специфічних установок щодо себе і своєї спортивної діяльності, які визначають якісну своєрідність свідомості особистості спортсмена. До них відносяться установки на досягнення успіху і раціональне прийняття можливої невдачі; участь у змагальній боротьбі; самореалізацію в обраному виді діяльності; дотримання норм спортивної етики, поваги до суперника; самовизначення у колективі; особистісний саморозвиток; реалізація вольової поведінки; спокійне ставлення до себе і до своєї діяльності; завищена самооцінка і рівень життєвих домагань; самостійна і ініціативна поведінка.

Низький рівень розвитку самосвідомості підлітків, що займаються спортом, проявляється у слабкому прояві цих установок, і є однією зі значних причин, що призводять до ослаблення у них спортивної мотивації.

Тому одним із завдань загальної психологічної підготовки спортсменів підліткового віку є розвиток здатності до самопізнання, самоставлення

і самовизначення у спортивній діяльності. Тим часом проблема мотиваційно-вольової сфери особистості у підлітковому віці є на тепер мало дослідженою.

Мета статті – вивчити умови формування мотиваційно-вольової сфери плавців підліткового віку.

Виклад основного матеріалу. Дослідження проблеми мотивації відображені у працях (Д. І. Фельдштейн, І. А. Джидарьян, В. І. Ковалев, В. Г. Леонтьєв, М. Т. Магомедов-Емінов). Дослідження мотивації досягнення успіху у спортивній діяльності (Р. Уэйнберг, Д. Гоулд, Ю. М. Орлов, Т. А. Сабліна, П. А. Рудік, А. Ц. Пуні, Н. Б. Стамбулова, Р. А. Пілоян, В. Гошек, Є. О. Калінін, Г. Д. Горбунов). Положення про мотиви спортивної діяльності розроблені (О. Н. Ніколаєвим, В. І. Тропніковим).

Дослідження проводилося на базі Бориспільської дитячої спортивної школи, відділення плавання серед спортсменів 11-14 років, як юнаків, так і дівчат. Загальна кількість піддослідних 22. Спортсмени мають II та III дорослі розряди та I та II юнацький.

Для визначення мотиваційних факторів занять спортом нами була використана методика (О. О. Моїсєєва, Т. В. Огородова). Методика дозволяє визначити мотиваційні фактори (причини), чому підліток займається спортом. Опитувальник застосовується для дітей підліткового віку від 11 до 16 років.

Порівняльний аналіз експериментальних даних свідчить, що всі мотиваційні фактори (прагнення до самовдосконалення; прагнення до самоствердження; соціальні настанови; задоволення матеріальних потреб; прагнення до спілкування) розвинені на достатньо високу рівні у спортсменів як юнацького, так і дорослого роз-

рядів. Найбільші показники мотиваційного фактора і прагнення до самовдосконалення, який включає у себе потреби, спрямовані на розвиток фізичних та вольових якостей. Ми вважаємо, що отримані дані говорять про те, що у даних спортсменів розрядників сформоване бачення себе у спорті та бажання вдосконалюватися як спортсмен для досягнення нових результатів у своєму спорті. Хоча необхідно зазначити, що у спортсменів дорослого розряду показники вищі 87%, а у спортсменів юнацького розряду 75%, можна зробити припущення про більш сформоване бачення досягнень у спорті.

На другому місці показники мотиваційного фактора прагнення до самоствердження у спортсменів юнацького розряду 63% та спортсменів дорослого розряду 77%. Даний показник включає у себе такі особливості особистості як бажання бути не гірше інших, бути схожим на відомого спортсмена, прагнення до суспільного визнання, бути привабливим для протилежної статі.

На третьому та четвертому місці показники соціальної настанови 53 та 44% та прагнення до спілкування 55 та 70%. Дані показники мотиваційних факторів містять такі характеристики особистості як прагнення до збереження сімейних традицій та бажання спілкуватися з друзями у спортивному середовищі.

На останньому місці показники задоволення матеріальних потреб в обох групах. У групі з юнацьким розрядом 35% та у спортсменів дорослого розряду 48%. Задоволення матеріальних потреб включає у себе бажання отримати матеріальні блага. На нашу думку, плавання як спорт не настільки популярний у нашій країні як футбол чи теніс. І у цьому віці діти ще не бачать перед собою матеріальних перспектив від занять плаванням.

У 11-14 років зі зростом самосвідомості підлітки починають прагнути до ствердження свого «Я» у соціальному середовищі, у спілкуванні з однолітками переважно внаслідок розвитку фізичних якостей, починають замислюватися про своє місце і роль у житті суспільства.

У мотиваційній сфері спортсмени – плавці характеризуються помірно високим рівнем мотивації досягнення успіху (дорослий розряд 80% і юнацький 66%) і низьким рівнем мотивації уникнення невдач (дорослий розряд 20% і юнацький 34%).

Отримані дані підтверджують наше уявлення про те, що успішність спортивної діяльності підтримується і обумовлюється емоційною сферою у структурі індивідуально-особистісних особливостей. Це говорить про високу потребу спортсменів досягати успіхів у різних видах діяльності, особливо у ситуаціях змагання. Для них характерна повна мобілізація внутрішніх ресурсів і зосередженість на реалізації поставленої мети.

Переважаюча мотивація на успіх свідчить про емоційну стабільність під час змагань, схильність до лідерства, нечутливість до загроз, високий рівень домагань. Спортсмени, орієнтовані на успіх, ставлять перед собою складні цілі та встановлюють високі вимоги до критеріїв успіху. Це сприяє мобілізації зусиль на досягнення успіху, але підвищує ризик до травмуючого впливу невдач (особливо після серії поразок).

Незначне переважаюча мотивація, спрямованості на досягнення успіху, на момент дослідження, недостатньо для того, щоб спортсмен повністю віддався під час змагань.

В індивідуальних видах спорту як юнацького, так і дорослого розрядів спортсмени-плавці характеризуються високим рівнем прояву таких вольових якостей, як цілеспрямованість, наполегливість і завзятість, рішучість і сміливість, самостійність та ініціативність.

Статистично значущі відмінності між групами юнацького та дорослого розряду виявлені за параметрами цілеспрямованості, наполегливості та завзятості, самостійності та ініціативності, рішучості і сміливості при рівні статистичної значущості (відповідно $p < 0,05$, $p < 0,05$, $p < 0,05$, $p < 0,05$, $p < 0,05$, $p < 0,05$).

Для найбільшої ефективності спортивної діяльності плавців необхідне створення педагогічних умов для формування мотиваційно-вольової сфери спортсмена. Використовуючи результати досліджень, були розроблені практичні рекомендації для тренерів, які працюють зі спортсменами плавцями юніорського віку:

1) для підвищення мотивації занять спортом необхідне озброєння спортсмена знаннями про рівень і динаміку розвитку здібностей, тренувальних і змагальних навантажень, хід та результати їх виконання, результати вирішення завдань спортивного тренування; стан здоров'я і функціональні можливості організму;

2) формування умінь і навичок самоконтролю функціонального стану організму і стану психічної готовності до змагань;

3) озброєння спортсменів знаннями про ідеальні модельні характеристики змагальної діяльності, фізичної, функціональної та технічної підготовленості;

4) застосування змагального методу тренування;

5) орієнтація при оцінюванні ефективності спортивної діяльності на індивідуальні темпи приросту змагальних результатів і показників спортивної підготовленості;

6) організація самостійної навчально-тренувальної діяльності;

7) особливості особистості тренера, які проявляються у його ставленні до себе і до своєї діяльності;

8) формування перспективи цілей спортивної діяльності;

9) відповідність формованих цілей особистісно-значущим цінностям і реальним можливостям спортсмена та вимог, які до нього висувають;

10) формування правильного ставлення до тренувальної діяльності із застосуванням тренінгів;

11) навчання способам самовпливу на основі промовляння у внутрішній мові ключових ідей, що відбивають у лаконічній формі основні відносини спортсменів до себе і до своєї спортивної діяльності.

Висновки. Одним зі значущих для функціонування і розвитку спортивної мотивації є система відносин спортсмена до образу Я і своєї спортивної діяльності, які складають, з одного боку, зміст самосвідомості, а з іншого – зміст діяльності самосвідомості, яка реалізується через психічні процеси самопізнання, самоставлення і самовизначення. Одним із завдань тренера є сприяння (за допомогою різних прийомів, засобів і методів) виникненню і функціонуванню процесів самопізнання, самоставлення і самовизначення, які обумовлюють формування і функціонування спортивної мотивації. Ці стани, стабілізуючись, стають все менш залежними від впливу конкретної ситуації, все більше визначаючись внутрішніми факторами, у тому числі і рівнем розвитку самосвідомості як психічного образу.

Література:

1. Андреев А. Н. Экспериментальное исследование мотивации в спорте. СПб: Питер, 2000. 330 с.
2. Гогунев Е. Н., Мартыанов Б. И. Психология физического воспитания и спорта. М.: Академия, 2000.
3. Гомельская Т. В. Структура и содержание психолого-педагогических взаимоотношений в системе «тренер-спортсмен»: дисс. ... канд. пед. н. Москва, 2005 132 с.
4. Горбунов Г. Д. Психопедагогика спорта. М.: ФиС, 1986.
5. Гордеева Т. О. Мотивация достижения. М., 1997. 405 с.
6. Горская Г. Б. Основы индивидуализации психологической подготовки спортсменов. Краснодар, 1988.
7. Ермак Н. Р., Пилоян Р. А., Суханов А. Д. Кому нужны чемпионы. М.: МГАФК, 1999. 159 с.
8. Ермолин А. В. Возрастно-половые и типические особенности представленности в сознании структуры мотива: автореф. дис. ... канд. пед. наук. СПб., 1996. 31 с.
9. Левин К. Намерение, воля и потребность. СПб.: Речь, 2000. 407 с.
10. Николаев А. Н. Психология тренера в детско-юношеском спорте. СПб., 2005.
11. Современная психология мотивации / Под ред. Д. А. Левитова. М.: Смысл, 2002.

Мосъпан М. А. Особенности развития мотивационно-волевой сферы пловцов юниорского возраста

В статье раскрыты основные теоретические подходы к исследованию проблемы формирования и развития мотивационно-волевой сферы в спортивной деятельности. Эмпирически исследованы мотивационные факторы у спортсменов подростков как юношеского, так и взрослого разрядов. Наибольшие показатели мотивационного фактора стремления к самосовершенствованию, который включает в себя потребности, направленные на развитие физических и волевых качеств. Исследование волевых качеств показало между группами юношеского и взрослого разрядов у спортсменов пловцов статистически значимые различия по параметрам целеустремленности, настойчивости и упорства, самостоятельности и инициативности, решительности и смелости.

Ключевые слова: мотивационно-волевая сфера, мотивационные факторы, мотивация достижения успеха, мотивация избегания неудач, волевые качества.

Mospan M. O. Features of development of the motivational-volitional sphere of junior age swimmers

The article reveals the main theoretical approaches to the study of the problem on the formation and development of the motivational-volitional sphere in sports activities. The motivational factors among adolescent athletes in both youth and adult categories are empirically investigated. The greatest indicators of the motivational factor are the desire for self-improvement, which includes the needs directed at the development of physical and volitional qualities. The study of volitional qualities showed that there were statistically significant differences between the groups of youth and adult categories of professional swimmers according to the parameters of purposefulness, perseverance and persistence, independence and initiative, determination and courage.

Key words: motivational-volitional sphere, motivational factors, motivation for success, motivation for avoidance of failures, volitional qualities.