

УДК 796.088

ОСОБЕННОСТИ МОТИВОВ ЗАНЯТИЯ ГИРЕВЫМ СПОРТОМ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ГИРЕВИКОВ

HIGHLY SKILLED KETTLEBELL-LIFTERS' MOTIVATION IN SPORT PERFORMANCE

В. П. Симень, Г. Л. Драндров, Н. А. Матвеева

V. P. Simen, G. L. Drandrov, N. A. Matveeva

*ФГБОУ ВПО «Чувашский государственный педагогический
университет им. И. Я. Яковлева», г. Чебоксары*

Аннотация. В статье приводятся результаты экспериментального исследования показателей спортивной мотивации у гиревиков высокой квалификации. В ходе анкетного опроса с применением методики «Мотивы занятия спортом», разработанной А. В. Шаболтас, установлено, что заниматься гиревым спортом высококвалифицированных гиревиков побуждают мотивы достижения спортивных успехов, желания быть в хорошей физической форме и привлекательности тренировочного процесса. Знание особенностей основных мотивов, побуждающих высококвалифицированных гиревиков к занятиям гиревым спортом, как модельных характеристик позволит тренерам конкретизировать целевые установки при программировании и организации учебно-тренировочных занятий на этапах совершенствования спортивного мастерства и высших спортивных достижений.

Abstract. The article presents the results of an experimental study of motivation in sport performance of highly skilled kettlebell-lifters. In the questionnaire based on the method «Motivation in sport performance» (which was developed by A. V. Shabolts) it was found that the incentives for kettlebell lifters are achieving success in sports, the desire to be in good physical shape and also the fact that the training process is very involving. The knowledge of the main motives that encourage highly skilled kettlebell-lifters will enable coaches to specify target setting when programming and organizing training sessions on stages of improving sports skills and sports achievements.

Ключевые слова: *гиревой спорт, высококвалифицированные гиревики, спортивная тренировка, мотивы, достижение успеха, физическая форма, привлекательность тренировочного процесса.*

Keywords: *kettlebell-lifting, highly skilled kettlebell-lifters, physical training, motives, achieving success, physical shape, involvement in training process.*

Актуальность исследуемой проблемы. Одними из ведущих факторов достижения высоких спортивных результатов, с одной стороны, являются мотивы как сложные психологические образования, побуждающие человека к занятиям спортом, с другой – эффективное планирование и организация учебно-тренировочных занятий на этапах спортивного совершенствования и высших спортивных достижений с учетом модельных показателей основных мотивов, побуждающих высококвалифицированных спортсменов к занятиям спортом.

Знание особенностей мотивов занятий спортом позволяет повысить качество программирования и организации учебно-тренировочного процесса. Между тем проблема иерархии мотивов занятий гиревым спортом спортсменов-гиревиков является на сегодняшний день малоисследованной.

Анализ литературы и практики подготовки гиревиков свидетельствует о наличии противоречия между значимостью организации учебно-тренировочного процесса на этапах многолетней спортивной подготовки на основе модели мотивов, побуждающих гиревиков к занятиям гиревым спортом, с одной стороны, и недостаточной изученностью иерархии мотивов гиревиков высокой спортивной квалификации – с другой. Необходимость разрешения этого противоречия обуславливает социально-практическую и научную актуальность нашего исследования.

На основании выделенного противоречия мы следующим образом сформулировали проблему исследования: каковы особенности иерархии мотивов занятий гиревым спортом у высококвалифицированных гиревиков?

Материал и методика исследований. Для реализации цели исследования нами применялся комплекс научных методов, включающий теоретический анализ и обзор научно-методической литературы, психодиагностику (анкетный опрос), математическую статистику.

Изучение и оценка мотивов занятия гиревым спортом проводились среди участников Кубка России по гиревому спорту в сентябре 2014 года с применением методики «Мотивы занятий спортом», разработанной А. В. Шаболтас [10].

В опросе в письменной форме анонимно и добровольно приняли участие 35 высококвалифицированных спортсменов-гиревиков, в том числе 5 кандидатов в мастера спорта (КМС), 25 мастеров спорта России (МС), 4 мастера спорта России международного класса (МСМК) и 2 заслуженных мастера спорта России (ЗМС). Все испытуемые цифрой 1, 2 и 3 отметили мотивы, побуждающие их к занятиям гиревым спортом в первую, во вторую и в третью очередь соответственно.

С учетом содержания методики определения мотивации нами определялись следующие мотивы занятия гиревым спортом высококвалифицированных гиревиков.

Я занимаюсь гиревым спортом потому, что:

- хочу быть в хорошей физической форме;
- хочу обладать хорошей внешностью и фигурой;
- это полезно для здоровья;
- это сейчас модно;
- это возможность общения и приобретения друзей;
- это позволяет мне снять напряжение и расслабиться;
- это хороший отдых и развлечение;
- становлюсь сильнее и могу постоять за себя;
- мне нравится тренировочный процесс;
- хочу чувствовать себя уверенно;
- хочу добиться спортивных успехов;
- с помощью занятий избавляюсь от агрессивности.

Результаты исследований и их обсуждение. Современные научные психологические теории позволяют утверждать, что мотив как сложное психологическое образование (свойство личности, ее состояние) побуждает, активизирует и приводит человека к сознательным действиям и поступкам [1], [2], [3], [5], [6], [7], [10]. Поэтому полная

самоотдача в тренировочной деятельности и достигаемые спортсменом высокие спортивные результаты неразрывно связаны с мотивационной сферой человека [1], [2], [3], [4], [5], [8], [9].

Понятие «мотивация» включает в себя процесс формирования мотива. Спортивные мотивы появляются и преобразовываются по мере интеллектуального и нравственного развития личности спортсмена, накопления опыта и роста спортивного мастерства. Человек как бы «проживает» этапы становления мотивационной структуры занятий физическими упражнениями: от непосредственной увлеченности физической активностью, «строительством» атлетического телосложения и возникающими в связи с этим душевными волнениями до проявления компонентов долженствования в спортивной деятельности [1], [2].

Воздействие на наиболее значимые для каждого этапа многолетней спортивной подготовки мотивационные установки спортсменов играет важную роль в достижении высоких спортивных результатов.

В таблице 1 приведены показатели доминирования спортивной мотивации у высококвалифицированных гиревиков. Сравнительный анализ экспериментальных данных свидетельствует о том, что у гиревиков высокой спортивной квалификации в первую очередь поводами для занятий гиревым спортом выступают мотивы: достижения спортивного успеха (57,14 %); привлекательности тренировочного процесса и полезности для здоровья (по 14,28 %); желанности обладать хорошей физической формой (8,75 %); обладания атлетической внешностью и фигурой и возможности стать сильнее и постоять за себя (по 2,85 %).

Мотивами, побуждающими высококвалифицированных гиревиков заниматься гиревым спортом во вторую очередь, являются мотивы желанности быть в хорошей физической форме (25,71 %), привлекательности тренировочного процесса (20 %), достижения спортивных успехов (14,28 %), полезности для здоровья (11,42 %), а также такие мотивы, как: «в настоящее время это модно», «можно хорошо отдохнуть и развлечься», «желаю быть уверенным» и «занимаясь спортом, освобождаюсь от агрессивности» (по 2,85 %).

Среди мотивов, побуждающих высококвалифицированных гиревиков заниматься гиревым спортом в третью очередь, респонденты выделили: желание быть в хорошей физической форме (20 %), чувствовать себя уверенно (14,28 %); 11,42 % опрошенных считают, что занятия гиревым спортом помогают им снять напряжение и расслабиться. В эту группу мотивов у спортсменов также вошли желанности иметь атлетическую внешность и фигуру, стать сильнее и уметь постоять за себя, избавиться от агрессивности, хорошо отдохнуть и развлечься (по 8,75 %). По 5,71 % принявших участие в анкетировании гиревиков третьим по значимости выделяют мотивы «это полезно для здоровья», «это возможность общения и приобретения друзей», «мне нравится тренировочный процесс», 2,85 % – мотив «хочу добиться спортивных успехов».

В целом по итогам анкетного опроса с учетом суммы 1-й, 2-й и 3-й очередности мотивов, побуждающих к занятиям гиревым спортом высококвалифицированных гиревиков, мотивы расположились в следующей последовательности (таблица 1): «хочу добиться спортивных успехов» (71 балл), «хочу быть в хорошей физической форме» (34 балла), «мне нравится тренировочный процесс» (31 балл), «это полезно для здоровья» (25 баллов), «это возможность общения и приобретения друзей» (12 баллов), «становлюсь сильнее и могу постоять за себя» (12 баллов), «хочу чувствовать себя уверенно» (7 баллов), «хочу обладать хорошей внешностью и фигурой» (6 баллов), «это хороший отдых и развлечение» (5 баллов), «с помощью занятий избавляюсь от агрессивности» (5 баллов), «это позволяет мне снять напряжение и расслабиться» (4 балла), «это сейчас модно» (2 балла).

Таблица 1

Показатели силы мотивов занятий гиревым спортом у высококвалифицированных гиревиков, n=35

Мотивы	Очередность мотивов			Сумма 1-й, 2-й и 3-й очередности мотивов, баллы
	в первую очередь	во вторую очередь	в третью очередь	
Хочу быть в хорошей физической форме	8,75 %	25,71 %	20 %	34
Хочу обладать хорошей внешностью и фигурой	2,85 %	0 %	8,75 %	6
Это полезно для здоровья	14,28 %	11,42 %	5,71 %	25
Это сейчас модно	0 %	2,85 %	0 %	2
Это возможность общения и приобретения друзей	0 %	8,57 %	5,71 %	12
Это позволяет мне снять напряжение и расслабиться	0 %	0 %	11,42 %	4
Это хороший отдых и развлечение	0 %	2,85 %	8,75 %	5
Становлюсь сильнее и могу постоять за себя	2,85 %	8,75 %	8,75 %	12
Мне нравится тренировочный процесс	14,28 %	20 %	5,71 %	31
Хочу чувствовать себя уверенно	0 %	2,85 %	14,28 %	7
Хочу добиться спортивных успехов	57,14 %	14,28 %	2,85 %	71
С помощью занятий избавляюсь от агрессивности	0 %	2,85 %	8,57 %	5

Резюме. Таким образом, в мотивационной структуре, отражающей отношение к занятиям гиревым спортом у спортсменов-гиревиков, имеющих высокую спортивную квалификацию (КМС, МС, МСМК и ЗМС), доминируют мотивы, обуславливающие спортивную направленность личности. Высококвалифицированные гиревики хотят добиться спортивных успехов, приобрести хорошую физическую форму и получают удовольствие от тренировочного процесса. Ориентация тренеров на данную мотивационную структуру позволит конкретизировать целевые установки учебно-тренировочного процесса гиревиков на этапах спортивного совершенствования и высших спортивных достижений, обуславливающие особенности его содержания и организации.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бабушкин Г. Д., Бабушкин Е. Г. Формирование спортивной мотивации. – Омск : СибГАФК, 2000. – 179 с.
2. Бурцева Е. В., Драндров Г. Л., Бурцев А. В. Исследование мотивов занятий физическими упражнениями у студентов физкультурного вуза с учетом спортивной квалификации // Наследие крупных спортивных событий как фактор социально-культурного и экономического развития региона : материалы Междунар. науч.-практ. конф. – Казань, 2013. – С. 244–246.
3. Ильин Е. П. Мотивация и мотивы. – СПб. : Питер, 2000. – 158 с.
4. Ильин Е. П. Психология физического воспитания. – М. : Просвещение, 1987. – 341 с.
5. Озолин Э. С. Пути привлечения детей к тренировкам и сохранение их в спортивных секциях // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2004. – № 3. – С. 32–37.
6. Пилюян Р. А., Фураев Г. П. Подготовка спортсменов с учетом особенностей их мотивации // Теория и практика физической культуры. – 1988. – № 3. – С. 34–36.
7. Платонов В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – Киев : Олимпийская литература, 1997. – 584 с.
8. Симень В. П. К проблеме совершенствования теории и практики гиревого спорта // Вестник Чувашского государственного педагогического университета им. И. Я. Яковлева. – 2013. – № 1 (77), ч. 2. – С. 157–163.
9. Симень В. П. Особенности типа темперамента высококвалифицированных гиревиков // Теория и практика физической культуры. – 2015. – № 3. – С. 77–81.
10. Шаболтас А. В. Мотивы занятия спортом высших достижений в юношеском возрасте : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.03. – СПб., 1998. – 21 с.