

## Розділ 6. Олімпійський і професійний спорт

УДК 796.011.3:159.947.5

Олег Грецький, Богдан Мицкан

### Формування мотивації до занять спортивною діяльністю на початковому етапі підготовки

*Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника (м. Івано-Франківськ)*

**Постановка наукової проблеми та її значення. Аналіз досліджень цієї проблеми.** Спортивна діяльність характеризується інтенсивним проявом великої кількості психологічних процесів, активність яких залежить від психічних властивостей спортсмена. Психічні стани спортсмена й, зокрема, мотивація обумовлюють переддіяльнісний період, а їх рівень прояву детермінується значущістю для нього в певний відрізок часу самої спортивної діяльності [8]. Відомо, що чим більшу значущість для спортсмена має конкретна спортивна діяльність, тим ефективніше його психічний стан (мотивація) впливатиме на її результативність [3].

Розв'язанню проблеми стійкої мотивації до тренувальної й змагальної діяльності в спорті присвячено значну кількість досліджень [6; 7; 10]. При цьому більшість науковців звертали увагу на мотиваційний аспект діяльності спортсменів високої кваліфікації [1; 5; 9]. Проте незаперечний той факт, що стійка потреба щодо систематичних занять спортивними вправами формується в дитячому та юнацькому віці. Але якраз вивченню питань формування мотивації до занять спортом на початковому етапі підготовки присвячені поодинокі дослідження [4].

Турбота про гармонійний фізичний розвиток дітей, про перші кроки сходження на спортивні висоти починається зі створення позитивного емоційного та рухового мікроклімату в сім'ї, застосування фізичних вправ для фізичного розвитку дитини й формування правильної постави, забезпечення чітко встановленого режиму дня та відпочинку, раціонального харчування, систематичного загартовування. Але для розв'язання цих завдань дитині потрібний певний мотиваційний рівень, який забезпечить основу майбутніх спортивних успіхів [2].

На сьогодні не знайдено відповідей на багато питань із цієї проблеми. Зокрема, потрібно установити роль батьків, тренерів, спортивного середовища у формуванні мотиваційного складника психічного стану спортсмена.

Нечисленність досліджень у межах цієї актуальної проблеми, а також теоретична й практична значущість таких даних спонукали нас здійснити це дослідження.

**Мета роботи** – визначити прогностично ефективні засоби й методи формування мотивації до занять спортом на початковому етапі підготовки.

**Методи дослідження.** Для реалізації поставленої мети використано загальнонаукові методи дослідження (аналіз, синтез, індукція, дедукція), анкетування батьків, тренерів, юних спортсменів. В анкетуванні взяли участь тренери ДЮСШ «Олімп» та вчителі фізичної культури загальноосвітніх середніх шкіл № 21, № 23 м. Івано-Франківська, а також 26 тренерів із плавання й учителів фізичної культури. Серед осіб, котрі були учасниками анкетування, – сім тренерів із педагогічним стажем роботи 1–5 років, п'ять тренерів зі стажем 6–10 років та 14 фахівців зі стажем понад 10 років.

**Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження.** У результаті анкетування батьків, діти яких навчаються в загальноосвітніх школах м. Івано-Франківська та відвідують заняття в групах початкової підготовки з плавання в спортивних школах, виявлено таке: 55 % дітей до початку занять у спортивній школі не займалися спортивними вправами, 37,5 % – не відвідували організовані форми занять у секціях, але регулярно займалися фізичними вправами з батьками або товаришами й 7,5 % – відвідували заняття в різних спортивних секціях.

У 30,0 % випадків батьки віддали дітей для занять плаванням, зважаючи на їхній власний вибір, 62,5 % батьків зробили це заради бажання бачити свою дитину здоровою, сильною та 7,5 % – за рекомендацією вчителя фізичної культури.

Більшість батьків (55 %) очікують від занять спортом (плаванням) покращення фізичного розвитку й здоров'я дитини, а також досягнення певних спортивних результатів, які стануть у пригоді в

майбутньому (під час навчання в закладах освіти, служби в армії), 25 % – пов'язує майбутнє життя своїх дітей у дорослому віці зі спортом (діяльність тренера, учителя фізичної культури, судді, журналіста, коментатора тощо), 15 % – очікують досягнення рекордних спортивних результатів, які забезпечать належний матеріальний стан, 5 % – здоров'я та фізичного розвитку.

Останнє запитання: «Як Ви вважаєте, чи необхідно батькам ...?» полягало в тому, щоб запропонувати батькам ту частину можливих дій, які допоможуть тренеру у формуванні й зміцненні позитивної мотивації до занять спортивною діяльністю, особливо на початковому етапі підготовки. На запитання про те, чи потрібно батькам заохочувати дитину до занять спортом, тримати зв'язок із тренером, вести розмови з дитиною про її справи в спортивній секції, практично всі батьки погодились із необхідністю виконання ними всіх цих пропозицій.

Відповіді на питання анкети дали нам змогу отримати інформацію про ставлення дітей до фізичної культури в минулому, мотиви приходу в спортивну секцію, чого очікують батьки від занять спортом своїх дітей, а також надати рекомендації батькам, які (з умовою їх виконання) разом із діяльністю тренера допоможуть у формуванні належного мотиваційного рівня до занять спортивною діяльністю.

Для вивчення рівня знань тренерів і вчителів фізичної культури на предмет формування мотивації спортсменів розроблено анкету, зміст якої складався із шести питань.

На запитання: «Хто повинен займатися формуванням мотивації до занять спортивною діяльністю?» – відповіді розподілилися таким чином: 38,5 % вважають, що це батьки та спортсмен, 27 % – батьки, 15,3 % – батьки й тренери, 11,5 % – тільки тренери, 7,7 % – сам спортсмен.

На питання: «Які мотиви, на Вашу думку, є більш стійкими при приході дітей у спорт, тобто при яких мотивах менше всього залишають заняття спортом?» – думки респондентів є такими: 27 % вважають, що це відбувається за запрошенням тренера, 23 % – подобається цей вид спорту, стільки ж респондентів (23%) відзначають бажання бути здоровим сильним, 19 % – бажання стати майстром спорту або чемпіоном світу, 7,7 % мріють бути подібним на відомого спортсмена.

Одним із питань анкети було: «Як часто на своїх заняттях ви ставите завдання, спрямовані на формування мотивації?» Половина тренерів (50 %) зазначили, що це відбувається час від часу, 42,3 % респондентів вважають зайвим ставити це завдання на заняттях, і тільки 7,7 % тренерів регулярно ставлять це завдання на тренувальних заняттях.

На запитання: «Які причини перешкоджають вам на своїх заняттях проводити роботу для формування та зміцнення мотивації до занять спортивною діяльністю?», що прямо пов'язане з попереднім питанням, ми отримали такі відповіді: 42,3 % тренерів відзначили відсутність методичних рекомендацій, 30,7 % респондентів констатували брак вільного часу, 19,3 % вважають це зайвим та 7,7 % тренерів відзначають, що ця робота проводиться регулярно.

На питання: «Які мотиви, на Вашу думку, негативно впливають на формування позитивної мотивації?» – відповіді розподілилися: 34,5 % відзначають невпевненість дітей у своїх силах і здібностях, 27 % респондентів указують на незадовільний стан спортивної бази, 19,3 % тренерів убачають це в появі нових інтересів, 11,5 % вважають, що несприятливий психологічний клімат у групі, команді й 7,7 % респондентів указують на конфлікт тренер – спортсмен.

Для більш докладного розуміння варіанта відповіді «конфлікт тренер–спортсмен» на попереднє запитання ми запропонували розгорнуте питання: «Які дії тренера, на вашу думку, негативно впливають на мотивацію до занять спортивною діяльністю?» – й отримали такі відповіді: 27 % вважають, що тренер принижує та ображає юного спортсмена, у тому числі в присутності товаришів по групі, команді, стільки ж (27 %) респондентів указують на те, що тренер не враховує проблеми, пов'язані з навчанням у школі, 15,4 % – засвідчують авторитаризм спортсменів-лідерів, який, зазвичай, підтримується тренерами, 11,4 % констатують, що тренер постійно незадоволений діями окремого спортсмена, 7,7 % – тренер ділить спортсменів на «любимчиків» і решту, 7,7 % – тренер практично не звертає увагу на свого підопічного, та найменш важливий фактор, на думку 3,8 % респондентів, – те, що тренер не цікавиться шкільними справами юних спортсменів і не співпрацює з учителями, що негативно відображається на навчанні.

На завершальне запитання анкети: «Чи можна впливати на мотивацію за допомогою...?» – думка більшості тренерів була такою: найбільш важливий варіант – за допомогою бесіди – 38,5 %; за допомогою систематичного проведення зборів – 23 %; 19,3 % респондентів відзначили спостереження; 11,5 % віддали перевагу фокус-групам (групове інтерв'ю у формі дискусії для отримання суб'єктивної інформації) і 7,7 % – за допомогою анкетування. Варіанти відповідей на завершальне запитання частково були провокаційними і, як ми й чекали, не всі думки є правильними.

Для складання блоку засобів формування мотивації, усі види збору інформації й психологічного впливу класифіковані таким чином (рис. 1).

Основна вимога нашої експериментальної методики – запобігати будь-яким діям, які б могли призвести до виникнення негативних мотивів і їх переростання в мотиваційні кризи та використовувати на заняттях із дітьми якомога різноманітніше нижченаведені засоби для формування мотивації до занять спортивною діяльністю.

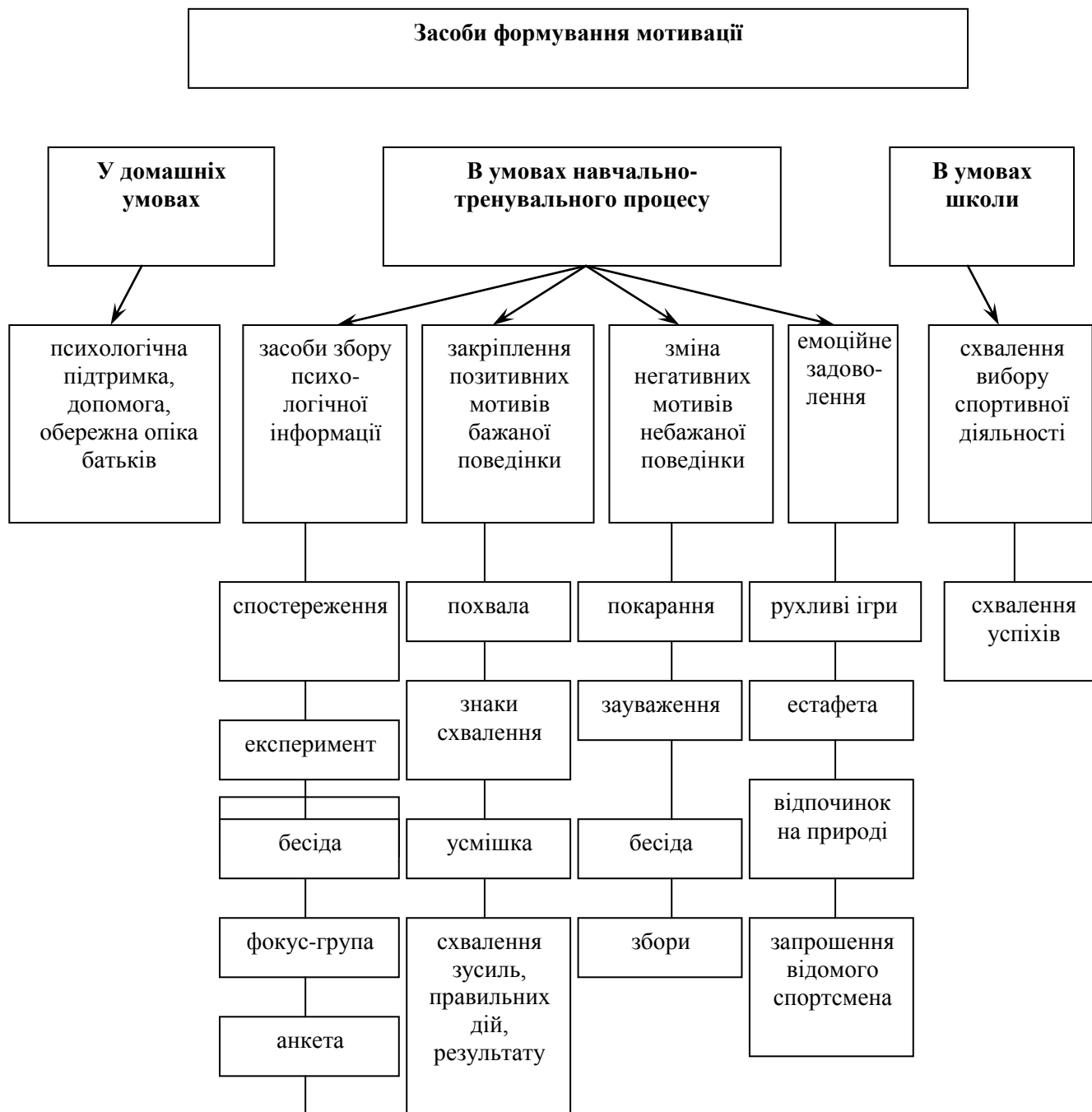


Рис. 1. Класифікація засобів формування мотивації до занять спортом

В основу методики формування мотивації до занять спортивною діяльністю покладено такі критерії:

- використання різноманітних методів і засобів збору психологічної інформації;
- урахувати, що більшості дітей та молоді властива наявність декількох мотивів, тобто наявність більше однієї причини, що привела до занять спортивною діяльністю, серед яких – як позитивні, так і негативні, які конкурують між собою;

- своєчасна зміна зовнішніх чинників впливу відповідно до запитів і потреб особистості юного спортсмена;
- нейтралізація негативних чинників у навчально-тренувальному процесі (мінімізація негативних впливів на особистість спортсмена);
- включати в заняття велику кількість рухливих ігор та естафет;
- застосування активної мотивації щодо виконання спортивних вправ і завдань, тобто використовувати принцип свідомості;
- постійно заохочувати спортсменів та не тільки за результат, а й за правильне виконання тренувальних завдань, наполегливість;
- використовувати покарання, але обґрунтоване. Карати не спортсмена, а його поведінку, пояснюючи йому, що поведінку потрібно змінити (зміни небажаних мотивів);
- залучати батьків, рідних, друзів у процес формування мотивації до занять спортивною діяльністю.

**Висновки й перспективи подальших досліджень.** На основі анкетування можна зробити такі висновки.

Теоретико-методична готовність тренерів та вчителів фізичної культури з питання формування позитивної мотивації до занять спортивною діяльністю не відповідає сучасним вимогам.

Аналіз відповідей тренерів, учителів фізичної культури й батьків щодо формування мотивації, вимагає пошуку та розробки сучасних методик формування мотивації до занять спортивною діяльністю й доведення їх до відома фахівців, які безпосередньо займаються з дітьми.

Процес формування мотивації до занять спортом юних спортсменів повинен будуватися на використанні трьох груп засобів, які потрібно застосовувати в умовах сім'ї, під час навчально-тренувальних занять та в умовах загальноосвітніх закладів.

Подальші дослідження будуть спрямовані на розробку сучасних методів і засобів формування мотивації до занять спортом на різних етапах підготовки спортсменів.

#### *Джерела та література*

1. Воеводский А. В. Психологические компоненты тренированности в спорте высших достижений : автореф. дис. на соискание учёной степени канд. психол. наук : спец. 19.00.07 «Педагогическая и возвратная психология» / А. В. Воеводский. – Ленинград, 1989. – 28 с.
2. Воронов И. В. Особенности спортивной мотивации / И. В. Воронов. – Ростов н/Д. : Феникс, 2007. – 479 с.
3. Гогунев Е. Н. Психология физического воспитания и спорта / Е. Н. Гогунев, В. И. Мартыанов. – М. : [б. и.], 2000. – 288 с.
4. Горская Г. Б. Психологическое обеспечение многолетней подготовки спортсменов / Г. Б. Горская. – Краснодар : КГИФК, 1995. – 178 с.
5. Ильин Е. П. Психология спорта / Е. П. Ильин. – Питер : [б. и.], 2008. – 351 с.
6. Николаев А. Н. Методика оценки мотивов спортивной деятельности / А. Н. Николаев // Психологические основы педагогической деятельности : материалы 30-й науч. конф. / под ред. А. И. Николаева. – СПб., 2003. – Вып. 7. – С. 55–58.
7. Общая спортивная психология / под. ред. Г. Д. Бабушкина, В. М. Мельникова. – Омск : Сиб. ГАФК, 2000. – 192 с.
8. Титович А. О. Индивидуализация управления процессом подготовки легкоатлетів-багатоборців шляхом урахування їх психічних станів / А. О. Титович, М. Г. Самойлов // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Х. : ХДАФК, 2010. – № 3. – С. 145–149.
9. Суворов Г. Б. Особенности психических состояний спортсменов высокой квалификации на разных этапах подготовки (на примере деятельности легкоатлетов группы выносливости) : автореф. дис. на соискание учёной степени канд. психол. наук / Г. Б. Суворов. – Л., 1989. – 15 с.
10. Шаболтас А. В. Мотивы занятия спортом высших достижений в юношеском возрасте : автореф. дис. на соискание учёной степени канд. психол. наук : 19.00.03. – психология труда; инженерная психология / А. В. Шаболтас, – СПб., 1998. – 184 с.

#### *Анотації*

*У статті проаналізовано результати анкетування стосовно участі різних суб'єктів (батьків, тренерів, учителів фізичної культури, спортсменів) у формуванні мотивації до занять спортом. Визначено основні засоби й методичні підходи щодо формування мотивації до спортивної діяльності на початковому етапі підготовки, а також виокремлено основні критерії методики формування мотивації до занять спортом.*

**Ключові слова:** мотивація, спортивна діяльність, початковий етап підготовки.

**Олег Грецкий, Богдан Мыцкан. Формирование мотивации к занятиям спортом на начальном этапе подготовки.** В статье проанализированы результаты анкетирования относительно участия разных субъектов (родителей, тренеров, учителей физической культуры, спортсменов) в формировании мотивации к занятиям

спортом. Определены основные средства и методические подходы относительно формирования мотивации к спортивной деятельности на начальном этапе подготовки, а также выделены основные критерии методики формирования мотивации к занятиям спортом.

**Ключевые слова:** мотивация, спортивная деятельность, начальный этап подготовки.

**Oleg Gretzky, Bogdan Mytskan. Formation of Motivation to Sports at an Early Stage of Preparation.** In the article the results of questionnaire of relation to participating of different subjects (parents, trainers, teachers of physical culture, sportsmen) in forming of motivation to going in for sports are analyzed. The fixed assets and methodical approaches in relation to forming of motivation to sporting activity on the initial stage of preparation are determined, and also the basic criteria of methods of forming of motivation to going in for sports are distinguished.

**Key words:** motivation, sports activities, the initial stage of preparation.