

ВИВЧЕННЯ МОТИВІВ ЧОЛОВІКІВ
22-35 РОКІВ ДО ЗАНЯТЬ КАПОЕЙРОЮ



Борисова Юлія, Шкарупіло Павло

Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту

Аннотация

В статье представлены результаты исследования мотивации мужчин первого зрелого возраста к занятиям капоэйрой, с использованием методики В.И. Тропникова «Изучение мотивов занятий спортом». Доказано, что основными мотивами, которые побуждают мужчин 22-35 лет заниматься капоэйрой, являются эстетическое удовольствие и физическое совершенство. Наименьшее влияния имеют группа мотивов характеризующие «Материальные блага» и «Необходимость в одобрении». Полученные результаты будут использоваться для разработки физкультурно-оздоровительной технологии укрепления здоровья мужчин 25-35 лет средствами капоэйры.

Ключевые слова: мужчины 22-35 лет, капоэйра, мотивация

Annotation

In the article there are the given results of research of motivation of men of the first mature age to employments of capoeira with the use of method of V. I. Troppnicova «Study of reasons of employments by sport». It is definite, that by basic reasons which induce men 22-35 years to get busy capoeira is aesthetically beautiful pleasure and physical perfection. Have the least influencing factors which are characterized by «Material welfares» and «Necessity in approval». The got results will be used for development of athletic-health technology of strengthening of health of men 25-35 years by facilities of capoeira.

Keywords: men 22-35 years, capoeira, motivation

Постановка проблеми. Здоров'я працездатного населення є основою ефективної роботи і резервом розвитку трудового потенціалу. Необхідність його зміцнення, перш за все, обумовлена тим, що в результаті дії соціальних, екологічних і професійних чинників у більшій частині представників чоловічої статі спостерігаються вкрай низькі показники здоров'я [2, 9, 10].

Вивчення попиту населення на заняття різними видами фізкультурно-спортивної діяльності сприяє формуванню здорового способу життя, формуванню ціннісних орієнтацій до фізичної культури і спорту. Фітнес-індустрія пропонує багато різних видів рухової активності як для жінок, так і для чоловіків [1, 2, 7, 9]. Серед всього різноманіття виокремлюється капоейра.

Капоейра – бразильське національне бойове мистецтво, яке складається з танців, акробатики, ігор і супроводжується бразильською музикою. Капоейра сьогодні – це безконтактний бій, в якому традиції визначають порядок проведення зустрічі, зовнішній вигляд учасників, музику і атестацію капоейристів [3]. З 26 листопада 2014 року капоейра отримала статус спадщини ЮНЕСКО, і знаходиться під її захистом [4, 8].

Школи капоейра об'єднують десятки тисяч людей по всьому світу. В Україні капоейра – це некомер-



ційна організація «Всеукраїнська Федерація Капоейри» з центром у м. Києві, яка об'єднує гравців з різних місць нашої країни. Регулярно проводяться фестивалі і семінари на яких майстри капоейри, виконують показові виступи, проводять майстер-класи [3, 4].

Тому вивчення мотивів, які спонукають чоловіків першого зрілого віку до занять капоейрою є одним з актуальних питань сьогодення.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Про необхідність вивчення мотиваційних чинників для занять фізичними вправами вказують багато авторів [1, 5, 7, 9], тому що вибір засобів і форм занять фізичною культурою оказує певний вплив на організм людини. Фізкультурно-оздоровча діяльність сприяє підвищенню рівня фізичного стану чоловіків першого зрілого віку.

У роботах Ільїна Є.П. дається теоретичне обґрунтування проблемі співвідношення фізичного удосконалення і моральних орієнтацій особистості [5]. Питанням мотивації різних верств населення до занять різними видами оздоровчого фітнесу займалися Круцевич Т.Ю., Москаленко Н.В., Марченко О., Безверхня Г., Біліченко О., Сичова Т., Кошелева О. Особливості формування мотивації до занять єдиноборствами розкриті у роботах А.В. Макарова (у-шу), І.М. Пашкова, 2011 (таквондо), С.А. Антоненка, 2005 (рукопашного бою), А.В. Дунець-Леська, 2013 (карате).

Аналіз науково-методичної літератури показав, що дослідницьких робіт, які спрямовані на вивчення мотивів чоловіків першого зрілого віку до занять капоейрою недостатньо. В свою чергу, знання про чинники, які спонукають чоловіків займатися капоейрою, дозволяють визначити: по-перше, – який результат вони очікують отримати від занять; а по-друге – розробити фізкультурно-оздоровчу технологію, яка буде сприяти

оздоровленню і формуванню постійного інтересу чоловіків 25-35 років до занять капоейрою.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами і темами. Наукова робота виконана згідно з бюджетним прикладним дослідженням на 2016-2017гг. «Розробка і реалізація оздоровчих інноваційних технологій у фізичному вихованні різних груп населення», номер державної реєстрації 0116U003476

Мета роботи: вивчити мотиви чоловіків 22-35 років до занять капоейрою.

Методи дослідження: аналіз і узагальнення науково-методичної літератури і документальних матеріалів; педагогічне спостереження; визначення рівня мотивації за методикою В.І. Тропнікова; методи математичної статистики.

Організація дослідження: Дослідження проводилися на базі Дніпропетровської школи капоейри «RABO DE ARRAIA» з чоловіками 22-35 років (n=27), які займаються капоейрою більш ніж два роки, мають різний рівень майстерності та різні кольори «кардао» (пасків). Опитування проводилось у письмовій формі за методикою В.І. Тропнікова «Вивчення мотивів занять спортом» [11].

За цією методикою респондентам необхідно якомога точніше оцінити причини (ситуації, обставини), які їх спонукали і спонукають займатися капоейрою. Респондентам пропонувалося поставити оцінку цих суджень за 5-бальною шкалою відповідно до того, на скільки вони згодні з ними.

Результати дослідження та їх обговорення. Капоейра – це філософія життя, яка визначає уяву про сенс і цінність життя, своє призначення в цьому світі, що в свою чергу впливає на якість життя, здоров'я, щастя, ефективність і успішність професійної діяльності. Местре Кобра Манса [8] стверджував «... ми відкриті

для пізнання капоейри, і прагнемо створити таку спільноту в якій буде цінуватися і заохочуватися як індивідуальність кожного учасника, так і співпраця між ними...»

Провідною діяльністю в зрілому віці розуміють основну мету життєвого шляху, відносно якої насичаються значенням інші види діяльності, розвивається особистість, змінюються психічні процеси. В зрілому віці провідною діяльністю можна вважати максимальну реалізацію сутнісних сил людини в ході активного включення в продуктивне життя суспільства, входження в яке зв'язано з професійним становленням особистості.

Проте під реалізацією сутнісних сил людини в найширшому значенні, слід розуміти фізичні, соціальні (моральні), етичні (духовні), ментальні і багато інших досягнень в розвитку дорослої людини.

Фізкультурно-спортивна діяльність являє собою одну зі сфер діяльності, де людина може проявити свою досконалість, використовуючи фізичні можливості для досягнення певних результатів. У цьому контексті особливу значимість представляють дослідження взаємозв'язків самореалізації і мотивації. Мотивація займає ведуче місце в структурі особистості і є одним з основних понять, які використовуються для пояснення рушійних сил поведінки. Для вивчення мотивів чоловіків 22-35 років до занять капоейрою використовувалася методика Тропнікова В.І., яка складається зі списку 109 суджень, згрупованих відповідно до мотивів, а саме: спілкування, пізнання, матеріальні блага, розвиток характеру і психічних якостей, фізична досконалість, покращення самопочуття і здоров'я, естетична насолода та гострі відчуття, придбання корисних для життя вмінь та знань, потреба у схваленні, підвищення престижу та бажання



Таблиця 1

**Співвідношення мотивів до занять
капоєюрою чоловіків 22-35 років**

Мотив	Кількість відповідей (%)	Місце в списку пріоритетів
Естетичне задоволення	13,98	1
Фізичне вдосконалення	13,79	2
Спілкування	10,28	3
Покращення самопочуття та здоров'я	9,68	4
Розвиток характеру та психічних якостей	8,93	5
Придбання корисних навичок та вмінь	8,37	6
Пізнання	8,26	7
Колективна спрямованість	7,82	8
Підвищення престижу, бажання слави	7,5	9
Потреба у схваленні	6,31	10
Матеріальне благо	5,08	11

слави, колективна направленість.

За результатами діагностики мотивів занять капоєюрою було розраховано ступінь прояву у чоловіків того чи іншого мотиву або потреби та середній показник у групі (табл. 1).

Більшість чоловіків засвідчили, що вони займаються капоєюрою для отримання естетичного задоволення (13,98% опитуваних) і фізичного вдосконалення (13,79%). Дійсно, вправи капоєйри заворожують, вони пластичні, красиві, естетично забарвлені. Виконуючи їх, капоєристам необхідно мати неабияку фізичну і акробатичну підготовку. Виокремлення цих мотивів, як пріоритетних, дає підставу стверджувати, що чоловіки першого зрілого віку бажають навчатися новим складно-координаційним рухам і розуміють необхідність підвищення свого рівня фізичної підготовленості.

Третім за значимістю мотивом виступає «Спілкування». Серед пріоритетних суджень 70,37% респондентів зазначили «Я за-

ймаюся капоєюрою, щоб проводити весело свій час», тобто заняття капоєюрою викликають у чоловіків 22-35 років задоволення і радість. Майже половина капоєристів віддали від 4 до 5 балів судженням «...щоб мати більше друзів і товаришів» та «...тому що заняття спортом є для мене одним з видів розваги» 44 % та 40,74% відповідей відповідно.

Мотив «Покращення самопочуття і здоров'я» посідає четверте місце серед усіх мотивів. Більшість чоловіків 22-35 років (81,48%) займаються капоєюрою для підтримання гарного самопочуття. Тобто вони усвідомлюють, що оптимальна рухова активність, приносить не тільки задоволення, а й підвищення їх рівня соматичного здоров'я. Це підтверджується судженнями «...щоби не хворіти і завжди бути здоровим» відповіли 48,15% респондентів та «...щоб скоріше відновитися після перенесеної хвороби» – 55,56% чоловіків.

Групи мотивів, які характеризують «Розвиток характеру та

психічних якостей», «Придбання корисних навичок та вмінь» і «Пізнання» мають майже однаковою кількістю відповідей від 8,93% до 8,26%. Серед суджень цієї групи можна виокремити такі: «...тому що заняття цим видом спорту розвивають здатність швидко і точно мислити», «...бажання виховувати силу воли», «...виховувати сміливість і рішучість», «...тому що фізичні якості, які розвиваються в цьому виді спорту, ціняться людьми які оточують», «...тому що заняття цим видом спорту виробляють навички давати відсіч хуліганам». Всі ці судження підтверджують бажання чоловіків 22-35 років до самоудосконалення. Це проявляється у здатності мобілізувати себе на подолання труднощів об'єктивного характеру; більш об'єктивне оцінювання своїх сильних і слабких сторін, ступеня своєї готовності до нових, більш складних дій і відповідальних поступків.

Чоловіки першого зрілого віку прагнуть до максимальної реалізації своїх здібностей і до вищих досягнень у всіх сферах діяльності, у тому числі капоєйре. Це спостерігається при вивченні груп мотивів «Колективна спрямованість» і «Підвищення престижу, бажання слави» які є пріоритетними у 7,82% і 7,5% капоєристів відповідно. Судження, які набрали більшу кількість балів, такі: «...підвищити почуття власної гідності» – 2,63 бали; «...виправдати надії, які покладають на мене батьки» – 2,59 бали; «бажання захистити честь своєї країни на міжнародних змаганнях» – 2,89 балів; «бажання стати чемпіоном країни, світу – 2,96 бала, стати майстром спорту – 2,11 бала».

Капоєристи 22-35 років не чекають від занять якогось схвалення, і тим більше підвищення свого матеріального стану. Ці групи мотивів виділили тільки 6,31% і 5,08% чоловіків. При цьому кількість балів за судження не пере-



вищувала 2 балів.

Серед усіх суджень «Я займаюся капоейрою тому що...» найменш значущими для респондентів виявилися такі: «...була така порада від лікаря», «...спортсменам видають талони (гроші) на харчування», «...спортсмени отримують цінні призи та подарунки», «...спортсмени мають можливість отримати дім, квартиру, житло, покращити житлові умови».

Висновки. Таким чином, у віковий період 22-35 років найбільш повно виражено формування людини як суб'єкта пізнання, спілкування і праці. Сучасне суспільство ставить перед чоловіками першого зрілого віку завдання безперервного вдосконалення своїх знань і професійної майстерності, розширення сфери спілкування. відбувається посилення соціального розвитку особистості, максимальне залучення її в різні сфери суспільних відносин і діяльності, що вимагає мобілізації всіх ресурсів людини, в тому числі фізичних. У той же час процес розвитку особистості залежить від рівня і ступеня соціальної активності та продуктивності самої людини.

За результатами дослідження було визначено, що основними мотивами, які спонукають чоловіків 22-35 років займатися капоейрою, є естетичне задоволення і фізичне вдосконалення. Найменший вплив мають чинники, які характеризують «Матеріальні блага» і «Потреба у схваленні».

Література

1. Безверхня Г. Фактори, що впливають на вибір дозвілля

людини / Г. Безверхня // Спортивний вісник Придніпров'я: наук.-практ.журн. Дніпропетровського державного інституту фізичної культури і спорту. – Дніпропетровськ, 2009. - №2. - С. 56-59.

2. Борисова Ю.Ю. Гідравлічні тренажери у системі фізичного виховання студентів / Ю.Ю. Борисова // Спортивний вісник Придніпров'я: наук.-практ.журн. Дніпропетровського державного інституту фізичної культури і спорту. – Дніпропетровськ - 2015. - № 1. – С. 20-25.
3. Борисова Ю.Ю. Характеристика стилів капоейри / Ю.Ю. Борисова, П.О. Шкарупіло // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : збірник наукових праць . Випуск 18 (Том 1) / Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського; головний редактор В.М. Костюкевич. – Вінниця: ТОВ «Планер», 2014. – С.341-346
4. Всеукраїнська Федерація Капоейри [електронний ресурс] / Режим доступу: <http://capoeira-ukraine.com/ua/index.html> - заголовок з екрану.
5. Ильин Е.П. Психология спорта / Е.П. Ильин – СПб.: Питер, 2012. – 352 с.
6. Кошелева Е. А. Организационно-методические условия построения процесса физического воспитания в ВУЗе как фактор формирования мотивации студентов к занятиям физической культурой / Е.А. Кошелева // Физическое воспитание студентов :

научный журнал. – Харьков : ХОВНОКУ – ХГАДИ, 2012. - №3 – С.70-73.

7. Круцевич Т. Ценностные ориентации лиц зрелого возраста в проведении досуга // Т. Круцевич, Т. Имас / Спортивний вісник Придніпров'я: наук.-практ.журн. Дніпропетровського державного інституту фізичної культури і спорту. – Дніпропетровськ, 2013– №2. – С. 5–12.
8. Местре Кобра Манса Капозейра, институт капозейры, общество, сообщества и индивидуум. Капозейра Ангола: сборник статей. – РусакиМ., , 2005. [електронний ресурс] / Режим доступу: <http://www.saroeiracontinua>. – заголовок з екрану.
9. Москаленко Н.В. Мотиваційні пріоритети студентів до занять фізичною культурою і спортом / Н.В. Москаленко, Т.В. Сичова // Спортивний вісник Придніпров'я: наук.-практ.журн. Дніпропетровського державного інституту фізичної культури і спорту. – Дніпропетровськ, 2010. – №2. – С. 10-13.
10. Показники здоров'я населення та використання ресурсів охорони здоров'я в Україні за 2000-2013 роки / Центр медичної статистики МОЗ України. – Київ, 2001-2014.
11. Тропников В.И. Структура и динамика мотивов спортивной деятельности (на примере тяжелой атлетики, бокса и гандбола) [Текст]: автореф. ... дисс. канд. психол. наук: 19.00.13 / Тропников В.И.; ЛГУ. – Л.: 1989. – 14 с.

