

УДК 796.01

## ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ МОТИВАЦИИ ДОСТИЖЕНИЯ В СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

ДОВБНЯ Ирина Денисовна

магистрант

БЕЗЕНКОВА Татьяна Александровна

кандидат педагогических наук, доцент

СУПРУН Нелли Геннадьевна

кандидат философских наук, доцент

Магнитогорский государственный технический университет им. Г.И. Носова  
г. Магнитогорск, Россия

*В статье представлены результаты анализа теоретических основ формирования мотивации достижения в спортивной деятельности как специфического вида мотивации. По результатам анализа автор приходит к выводу, что мотивация достижения в спорте представляет собой субъективное состояние личности, связанное с соревновательной деятельностью и служащее основой для постановки и достижения спортсменом максимально высокого спортивного результата. Отмечается присущий мотивации достижения динамический характер, обуславливающий вероятность ее количественного изменения под влиянием внутренних и внешних факторов, что обосновывает значимость проведения со спортсменами социально-психологической работы, обеспечивающей ее развитие и сохранение.*

**Ключевые слова:** мотивация, спорт, спортивная деятельность, спортивная мотивация, мотивация достижения.

В условиях усиливающейся и расширяющейся глобализации спорт становится все более включенным в систему международного взаимодействия, что влечет определенные трансформации в данной сфере, постепенно превращающие его в общемировое явление. Последнее в свою очередь обуславливает повышение конкуренции среди спортсменов, являющейся основой и ключевым составляющим элементом любого вида спорта, побуждающим к достижению новых и более высоких результатов. В связи с этим в сложившейся на современном этапе ситуации развития спорта актуальными становятся вопросы формирования мотивации достижения, определяющей успех личности в спортивной деятельности.

Анализ работ ряда авторов [4; 7] свидетельствует о том, что мотивации в структуре личности отводится центральное место, так как она затрагивает все ее структурные образования, в частности, такие как, характер, направленность личности, психические процессы, способности и эмоции. В то же время

формирование мотивации является процессом, обусловленным влиянием различных внутренних и внешних факторов и, прежде всего, мотивами личности, определяющими ее динамический характер, выраженный в изменении ее направленности (качественный аспект) и степени ее выраженности (количественный аспект). Именно динамический характер мотивации объясняет изменчивость личностной активности, деятельности и поведения индивида [4; 10].

Согласно теории мотивации А.Н. Леонтьева, ее источником служат потребности индивида, являющиеся отражением его объективной нужды в чем-либо внешнем, то есть предмете потребности. Определенное последствие способствует формированию мотива целенаправленной деятельности, представляющего собой результат, ради достижения которого осуществляется деятельность и в котором потребность конкретизируется [8, с. 5].

Мотивация достижения, с позиции А. Мехрабиана, является одним из вариантов мотивации деятельности, в то время как второй

вариант мотивации заключается в избегании неудач. Как подчеркивает ученый у каждого человека присутствуют оба варианта мотивации, один из которых является преобладающим. Соответственно, при доминировании мотивации достижения достижение цели является основной мотивацией, обуславливающей борьбу за достижение высоких результатов и преодоление возникающих на пути препятствий, способствующих тем самым повышению самооценки и самореализации личности. В случае преобладания мотивации избегания неудач главным становятся дисциплина и порядок, обуславливающие постановку только достижимых задач и их качественное выполнение [11].

Аналогичной позиции относительно определения мотивации достижения придерживается и А. Реан, полагающий, что стимулом к проявлению активности в любой деятельности являются в равной степени желание достичь успеха и страх перед неудачей. В соответствии с этим преобладание в структуре мотивации одного из выделенных мотивов определяет склонность индивида к постановке сложных или, напротив, более простых целей [9]. При этом, по мнению О.А. Силиной, положительный характер, несомненно, присущ мотивации достижения, так как именно она определяет направленность действий индивида на достижение конструктивных положительных результатов, вызванную его потребностью в достижении успеха [10].

Мотивация Е.Б. Кузьминым трактуется как психическое явление, формирующееся в результате соотношения человеком своих потребностей и возможностей с особенностями конкретной деятельности, служащего основой для постановки и осуществления определенных целей [7, с. 88]. Это в свою очередь обуславливает специфичность спортивной мотивации, вызванную особенностями спортивной деятельности и требующую изучения. В связи с этим спортивная мотивация трактуется Е.Б. Кузьминым как актуальное состояние личности спортсмена, служащее основой для постановки и осуществления им целей по достижению максимально возможного на текущий момент спортивного результата. Отмеченная взаимосвязь мотива-

ции и спортивного результата носит взаимообусловленный характер, выражающийся во взаимном влиянии первой на тренировочный процесс и непосредственно сам спортивный результат, последний в случае повышения оказывает воздействие на мотивацию, усиливая ее [7, с. 88].

Спортивная мотивация К.А. Голоманзиной рассматривается с позиций двух ее видов: кратковременной и долгосрочной, первая из которых определяет преодоление собственно поставленных или возникающих препятствий здесь и сейчас (например, при освоении какого-либо элемента избранной спортивной дисциплины), а также достижение определенных целей в конкретный промежуток времени, вторая – постановку более высоких целей, требующих постоянного совершенствования своей деятельности с поэтапным достижением небольших успехов [3, с. 97].

Рассматривая сущностное содержание спортивной мотивации, Е.Г. Бабушкин отмечает, что ее основой выступают субъективные состояния, характеризующиеся [2, с. 159]:

- концентрированностью внимания, мыслей и чувств на занятиях спортом, исключающая возникновения посторонних мыслей и чувств, отвлекающих от спортивной деятельности;
- ощущением полной физической и интеллектуальной включенности в спортивную деятельность, осуществляемую в конкретный момент времени;
- ощущением четкой последовательности выполнения деятельности и осознанием ее целей и задач, определяющими полное выполнение ее требований;
- осознанием правильности выполнения деятельности;
- отсутствием тревоги, беспокойства и неуверенности перед выполнением деятельности, а также возможными ошибками и неудачами;
- утратой обычного чувства четкого осознания себя и своего окружения, то есть так называемым «растворением» в своей деятельности;
- ощущением замедления субъективного времени.

Условиями возникновения описываемых выше субъективных состояний, составляющих спортивную мотивацию, являются сбалансированность в деятельности «надо» (потребностей) и «могу» (возможностей), а также требований деятельности и возможностей спортсмена.

В структуре спортивной мотивации выделяются [5]:

- мотивы, направленные на процесс деятельности и вызванные потребностью индивида в двигательной активности и получении впечатлений от спортивных соревнований (соревновательная мотивация);

- мотивы, направленные на результат и обуславливающие стремление индивида к самосовершенствованию, самовыражению и самоутверждению, его социальные установки по удовлетворению материальных и духовных потребностей (тренировочная мотивация).

Развитие мотивации спортивной деятельности обусловлено взаимодействием внутренних и внешних факторов, изменяющих свое значение в течение спортивной деятельности. В данном случае внутренними факторами формирования спортивной мотивации выступают возраст, природные задатки двигательных способностей и склонности к спортивной деятельности. Роль внешних факторов отводится социальному окружению, отражающего традиционные социальные и моральные нормы, а также отношение к личности спортсмена в целом. Развитие выделенных факторов происходит в процессе спортивной деятельности, результатом которых в случае внутренних факторов становится формирование целей и задач занятий спортом, адекватных личностно значимым потребностям, возможностям и особенностям выполняемой деятельности, в случае внешних факторов – совершенствование организации учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности [6, с. 102].

Возвращаясь к вопросу формирования мотивации достижения в спорте, следует отметить, что она характерна преимущественно для соревновательной деятельности и выражается в стремлении спортсмена к победе, его положительном эмоциональном фоне и возможности бороться до конца [1]. Помимо

этого, как отмечают В.В. Донцов и Т.Н. Мостовая мотивация достижения успеха сочетается с доминантными личностными качествами, такими как смелость и стремление к риску, а в случае игровых видов спорта – с желанием достижения успеха совместно с командой, поиска альтернативных путей достижения цели и проявления своих лидерских качеств [4, с. 70].

Условием формирования мотивации достижения успеха в спортивной деятельности как утверждает Е.Г. Бабушкин, является соответствие состояния спортсмена и его деятельности определенным требованиям [1]:

- наличию осязаемого результата деятельности;

- возможности количественной и качественной оценки результата деятельности;

- адекватности требований оценки результатов деятельности, исключающей чрезмерно высоких и низких требований

- наличию нормативной уровня в рамках шкалы оценки результата деятельности, достижение которого либо его недостижение вызывает у субъекта гордость или, напротив, разочарование;

- желанность деятельности для субъекта, вызывающей у него стремление достичь результата.

Обобщая результаты анализа научного материала по вопросу особенностей формирования мотивации достижения в спортивной деятельности следует констатировать, что она, наряду с мотивацией избегания неудач, представляет собой субъективное состояние личности и является одной из составляющих спортивной мотивации, связанной преимущественно с соревновательной деятельностью и служащей основой постановки и достижения спортсменом целей по достижению максимально высокого спортивного результата. Выделенная особенность свидетельствует о том, что мотивация достижения в спортивной деятельности определяется соотношением мотивов достижения успеха и избегания неудач с преобладанием первого, обуславливающим стремление спортсмена к победе и риску, наличие у него положительного эмоционального настроя, проявление им смелости в соревновательной борьбе и вы-

полнение им эффективных действий, определяющих результативность его выступления на соревнованиях. Последняя в свою очередь служит стимулом к повышению общей спортивной мотивации, охватывающей как соревновательную, так и тренировочную деятельность спортсмена, то есть способствует формированию у него мотивов самосовершенствования.

Проведенный анализ также показал, что формирование мотивации достижения в спортивной деятельности является динамичным процессом, обусловленным влиянием внутренних и внешних факторов, в частности, ин-

дивидуально-психологических особенностей личности субъекта, его потребностей и возможностей, условий и требований организации спортивной деятельности, а также характера (положительного, отрицательного) спортивного результата. Присущая анализируемому процессу обусловленность от внутреннего и внешнего влияния указывает на вероятность количественного изменения (степени выраженности) мотивации достижения, что обуславливает необходимость осуществления соответствующей социально-психологической работы со спортсменами, обеспечивающей ее развитие и сохранение на оптимальном уровне.

### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. *Бабушкин Е.Г.* Формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом: учебное пособие. – Омск: ФГБОУ ВПО «Омский государственный институт сервиса», 2011. – 82 с.
2. *Бабушкин Е.Г.* Формирование спортивной мотивации // Омский научный вестник. – 2014. – № 1(126). – С. 158-160.
3. *Голоманзина К.А.* Мотивация в спортивной деятельности // Спортивная психология в межкультурном пространстве: материалы Междунар. науч.-практ. конф. – Екатеринбург: Издательство Уральского университета, 2021. – С. 94-101.
4. *Донцов В.В.* Структура мотивации в спортивной деятельности / В.В. Донцов, Т.Н. Мостовая // Наука-2020. – 2018. – № 1-2(17). – С. 67-74.
5. *Ильин Е.П.* Мотивация и мотивы: учебное пособие. – СПб.: Питер, 2002. – 512 с.
6. *Кузьмин Е.Б.* Спортивная мотивация как психическое состояние личности спортсмена / Е.Б. Кузьмин, Р.Р. Азиуллин, Ю.П. Денисенко, А.А. Ионов, А.А. Гераськин, И.Ф. Андрюшишин // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. – 2016. – № 1. – С. 97-110.
7. *Кузьмин Е.Б.* Формирование спортивной мотивации как психолого-педагогическая проблема / В.Б. Кузьмин, Ю.П. Денисенко, Г.Л. Драндров // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – 2009. – № 4(13). – С. 87-92. – URL:<https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-sportivnoy-motivatsii-kak-psihologo-pedagogicheskaya-problema?ysclid=m4l4zrfnic419917706> (дата обращения: 12.12.2024).
8. *Леонтьев Д.А.* Понятие мотива у А.Н. Леонтьева и проблема качества мотивации // Вестник Московского университета. – 2016. – № 2. – С. 3-18.
9. *Реан А.А.* Психология человека от рождения до смерти. – СПб.: Прайм-Еврознак, 2002. – 656 с.
10. *Свилина О.А.* Динамика мотивации достижения спортсменов индивидуальных видов спорта: автореф. дис. ... канд. псих. наук. – Казань, 2022. – 20 с.
11. *Фетискин Н.П.* Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп: учебное пособие / Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов. – М.: Изд-во Института Психотерапии, 2002. – 488 с.