(cc) BY

Думчене Аудроне Леоновна
д-р социол. наук, профессор
Ивашкевичюс Ауримас
студент
Литовский университет спорта
г. Каунас, Литва

МОТИВАЦИЯ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ

Аннотация*: в исследовании применен опросник – шкала мотивации в спорте. Результаты показали, что различаются мотивы участия в организованной спортивной деятельности юных футболистов и не принимающих участие в организованной спортивной деятельности. Юные футболисты более мотивированы заниматься спортом, чем сверстники, не принимающие участие в организованной спортивной деятельности.*

Ключевые слова*: мотивация, самоопределение, спорт, футболист.*

Введение. Мотивация в жизни человека имеет несколько функций: она стимулирует и направляет поведение человека, помогает ощутить смысл своей деятельности, участвует в ее контроле и изменении [8]. Мотивация считается важной основой для биологического, когнитивного и социального регулирования [11]. Важной особенностью мотивации является то, что она напрямую влияет на спортивные результаты. Теория самоопределения [4] является одной из систем, которая используется для понимания мотивации физических упражнений и поддержания физической активности. Теория самоопределения утверждает, что поведение, основанное на текущих уровнях физической активности, может быть амотивированным, внешне мотивированным или внутренне мотивированным. Опираясь на теорию самоопределения, можно объяснить, что мотивирует людей участвовать в определенном виде спорта [6]. Следует подчеркнуть, что мотивация будет эффективной только в том случае, если будут оцениваться индивиду-

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

альные качества – потребности, ценности, отношения, интересы, спортивные характеристики – с различными навыками, разнообразием задач и их важностью, степенью самостоятельности и необходимостью улучшения. Спортивные интересы напрямую связаны с самим спортом. Психологически, это эмоциональность упражнений и соперничества, удовлетворение, которое приносит физическое упражнение, и гораздо больше факторов как поведенческих, так и социальной среды [8]. Отмечается [11], что в спортивной деятельности очень важна мотивация на цель деятельности, на достижения. Мотивация в спортивной деятельности связана с потребностью индивида на успех и на избежание неудач [8]. Мотивация – это особое состояние личности спортсмена, которая формируется как результат соотношения потребностей и возможностей. Это соотношение является основой для целей, которые направляют спортсмена на достижение наилучшего результата. Она может быть определена как внутренними (личностными), так и внешними (ситуационными) факторами. В соответствии с теорией самоопределения, выделяются два основных типа мотивации – внутренняя и внешняя [11]. Потребность спортивной деятельности может быть определена как физиологическими, так и социологическими (признание, уважение), и психологическими (самовыражение, самоуважение) потребностями [7]. Указывается [2], что особенности мотивации спортивной деятельности связаны с видами спорта, кроме того, спортивная мотивация является психическим состоянием личности спортсмена [1]. Отмечается [3], что в возрасте 15–16 лет наблюдается повышение значимости мотивов достижения успеха, усиление спортивной и соревновательной мотивации, но ослабление мотива эмоционального удовольствия. Хотя взаимосвязь между занятиями спортом и мотивацией не была тщательно изучена, можно утверждать, что оба фактора могут влиять на отношение спортсменов к постоянному участию в спорте или их эмоциональное благополучие [9]. Исследователи [5] установили, что высокий уровень уверенности в себе у молодых спортсменов свидетельствует о более высоком уровне удовлетворенности и намерении заниматься спортивной деятельностью в достижении мастерских це-

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

лей. Спортсмены, которые были менее уверены в своих способностях к достижению результатов, сообщали о меньшей удовлетворенности своей спортивной деятельностью и меньших намерениях достичь своих целей.

Методы и организация исследования. Для выявления особенностей мотивации играть в футбол был проведен опрос юных футболистов 12- 16 лет. При исследовании применялась шкала мотивации в спорте (*The Sport Motivation Scale*) [10]. В шкалу включено 28 утверждений. Каждое утверждение респондент должен оценить в семибалльной шкале Ликерта. По ответам оценивается семь характеристик мотивации: внутренняя мотивация знать, внутренняя мотивация к достижениям, внутренняя мотивация испытать стимулирующие ощущения, внешняя мотивация идентифицироваться, внешняя мотивация как внешнее регулирование, внешняя мотивация как подсознательно принятое внешнее регулирование (интроекция), амотивация. Юные футболисты и ученики средних школ в исследовании принимали участие добровольно, но было получено и согласие родителей или опекунов. Юные футболисты составили экспериментальную группу, а ученики, не занимающиеся спортом регулярно, – контрольную группу. Было получено соответственно 32 и 38 полностью заполненных опросников.

Результаты. Применение *t*-критерия Стьюдента позволило выявить ряд статистически значимых различий в показателях мотивации заниматься спортом исследуемых групп, результаты которых представлены в Таблице 1. Результаты проведенного исследования выявили некоторые различия в мотивации в спорте юных футболистов и не занимающихся спортивной деятельности сверстников. Так, почти по всем показателям, за исключением внешней мотивации идентифицироваться, мотивация юных футболистов статистически значимо более сильная, чем у не занимающихся спортивной деятельностью ($p < 0,05$).

Таблица 1

Данные по суб-шкалам мотивации в спорте

Показатели	Футболисты (n = 32)	Контрольная группа (n = 38)	t $df = 68$	p
Внутренняя мотивация к достижениям	24,89 ± 2,33	20,87 ± 1,89	– 3,56	< 0,05

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Внутренняя мотивация знать	23,47 ± 1,35	25,28 ± 2,65	1,86	< 0,05
Внутренняя мотивация испытать стимулирующие ощущения	19,26 ± 2,36	15,48 ± 2,98	– 2,36	< 0,05
Внешняя мотивация идентифицироваться	25,42 ± 2,59	24,81 ± 2,36	0,87	> 0,05
Внешняя мотивация как внешнее регулирование	20,82 ± 2,05	23,42 ± 1,24	2,51	< 0,05
Внешняя мотивация как подсознательно принятое внешнее регулирование (интроекция)	23,26 ± 1,95	18,28 ± 2,21	– 4,38	< 0.05
Амотивация	12,24 ± 1,86	17,16 ± 2,49	5,66	< 0.05

Заключение. Юные футболисты более мотивированы заниматься спортом, чем их сверстники, не принимающие участие в организованной спортивной деятельности.

Список литературы

1. Кузьмин Е. Спортивная мотивация как психическое состояние личности спортсмена / Е. Кузьмин, Р. Азиуллин, Ю. Денисенко [и др.] // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. – 2016. – №1. – С. 97–110.

2. Кузмин М.А. Мотивация спортивной деятельности в различных видах спорта // Научно-теоретический журнал «Ученые записки». – 2012. – №2 (84). – С. 84–89.

3. Кузьмин Е.Б. Педагогические условия формирования спортивной мотивации у юных спортсменов / Е.Б. Кузьмин, Ю.П. Денисенко // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – 2014. – №2 (31). – С. 61–69.

4. Deci E.L. Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior / E.L. Deci, R.M. Ryan. – Berlin: Springer Science & Business Media, 1985.

5. Fenton S.A.M. Optimizing physical activity engagement during youth sport: A self-determination theory approach / S.A.M. Fenton, J.L. Duda, T. Barrett // Journal of Sports Sciences. – 2016. – Vol. 19, №34. – pp. 1874–1884.

6. Gardner L.A. Continued Participation in Youth Sports: The Role of Achievement Motivation / L.A. Gardner, S.A. Vella, Ch.A. Magee // Journal of Applied Sport Psychology. – 2017. – №29. – pp. 17–31.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

7. Malinauskas R. Peculiarities of social psychological training for sports teachers and sportsmen: monograph. – Vilnius: Lithuanian Sports Information Center, 2006.

8. Malinauskas R. Basics of Sport Psychology. – Kaunas: LKKA, 2003.

9. Martins P. Personal and social responsibility among athletes: The role of self-determination, achievement goals and engagement / P. Martins, A. Rosado, V. Ferreira [et al.] // Journal of Human Kinetics. – 2017. – №57. – pp. 39–50.

10. Pelletier L.G. Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The Sport Motivation Scale (SMS) / L.G. Pelletier, M.S. Fortier, R.J. Vallerand [et al.] // Journal of Sport and Exercise Psychology. – 1995. – №17. – pp. 35–53.

11. Ryan R.M. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being / R.M. Ryan, E.L. Deci // American Psychologist. – 2000. – Vol 55. – pp. 68–78.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)