

## ПОКАЗАТЕЛИ МОТИВАЦИИ К СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЗЮДОИСТОК 16-17 ЛЕТ НА ЭТАПЕ СПОРТИВНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ

**Актуальность проблемы.** Важным условием надежности спортивной деятельности является формирование у лиц, занимающихся спортом, стойких интересов, убеждений, мотиваций. Во многих отечественных и зарубежных исследованиях экспериментально доказано, что мотивы, связанные со спортивной деятельностью, стимулируют моторную, интеллектуальную и волевую активность человека, способствуют поддержанию высокого уровня работоспособности и достижению высот спортивного мастерства [1].

Психические качества спортсмена, с одной стороны, находятся в числе значимых факторов, обуславливающих уровень спортивных достижений, а с другой – формируются под влиянием занятий конкретным видом спорта. Спортсменам, специализирующимся в боксе, борьбе, метаниях, тяжелой атлетике, спринтерских дистанциях видов спорта циклического характера, присущи такие качества, как склонность к лидерству, независимость, высокий уровень мотивации, склонность к риску, умение сконцентрировать в нужный момент все свои силы и отдать их для победы. Все это предъявляет высокие требования как к психике спортсмена, так и к работоспособности в целом. В системе многолетней спортивной тренировки направленность спортивной мотивации постепенно трансформируется с тренировочной в соревновательную. В годичном цикле подготовки направленность спортивной мотивации так же изменяется. Однако соотношение этих двух видов мотивации может быть различным: у одного спортсмена может преобладать тренировочная мотивация, у другого – соревновательная, у третьего – равномерное распределение мотивации на тренировку и соревнования. И вполне естественно, что направленность спортивной мотивации будет влиять на спортивные достижения.

Вместе с тем, при решении проблемы непосредственной подготовки спортсменов к соревнованиям основное внимание тренеров уделяется вопросам физической, технической, тактической подготовкам и в меньшей степени – психологической подготовке, в частности, управления предсоревновательной мотивацией спортсмена. Очевидно, что выявление характерных особенностей мотивационной готовности дзюдоисток к соревнованиям поможет вскрыть сильные и слабые её стороны, а также в целом оптимизировать их психологическую подготовку [2].

Цель исследования заключается в изучении особенностей мотивации дзюдоисток различной квалификации к соревновательной деятельности.

**Материалы и методы исследования.** В исследовании приняла участие группа спортсменок (14 чел.) отделения дзюдо ДЮСШОР г. Караганды в возрасте 16-17 лет, имеющих квалификацию КМС – 6 человек и 1 разряд – 8 человек. Для оценки уровня спортивной мотивации использовалась «Методика В.Э. Мильмана». В опроснике 22 вопроса и по 3 варианта ответа. Обработка материалов опроса: подсчитывается количество баллов по каждому компоненту. Оценка 0 баллов соответствует среднему уровню психической надежности. Оценка со знаком " - " говорит о снижении уровня надежности по данному компоненту по сравнению со средними данными; соответственно оценка со знаком "+" указывает на повышенный по сравнению со средним уровень выраженности компонента. Диапазон оценок по компонентам равняется –от -10 до 7 баллов [3]. Для выявления соревновательной мотивации использовали опросник Г.Д. Бабушкин и др., 2005 характеризующий содержание мотивации соревновательной деятельности. Опросник состоит из 20 вопросов. Отвечая на каждое утверждение ответом «да» или «нет» в зависимости от степени соответствия утверждения действительности. Подсчитывается количество ответов «да» в нечетных и четных утверждениях в отдельности [4]. Результаты исследования обработаны по принятым в педагогических исследованиях методам математической статистики [5].

Полученные результаты. Исходя из поставленной цели нами на этапе предсоревновательной подготовки к чемпионату Карагандинской области (2022-2023г.г.) было проведено анкетирование дзюдоисток, которое позволило изучить характер соревновательной мотивации спортсменок. Были отмечены индивидуальные различия по этим компонентам в зависимости от спортивной квалификации и результативности в соревнованиях. Уровень соревновательной мотивации (СМ) или мотивационно-энергетический компонент (МЭК) отражающий состояние внутренних побудительных сил, способствующих полной отдаче спортсмена на соревновании в группе КМС соответствовал среднему уровню ( $0,83 \pm 0,4$ ), в группе 1 разряда тот же показатель соответствовал низкому уровню ( $-2,63 \pm 0,5$ ). По данным, представленным в литературе мотивационный компонент выступает центральным звеном психологической готовности и включает потребности, мотивы, установки, цели, уровень притязаний, лежащие в основе процесса регуляции состояния, поведения и деятельности спортсмена [2,51]. Важно отметить, что успех в соревновании может зависеть от таких мотивационных проявлений, как общая интенсивность мотивов, соотношение мотиваций достижения успеха и избегания неудач, устойчивость основных потребностей и интересов, стремление к любой форме соревновательной борьбы, отдача на тренировках и соревнованиях.

Изучение «мотивации на достижение успеха» (МДУ) перед соревнованиями показало, что по этому компоненту в первой группе (КМС) у девушек определен высокий среднегрупповой уровень, а по компоненту «мотивация на избегание неудач» (МИН) – средний уровень этих показателей, при этом результат выступления на соревновании находился в диапазоне 1-2 места. В второй группе (1 разряд) по компоненту «мотивации на достижение успеха» у девушек проявился средний её уровень, а по второму компоненту («мотивация на избегание неудач») – высокий, среднегрупповой результат на чемпионате области соответствовал низкому уровню (4 -7 место).

Сравнительный анализ полученных нами уровневых оценок показателей мотивации у дзюдоисток 16-17 лет по группам с учетом результативности в соревнованиях представлен в таблице №1. Как видно из таблицы, существенная разница отмечена в пользу девушек 1 группы по компоненту соревновательной мотивации, где у 50% дзюдоисток отмечен высокий её уровень. Во второй группе (4-7 место) у 84% спортсменок преобладал низкий уровень соревновательной мотивации.

По направленности у 84% дзюдоисток первой группы (КМС) определен высокий уровень мотивации на достижение успеха в соревновательной деятельности. На избегание неудачи было ориентировано лишь 16% девушек, занявших призовые места в соревнованиях (1-2 место). Во второй группе (1 разряд) 62% девушек проявили средний уровень мотивации на достижение успеха в соревнованиях, остальные имели низкий уровень таковой. Для дзюдоисток группы, результаты которой варьировали на соревнованиях в диапазоне 4-7 места, характерна в большей степени мотивация на избегание неудачи.

Примечательно, что в наших условиях при относительно равном уровне физической и технической подготовленности, чем более выражена у спортсменок соревновательная мотивация, тем выше результативность их соревновательной деятельности. Наши данные вполне согласуются с литературными, которые объясняют это тем, что в случае преобладания «мотивации избегания неудачи» при любом наличном уровне регуляции деятельности снижается результативность спортсмена [2,51].

В случае наличия у спортсмена высокого уровня регуляции деятельности обязательным условием его результативности будет преобладание мотивации на достижение успеха. Отмечается, что у спортсменов, показывающих высокие результаты в самых ответственных соревнованиях, чаще всего обнаруживалось сочетание оптимальной мотивации, повышенной эмоциональной устойчивости и высокой способности к волевому самоконтролю.

Таблица 1. Уровневая оценка показателей мотивации спортсменок 16-17 лет к соревновательной деятельности (%)

Группа	1 группа (1-2 место)			2 группа (4-7 место)		
	Уровень в%					
Показатели	ву	су	ну	ву	су	ну
Соревновательная мотивация (СМ)	50	50	-	16		84
Мотивация достижения успеха (МДУ)	84	16	-	--	62	38
Мотивация избежания неудачи (МИН)	16	16	68	62	38	

По-видимому, тренеру на этапе предсоревновательной подготовки следует регулировать готовность спортсмена, важными факторами которой являются величина потребности в достижении запланированного соревновательного результата и оценка спортсменом вероятности его достижения. Соответственно, регулируя величину потребности и оценку вероятности успеха, тренер может оптимизировать психическое состояние своего ученика на каждом этапе психологической подготовки к соревнованию, что во многом зависит от профессиональной компетенции тренера и работы спортивного психолога [6].

Таким образом, для спортсменок группы КМС, занявших призовые места на соревнованиях, характерны более высокие значения показателей мотивации (СМ, мотивации на достижение успеха) в сравнении с группой дзюдоисток первого разряда. Это, во-первых, может свидетельствовать о пробелах в предсоревновательной подготовке и соответственно, предсоревновательной готовности к достижению успеха в состязаниях, а с другой стороны, указывает на необходимость внесения коррекции в управление предсоревновательной подготовкой дзюдоисток.

#### Литература:

1. Бабушкин Г. Д., Бабушкин Е. Г. Формирование спортивной мотивации. - Омск, 2001.
2. Блеер А. Н. Средства и методы совершенствования соревновательной надежности борцов греко-римского стиля: автореф. дис. ... канд. пед. наук. - М., 1988
3. Речкалова, О. Л. Особенности психологической подготовки в различных видах спорта [Текст] : учебное пособие / О. Л. Речкалова. – Курган : Изд-во Курганского гос. ун-та, 2014. – 84 с.
4. Марущак, Ю. М. Методики психодиагностики в спорте: учеб. Пособие/В. Л. Блудов, В. А. Плахтиенко, Л. К. Серова. - 2-е изд., доп. и испр. - М.: Просвещение, 1990. - С. 74-84.
5. Бабушкин, Г. Д. Спортивная психология. Психологические методики в системе подготовки спортсменов к соревнованиям : учебное пособие / Г. Д. Бабушкин, Б. П. Яковлев. — Саратов : Вузовское образование, 2020. — 213 с.
6. Железняк Ю.Ю., Петров П.К. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте. Учебное пособие. – М., Издательский центр «Академия», 2009.
6. Киселев, Ю. Я. Психологическая готовность спортсмена : пути и средства достижения [Текст] / Ю. Я. Киселев. – М. : Советский спорт, 2009. – 276 с.

Ажибаева С.Д., Иралина М.М., Мендигалиева Ш.А., Раймахунова О.Т.  
Казахский национальный педагогический университет имени Абая

## ПРОБЛЕМЫ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ