

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н. Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра педагогики и психологии
профессионального образования

**ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ
СПОРТИВНОЙ МОТИВАЦИИ У ПОДРОСТКОВ**

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студента 4 курса группы 411
направления 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование»
Института дополнительного профессионального образования
Купина Александра Анатольевича

Научный руководитель:
доцент кафедры
педагогики и психологии
профессионального
образования ИДПО СГУ,
к.пед.н., доцент

подпись, дата

С.Б. Ступина

Зав. кафедрой
к.пед.н., доцент

подпись, дата

В. А. Ширяева

Саратов 2019

ВВЕДЕНИЕ

Спорт является одним из приоритетных направлений социальной политики России. Внимание государства к спорту неслучайно, поскольку, являясь уникальным социальным явлением, спорт не только объединяет нацию и служит средством лучшего понимания и объединения народов, но и представляет собой разновидность профессиональной деятельности. Спортивная деятельность и подготовка спортсменов к ней представляет собой форму профессиональной активности, в ходе которой осуществляется профессиональное развитие и становление личности как целостный, непрерывный, системный процесс, охватывающий часть жизни человека. Спорт является одним из тех видов деятельности, которым человек может овладевать с детства и продолжать заниматься в юности и зрелости.

Для того что бы, спортсмен достиг высоких результатов и победы, очень важно во время тренировочного процесса формировать у него спортивную мотивацию. А для этого необходимо знать, какие именно мотивы являются доминирующими, и какие факторы способствуют ее формированию.

Цель исследования: изучить особенности формирования спортивной мотивации у подростков и способствовать ее повышению к занятиям самбо на различных этапах подготовки.

Объект исследования: мотивационная сфера личности спортсменов-единоборцев.

Предмет исследования: процесс формирования спортивной мотивации у борцов-самбистов.

Задачи исследования:

1. Проанализировать теоретическую и методическую психолого-педагогическую литературу по данной проблеме.

2. В процессе эмпирического исследования изучить особенности спортивной мотивации и выявить уровень выраженности мотивации у борцов-самбистов.

3. Разработать и апробировать программу коррекционно-развивающих занятий, направленную на формирование спортивной мотивации у спортсменов-единоборцев.

4. Представить результаты и выводы исследования.

Теоретическое изучение проблемы и анализ практического опыта позволили сформулировать **гипотезу исследования**, согласно которой спортивная мотивация спортсменов-единоборцев имеет свои особенности, а целенаправленная педагогическая работа, в виде проведения специальных коррекционно-развивающих занятий, может способствовать ее формированию.

Практическая значимость исследования заключается в том, что его результаты могут быть использованы в работе практических психологов, педагогов и тренеров спортивных школ, а также учителями физической культуры массовых средних школ. На основе полученных данных была разработана программа коррекционно-развивающих занятий, которая способствует формированию спортивной мотивации у борцов-самбистов.

Структура работы: бакалаврская работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников и приложения.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Во введении бакалаврской работы обоснована актуальность исследования, сформулированы его цель, объект, предмет и задачи.

В первой главе представлены результаты теоретического исследования по проблеме формирования мотивации достижения успеха спортсменов, а именно основные аспекты мотивационной сферы спортивной деятельности,

психофизиологические особенности подросткового периода и особенности формирования спортивной мотивации подростков.

Вторая глава содержит материалы по проведению эмпирического исследования. В ней изложена организация опытно-экспериментального исследования; охарактеризована выборка; представлен количественный и качественный анализ результатов эксперимента.

Исследование особенностей формирования спортивной мотивации у спортсменов-единоборцев проводилось на базе Муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Детский оздоровительно-образовательный спортивный центр» г. Саратова. В нем принимали участие 22 борца-самбиста в возрасте 10-14 лет.

Эмпирическое исследование состояло из трех этапов.

На первом этапе была изучена психолого-педагогическая литература по проблеме исследования, определены цель, объект, предмет, методы исследования, сформулированы задачи и гипотеза, подобраны психодиагностические методики и намечен план проведения эмпирического исследования.

На втором этапе проводилось изучение особенностей формирования спортивной мотивации и свойств личности подростков-спортсменов, осуществлялся качественный и количественный анализ полученных данных.

На третьем этапе была разработана и апробирована программа коррекционно-развивающих занятий, направленная на повышение уровня спортивной мотивации у борцов-самбистов; систематизировались и обобщались результаты исследования.

В исследовании использовались следующие методики:

Методика Т. Элерса «Мотивация к успеху». Методика оценивает силу стремления к достижению цели, к успеху. Респондентам предлагается ряд утверждений. При согласии с утверждением рядом с его цифровым обозначением ставьте на бланке для ответа знак «+» («да»), при несогласии – знак «-» («нет») [22, с. 45].

Чем больше сумма баллов, тем больше у обследованного выражена мотивация на достижение успеха. Текст опросника приведен нами в Приложении А.

Методика Т. Элерса «Мотивация к избеганию неудач» представляет собой личностный опросник. Опросник предназначен для диагностики мотивационной направленности личности на избегание неудач.

Стимульный материал представляет собой список слов из 30 строк, по 3 слова в каждой строке. В каждой строке испытуемому необходимо выбрать только одно из трех слов, которое наиболее точно его характеризует.

Тест относится к моношкальным методикам. Степень выраженности мотивации к успеху оценивается количеством баллов, совпадающих с ключом.

Результат теста «Мотивация к избеганию неудач» следует анализировать вместе с результатами таких тестов как «Мотивация к успеху». Текст опросника приведен нами в Приложении А.

Тест-опросник «Измерение мотивации достижения» (А. Мехрабиан). Тест предназначен для диагностики двух обобщенных устойчивых мотивов личности: мотива стремления к успеху и мотива избегания неудачи. При этом оценивается, какой из этих двух мотивов у испытуемого доминирует. Методика применяется для исследовательских целей при диагностике мотивации достижения у старших школьников и студентов. Тест представляет собой опросник, имеющий две формы – мужскую (форма А) и женскую (форма Б) (Приложение Б).

Индивидуальные показатели входной диагностики эмпирического исследования по методикам отражены в таблице 1. Задания выполнялись в соответствии с выбранными методиками (Приложение А).

Таблица 1 – Данные эмпирического изучения по методикам Т. Элерса «Мотивация к успеху» и «Мотивация к избеганию неудач»

П/№	ФИ испытуемого	Показатель в баллах	Качественный результат
1	Егор А.	5	боязнь неудачи
2	Данил А.	15	мотивация на успех
3	Сергей Б.	9	тенденция на неудачу
4	Никита Б.	7	боязнь неудачи

5	Антон В.	6	боязнь неудачи
6	Виктор Г.	14	мотивация на успех
7	Дмитрий Д.	8	тенденция на неудачу
8	Леонид Д.	8	тенденция на неудачу
9	Кирилл Д.	14	мотивация на успех
10	Олег Е.	13	тенденция мотивации на успех
11	Евгений Е.	9	тенденция на неудачу
12	Александр Ж.	16	мотивация на успех
13	Сергей К.	5	боязнь неудачи
14	Алексей К.	14	мотивация на успех
15	Илья Л.	15	мотивация на успех
16	Елисей М.	4	боязнь неудачи
17	Никита М.	15	мотивация на успех
18	Александр М.	12	тенденция мотивации на успех
19	Даниил Н.	9	тенденция на неудачу
20	Артем П.	7	боязнь неудачи
21	Владислав П.	15	мотивация на успех
22	Александр Р.	6	боязнь неудачи

Диагностическое исследование показало, что при изучении уровня проявления мотивации избегания неудач у борцов-самбистов мы выяснили, что высокий уровень изучаемого вида мотивации преобладает у основной части респондентов: у 53% (12 человек), 34% (7 человек) борцов-самбистов имеют средний уровень данной мотивационной установки. И лишь у 13% (3 человека) был выявлен низкий уровень мотивации избегания.

Диагностический этап эмпирического исследования позволил отметить, что спортсмены представляют собой неоднородную группу, в которой преобладающими являются несформированность индивидуально значимых мотивов, недостаточная выраженность ориентации на успех, а также на соревновательную деятельность. Большая часть испытуемых не проявляет достаточного интереса к достижению результата, а останавливается на тренировочной направленности.

При изучении степени устойчивости интереса к занятиям спортом у борцов-самбистов нами было определено, что устойчивый интерес преобладает лишь у 33% (7 человек) спортсменов и у 67% (14 человек) борцов-самбистов проявился неустойчивый интерес.

Исследование направленности спортивной деятельности борцов-самбистов на этапе начальной подготовки показало, что у 47% (10 человек)

спортсменов выражена соревновательная направленность спортивной деятельности. Однако большинство респондентов, а именно 53% (12 человек) борцов имеют все-таки тренировочную направленность спортивной деятельности.

Таким образом, мы выяснили, что у борцов-самбистов недостаточно сформирована спортивная мотивация, преобладают внешние мотивы и установка на избегание неудачи.

По результатам теста-опросника «Измерение мотивации достижения» (А. Мехрабиан) мы получили следующие данные, представленные в таблице 2: мотив достижения успеха (избегание неудач) – 62% (13 человек), мотив стремления к успеху выражен у 38% (9 человек) испытуемых.

Можно увидеть из данных, что большинство спортсменов предпочитают мотив избегать неудачу; меньше подростков стремятся к успеху.

Таблица 2 – Тест-опросник «Измерение мотивации достижения» (А. Мехрабиан)

Мотивы	Мотив стремления к успеху		Мотив избежать неудачи	
	Кол-во чел.	%	Кол-во чел.	%
Спортсмены	9	38	13	62

Результаты проведенной методики Т.Элерса «Мотивация к избеганию неудач» представлены в таблице 3.

Таблица 3 – Методика «Мотивация к избеганию неудач» (Т. Элерса)

Уровни	Высокий уровень		Средний уровень		Низкий уровень	
	Кол-во чел.	%	Кол-во чел.	%	Кол-во чел.	%
Спортсмены	4	20	10	43	8	37

Мотивацию к избеганию неудач, измерили с помощью методики Т. Элерса. По результатам методики видим, что тут больше выражен средний уровень избегания неудач – 43% (10 человек), меньше выражен высокий уровень – 20% (4 человек) и низкий уровень проявляется у 37% (8 человек).

Подростков, у которых выраженным является высокий уровень мотивации к избеганию неудач, показали себя как осторожные, бдительные, робкие, трусливые, колеблющиеся, боязливые, предусмотрительные.

Подростки с низкой мотивацией к избеганию неудач, показали себя, хладнокровными, смелыми, бесцеремонными, мужественными, упрямыми, стремительными.

С целью коррекции данной проблемы нами была разработана и апробирована программа коррекционно-развивающих занятий, направленная на формирование спортивной мотивации у спортсменов-единоборцев и на привитие интереса к спортивной деятельности.

Основной целью программы является повышение уровня спортивной мотивации у борцов-самбистов.

Задачи программы:

- обеспечить положительный эмоциональный фон на занятиях, при непосредственной подготовке и выступлении на соревнованиях;
- обеспечить активность и нацеленность на достижение успеха в своей спортивной деятельности;
- обеспечить благоприятное педагогическое сотрудничество тренера со спортсменами;
- выявить факторы, снижающие и повышающие мотивацию спортсменов, индивидуальные особенности борцов, а также уровень мотивации.

Программа состоит из трех этапов (подготовительный; ориентировочный; заключительный) и включает в себя 10 занятий, продолжительностью 1,5-2 часа, которые предполагается проводить один раз в неделю, в течение 1,5 месяцев.

Индивидуальные показатели исследования по методикам отражены в таблице 4. Задания выполнялись в соответствии с выбранными методиками (Приложение А).

Таблица 4 – Данные эмпирического изучения по методикам Т. Элерса «Мотивация к успеху» и «Мотивация к избеганию неудач»

П/№	ФИ испытуемого	Показатель в баллах	Качественный результат
1	Егор А.	7	боязнь неудачи
2	Данил А.	14	мотивация на успех
3	Сергей Б.	9	тенденция на неудачу
4	Никита Б.	6	боязнь неудачи
5	Антон В.	12	тенденция мотивации на успех
6	Виктор Г.	14	мотивация на успех
7	Дмитрий Д.	8	тенденция на неудачу
8	Леонид Д.	8	тенденция на неудачу
9	Кирилл Д.	15	мотивация на успех
10	Олег Е.	13	тенденция мотивации на успех
11	Евгений Е.	9	тенденция на неудачу
12	Александр Ж.	16	мотивация на успех
13	Сергей К.	8	тенденция на неудачу
14	Алексей К.	15	мотивация на успех
15	Илья Л.	15	мотивация на успех
16	Елисей М.	4	боязнь неудачи
17	Никита М.	15	мотивация на успех
18	Александр М.	14	мотивации на успех
19	Даниил Н.	9	тенденция на неудачу
20	Артем П.	6	боязнь неудачи
21	Владислав П.	15	мотивация на успех
22	Александр Р.	6	боязнь неудачи

Диагностическое исследование показало, что при изучении уровня проявления мотивации избегания неудач у борцов-самбистов мы выяснили, что высокий уровень изучаемого вида мотивации снизился у основной части респондентов: у 40% (9 человек), 45% (10 человек) борцов-самбистов имеют средний уровень данной мотивационной установки. И также у 13% (3 человека) был выявлен низкий уровень мотивации избегания.

Проведенное эмпирическое исследование позволило отметить, что подростки-спортсмены представляют собой более однородную группу, в которой повысился уровень ориентации на успех, а также на соревновательную деятельность. Меньшая часть испытуемых проявляет не достаточного интереса к достижению результата, а останавливается на тренировочной направленности.

При изучении степени устойчивости интереса к занятиям спортом у борцов-самбистов нами было определено, что устойчивый интерес преобладает у 45% (10 человек) спортсменов и у 55% (12 человек) борцов-самбистов

проявился неустойчивый интерес, что тоже дало лучший результат, после проведения занятий такого рода.

Исследование направленности спортивной деятельности борцов-самбистов на контрольном этапе показало, что соревновательная направленность спортивной деятельности выражена у 54% (13 человек) спортсменов. Однако большинство респондентов, а именно 46% (9 человек) борцов имеют тренировочную направленность спортивной деятельности.

Таким образом, мы выяснили, что у борцов-самбистов с учетом проводимых занятий, повысился уровень спортивной мотивации, в меньшей степени проявляется установка на избегание неудачи.

По результатам теста-опросника «Измерение мотивации достижения» (А. Мехрабиан) мы получили следующие данные, представленные в таблице 5: мотив достижения успеха (избегание неудач) – 62% (13 человек), мотив стремления к успеху выражен у 38% (9 человек) испытуемых.

Можно увидеть из данных, что большинство спортсменов предпочитают мотив избегать неудачу; меньше подростков стремятся к успеху.

Таблица 5 – Тест-опросник «Измерение мотивации достижения» (А. Мехрабиан)

Мотивы	Мотив стремления к успеху		Мотив избежать неудачи	
	Кол-во чел.	%	Кол-во чел.	%
Спортсмены	12	55	10	45

Результаты проведенной методики Т.Элерса «Мотивация к избеганию неудач» представлены в таблице 6.

Таблица 6 – Методика «Мотивация к избеганию неудач» (Т. Элерса)

Уровни	Высокий уровень		Средний уровень		Низкий уровень	
	Кол-во чел.	%	Кол-во чел.	%	Кол-во чел.	%
Спортсмены	4	20	13	58	5	22

Мотивацию к избеганию неудач, измерили с помощью методики Т. Элерса. По результатам методики видим, что тут больше выражен средний

уровень избегания неудач – 58% (13 человек), высокий уровень остался без изменения – 20% (4 человек) и низкий уровень проявляется у 22% (5 человек).

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В бакалаврской работе мы ставили цель выявить особенности спортивной мотивации у подростков-спортсменов, определить возможные пути ее формирования с помощью программы коррекционно-развивающих занятий. Полученные в исследовании результаты позволили нам сформулировать следующие итоговые выводы:

1. Мотивация – это, прежде всего стремление к успеху, к высоким результатам в своей спортивной деятельности. И если спортсмен, стремится достичь успеха, высоких результатов в спортивной деятельности, то у него достаточно сильная спортивная мотивация.

2. Формирование спортивной мотивации у борцов-самбистов необходимо рассматривать как одну из самых главных задач тренерской и педагогической работы; ее успешное решение позволяет развивать спортивные способности спортсменов и формировать их, как личность.

3. Полученные в работе данные свидетельствуют, что спортивная мотивация у спортсменов-единоборцев успешно формируется, но ее необходимо планомерно и целенаправленно формировать в рамках специального психолого-педагогического воздействия.

4. Разработанная с учетом полученных в исследовании результатов программа коррекционно-развивающих занятий и ее практическая апробация позволяют говорить о целесообразности ее использования для формирования спортивной мотивации у подростков, занимающихся самбо.

В качестве рекомендаций, направленных на преодоление этих негативных проявлений спортивной деятельности, можно предложить следующее:

1. Рассматривать спортивную мотивацию как один из основных факторов, обуславливающих рост спортивного мастерства самбистов. Между спортивной мотивацией и результативностью спортсмена существует двусторонняя связь.

Работая над укреплением мотивации спортсмена, тренер тем самым повышает результативность его соревновательной деятельности и наоборот, повышая результативность спортсмена, тренер тем самым укрепляет спортивную мотивацию.

2. Значительное снижение мотивации у борцов как на этапе тренировки, так и на этапе подготовки к соревнованиям обусловлено максимальными нагрузками и нарастающим психическим напряжением. Тренерам необходимо это учитывать при построении тренировочного процесса.

3. При формировании спортивной мотивацией необходимо учитывать факторы, снижающие и повышающие мотивацию спортсменов, индивидуальные особенности борцов, а также уровень мотивации.

4. Основное содержание работы по формированию спортивной мотивации самбистов рекомендуется осуществлять по следующим направлениям:

- обеспечение положительного эмоционального фона при непосредственной подготовке и выступлении на соревнованиях;
- планирование и построение этапа предсоревновательной подготовки с учетом индивидуальных особенностей спортсменов-самбистов;
- обеспечение благоприятного педагогического сотрудничества тренера со спортсменами;
- формирование благоприятных межличностных отношений в тренировочных группах между спортсменами;
- определение и учет уровня спортивной мотивации борцов.

Таким образом, результаты проведенного эмпирического исследования полностью подтвердили справедливость выдвинутой нами гипотезы о том, что специально разработанная программа выступает фактором эффективности формирования спортивной мотивации у спортсменов-подростков.

Цели и задачи выпускной квалификационной работы полностью выполнены нами в ходе теоретического и эмпирического исследований.