

УДК 796.85-316.628

*О.Б. Дмитриев, С.В. Чирков***МОТИВАЦИЯ ПОДРОСТКОВ К ЗАНЯТИЮ ЕДИНОБОРСТВАМИ
НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ**

Не теряет своей актуальности проблема приобщения современных подростков к спортивной деятельности, в частности к единоборствам, в связи со снижением мотивации детей в возрасте 10–12 лет на этапе начальной спортивной подготовки. Выявление мотивации подростков-спортсменов на начальном этапе подготовки наметит эффективный путь решения поставленной проблемы. Цель исследования: изучение и анализ комплексной мотивации спортсменов 10–12 лет в секциях единоборств на начальном этапе спортивной подготовки. Методы исследования: педагогическое наблюдение, анкетирование и беседа, методы психодиагностики: методика «Мотивация посещения спортивных занятий» Л.Г. Орловой, методика «Оценка уровня спортивной мотивации школьников» Н.Г. Лускановой. Обсуждаются результаты диагностики комплексной мотивации спортсменов, занимающихся единоборствами (каратэ-до, дзюдо). Предложены рекомендации по улучшению качества тренировочного процесса.

Ключевые слова: мотивация, мотив, занятия единоборствами, каратэ-до, дзюдо, качество тренировочного процесса, подростки.

DOI: 10.35634/2412-9550-2021-31-2-239-244

Введение

Теоретическая и практическая значимость *мотива* не требует ни подтверждения, ни доказательств [3]. Существует достаточно большое разнообразие подходов к рассмотрению и определению понятий *мотивация* и *мотив* [3; 4; 9]. Е.П. Ильин отмечает, что проблема мотивации и мотивов является остродискуссионной и трудноизучаемой экспериментально [4].

Мы воспользуемся следующей трактовкой: «Мотивация (от латинского «двигать») – побуждение к действию; психофизиологический процесс, управляющий поведением, задающий его направленность, организацию, активность и устойчивость; способность человека деятельно удовлетворять свои потребности» [13].

Многие исследователи (см. [4; 9; 15] и др.) считают, что мотивация человека является составной частью его характера, она формируется в течение всей жизни, начиная с раннего детства. В детском возрасте источниками мотивации могут быть личная потребность в успехе, признании, общении с друзьями, особенности и склонность к двигательной активности. Мотивация при занятиях спортом зависит как от внутренних причин (темперамент, черты характера), так и внешних (влияние родителей, педагогов, тренеров).

Поскольку мотив – это стремление к достижению цели, служащее удовлетворению потребности, то абстрактных мотивов не существует; мотив всегда конкретен, а его направленность определяется целью. Ю.Т. Глазунов [3] в практической деятельности индивида рассматривает бинарное сочетание «мотив–цель». Чем важнее цель, тем сильнее и активнее становится мотив ее достижения.

Мотивация – развивающийся во времени процесс. А. Маслоу предлагает динамический подход к исследованию мотивации [9]. С физической точки зрения он состоит в том, что на разных стадиях его развития отбираются и последовательно включаются в состав будущего мотива различные по своему значению мотиваторы, поэтому мотив возникает не сразу, он «строится» постепенно, включая в себя всё новые мотиваторы [3; 4; 9; 15].

Сторонники теории эмоциональной мотивации, В.К. Вилюнас [2], Е.А. Пырьев [10] и др., считают, что эмоции (возмущение, гордость, обида, ревность и др.), как и потребности, являются источником активности человека. При этом первичны эмоции и вторичны потребности. Каждому уровню и сочетанию эмоционального состояния и потребности индивида соответствует определенное поведение – проявляется многоуровневая мотивация [10].

Блок спортивной мотивации, по С.В. Ильинскому [5], в структуре спортивной деятельности должен выполнять следующие функции: 1) являться пусковым механизмом деятельности; 2) поддерживать необходимый уровень активности в процессе тренировочной и соревновательной деятельно-

сти; 3) регулировать содержание активности, использование различных средств деятельности для достижения желаемых результатов. По мнению С.С. Сагайдак [12], спортивная мотивация сильно связана с эмоционально-волевой сферой спортсмена и имеет динамический характер.

Ю.В. Коробейникова [6], А.В. Соболева [14] и др. отмечают, что в практической деятельности спортивных школ, спортивных секций, спортивно-оздоровительных клубов существует серьезная проблема – текучесть спортсменов различного возраста, особенно на этапе начальной подготовки. Данная проблема ведет к снижению посещаемости тренировок и оказывает большое влияние на качественные показатели функционирования этих спортивных организаций.

В настоящее время все чаще поднимается проблема сохранения контингента обучающихся в сфере дополнительного образования детей физкультурно-спортивного направления [1; 6; 14; 15]. В области физической культуры и спорта, в частности в единоборствах, наблюдается большая текучесть занимающихся, особенно на начальном этапе обучения. Однако также наблюдается уход из спортивной деятельности уже подготовленных спортсменов в возрасте 10–13 лет. Причем текучесть юных спортсменов является одним из показателей качества работы спортивных школ.

Таким образом, выявление и изучение наиболее значимых и доминирующих мотивов для указанных выше процессов и анализ уровня мотивации спортсменов к спортивной деятельности, в частности к занятиям единоборствами, является важной и актуальной задачей.

Цель исследования. Изучение и эмпирический анализ мотивации спортсменов 10–12 лет (первая возрастная группа в соревновательной градации спортсменов в дзюдо и в секциях единоборств) к занятиям единоборствами на начальном этапе подготовки, имеющий целью улучшение качества учебно-тренировочного процесса.

В области спортивной деятельности известны диагностические методики изучения мотивации: «Мотивы занятий спортом» (А.В. Шаболтас) [11; 15], «Изучение мотивов занятий спортом» (В.И. Тропников) [11, 15], «Диагностика мотивации к реализации двигательной активности» (Е.М. Ревенко) [11], «Оценка уровня спортивной мотивации школьников» (Н.Г. Лусканова) [7; 15], «Мотивация посещения спортивных занятий» (Л.Г. Орлова) [7; 15], «Диагностика интегративных аспектов мотивации спортивной деятельности» (С.С. Сагайдак) [12] и другие.

Многие методики являются громоздкими, имеют большое количество вопросов и, как следствие, требуют больших временных затрат на проведение исследования. Мы выбрали наиболее адаптированные, на наш взгляд, методики и анкеты для возрастной группы 10–12 лет.

Методы исследования

1. Педагогическое наблюдение.
2. Методы опроса: анкетирование, беседа.
3. Метод диагностики «Мотивация посещения спортивных занятий» (Л.Г. Орлова) [7; 15].
4. Метод диагностики «Оценка уровня спортивной мотивации школьников» (Н.Г. Лусканова) [7; 15].

Проведение исследования и его результаты. Единоборства (каратэ-до, дзюдо, кобудо, айкидо и др.) – сложно координированные и достаточно жесткие виды единоборств. Для организации качественного тренировочного процесса по единоборствам необходимо выявлять и анализировать причины (мотивы) прихода детей в секции, а также диагностировать уровень мотивации занимающихся в спортивных группах, что позволяет оценить работоспособность группы и интенсивность тренировочной нагрузки.

Данные, полученные Абдурасуловым Р.А. [1], показали, что различия в причинных, мотивационных и поведенческих показателях спортсменов каратэ-до, дзюдо, бокса, тхеквондо недостоверны, спортсмены принадлежат к одной генеральной совокупности и поэтому могут входить в общую группу для наблюдения.

Исследование проводилось в 2018–2019 учебно-тренировочном году в спортивных секциях дзюдо и каратэ-до г. Ижевска (спортивная школа № 4 по дзюдо; секции каратэ-до в СОШ № 7 и № 80). Была сформирована группа для наблюдения, состоящая из спортсменов 10–12 лет групп НП (начальной подготовки) в количестве 86 человек.

В результате педагогического наблюдения было установлено: 1) наличие текучести (отсева) спортсменов из групп единоборств на начальном этапе подготовки; 2) спортсмены на тренировках по-разному проявляли двигательную активность, дисциплину, отношение к выполнению заданий тренера.

Для изучения и выявления причин этих процессов была проведена диагностика мотивации спортсменов к занятиям единоборствами. Измерение осуществлялось методом анкетирования. Анкетирование проводилось через 6 месяцев занятий с начала учебно-тренировочного года, для того чтобы испытуемые могли оценить все предложенные варианты в анкетах Л.Г. Орловой и Н.Г. Лускановой. После анализа результатов анкетирования был применен опросный метод «беседа» с целью уточнения данных анкетирования. Комплексная оценка результатов исследования позволила сформулировать рекомендации по диагностике мотивации спортсменов и спортивной секции и по улучшению качества тренировочного процесса в группах единоборств.

Анкетирование по методике «Мотивация посещения спортивных занятий» (Л.Г. Орлова). При анкетировании по этой методике [7; 15], респондентам предлагается только один вопрос: «какие причины побуждают тебя посещать спортивную секцию?» и варианты ответов:

- 1) общение с друзьями;
- 2) это престижно;
- 3) проявить себя в спорте и желание развить свои физические качества;
- 4) доброе отношение тренера;
- 5) требование родителей;
- 6) достижение технического мастерства и желание развить свои физические качества;
- 7) материальное стимулирование детей родителями.

Мы модернизировали данную методику. В 3-м и 6-м пунктах мы объединили по две логически связанные причины, т. е. добавили причину «желание развить свои физические качества». Проявить себя в спорте, не развивая свои физические качества, невозможно. А чтобы развить свои физические качества через единоборства, необходимо достичь высокого технического мастерства.

Также в анкету мы добавили новую, 7-ю, причину – внешний мотив.

За каждый ответ каждого спортсмена присваивается один балл, затем по каждой причине полученные баллы суммируются. Результаты анкетирования представлены в табл. 1.

Таблица 1

Результаты анкетирования спортсменов экспериментальной группы по методике «Мотивация посещения спортивных занятий» (Л.Г. Орлова)

№	Варианты ответов (мотивы посещения занятий единоборствами)	Группы дзюдо	Группы каратэ-до	Общий результат
1	Общение с друзьями	2	1	3
2	Это престижно	2	0	2
3	Проявить себя в спорте и желание развить свои физические качества	26	6	32
4	Доброе отношение тренера	0	0	0
5	Требование родителей	0	2	2
6	Достижение технического мастерства и желание развить свои физические качества	22	23	45
7	Материальное стимулирование детей родителями	0	2	2
	Сумма баллов	52	34	86

Диагностика по методике «Оценка уровня спортивной мотивации школьников» (Н.Г. Лускановой) подробно описана в методической разработке [15]. Анкета состоит из 10 вопросов, адаптированных под спортивную деятельность.

На каждый вопрос респондент должен выбрать один из 3-х ответов: «да» – 3 балла, «не знаю» – 1 балл, «нет» – 0 баллов. В конце анкетирования подсчитывается сумма баллов, которая проверяется по шкале мотивации Н.Г. Лускановой, и определяется уровень мотивации.

Шкала мотивации по Н.Г. Лускановой для единоборств выглядит следующим образом:

- 24–30 баллов – высокий уровень мотивации;
- 20–23 балла – хорошая мотивация;
- 15–19 баллов – положительное отношение к занятиям;
- 10–14 баллов – низкая мотивация.

Результаты анкетирования по Н.Г. Лускановой представлены в табл. 2.

Таблица 2

**Результаты диагностики наблюдаемых спортсменов по методике
«Оценка уровня спортивной мотивации школьников» (Н.Г. Лусканова)**

Единоборства	Уровни спортивной мотивации по Н.Г. Лускановой			
	Высокий уровень мотивации (24–30 баллов)	Хорошая мотивация (20–23 балла)	Положительное отношение к занятиям (15–19 баллов)	Низкая мотивация (ниже 15 баллов)
Дзюдо	4	35	9	4
Каратэ-до	18	12	2	2
Общая	22	47	11	6

Обсуждение результатов

1. По результатам диагностики по методике «Мотивация посещения спортивных занятий» (Л.Г. Орлова) определили две наиболее важные причины (цели) посещения спортивных занятий: «желание проявить себя в спорте и развить физические качества» (32 балла, или 37 %) и «достижение технического мастерства для формирования уровня самообороны и развить физические качества» (45 баллов, или 52 %). Обе причины имеют схожесть и различия. Сходством является развитие физических качеств и стремление к достижению технического мастерства. Различие заключается в том, что одни тренируются для возможности участия в соревнованиях, другие – для овладения навыками самообороны.

2. На основе методики «Мотивация посещения спортивных занятий» (Л.Г. Орлова) выявлены 2 группы занимающихся, которые всегда формируются в секциях: первая группа – соревновательной направленности; вторая группа ориентирована на личностный рост в единоборствах и овладение навыками самообороны. В конечном итоге, группы имеют одну и ту же цель – «рост технического мастерства», они взаимно дополняют друг друга и образуют основу спортивных секций. При этом на этапе подготовки к соревнованиям спортсмены второй группы являются полезными и достойными спарринг-партнерами для спортсменов основной спортивной группы.

3. В результате опроса, проведенного после анкетирования, мы выявили, что у порядка 60 % занимающихся детей второй по значимости мотив – это «общение с друзьями», определяющий мотивацию аффилиации (присоединения). Существует взаимосвязь между мотивами [9]. Данный мотив оказывает существенное влияние на текучесть спортсменов в спортивной секции. Если дети из микроколлектива начинают уходить из секции, то «тянут» за собой остальных, текучесть увеличивается. Мотив «общение с друзьями» входит в тройку доминирующих.

4. Со спортсменами, которые не попали в доминирующие мотивы, необходимо работать дополнительно и индивидуально, усиливая стратегию «здорового образа жизни» и достижения спортивного мастерства. Также тренер должен искать и другие подходы к этим ребятам.

5. С другой стороны, 10–12 лет – это препубертатный возрастной период. В этом возрасте начинает меняться характер, авторитет родителей и семьи постепенно снижается, на первый план выходят межличностные отношения в кругу сверстников, друзей, партнеров по секции [8]. Вектор потребностей, интересов и желаний ребенка в этом возрастном периоде может значительно и резко изменяться, что может привести к увеличению текучести спортсменов в группе, изменению отношения к занятиям и в целом к ухудшению качества тренировочного процесса. На практике необходимо выявлять и отслеживать данный феномен, изыскивать методы и средства для устранения его негативно проявление.

6. Исследование уровня мотивации спортсменов к занятиям единоборствами по методике «Оценка уровня спортивной мотивации школьников» (Н.Г. Лусканова) показало, что:

– 80 % (69 спортсменов) занимающихся единоборствами имеют «высокий уровень мотивации» и «хорошую мотивацию» (характеризуется стремлением детей к интенсивным занятиям и повышению спортивного мастерства);

– 13 % (11 спортсменов) имеют уровень «положительное отношение к занятиям» (свидетельствует о том, что дети в этом случае не проявляют особого стремления к овладению мастерством, но не мешают на занятиях; выполняют задания тренера);

– 7 % (6 спортсменов) имеют низкую мотивацию к занятиям (дети нарушают дисциплину, задания выполняют неохотно, ленятся, в целом мешают организации тренировочного занятия; самое главное, они не хотят заниматься именно единоборствами; это кандидаты на отчисление).

В проведенном исследовании наблюдаемая группа имеет хороший уровень мотивации к спортивной деятельности, группа работоспособна, активна, имеет хорошую посещаемость занятий.

7. Результаты диагностики мотивации по методикам Л.Г. Орловой и Н.Г. Лускановой очень хорошо коррелируют друг с другом, взаимно дополняют, наиболее полно и обоснованно раскрывают мотивированность спортсменов в спортивной секции к занятиям конкретным видом спорта.

Заключение

Диагностика различных позиций мотивации детей 10–12 лет, а также беседа с ними позволяют выявить причинные основы их активности и деятельности, межличностные отношения в кругу друзей и партнеров по секции, их желания и стремления (диагностика по методике Л.Г. Орловой). Эти знания помогут тренеру эффективно управлять тренировочным процессом, поможет положительный эмоциональный микроклимат в секции единоборств, отслеживать причины и бороться с отсевом спортсменов из группы.

На практике существует не одна причина для занятий, а несколько, и между мотивами существует взаимосвязь [9]. Поэтому целесообразно и необходимо определять множественную мотивацию [9] и выявлять «мотивы 1-й важности», «мотивы 2-й важности» и т. д., чтобы получить полную мотивационную картину «мотив–цель» [3].

Мотивация – это переменная величина (динамическая мотивация) [9; 12]. Она меняется в зависимости и от возраста (т. е. во времени), от технического мастерства спортсменов. Поэтому диагностику мотивации необходимо проводить комплексно, чтобы получить взаимосвязанную многоуровневую картину [9] для всех возрастных категорий занимающихся и для разных групп технической подготовленности. Наряду с диагностикой необходимо укреплять мотивацию детей к спортивной деятельности, объединять для этой цели усилия тренера и родителей.

Диагностика по методике Н.Г. Лускановой позволяет выявить уровень спортивной мотивации спортсменов к тренировочным занятиям единоборствами. Если в секции преобладают *высокий уровень мотивации* и *хорошая мотивация* (т. е. в комплексе составляют 70 % и выше), то это означает, что секция работоспособна, готова к интенсивным тренировочным нагрузкам и в ней можно организовать качественный тренировочный процесс.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Абдурасулов Р.А. Анализ интересов и мотивов учащихся к занятиям восточными единоборствами и боксом // Молодой ученый. 2011. Т. 2, № 12. С. 44–48. URL: <https://moluch.ru/archive/35/3990/1>.
2. Вилюнас В.К. Основные проблемы психологической теории эмоций // Психология эмоций. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984. С. 3–29.
3. Глазунов Ю.Т. Мотив как высшая форма потребностного возбуждения // Вестн. Удм. ун-та. Сер. Философия. Психология. Педагогика. 2019. Т. 29, вып. 3. С. 276–285. URL: <http://journals.udsu.ru/philosophy-psychology-pedagogy/article/view/4609/4364> (дата обращения: 20.10.2019).
4. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы. СПб.: Питер, 2011. 508 с.
5. Ильинский С.В. Особенности мотивации спортсменов в различных видах спорта // Вестник Самарской гуманитарной академии. Сер. Психология. 2013. № 1. С. 75–84.
6. Коробейникова Ю.В. Проблема формирования мотивов к занятиям спортом у детей подросткового возраста // Вестник Балтийского федерального университета им. И. Канта. Сер. Филология, педагогика, психология. 2012. Вып. 11. С. 150–156.
7. Кубракова М.К. Исследования мотивации к занятиям спортом у обучающихся ДЮСШ п. Марковский / Аналитическая справка. Марковский, 2014. 8 с. URL: <https://studylib.ru/doc/482844/analiz-motivacii-k-zanyatiyam-sportom-2014-2015> (дата обращения: 14.06.2019).
8. Лифанова Е.В., Кудрин Р.А. Психофизиологические и медико-социальные аспекты сексуальности у детей: Учебное пособие. Волгоград: Волгоградский государственный медицинский университет, 2006. 74 с. [Электронный ресурс]. URL: http://window.edu.ru/resource/202/63202/files/myr_01.pdf
9. Маслоу А. Мотивация и личность. СПб.: Питер, 2012. 352 с.
10. Пырьев Е.А. Эмоциональная мотивация личности как многоуровневая система // Известия Самарского научного центра Российской академии наук. 2012. Т. 14, № 2 (4). С. 973–978.

11. Ревенко Е.М. Диагностика мотивации к реализации двигательной активности: методические рекомендации. Омск: СиБАДИ, 2017. 17 с. [Электронный ресурс]. URL: <http://bek.sibadi.org/fulltext/esd347.pdf>
12. Сагайдак С.С. Исследование мотивации спортивной деятельности: методическое пособие. Минск: Белорусский государственный университет, 2001. 16 с. [Электронный ресурс]. URL: http://elib.bsu.by/bitstream/123456789/29277/1/%D0%9C%D0%BE%D1%82%D0%B8%D0%B2_%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82.pdf
13. Мотивация // Свободная энциклопедия Википедия [Электронный ресурс]. URL: <https://ru.wikipedia.org/wiki/Мотивация> (дата обращения: 14.06.2019).
14. Соболева А.В., Кремнева Н.Н., Румянцева Е.В. Проблема мотивации при активном формировании интереса к занятиям спортом // Спортивный психолог. М.: Продюсерский центр Вертикаль-ТВ. 2006. № 2 (8). С. 33–37. [Электронный ресурс]. URL: <https://rucont.ru/efd/229775>
15. Чакалев О.В. Методы диагностики спортивной мотивации: Методическая разработка. Новосибирск, 2019. [Электронный ресурс]. URL <https://infourok.ru/metodi-dagnostiki-sportivnoy-motivacii-3527794.html> (дата обращения: 12.06.2019).

Поступила в редакцию 21.04.2021

Дмитриев Олег Борисович, кандидат педагогических наук, доцент
E-mail: obdmit@mail.ru

Чирков Станислав Валерьевич, бакалавр, тренер по дзюдо
E-mail: chirkov-stanislav@mail.ru

ФГБОУ ВО «Удмуртский государственный университет»
426034, Россия, г. Ижевск, ул. Университетская, 1

O.B. Dmitriev, S.V. Chirkov

MOTIVATION OF TEENAGERS TO ENGAGE IN MARTIAL ARTS AT THE STAGE OF INITIAL TRAINING

DOI: 10.35634/2412-9550-2021-31-2-239-244

An urgent problem is getting modern teenagers involved in sports activities, in particular, martial arts, due to a decrease in the motivation of children aged 10–12 years at the stage of initial sports training. Studying the motivation of adolescent athletes at the initial stage of training will outline an effective way to solve the problem. The purpose of the research: to study and analyze the complex motivation of athletes aged 10–12 years in the martial arts sections at the initial stage of sports training. Research methods: pedagogical observation, questioning and conversation, methods of psychodiagnostics: the method "Motivation to attend sports classes" by L.G. Orlova, the method "Assessment of the level of sports motivation of schoolchildren" by N. G. Luskanova. The results of diagnostics of motivation of athletes engaged in martial arts (karate-do, judo) are presented. The article discusses the results of diagnostics of complex motivation and offers recommendations for improving the quality of the training process.

Keywords: motivation, motive, training attendance, karate-do, judo, quality of the training process, teenagers.

Received 21.04.2021

Dmitriev O.B., Candidate of Pedagogy, Associate Professor
E-mail: obdmit@mail.ru

Chirkov S.V., bachelor's degree, judo coach
E-mail: chirkov-stanislav@mail.ru

Udmurt State University
Universitetskaya st., 1, Izhevsk, Russia, 426034