СЕКЦИЯ V
СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ СОХРАНЕНИЯ НАЦИОНАЛЬНОЙ КУЛЬТУРНОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ И ЗДОРОВЬЯ НАЦИИ

УДК 796.01:159.9

ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИИ К ЗАНЯТИЯМ СПОРТИВНЫМИ ИГРАМИ

А. Ю. Савченко

Учреждение образования «Гомельский государственный технический университет имени П. О. Сухого», Республика Беларусь

Научный руководитель В. В. Царун

Рассмотрены теоретические и практические аспекты формирования устойчивой мотивации к занятиям спортивными играми. Проанализирована структура мотивационной сферы субъекта физкультурно-спортивной деятельности, выявлены ключевые факторы, влияющие на развитие внутреннего побуждения к игровым видам спорта. Данная статья может представлять интерес для тренеров-преподавателей, педагогов физической культуры и спортивных психологов.

Ключевые слова: мотивация, спортивные игры, внутреннее побуждение, спортивная деятельность, педагогические условия, соревновательная активность.

FORMATION OF MOTIVATION FOR SPORTS GAMES

A. Yu. Savchenko

Sukhoi State Technical University of Gomel, the Republic of Belarus

Scientific supervisor V. V. Tsarun

This article examines the theoretical and practical aspects of developing sustainable motivation for sports. The author analyzes the structure of the motivational sphere of individuals engaged in physical education and sports activities, identifying key factors influencing the development of internal motivation for sports. This article may be of interest to coaches, physical education teachers, and sports psychologists.

Keywords: motivation, sports games, internal motivation, sports activities, educational conditions, competitive activity.

Актуальность исследования проблемы формирования мотивации к занятиям спортивными играми обусловлена несколькими взаимосвязанными обстоятельствами. Во-первых, в современном обществе наблюдается устойчивая тенденция к гиподинамии среди подрастающего поколения, что делает поиск эффективных способов привлечения молодежи к регулярной физической активности одной из приоритетных задач социальной политики. Во-вторых, спортивные игры (баскетбол, волейбол, футбол, гандбол и др.) обладают высоким потенциалом для всестороннего развития личности, поскольку сочетают в себе элементы аэробной и анаэробной нагрузки, координационной сложности и ситуационного мышления [1].

Однако, как показывает практика, наличие пользы того или иного вида деятельности не гарантирует возникновения желания ею заниматься. Именно мотивация выступает тем системообразующим фактором, который инициирует, направляет и поддерживает поведение субъекта на пути к спортивным результатам. В связи с этим целью данной статьи является теоретическое обоснование структуры мотивации к спортивным играм и выявление наиболее эффективных педагогических условий ее целенаправленного формирования.

В психолого-педагогической науке мотивация рассматривается как сложный, многоуровневый регулятор жизнедеятельности человека. Применительно к сфере физической культуры и спорта традиционно выделяют два базовых типа мотивации: *внешнюю* и *внутреннюю*. Внешняя мотивация обусловлена факторами, не связанными непосредственно с самим процессом деятельности: стремление получить похвалу, достичь социального признания, улучшить оценку (в образовательном контексте) или избежать наказания. Внутренняя мотивация, напротив, возникает из удовольствия, получаемого от самого процесса игры: чувства владения телом, радости от точного технического действия, остроты тактической борьбы и эмоционального подъема от командного взаимодействия [2].

Спортивные игры занимают особое место в структуре мотивационных предпочтений. В отличие от циклических видов спорта (бег, плавание, лыжи) или сложнокоординационных (гимнастика, фигурное катание), игровая деятельность характеризуется высокой степенью вариативности, вероятностного прогнозирования. Эти особенности создают уникальную мотивационную среду, где фактор неопределенности (неизвестный результат розыгрыша, непредсказуемость действий соперника) парадоксальным образом выступает не демотивирующим, а, напротив, привлекательным элементом.

Эмпирические исследования (В. И. Столяров [4], Ю. А. Коломейцев, Г. Д. Бабушкин [1]) позволяют выделить следующие структурные компоненты мотивации к занятиям спортивными играми:

1. *Процессуальный компонент.* Ориентация на сам процесс игры: эмоциональное возбуждение, динамичность смены эпизодов, возможность проявить ловкость и быстроту реакции. Для начинающих спортсменов (особенно младшего школьного возраста) этот компонент является доминирующим.

2. *Результативный компонент.* Стремление к достижению конкретного результата: победы в матче, выполнение разрядного норматива, фиксации статистических показателей (забитые голы, результативные передачи). Значимость этого компонента возрастает по мере перехода от этапа начальной подготовки к этапу спортивного совершенствования [3].

3. *Социально-коммуникативный компонент.* Потребность в принадлежности к группе, чувство командной сплоченности, удовлетворение от взаимодействия и взаимовыручки. В спортивных играх данный компонент имеет критическое значение, так как изоляция игрока или разрушение внутрикомандных связей ведут к резкому падению мотивации даже при высоком уровне индивидуального мастерства.

4. *Соревновательный компонент.* Желание сравнивать себя с другими, преодолевать сопротивление соперника, доказывать превосходство. Данный компонент тесно связан с уровнем притязаний личности и может выполнять как конструктивную (стимулирующую рост), так и деструктивную (провоцирующую агрессию или страх поражения) функцию.

Важно подчеркнуть, что иерархия этих компонентов не является статичной. В процессе многолетней подготовки происходит закономерная трансформация структуры мотивации: на начальных этапах преобладают процессуальные и социальные мотивы, тогда как на этапах высшего спортивного мастерства на первый план выходят соревновательные и результативные мотивации.

Эффективное формирование мотивации к занятиям спортивными играми требует реализации системы педагогических условий, которые можно классифицировать на три группы: организационно-методические, психолого-педагогические и социально-средовые.

Организационно-методические условия предполагают вариативность тренировочного процесса. Монотонное повторение технических элементов без включения в игровой контекст быстро гасит внутреннюю мотивацию. Целесообразно использование метода сопряженного воздействия, при котором развитие физических качеств (скорости, выносливости) происходит через выполнение игровых упражнений. Кроме того, дозирование нагрузки должно соответствовать зоне ближайшего развития спортсмена: слишком легкие задания ведут к скуке, чрезмерно сложные – к отказу от деятельности.

Психолого-педагогические условия включают в себя формирование адекватной самооценки и уровня притязаний. Тренер-преподаватель должен акцентировать внимание не только на ошибках, но и на прогрессе в освоении навыков. Эффективным инструментом является техника «атрибуции успеха», когда достигнутый результат объясняется усилиями и стараниями самого игрока («ты добился этого благодаря тренировкам»), а не внешними факторами («повезло с соперником»). Для игровых видов спорта особую значимость приобретает развитие рефлексии – способности анализировать не только тактический рисунок матча, но и собственные эмоциональные состояния, связанные с игрой.

Социально-средовые условия касаются микроклимата в команде и отношения значимых взрослых. Исследования показывают, что автономная поддержка со стороны тренера (признание чувств и мнения спортсмена, предоставление выбора в определенных пределах) положительно коррелирует с внутренней мотивацией. Напротив, контролирующий стиль руководства («ты должен, потому что я сказал») порождает внешнюю мотивацию и повышает риск эмоционального выгорания уже на этапе начальной подготовки.

Формирование мотивации к занятиям спортивными играми представляет собой многомерный педагогический процесс, требующий учета как индивидуально-психологических особенностей занимающихся, так и специфики самой игровой деятельности. Устойчивая мотивация не возникает спонтанно; она является результатом целенаправленного создания условий, при которых внешние стимулы (интерес к игре, пример значимых других) постепенно трансформируются во внутренние побуждения (удовольствие от совершенствования, стремление к командному успеху, самоактуализация через игровую роль).

Литература

1. Бабушкин, Г. Д. Психология формирования мотивации спортивной деятельности / Г. Д. Бабушкин, Е. Г. Бабушкин. – Омск : СибГУФК, 2015. – 184 с.
2. Ильин, Е. П. Психология спорта / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2016. – 352 с.
3. Леонтьев, Д. А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности / Д. А. Леонтьев. – М. : Смысл, 2019. – 584 с.
4. Столяров, В. И. Спорт, культура, гуманизм / В. И. Столяров. – Саратов : Науч. кн., 2021. – 420 с.