

## РАЗВИТИЕ МОТИВАЦИИ ДОСТИЖЕНИЯ УСПЕХА У ЮНЫХ ЛЕГКОАТЛЕТОВ

*М.Г. Кошман, И.Н. Воццло*

*УО «Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины»*

Проблема мотивации относится к числу базовых проблем общей и спортивной психологии. Такой ее статус объясняется тем, что одной из главных психологических характеристик спортивной деятельности является ее мотивация. В легкой атлетике мотивация всегда была насущной проблемой для тренера любой квалификации. Мотивация достижения успеха в соревновательной деятельности представляет собой один из наиболее сложных видов мотивации и вместе с тем заслуживающий отдельного внимания для изучения. Исследование этой проблемы связано с постоянным поиском источника побудительных сил, благодаря которым осуществляется спортивная деятельность юного спортсмена. В настоящее время одним из важнейших аспектов и залогом достижения высоких результатов юными легкоатлетами является грамотно спланированная работа тренера в направлении развития мотивации достижения успеха.

Ряд современных спортивных психологов отмечают, что в процессе занятия спортом не всегда учитываются интересы и потребности субъекта спортивной деятельности. А в то же время, знание тренера об особенностях мотивационных состояний каждого из своих учеников представляет особую значимость в его профессиональном росте. Блок мотивации является пусковым механизмом деятельности, поддерживает необходимый уровень активности в процессе тренировок и соревнований, регулирует содержание активности, использование различных средств для достижения желаемых результатов [1–5].

Особой важностью обладает развитие мотивации достижения успеха у спортсменов на этапе начальной подготовки, т.к. именно в это время у юного спортсмена формируется неподдельный интерес к тренировке. В основе достижения спортсменом высоких результатов и побед очень важно в тренировочном процессе развивать у него мотивацию достижения успеха. Для реализации этого следует знать, какие из мотивов будут доминирующими у юного спортсмена, и какие факторы оказывают влияние на развитие мотивации достижения успеха.

Мотивация достижения успеха – это стремление к успеху, высоким результатам в своей деятельности. И если человек стремится достичь успеха, высоких результатов в деятельности, то у него достаточно сильная мотивация достижения. Таким образом, мотивацию достижения успеха можно определить, как стремление достичь высокого результата в избранном виде деятельности, который основывается на реализации своих умений и навыков. Следовательно, блок мотивации выполняет в структуре спортивной деятельности следующие функции: является пусковым механизмом деятельности; поддерживает необходимый уровень активности в процессе тренировочной и соревновательной деятельности; регулирует содержание активности, использование различных средств деятельности для достижения желаемых результатов [1–3].

Мотив достижения успеха связан, прежде всего, с желанием достигать успеха, в целях повышения самооценки, самоуважения или сохранения уважения сверстников. Однако наряду со стремлением добиваться успеха, мотив достижения связан также со стремлением избегать неудачи. Основные факторы формирования мотивации

достижения успеха юного спортсмена являются разнообразными и затрагивают все сферы его жизнедеятельности (от социума до среды обитания). При развитии этого мотива необходимо разработать специальную методику, которая будет направлена на решение этой проблемы в спортивной деятельности [4–5]. Разработанная методика состояла из следующих этапов: диагностического, аксиологического, стимулирующего, деятельностно-практического и рефлексивно-аналитического. Она основана на закономерностях формирования мотивационной сферы личности спортсмена и в качестве основного средства развития мотивации достижения успеха у юных легкоатлетов используются подвижные игры. Для решения задач исследования нами были включены подвижные игры в учебно-тренировочные занятия, направленные на развитие мотивации достижения успеха. Основным критерием подбора подвижных игр была направленность на обязательное выявление победителя, лидера («Старт после броска», «Вызов», «Мяч в круг», «Снайперы» и др.). При этом главной задачей тренера является четкое и безошибочное определение движущего мотива достижения успеха у спортсмена группы начальной подготовки, а это, в свою очередь, поможет сформировать правильное представление о соревновательной деятельности. Поэтому подвижные игры, которые определяют победителя, лидера, способны активизировать в ребенке желание достижения успеха, проявление своих способностей и умений. Игры такой классификации способствуют погружению в атмосферу соперничества, которая подталкивает его к демонстрации в группе всех тех умений, которыми он владеет. Занятия проходили три раза в неделю, что позволяло достигать максимального корригирующего эффекта от предложенной методики. Данные игры комплексно воздействуют на мотивационную сферу юных спортсменов.

Исследование проводилось на базе «Детско-юношеской спортивной школы Брагинского района». В нем принимали участие юные спортсмены, было выделено 2 группы детей (по 30 человек в каждой). Использовались методики для диагностики мотивации достижения успеха и избегания неудач (Т. Элерс); методика для диагностики мотивации успеха и боязни неудач (А.А. Реан) [2; 3].

По итогам методики, направленной на развитие мотивации достижения успеха, мы получили следующие результаты: в экспериментальную и контрольную группы были включены испытуемые, у которых в равной степени, преобладающей была мотивация избегания неудач (30 %), в отличие от мотива направленного на достижение успеха 20 % и 10 % соответственно. Это свидетельствует о том, что у юных легкоатлетов на этапе начальной подготовки не была развита мотивация к успеху.

Используя разработанную методику нам удалось исправить это положение, и включенные в учебно-тренировочную деятельность подвижные игры повысили в экспериментальной группе мотив достижения успеха с 20 до 50 %. Преобладание мотива избегания неудач перестало быть актуальным в экспериментальной группе, о чем свидетельствует снижение его уровня с 30 % до 10 %. Анализ данных методики (А.А. Реан) выявления мотивации успеха и боязни неудач показал, что у участников экспериментальной группы была отмечена ярко выраженная тенденция мотивации на успех. В критериях: «мотивация на неудачу» с 20 % до 0 %, это можно отметить как положительный результат использования методики, «ближе к неудаче» с 30 % до 40 %, процентное увеличение здесь обуславливается переходом исследуемых на ступень выше в развитии мотива достижения успеха. В критерии «ближе к успеху» наблюдается незначительное снижение с 40 % до 30 %, что компенсируется в критерии «мотивация на успех» увеличением показателя с 10 % до 30 %. Относительно контрольной группы

показатели в общей сумме остались неизменными, а незначительные изменения можно определить, как естественно допустимые для группы, в которой экспериментальная работа не проводилась.

Анализ полученных данных позволил сделать следующие выводы: 1) По мотивации достижения успеха: т.к. сумма качественных показателей  $80\% > 30\%$ , то при использовании игрового метода уровень мотивации достижения успех у спортсменов экспериментальной группы будет выше, чем в группе, где игровой метод не был включен в тренировочный процесс. Мотивация на успех относится к позитивной мотивации. Ребенок, начиная дело, имеет в виду достижение по итогу чего-то положительного.

2) По мотивации избегания неудач: т.к.  $30\% < 60\%$ , то среди представителей экспериментальной группы больше тех, кто ориентирован на избегание неудач, чем среди тех, кто занимается в контрольной группе. Мотивация на неудачу относится к негативной мотивации. Начиная дело, ребенок будет уже заранее бояться возможной неудачи, думает о путях избегания этой гипотетической неудачи, а не о способах достижения успеха.

Использование подвижных игр в учебно-тренировочных занятиях способствует активизации мотива достижения успеха через включенность в совместную деятельность, постоянное соперничество, где юные спортсмены неосознанно демонстрируют свои умения и пытаются превзойти результат соперника. Игра способствует снижению мотивации к избеганию неудач и активизирует внутренне противоборство с желанием завершить начатое задание в пользу доведения его до конца. Экспериментально доказано, что систематическое использование подвижных игр в тренировочном процессе у групп начальной подготовки способствует развитию желания добиваться успеха, избегать неудач на тренировках и в соревновательной деятельности. Также положительный эффект оказывает использование подвижных игр с элементами соревновательной деятельности, т.к. в юном возрасте спортсмены, стремящиеся к успеху в деятельности, обращают внимание на привлекательность некоторой задачи, а интерес к ней после неудачи в ее решении возрастает. Поэтому варьирование подвижных игр с элементами соревновательной деятельности по уровню сложности – обязательное условие их включенности в тренировку юных легкоатлетов.

На основе полученных данных сформулированы рекомендации для тренеров. Для юных спортсменов подвижная игра служит неформальной формой соревновательной деятельности, ребятам достигающих успехов, рекомендуется давать трудное, но вполне выполнимое игровое задание. Так как они предпочитают промежуточный риск и лучше выступают в оцениваемых ситуациях, тренеру рекомендуется искусственно формировать такие условия в процессе тренировки. Иной подход необходим тем спортсменам, у которых плохо, или не должным образом сформирован мотив достижения успеха: такому спортсмену рекомендуется давать ориентацию на задание, выбирать задания средней трудности или реальные, все это в последствии приведет к твердо сформированному мотиву достижения успеха.

#### Литература

1. Гогун, Е.Н. Психология физического воспитания и спорта: учебное пособие для студентов высш. пед. учеб заведений. / Е.Н. Гогун, Б.П. Мартынов. – М.: Издательский центр «Академия», 2002. – 228 с.
2. Райгородский, Д.Я. Практическая психодиагностика / Д.Я. Райгородский. – М.: Бахрах-М, 2011. – 664 с.
3. Реан, А.А. Психология и психодиагностика личности. Теория, методы исследования, практикум / А.А. Реан. – СПб.: Прайм-Евроник, 2006. – 255с.

4. Родионов, А.В. Психология физического воспитания и спорта: учебник для ВУЗов /А.В. Родионов. – М., 2004. – 336 с.
5. Хекхаузен, Х. Мотивация и деятельность / Х. Хекхаузен. – СПб.: Питер ; М.: Смысл, 2003. – 860 с.

РЕПОЗИТОРИЙ ГГУ имени Ф. СКОРИНЫ