

Общий балл, как показатель психологического благополучия, у испытуемых следующий: 18 % испытуемых имеют низкий уровень, 73 % со средним уровнем, и 9 % учащихся имеют высокий уровень психологического благополучия.

Исходя из полученных данных, мы можем сделать вывод о том, что из 100 испытуемых, 81 % учащихся обладает необходимым уровнем психологического благополучия для нормальной жизнедеятельности.

### Литература

1 Лепешинский, Н. Н. Адаптация опросника «Шкалы психологического благополучия» К. Рифф / Н. Н. Лепешинский // Психологический журнал, 2007. – № 3 (15). – С. 24–37.

**В. И. Бображ**

Науч. рук. **В. Н. Дворак,**

канд. пед. наук, доцент

### ОСОБЕННОСТИ МОТИВАЦИИ И МОТИВОВ ЗАНЯТИЙ ГРЕБНЫМИ ВИДАМИ СПОРТА

На данный момент мотивация как психическое явление трактуется по-разному. Она рассматривается мотивацию как совокупность факторов, поддерживающих и направляющих, то есть определяющих поведение, как совокупность мотивов. Так же мотивация рассматривается как побуждение, вызывающее активность организма и определяющее ее направленность.

Определения мотивации можно отнести к двум направлениям. *Первое* рассматривает мотивацию со структурных позиций, как совокупность факторов или мотивов и мировоззрением, убеждениями и направленностью личности и так далее. С учетом этих факторов происходит принятие решения, формирование намерения. *Второе* направление рассматривает мотивацию не как статичное, а как динамичное образование, как процесс, механизм. Мотивация учебно-физкультурной деятельности вытекает из различных потребностей, которые А. Ц. Пуни разделил на три группы: потребность в движении, потребность выполнения обязанностей учащегося и потребность в спортивной деятельности.

Мотивация спортивной деятельности определяется как внутренними, так и внешними факторами, меняющими свое значение на протяжении спортивной карьеры. На начальном этапе у начинающих спортсменов, причинами прихода в спорт, независимо от вида спорта, могут быть: стремление к самосовершенствованию (укрепление здоровья, улучшение телосложения); стремление к самовыражению и самоутверждению (желание быть не хуже других, быть похожим на выдающегося спортсмена, быть привлекательным для противоположного пола); социальные установки (мода на спорт, стремление сохранить семейные спортивные традиции, желание быть готовым к труду и службе в армии); удовлетворение духовных и материальных.

Благодаря научно-техническому прогрессу, внедрению его достижений в спорте, может возникнуть ситуация, когда спортсмен побеждает не благодаря своим физическим и интеллектуальным способностям или возможностям, а благодаря тому, что у него есть спортивный инвентарь, который превосходит по своему качеству и параметрам спортивный инвентарь, которого нет у другого спортсмена.

Таким образом, можно сделать вывод, что мотивы и мотивация занятием гребными видами спорта схожи с мотивами и мотивацией занятием другими видами спорта. Однако в гребных видах спорта на результат влияют не только физические особенности спортсмена, но и спортивный инвентарь.