

будут соответствовать низкому уровню, то какие бы программы подготовки не создавались для спортсмена, ему этого будет недостаточно для достижения высоких показателей в спортивной деятельности.

В результате анализа специальной литературы было выявлено, что, проблема воли занимает одно из центральных мест в деятельности человека, а волевая подготовка — одна из существенных обязательных сторон обучения и воспитания.

Спортивная деятельность и физическое воспитание предоставляют обширное поле деятельности для развития эмоциональной сферы человека. Уроки физического воспитания, тренировки и соревнования строятся на возможности проявления сильных эмоциональных переживаний, освоения приемов владения эмоциями. При этом поведение человека, особенно при проявлении быстроты, силы, выносливости, ловкости и пластичности видно невооруженным глазом, легко наблюдаемо, может быть оценено педагогами и партнерами.

Наличие правил соревнований, использование средств контроля результатов физических упражнений способствует установлению связи потребностей и эмоций на разных психологических уровнях: от интерорецептивных ощущений и эмоциональных состояний до активизации и деятельности субъекта.

Очень важна в данном случае волевая подготовка спортсмена, осуществляемая тренером, но еще важнее для спортсмена самовоспитание. Так как если спортсмен не проявит желания воспитывать себя, то сделать это не получится даже у тренера.

В. С. Мархач

Науч. рук. И. В. Сильченко,

канд. психол. наук, доцент

ВЗАИМОСВЯЗЬ САМООЦЕНКИ И УРОВНЯ ЛИЧНОСТНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Среди негативных переживаний человека тревожность занимает особое место, так как именно тревожность лежит в основе целого ряда психологических трудностей детства, в том числе многих нарушений развития, служащих поводом для обращений в психологическую службу образования [1, с. 145].

С целью изучения взаимосвязи самооценки и уровня личностной тревожности в подростковом возрасте нами было проведено эмпирическое исследование, в котором приняли участие 70 подростков в возрасте от 12 до 15 лет, из них 28 девушек (40 %) и 42 юношей (60 %). Уровень самооценки определялся с помощью методики Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан. Для диагностики ситуативной и личностной тревожности использовался тест Ч. Д. Спилбергера в адаптации Ю. Л. Ханина.

Результаты исследования позволяют сформулировать следующие выводы.

Высокий уровень личностной тревожности зафиксирован более чем у половины подростков (60 %), что подтверждает значимость разрабатываемой проблемы.

С помощью метода ранговой корреляции Ч. Спирмена установлена статистически значимая и достоверная взаимосвязь между уровнем личностной тревожности и самооценкой.

У подростков с высоким уровнем самооценки выявлен низкий уровень личностной тревожности. Испытуемые со средним уровнем самооценки обнаруживают высокий уровень личностной тревожности и средний уровень ситуативной тревожности. У подростков с низким уровнем самооценки выявлен высокий уровень как ситуативной, так и личностной тревожности. Им присущи неуверенность в себе, излишний конформизм, как правило, они не способны на гибкость в общении, замкнуты и не активны. Эта группа подростков наиболее уязвима во взаимодействиях с окружающими людьми и подвержена воздействию различных стрессогенных факторов.

Литература

1 Прихожан, А. М. Формы и маски тревожности. Влияние тревожности на деятельность и развитие личности / А. М. Прихожан // Тревога и тревожность / под ред. В. М. Астапова. – СПб., 2001. – 256 с.

Д. И. Мацкевич

Науч. рук. **В. Н. Дворак,**

канд. пед. наук, доцент

МОТИВАЦИЯ СПОРТСМЕНОВ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА

Термин «мотивация» в психологии спорта используется в широком и узком значении. В широком смысле он означает факторы и процессы, побуждающие людей к действию или бездействию в разнообразных ситуациях. В узком смысле исследование мотивов предполагает подробный анализ причин объясняющих, почему люди предпочитают тот, или иной вид деятельности.

Е. П. Ильин [1] отмечает, что на начальном этапе причинами прихода в спорт (независимо от вида деятельности, т. е. спорта) могут быть:

- 1) стремление к самосовершенствованию;
- 2) стремление к самовыражению и самоутверждению;
- 3) социальные установки;
- 4) удовлетворение духовных и материальных потребностей.

Каждая из перечисленных причин имеет для конкретного спортсмена большую или меньшую действенность в связи с его ценностными ориентациями.

Можно выделить две группы спортсменов, различающихся по доминирующему мотиву. В *первой* группе условно назвав «коллективистами», доминирующими являются общественные моральные мотивы. Во *второй* – «индивидуалистов» – где ведущую роль играют мотивы самоутверждения, самовыражения личности. Первые лучше выступают в командах, а вторые, наоборот, – в личных соревнованиях.

Причины, по которым подростки занимаются определенным видом спорта, могут быть очень различными, и их трудно свести к каким-то очевидным принципам.

Таким образом, можно сделать вывод, что данный вопрос до сих пор остается дискуссионным. Мотивация играет большую роль, в деятельности человека, особенно спортивной. Ее отличительной чертой является специфика протекания спортивной деятельности в командном или индивидуальном стиле спортивной деятельности. В командном стиле отмечается большое влияние межличностного взаимодействия нежели в индивидуальном.

Литература

1 Ильин, Е. П. Психология спорта / Е. П. Ильин. – СПб., Питер, 2009. – 352 с.

К. А. Мельникова

Науч. рук. **В. Н. Дворак,**

канд. пед. наук, доцент

МОТИВАЦИЯ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ У СТУДЕНТОВ

Физическая культура – особая область культуры, которая возникла и развивалась одновременно с общечеловеческой культурой и является ее органической частью. Она