**СПОРТИВНАЯ МОТИВАЦИЯ КАК СЛОЖНОЕ ЛИЧНОСТНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ В СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

*Кабакович О.М., Лисицын И.П.*

*г.Минск, Беларусь*

*The article shows how difficult sports motivation personal education in sport.*

Спортивная мотивация находится во взаимосвязи с рядом индивидуально психологических особенностей личности, которые обусловливают ее формирование и сохранение у индивида: коллективистической и деловой направленностью личности, самокритичностью, потребностью в самосовершенствовании и одобрении, личностной тревожностью, подвижностью нервных процессов, психической надёжностью, экстраверсией.

Как и в общей теории мотивации, мотивация достижений в спортивной деятельности включает в себя внешние и внутренние мотивы. Р. Дж. Валлеранд предложил следующую классификацию мотивации достижений в спорте. Внутренняя мотивация спорта (мотивы «узнавания нового, потребность в совершенствовании собственных навыков (мотивация саморазвития, мотив получения положительных эмоций при занятиях спортом). Внешняя мотивация спорта (мотивы «смещения цели» – достижения в спорте ради общественного признания, обостренное чувство долга – мотивация долженствования, мотив получения одобрения со стороны социального окружения.

М. Младенович выделяет три формы внешней спортивной мотивации. Внешнее регулирование является классическим примером мотивации поощрением и наказанием. Внешняя мотивация интроекцией относится к неполной интериоризации целей или ценностей, которым определенная социальная среда придает большое значение. Интроекция, в качестве механизма интериоризации, в спорте может проявляться, например, в форме обязательств из-за чувства долга или вины, стремления не предать ожидания родителей или тренеров, чувства собственного достоинства, которое зависит от фактических наблюдений собственного успеха на поле и т. д. Мотивация, основанная на интроекции, может внести вклад в исключительную самоотверженность и настойчивость, которые в поведенческом плане очень похожи на внутреннюю мотивацию.

Внутренняя мотивация в спорте определяется как удовольствие от занятий любимым видом спорта. Существуют различия между внутренней мотивацией к знаниям, внутренней мотивацией к компетентности и внутренней мотивацией к новым впечатлениям. Стремление к расширению знаний в некоторой области наиболее проявляется в сфере образования, в то время как в спорте присутствует мотивация достичь чего-то, добиться личных стандартов достижения, а также и саму спортивную деятельность воспринимать как нечто стимулирующее и вдохновляющее для себя.

Одним из важных мотивов спортивной мотивации является материальная составляющая (Ю.В.Сысоев, Н.А.Худадов). На осторожность использования материальной ориентации указывает Р.А. Пилоян. По мнению этого автора, в различных видах спорта доминирование материального стимула происходит в разные возрастные периоды. Доминирование в мотивации спортсмена материальных потребностей следует рассматривать как сигнал неблагоприятный, поскольку мотивация в данном случае не отличается высоким уровнем устойчивости.

По мнению Г.Д.Бабушкина, мотивация достижений у спортсменов проявляется в виде «ощущения потока», под которым понимается особое состояние внутренней мотивации спортсменов. Подобное «ощущение потока» возникает в тех случаях, когда в деятельности спортсмена сбалансированы «надо» и «могу», когда приведено в гармонию то, что должно быть сделано спортсменом (требования спортивной деятельности), и то, что спортсмен может сделать (наличие определенных способностей). При наличии в восприятии спортсмена баланса этих двух параметров деятельности создаются необходимые условия возникновения и развития внутренней мотивации. Когда развитие способностей будет совпадать с нарастанием потребностей занятий спортом, занимающиеся будут развиваться в благоприятном режиме, испытывая удовольствие от спортивных занятий, с увлечением выполняя задания тренера.

При рассмотрении мотивации достижений в спорте большое значение имеет динамика ее развития на различных этапах спортивного мастерства (А.Ц.Пуни, В.Л.Марищук, М.Н.Фирсов, Е.П.Ильин и др)

А.Ц.Пуни рассматривает динамику развития мотивов спортивной деятельности. Начальная стадия занятия спортом. В этот период имеют место первые попытки включиться в спортивную деятельность. Мотивы, побуждающие к этому, характеризуются: диффузностью интересов к физическим упражнениям (подростки начинают заниматься обычно не одним, а несколькими видами спорта, причём часто совсем не теми, в которых они в дальнейшем могут показать своё спортивное мастерство), непосредственностью («занимаюсь потому что люблю физкультуру»), связаны с условием среды, благоприятствующими занятиям данным видом спорта («живу в Феодосии, как же я мог не плавать?»; «с малых лет ходил на лыжах, т.к. жил на окраине города»), нередко включают в себя элементы долженствования («надо было посещать уроки физической культуры»).

Общими для мотивов начальной стадии являются такие особенности, как недостаточная осознанность потребностей, лежащих в их основе, нестойкость их, неопределённость и взаимозаменяемость различных способов удовлетворения. Стадия специализации в избранном виде спорта. На этой стадии мотивами спортивной деятельности являются: пробуждение и развитие специального интереса к определённому виду спорта, проявление способностей к этому виду спорта и стремление к их развитию; эмоционально насыщенное переживание спортивного успеха и стремление к его закреплению, расширение специальных знаний, совершенствование спортивной техники приобретение боле высокой степени тренированности.

Стадия спортивного мастерства. При достижении спортсменом этой стадии, прежние мотивы как бы отступают на второй план. Доминирующим, определяющим поведение спортсмена становится мотив достижения успеха. Спортсмен испытывает потребность в предельных физических усилиях, в переживании состояния максимальной психической напряженности, в чувстве преодоления соперника, самого себя, а главное, потребность добиться высоких спортивных результатов. В современном спорте высокие спортивные достижения невозможны без высокой социальной мотивации.

В связи с возрастом и этапами спортивной подготовки хотелось бы выделить следующие тенденции мотивации спортивных достижений: дифференциация содержания мотивационной структуры; стабилизация мотивационной структуры; усиление взаимосвязи тренировочной и соревновательной мотиваций; специализация мотивационной структуры, уменьшение ее индивидуального своеобразия; усиление значимости результативных мотивов по сравнению с непосредственными, процессуальными побуждениями (двигательная активность, соперничество) с последовательным переходом доминирующей роли от потребности в самоутверждении, к потребности в повышении своих возможностей, к потребности в достижении наивысшего результата в спорте; повышение адекватности мотивации достижения успеха условиям деятельности; переход от стремления к достижению целей спортивной деятельности, которые ставятся под преимущественным влиянием социальным окружением, к побуждению занятиям спортом на основе личного отношения к спорту и самооценки личных качеств; усиление социальной направленности мотивов.

*Литература:*

1. Бобровский, А.В. Мотивация спортивной деятельности/ А.В.Бобровский, В.А.Бобровский, А.А,Гераськинг // Спортивный психолог. – 2004. – №3. – С. 18–21.
2. Крылов, А.А. Некоторые проблемы психологии спорта в современном мире / А.А.Крылов // Вестник Балтийской Педагогической Академии. Вып. 14. – СПб., 1998. – С. 46–49.
3. Марищук, В.Л. В чем сила сильных / В.Л.Марищук, Е.А.Пеньковский. – М.: ВЗПИ, 1992. – 187 с.
4. Попов, А.Л. Спортивная психология / А.Л.Попов. – М.: Московский психолого-социальный институт. Флинта, 1998. – 152 с.
5. Портных, Ю.И. Воспитательное влияние психологии побед и поражений в спорте / Ю.И.Портных // Хрестоматия: Спортивная психология в трудах отечественных специалистов. – СПб.: Питер, 2002. – С. 65–69
6. Фирсов, М.Н. Развитие мотивации достижения в спортивной деятельности / М.Н.Фирсов // Автореф. дисс…канд. психол. наук: 19.00.13. – Астрахань, 2006. – 24 с.