

**ИОНОВА М. С., ШАФЕЕВ Р. Р.**

**ОСОБЕННОСТИ МОТИВАЦИОННОЙ СФЕРЫ СТУДЕНТОВ,  
ЗАНИМАЮЩИХСЯ ЦИКЛИЧЕСКИМИ ВИДАМИ СПОРТА**

**Аннотация.** В данной статье отражены результаты исследования мотивации спортивной деятельности студентов, занимающихся циклическими видами спорта. Представлена сравнительная характеристика особенностей мотивационной сферы студентов – представителей циклических и ациклических видов спорта. Сделаны выводы о необходимости совершенствования системы психологической подготовки студентов-спортсменов.

**Ключевые слова:** личностные особенности спортсменов, мотивация спортивной деятельности, студенты-спортсмены, психологическая подготовка студентов-спортсменов.

**IONOVA M. S., SHAFEEV R. R.**

**MOTIVATION FEATURES OF STUDENTS DOING CYCLIC SPORTS**

**Abstract.** This article presents the results of a study of the motivation of students doing cyclic sports. A comparative characteristic of the features of the motivational sphere of students doing cyclic and acyclic sports is provided. Conclusions are drawn about the need to improve the system of psychological training of student-athletes.

**Keywords:** personal characteristics of athletes, motivation of sports activity, student-athletes, psychological training of student-athletes.

Особое значение в психологической подготовке, способствующей повышению результативности спортивной деятельности, имеют особенности мотивационной сферы спортсмена. Однако существует актуальное противоречие между запросом социальной практики и государственной политики в сфере спорта к эффективной психологической подготовке спортсменов и фактом недостаточности сведений (имеющихся на данный момент в психологической науке) об особенностях личностной организации спортсменов [1]. В частности, без должного внимания исследователей все еще остаются особенности мотивационной сферы студентов, занимающихся циклическими видами спорта (беговые дисциплины легкой атлетики, плавание, гребля и др.) [7]. Данное противоречие определяет актуальность нашего исследования.

В спортивной психологии термин «мотивация» применяется в широком и узком смысле. В более широком смысле – это факторы и процессы, стимулирующие человека к определенным действиям или бездействию в тех или иных ситуациях. В узком смысле –

понятие «мотивация» включает в себя подробный анализ причин, объясняющих, почему люди предпочитают одну деятельность другой, действуют с достаточной интенсивностью для решения определенных задач и продолжают работать в течение длительного периода времени [5].

Мотивацию к занятиям спортом изучали Б. Дж. Кретти, А. С. Пуни, Л. Р. Макина и др. [2; 5; 3]. Исследования в данной области не прекращаются и в настоящее время.

Цель проведенного нами исследования заключалась в выявлении особенностей мотивации студентов, выбравших для себя циклические виды спорта. Оно было проведено на базе Мордовского государственного университета им. Н. П. Огарёва. В нем приняли участие 40 студентов-спортсменов. Половина участников исследования (13 юношей и 7 девушек) занимается циклическими видами спорта, вторая половина (16 юношей и 4 девушки) – ациклическими (скоростно-силовые; силовые; прицельные виды спорта). Студенты, выбравшие циклические виды спорта, были включены нами в группу I, ациклические – в группу II.

Для изучения мотивации спортивной деятельности у студентов мы использовали Шкалу К. Замфир (в модификации А. Реана). Для выявления у студентов защитных стратегий, ориентированных на избегание неудач, применялась Методика диагностики мотивации избегания неудач (Т. Элерс) [6; 4].

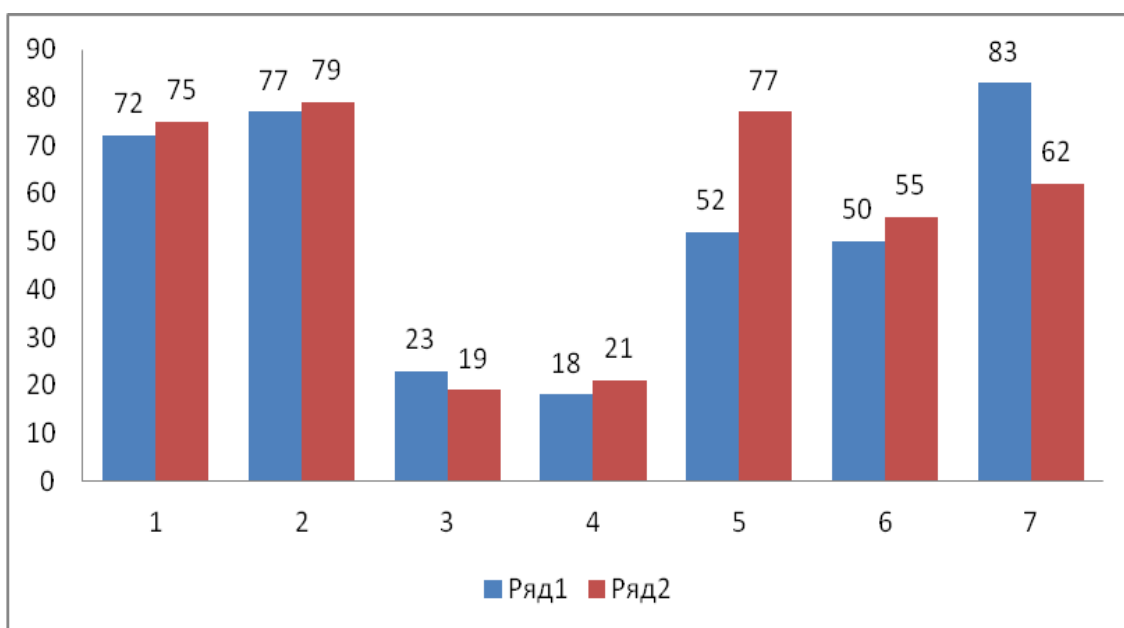
Показатели мотивационного компонента в структуре личности студентов-спортсменов (по результатам применения Шкалы К. Замфир в модификации А. Реана) представлены в таблице 1 и на рисунке 1.

Таблица 1

### Преобладающие мотивы студентов-спортсменов

Мотивы студентов-спортсменов	Количество студентов, %	
	группа I	группа II
1 Денежный заработок	72	75
2 Стремление к продвижению в спортивной карьере	77	79
3 Стремление избежать критики со стороны тренера	23	19

4 Стремление избежать возможных наказаний или неприятностей	18	21
5 Потребность в достижении социального престижа и уважения со стороны других	52	77
6 Удовлетворение от самого процесса и результата спортивной деятельности	50	55
7 Возможность наиболее полной самореализации именно в данной деятельности	83	62



\*Условные обозначения: ряд 1 – группа I, ряд 2 – группа II; 1 – 7 – мотивы студентов-спортсменов (1 – денежный заработок, 2 – стремление к продвижению в спортивной карьере, 3 – стремление избежать критики со стороны тренера, 4 – стремление избежать возможных наказаний или неприятностей, 5 – потребность в достижении социального престижа и уважения со стороны других, 6 – удовлетворение от самого процесса и результата спортивной деятельности, 7 – возможность наиболее полной самореализации именно в данной деятельности).

Рис. 1. Преобладающие мотивы студентов, занимающихся циклическими и ациклическими видами спорта (по результатам применения Шкалы К. Замфир в модификации А. Реана).

Согласно представленным данным, значимые различия в мотивации денежного заработка отсутствуют. Также не выражены существенные различия по таким показателям, как:

- стремление к продвижению в спортивной карьере;
- избегание возможных неприятностей;
- удовлетворение от самого процесса и результата спортивной деятельности.

Причем, склонность к продвижению в спортивной карьере ярко выражена у студентов-спортсменов обеих групп. Ориентация на высокие профессиональные результаты свойственна спортсменам, не зависимо от того, каким именно видом спорта они занимаются.

Мотивы избегания неудач (стремление избежать критики со стороны тренера и возможных наказаний или неприятностей) в группах I и II представлены незначительно. Сходные данные получены и в результате применения Методики диагностики мотивации избегания неудач (Т. Элерс) (данные отражены в таблице 2).

Существенные различия между группами студентов-спортсменов выявлены по показателю «возможность наиболее полной самореализации именно в данной деятельности» (выше у спортсменов, занимающихся циклическими видами спорта) и «потребность в социальном престиже и уважении со стороны других» (более выражена у студентов-спортсменов, занимающихся ациклическими видами спорта).

Выявленные различия можно объяснить тем, что в скоростно-силовых, собственно силовых и прицельных видах спорта (которые и относят к ациклическим) ярче выражено соперничество с конкретными противниками и превосходство победителя. В юношеском возрасте тот, кто оказался сильнее, выносливее, выдержал давление противника и победил, действительно, достоин уважения.

В циклических видах спорта не предъявляются столь высокие требования к физической силе и выносливости. Спортсмены поглощены процессом собственной, индивидуальной деятельности и часто у них нет возможности «оглядываться на другого».

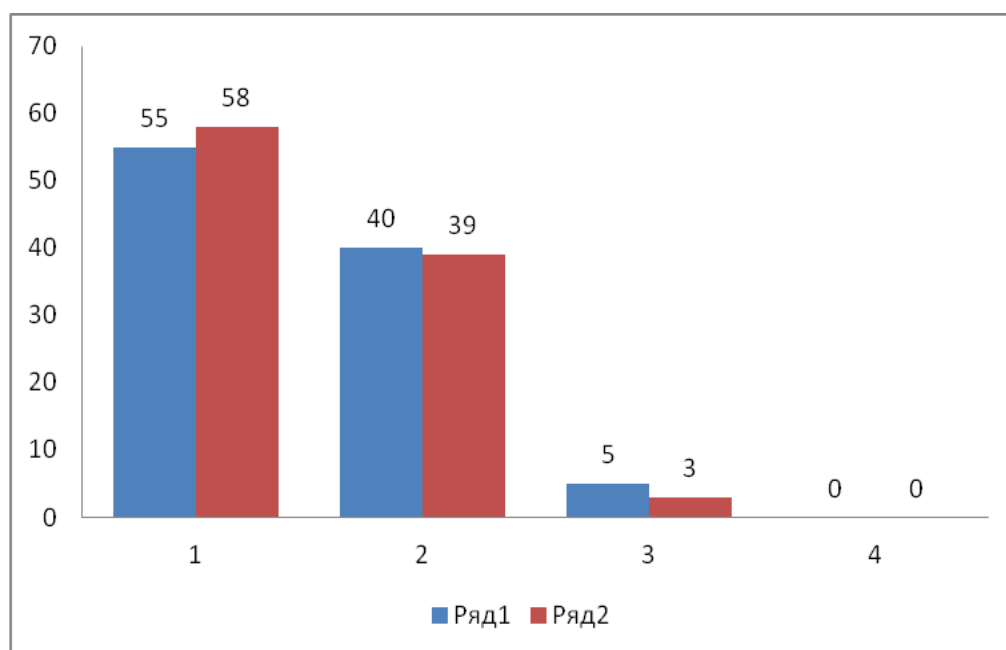
Для более детального изучения мотивации избегания неудач у студентов-спортсменов мы использовали методику Т. Элерса. Результаты представлены в таблице 2 и на рисунке 2.

Анализируя данные, представленные в таблице 2 и на рисунке 2, можно сделать вывод о том, что у студентов группы I (занимающихся циклическими видами спорта) преобладает низкий уровень мотивации избегания неудач (55 % респондентов). На следующей позиции средний уровень (40 % студентов). Высокий уровень мотивации избегания неудач выявлен лишь у 5 % респондентов данной группы. Слишком высокий уровень не характерен для студентов группы I.

## Уровень мотивации избегания неудач у студентов-спортсменов

Уровень мотивации избегания неудач	Количество студентов, %		t-критерий Стьюдента
	группа I	группа II	
1 Низкий	55	58	$t_3=1,52$ ( $p>0,1$ )
2 Средний	40	39	
3 Высокий	5	3	
4 Слишком высокий	–	–	

\*Примечание:  $t_{кр}=1,686$  при  $p\leq 0,1$ ;  $t_{кр}=2,024$  при  $p\leq 0,05$ ;  $t_{кр}=2,712$  при  $p\leq 0,01$



\*Условные обозначения: ряд 1 – группа I, ряд 2 – группа II; 1 – 4 уровни мотивации избегания неудач (1 – низкий, 2 – средний, 3 – высокий, 4 – слишком высокий).

Рис. 2. Уровень мотивации избегания неудач у студентов, занимающихся циклическими и ациклическими видами спорта (по результатам применения Методики диагностики мотивации избегания неудач Т. Элерса).

Результаты применения данной методики в группе II существенно не отличаются от результатов, полученных нами в группе I. Среди участников исследования, занимающихся ациклическими видами спорта, преобладают студенты с низким уровнем мотивации избегания неудач (58 %). У значительного количества респондентов выявлен средний

уровень (39 %). Лишь для 3 % студентов характерен высокий уровень мотивации избегания неудач. Слишком высокий уровень у студентов группы II не выявлен.

Статистически достоверных значимых различий в показателях мотивации избегания неудач у студентов групп I и II выявлено не было –  $t_3=1,52$  ( $p>0,1$ ).

Следовательно, для подавляющего большинства студентов-спортсменов (занимающихся циклическими и ациклическими видами спорта) не характерен иррациональный страх перед несчастным случаем, чрезмерная боязнь рисковать, либо же, наоборот, склонность к чрезмерному риску, свойственные людям с преобладающей мотивацией избегания неудач.

На основе полученных эмпирических данных можно охарактеризовать особенности мотивационной сферы студентов, занимающихся циклическими видами спорта, следующим образом.

– Данная группа студентов-спортсменов отличается более высокими показателями мотива «возможность наиболее полной самореализации именно в данной деятельности». При этом «потребность в социальном престиже и уважении со стороны других» выражена у них в меньшей степени, по сравнению со студентами, занимающимися ациклическими видами спорта.

Выявленные различия можно объяснить тем, что в циклических видах спорта не предъявляются столь высокие требования к физической силе и выносливости (как в ациклических). Спортсмены поглощены процессом собственной, индивидуальной деятельности и часто у них нет возможности «оглядываться» на соперника.

– У студентов, занимающихся циклическими видами спорта, преобладает низкий уровень мотивации избегания неудач (как и у их сверстников, предпочитающих ациклические виды спорта). У значительного количества респондентов выявлен средний уровень.

– Для большинства студентов-спортсменов, занимающихся циклическими видами спорта (как и для тех, кто выбрал для себя ациклические виды) не характерен неоправданный страх, чрезмерная боязнь рисковать, либо же, наоборот, склонность к чрезмерному риску, свойственные людям с преобладающей мотивацией избегания неудач.

Результаты проведенного нами исследования расширяют представления о специфике мотивационной сферы студентов, предпочитающих циклические виды спорта. Представленные в работе эмпирические данные могут быть использованы при разработке рекомендаций по организации психологической подготовки студентов-спортсменов.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Ионова М. С., Баляев С. И., Гаранина Ж. Г. Характеристика волевой организации личности спортсменов-легкоатлетов // Мир науки. – 2018. – Т. 6. – № 2. – С. 73.
2. Кретти Б. Дж. Психология в современном спорте. – М., 1978. – 224 с.
3. Макина Л. Р. Анализ мотивации и самооценки личности легкоатлетов с нарушением зрения [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://bmsi.ru/doc/e48cdc87-d9fc-4b36-be88-36cba61677ce>. (дата обращения 18.03.2022).
4. Практическая психодиагностика. Методики и тесты: учебное пособие / ред.-сост. Райгородский Д. Я. – Самара: БАХРАХ-М, 2001. – 672 с.
5. Пуни А. Ц. Очерки психологии спорта: учеб.-метод. пособие. – М.: ФиС, 1959. – 308 с.
6. Реан А. А. Психология и психодиагностика личности: Теория, методы исследования, практикум. – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2006. – 255 с.
7. Циклические виды спорта // SportWiki»: Спортивная энциклопедия [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://ru.sport-wiki.org/http://ru.sport-wiki.org/ciklicheskie-vidy-sporta/> (дата обращения 15.03.2022).