

МОТИВАЦІЯ ДО ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ЮНИХ ГАНДБОЛІСТОК

Т.М. Кузеванова

Херсонський державний університет, vsg_svitlana@gmail.com

Науковий керівник: доктор психологічних наук, професор О.Є. Блинова

Актуальність. У даний час вітчизняний спорт втратив багато своїх провідних позицій на світовій арені. Відродження високого рівня вітчизняного спорту багато в чому залежить від якості системи спортивної підготовки. Особливий інтерес тут являє вивчення і розробка методик тренувальної діяльності в системі підготовки спортсменів. На початковому етапі багаторічної підготовки особливо важлива мотивація до занять спортом. Розбіжності між організацією тренування і мотивацією юних спортсменів можуть сильно знизити схильність до занять спортом.

Сучасний спортсмен може досягти високих результатів у спорті тільки за умови дотримання спортивного режиму та регулярних тренувань. До такого він повинен бути підготовлений не тільки фізично, але й психологічно і морально. Цю готовність потрібно постійно розвивати і вдосконалювати під час тренувального процесу. У сучасному спорті результати високих досягнень тісно переплітаються з мотиваційною сферою людини. Мотивація спрямовує її до поставленої мети, впливає на процеси, що відбуваються в організмі.

Особливо важливо формувати мотивацію досягнення успіху у спортсменів високого класу. В сучасному спорті високих досягнень, дуже сильно зросла якість і майстерність спортсменів. Якщо ще, років 20 тому, рекорд міг протриматися кілька років і рівень підготовки спортсменів значно відрізнявся, то тепер, це розходження практично відсутня. Зараз спортсмени на змаганнях приблизно з однаковим високим рівнем фізичної підготовки [3].

В умовах жорсткої конкуренції високі результати може показати тільки вмотивований спортсмен з чітко вираженою мотивацією. Не враховуючи

мотиваційних чинників, спортсмени не можуть досягнути високих спортивних здобутків.

Успіх у будь-якій діяльності залежить не лише від здібностей, а й від мотивації (тобто від прагнення самоутверджуватися, досягати високих результатів тощо). Чим вищий рівень мотивації, тим більше чинників (мотивів) спонукають людину до діяльності, то більше зусиль вона схильна докладати.

Мотивація – збірне поняття. У процесі вивчення мотивації Х. Хекгаузен звертає увагу на такі аспекти:

- цілеспрямованість поведінки;
- початок і завершення втрати цілісності поведінки;
- відновлення цілісності після припинення поведінки;
- перехід до нового типу поведінки;
- конфлікти між цілями поведінки і способами її реалізації [1].

За Р. Немовим, мотивація – це динамічний процес внутрішнього, психологічного і фізіологічного управління поведінкою, що включає його ініціацію, напрямок, організацію, підтримку [4].

М. Варій у своїй праці аналізує роботи зарубіжних учених, зокрема вказує про те, що Роббінс визначає мотивацію як процес, який викликає, спрямовує і формує людську поведінку щодо досягнення якоїсь мети. Мотивація спрямована на кожну з цілей поведінки. Д. Буханан і Д. Гучинські визначають: «Мотивація – це трудомісткий психологічний процес ініціації, вкладання енергії, напряму і формування цілеспрямованої поведінки» [1].

Спортивна мотивація складається з двох частин: короткочасної і довгострокової. Короткочасна мотивація – це рішення подолати перешкоду тут і зараз, досягти певної мети в конкретний проміжок часу. Довгострокова мотивація – це рішення досягти більше мети, шлях до якої складається з невеликих успіхів [5].

Отже, щоб спортсмен досяг високих результатів і перемоги, дуже важливо під час тренувального процесу формувати у нього мотивацію

досягнення успіху. А для цього необхідно знати, які саме мотиви є домінуючими для спортсменів, і які фактори сприяють формуванню мотивації досягнення успіху.

Тому в спортивній діяльності юнацької гандбольної команди важливими чинниками успіху є не лише фізичні якості, а й достатній рівень мотивації до тренування та змагань.

Мета дослідження: оцінити рівні мотивації юнацьких спортивних команд з гандболу.

Методи дослідження: аналіз та узагальнення літературних джерел, методи визначення мотивації до досягнення.

Результати дослідження. У процесі дослідження було використано методику «Оцінки потреби в досягненні» [4]. За цими тестами була досліджена Херсонська та Миколаївська спортивна юнацька команда з гандболу, різного спортивного стажу та спортивного розряду. У складі команди ХВУФК: є три голкіпера; три розігруючи гравця; три півсередніх, один з них капітан команди; два лінійних та два крайніх гравця. А у складі команди Миколаївської області: є два голкіпера, три розігруючи; два півсередніх гравців; три лінійних, з них один капітан команди; чотири крайніх гравця.

Проведене нами дослідження дозволяє побачити рівень мотивації команди. Методики «Оцінки потреби в досягненні» (Г. В. Ложкін) була проведена 24 січня 2020 року за 5 годин до матчевої зустрічі між командами ХВУФВ (Херсон) – Миколаївська область. Результат гри 36:16 на користь команди Херсон.

За результатами тестування можна зауважити: у 13 опитаних (команда ХВУФК), що становить 84,6% від усіх опитаних, отримано середній рівень. У 1-го спортсмена (7,7 %) – високий рівень. Низький рівень мотивації – 7,7 %.

У команди - Миколаївської область, за результатами методики було виявлено: у 14 опитаних, що становить 64,6 % від усіх опитаних, отримано високий рівень. У 4 (28,1 %) – середній рівень мотивації. Низький рівень склав 7,3 %.

Проаналізувавши результати цього тесту, можна сказати: що у більшості гравців команди «ХВУФК» середній рівень мотивації. І це можна обґрунтувати тим, що були слабкі суперники і результат гри можна було передбачити заздалегідь.

Але у команди «Миколаївська область» все навпаки. У більшості гравців виявлено – високий рівень мотивації. І це обґрунтовується тим, що вони були більш мотивовані, бо суперники були сильніші. Коли суперник сильніший, тим більше мотивація виграти, немає страху та не боїшся помилитись.

Висновки. Раніше в спорті приділяли увагу тільки спортивній майстерності, але час минає і в спорті теж йдуть зміни. В сучасному спорті повинно бути два домінуючих компонента – це спортивна майстерність та мотивація, а саме прагнення до успіху.

За результатами нашого дослідження виявлено, що у команди «ХВУФК» – середній рівень мотивації до гри з командою «Миколаївської області». А у Миколаївської - навпаки. Але незважаючи на високу мотивацію команди «Миколаївська область» не змогла виграти суперника, бо не вистачило спортивної майстерності.

Література:

1. Варій М.Й. Загальна психологія: [підр. для студ. ВНЗ] [3-тє вид.]. К.: Центр учбової літератури, 2009. 107 с.
2. Ильин Е.П. Психология спорта. СПб.: Питер, 2008. 352 с.
3. Кретті Брейент. Психология в современном спорте: учебник для специальностей с физкультурным уклоном / Пер. з англ. Ханина Ю.Л. М.: Физкультура и спорт, 1978. 237 с.
4. Ложкин Г.В. Психология спорта: схемы, комментарии, практикум: учеб. пособ. К.: Освіта Україна, 2011. 484с.
5. Немов Р.С. Психология. В 3-х кн. Кн. 1.: Общие основы психологии: учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений. 5-е изд. М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2006. 687 с.
6. Спортивная психология в трудах отечественных специалистов. / Сост. И.П. Волков. СПб.: Питер, 2002. 384 с.