

### РАЗДЕЛ 3. ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА, СПОРТИВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ И ТУРИЗМ

УДК 796.5

DOI: [https://doi.org/10.14258/zosh\(2022\)4.11](https://doi.org/10.14258/zosh(2022)4.11)

#### МОТИВАЦИЯ В СПОРТИВНОМ ТУРИЗМЕ

**Стурова Елена Валерьевна**

Доцент кафедры Физической культуры и спорта ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава  
России, Владивосток, e-mail: [e.sturova@m.tgmu.ru](mailto:e.sturova@m.tgmu.ru)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5182-2336>

**Степанова Ирина Сергеевна**

Доцент кафедры физической культуры и спорта ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России,  
Владивосток, Россия, e-mail: [iri\\_ska@inbox.ru](mailto:iri_ska@inbox.ru)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4288-0435>

**Белоноженко Эдуард Витальевич**

Студент ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России, Владивосток, Россия,  
e-mail: [kadduz@mail.ru](mailto:kadduz@mail.ru)

ORCID: 0000-0002-4401-619X

#### MOTIVATION IN SPORTS TOURISM

**Sturova Elena Valerievna**

Pacific State Medical University, assistant professor,  
department of physical culture and sports, Vladivostok, Russia,  
e-mail: [e.sturova@m.tgmu.ru](mailto:e.sturova@m.tgmu.ru)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5182-2336>

**Stepanova Irina Sergeevna**

Pacific State Medical University, associate professor, department of physical culture and sports,  
Vladivostok, Russia, e-mail: [iri\\_ska@inbox.ru](mailto:iri_ska@inbox.ru)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4288-0435>

**Belonozhenko Eduard Vitalievich**

Pacific State Medical University, Student, Vladivostok, Russia,  
e-mail: [kadduz@mail.ru](mailto:kadduz@mail.ru)

ORCID: 0000-0002-4401-619X

**Аннотация.** С каждым годом популярность спортивного туризма увеличивается, и мотивация заниматься спортом растет. В данной статье мы проанализировали становление спортивного туризма, по средствам изучения статистических данных. В статье также рассматривается мотивация спортсменов, занимающихся спортивным туризмом. Выделяются структурные уровни спортивной мотивации и их влияние на достижения спортсменов. Делается акцент на отдельных видах спортивных мотивов, актуальность которых подтверждается результатами опроса респондентов

**Ключевые слова:** спортивный туризм, личностная мотивация, ситуативная мотивация, мотивационное состояние спортсмена.

**Annotation.** Every year the popularity of sports tourism is increasing and the motivation to do sports is growing. In this article we have analyzed the formation of sports tourism by means of studying statistical data. The article also discusses the motivation of athletes engaged in sports

tourism. The structural levels of sports motivation and their impact on the achievements of athletes are highlighted. The emphasis is placed on certain types of sports motives, the relevance of which is confirmed by the results of the survey of respondents

**Keywords:** sports tourism, personal motivation, situational motivation, motivational state of an athlete.

**Введение.** Современный человек целенаправленно и полностью осознает значимость и необходимость занятий физической культурой и спортом, так как к этому осознанию ведут ежедневные психологические нагрузки, множество различных стрессовых ситуаций, утомление в конце рабочего дня, вследствие чего нехватки мотивации (Филимонова Е. Н., Коробейникова Е.И., 2019). Истоки появления термина «мотивация», берут свое начало с конца 19 века, тогда он впервые был употреблен в работе А. Шопенгауэра, а также с выделением проблемы мотивации в качестве самостоятельной проблемы психологии в начале XX века (Медведева, А. А.). «Мотивация основывается на мотивах, под которыми имеются в виду конкретные побуждения, стимулы, заставляющие личность действовать и совершать поступки», - считают ученые Р.С. Ткач и Е.Н.Ткач (Ткач Р.С., Ткач Е.Н., 2019). Мотивация относится к числу центральных понятий в психологических науках. Понятию мотивации отводят особое место в структуре личностных факторов психической адаптации. Для управления формированием спортивной мотивации необходимо ежедневно в процессе вне тренировочной, учебно-тренировочной и соревновательной деятельности создавать педагогические условия для возникновения, функционирования и стабилизации этих отношений. ( Кузьмин Е.Б. 2016)

Спортивный туризм как один из национальных видов спорта в России активно развивается и набирает популярность. Спортивный туризм является собирательной дисциплиной, в которую с течением времени были включены различные виды отдыха, связанные с физической активностью человека. Каждый активный индивидуум, не привыкший сидеть дома и стремящийся получить новые впечатления в сочетании с физическими нагрузками, сможет выбрать для себя тот вид туризма, который больше всего ему подходит. Можно покататься на велосипеде или горных лыжах, отправиться в спуск по реке на специальном плавательном средстве или просто пойти с друзьями в пеший поход. А можно заняться туризмом на профессиональном уровне и участвовать в соревнованиях, включающих в себя прохождение категорированных маршрутов с получением, впоследствии, спортивных разрядов. Дистанции для такого рода состязаний прокладываются, как в естественной среде, так и на искусственно созданной площадке.  
( Пахомов В.И.,2020)

Спортивный туризм занимает лишь 9-е место в общем рейтинге популярности (Гварлиани Т. Е., Черемшанов С. В.,2012). Согласно статистическим данным Минспорттуризма России, по данным формы N1 -ФК на 31 декабря 2011 года: всего занимающихся спортивным туризмом 358 403 человек (ФСТР 2011). Хотя некоторые источники говорят о цифре в 3 000 000 (Бунина Е.В., 2014)

Из них на этапе подготовки (рисунок 1)

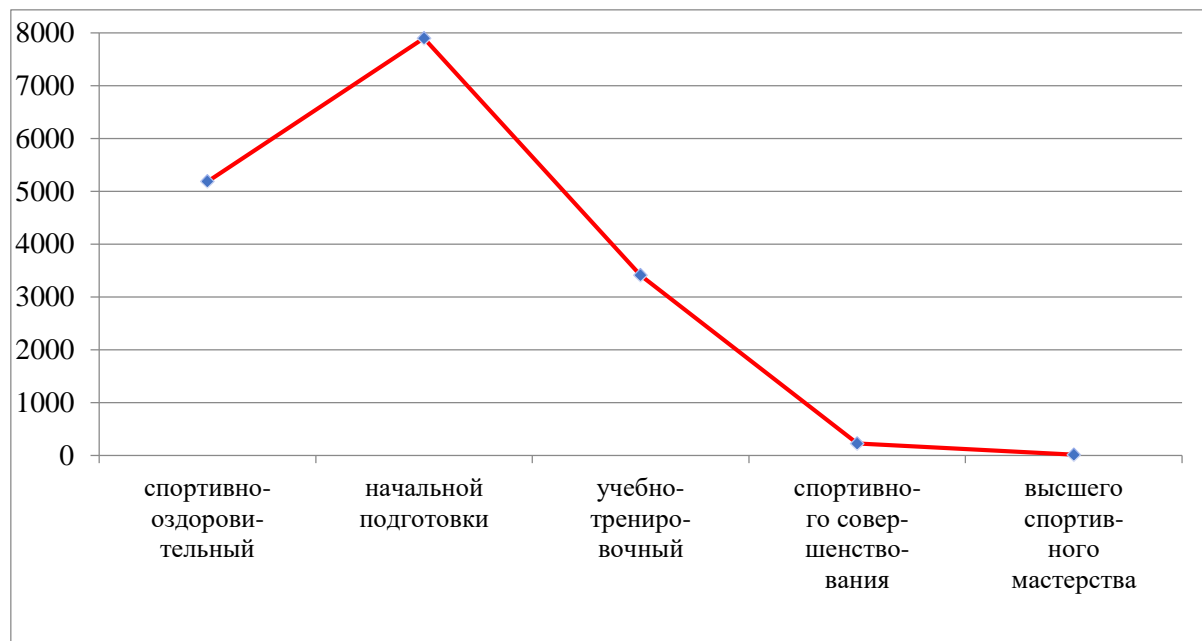


Рис. 1. Численность занимающихся на различных этапах подготовки.

Мы рассматриваем данный этап, по причине того что на начальном этапе занятий спортом наблюдается, в основном у детей, диффузность интересов к разным его видам. При этом часто выбор вида спорта бывает обусловлен случайными внешними обстоятельствами: подражанием старшему брату, сестре или товарищу, природными условиями, близостью той или иной спортивной базы, показом по телевидению крупных соревнований и т. п.

Из них на этапе спортсменов-разрядников (Рисунок 2)

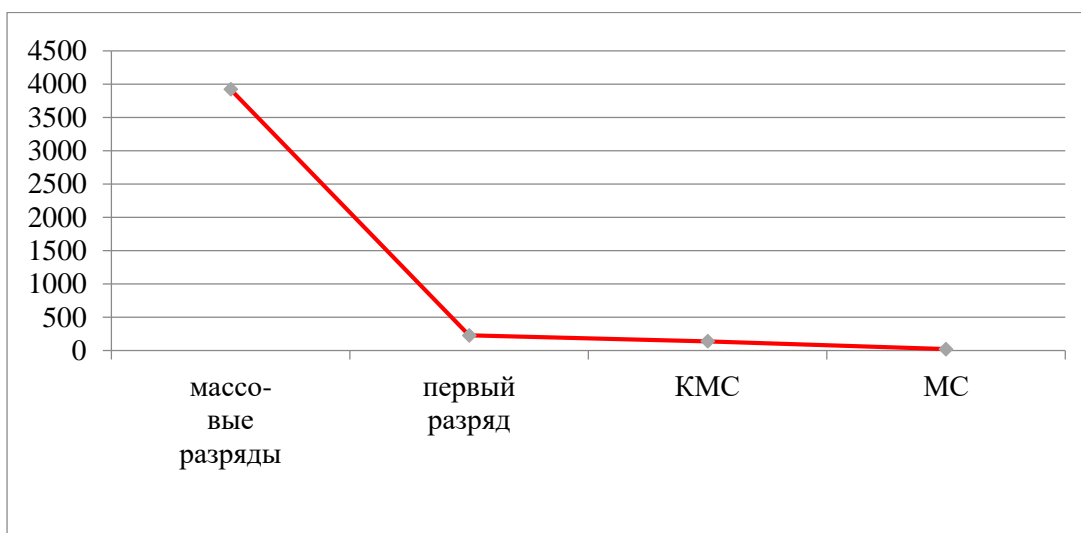


Рис. 2. Из числа занимающихся - спортсменов-разрядников.

Этот этап рассматривается по причине рассмотрения мотивации оставаться в спорте. На стадии спортивного мастерства основными мотивационными факторами являются стремление поддержать и развить насколько это возможно свои достижения, умножить престиж и славу в спортивном мире, содействовать своими успехами прославлению города, страны, способствовать развитию данного вида спорта (обогащая его технику и тактику, внедряя свой оригинальный стиль и т. п.), а также обеспечение своего материального

благополучия. Американский психолог Б. Дж. Кретти среди мотивов, побуждающих заниматься спортом, выделяет стремление к стрессу и его преодолению. Он отмечает, что бороться, чтобы преодолевать препятствия, подвергать себя воздействию стресса, изменять обстоятельства и добиваться успеха – мощные мотивы спортивной деятельности. Наличие у спортсмена мотивации приобретения знаний в своем виде спорта, является необходимым условием для позитивного результата спортивной деятельности.

Мотивация в спорте предполагает наличие факторов и процессов, побуждающих спортсменов к действию или бездействию в различных ситуациях. Успешное формирование положительной мотивации к занятиям возможны только при правильном соотношении общественного и индивидуального мотивов. (Макаренко В. К., 2018). В спортивной деятельности важно изучение причин, которые детерминируют предпочтение конкретных лиц заниматься тем или иным видом спорта. Мотивация спортсмена в значительной степени определяет уровень его специальной подготовки, которая является одной из основных составляющих его спортивных успехов. Дело в том, что сила и устойчивость мотивации во многом определяется возможностями субъекта удовлетворить себя в конкретном виде спортивной деятельности, а уровень специальных знаний, умений и навыков детерминирует возможности спортсмена. Поэтому понятно, что в спортивных достижениях мотивация играет определенную роль, т.к. она диктует степень проявления возможностей спортсмена. Именно в связи с этим становится понятным, что между мотивацией и успехом в спортивной деятельности проявляется принцип обратной связи. Мощнейшим мотиватором для занятий спортом является стремление человека улучшить свои собственные достижения.

С психологической точки зрения в структуре мотивации можно выделить два уровня: личностный и ситуативный. Личностная мотивация представляет собой стержневую характеристику психики, отвечающую за детерминацию какой-либо деятельности и интерес к ней, ситуативная же отвечает за мыслительный процесс, вызванный внешними обстоятельствами временного характера и служащий прогнозированию развития и последствий, а также рефлексии субъективных вариантов реагирования на них.

При занятии спортивным туризмом человек получает возможность познакомиться с культурой народа, проживающего в районе путешествия, получить эмоциональное удовлетворение от созерцания великолепных природных ландшафтов. Спортивный туризм отличается от других видов туризма тем, что даёт возможность человеку посетить различного рода спортивные объекты и сооружения; музеи и залы спортивной славы; спортивные парки, включая водные и прыжковые (на лыжах и bangu); туристические маршруты, разработанные для изучения природы; спортивные магазины.

Применительно к занятиям спортивным туризмом личностная мотивация проявляется на уровне изначального выбора спортивной деятельности в качестве профессиональной и, в частности, в пользу именно этого вида спорта. Ситуативная мотивация связана с временными целями и задачами, рубежными контролями и текущими достижениями спортсмена. Созвучно понятию ситуативной мотивации выступает феномен мотивационного состояния, представляющий собой побуждение к спортивной деятельности, складывающееся из влияния тренировочного процесса, удовлетворенности достигаемыми планками, надежды на успех, эмоционально окрашенных оценок.

Ситуативность мотивационного состояния особенно четко проявляется непосредственно перед важными соревнованиями, когда концентрация на грядущем состязании трансформирует понимание целей спортивного туризма, сужая планирование своей деятельности и видения спортивного режима (Рогалева Л.Н., 2018).

**Материалы и методы.** Исследование проводилось в онлайн формате с использованием Google-формы в качестве площадки. Общий объем выборки составил 45 человек, из которых 45 человек занимающихся спортивным туризмом, 34 мужчины и 11 женщин в возрасте от 18 до 25 лет.

Проведенный нами опрос показал различия в оценивании спортсменами, занимающимися спортивным туризмом, детерминант собственного выбора данной дисциплины. На вопрос «Назовите причины выбора спортивного туризма» в форме свободного ответа респонденты назвали мотивы, представленные на Рисунке 3. Полученные данные согласуются с существующей классификацией спортивной мотивации следующим образом: социально-эмоциональный мотив («Приглашение друзей/родителей»), мотив эмоционального удовольствия («Личная заинтересованность»), мотив социального самоутверждения («Удобство добираться/близость к дому»), спортивно-познавательный мотив («Популярность спортивного туризма»), рационально-волевой («Бесплатность секции»), социально-моральный («Заинтересованность в новых знакомствах»), мотив достижения успеха («Стремление продемонстрировать высокие результаты») (Румянцева Н. В.,2020).

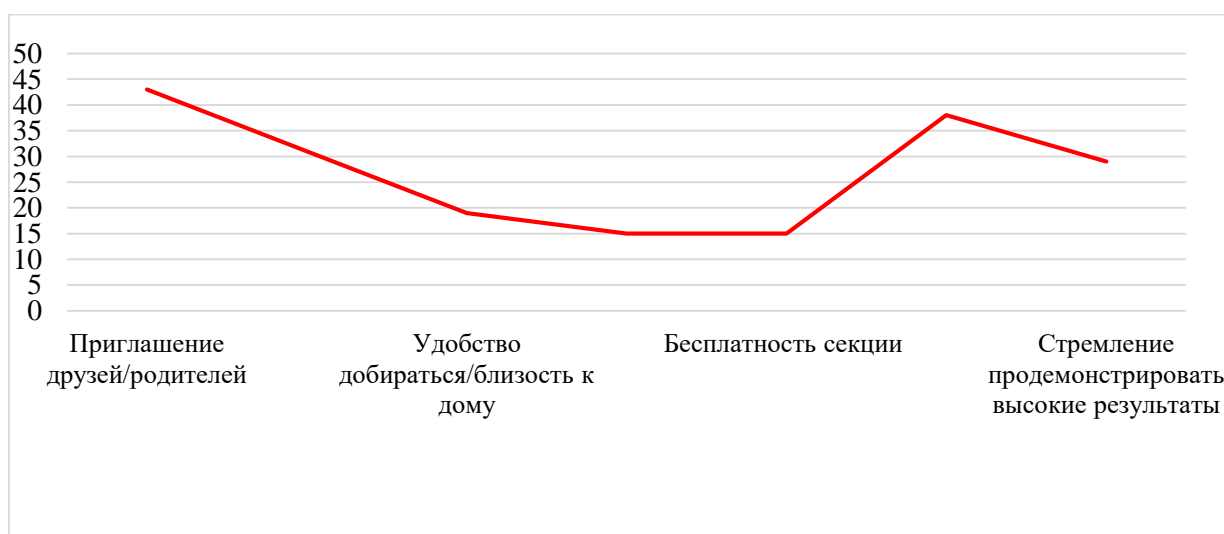


Рис. 3. Распределение мотивов выбора спортивного туризма в процентах.

**Результаты.** Результаты опроса показывают, что у респондентов преобладают внутриличностные мотивы прихода в спортивный туризм, а также высок процент ориентации на социально значимых близких либо желание расширить их круг. Поясняя свои ответы, опрошенные указывали на важность общения с единомышленниками, выделяли как отличительную особенность спортивного туризма фактор формирования дружеских отношений, выходящих за рамки спорта. Также респондентами высоко оценивается интерес к данному спорту, причем как личный, так и общественный; особую важность в этой связи набирает популярный ответ о самореализации в спорте через достижение значимых результатов. Часть респондентов говорили о мотивации заниматься спортивным туризмом по причине желания путешествовать.

**Обсуждение результатов.** На основании полученных данных можно сделать вывод, что в мотивации к спортивному туризму преобладают личностные детерминанты, а также ситуативные которые проявляются во взаимосвязанных с ними критериях интереса и спортивных амбиций.

Самый высокий показатель оказался в социально-эмоциональном мотиве, что может быть связано с тем, что этот мотив находит отражение в эмоциональной сфере человека. Эмоция является отражением состояния связи человека с предметом, то есть это специфический показатель связи. Формирование положительной мотивации к занятиям

спортом является действенным и наиболее эффективным средством психологической подготовки в спорте.

Самые низкие показатели мы увидели в графе рационально-волевой и спортивно-познавательный мотив, что можно связать с малой тенденцией распространения спортивного туризма.

**Вывод.** Таким образом, в структуре мотивации в спортивном туризме преобладают личностные детерминанты, ситуативные мотивы проявляются реже. Однако их влияние на уровень спортивных притязаний и достижений нельзя недооценивать, так как мотивационное состояние спортсмена влияет не только на результативность в конкретном соревновании или зачете, но и на личностное восприятие критерия спортивной самореализации. Активное выстраивание внутренней мотивации физкультурно-спортивной деятельности должно происходить с расчётом эмоциональной направленности личности. Соответствие эмоциональной направленности характеру переживаний при занятиях спортом дает возможность реализовать в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности ценностные ориентации и связанные с ними субъективно значимые эмоциональные переживания, достигать удовлетворенности самим процессом. Напротив, при недостаточном соответствии чувство удовлетворенности не переживается, вследствие чего возникает желание отказаться от физкультурно-спортивной деятельности, что и проявляется в достаточно низком уровне мотивации спортивной деятельности у современной молодежи.

### **Библиографический список**

Акимов, В. В. Спортивный туризм / В. В. Акимов, А. М. Данилова // Наука через призму времени. – 2022. – № 5(62). – С. 44-46. (дата обращения: 31.09.2022).

Бунина Е.В. Спортивный туризм // Проблемы и перспективы развития образования в России. 2014. №28. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sportivnyy-turizm> (дата обращения: 31.09.2022).

Гварлиани Т. Е., Черемшанов С. В. Особенности развития спортивного туризма в Российской Федерации // Пространство экономики. 2012. №4-2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-razvitiya-sportivnogo-turizma-v-rossiyskoy-federatsii> (дата обращения: 31.09.2022).

Лебедева, С. А. Спортивный туризм: вид спорта или направление туристической деятельности? / С. А. Лебедева // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. – 2020. – Т. 5. – № 3. – С. 20-26. – DOI 10.24411/2500-0365-2020-15303. (дата обращения: 31.09.2022).

Медведева, А. А. Особенности мотивационной сферы спортсменок-фигуристок / А. А. Медведева. — Текст: непосредственный // Исследования молодых ученых: материалы II Междунар. науч. конф. (г. Казань, июль 2019 г.). — Казань: Молодой ученый, 2019. — С. 42-44. — URL: <https://moluch.ru/conf/stud/archive/340/15228/> (дата обращения: 31.09.2022).

Пахомов В.И. Спортивный туризм: история развития, направления и виды, современность// Наука-2020 .(дата обращения: 31.09.2022).

Рогалева Л.Н., Подчуфаров П.А. Мотивация спортсменов высокого класса в спортивном туризме // Физическое воспитание и студенческий спорт глазами студентов. — Казань: Казанский государственный технический университет им. А.Н. Туполева. — 2018. — С. 103-104. (дата обращения: 31.09.2022).

Румянцева Н. В. Особенности мотивов спортивной деятельности спортсменов-любителей // *Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация.* — 2020. — № 5. — С. 107-112. (дата обращения: 31.09.2022).

Сазанова, Д. А. Спортивный туризм для людей / Д. А. Сазанова, А. П. Ермолаев // *Студенческий.* – 2020. – № 13-2(99). – С. 76-79.

Сопов В.Ф. Психические состояния и актуальные отрезки напряженной профессиональной деятельности в спорте: недостающая единица анализа деятельности // *Теоретическая и экспериментальная психология.* — 2010. — №4. — С. 79-88.

Стурова, Е. В. Международное олимпийское движение / Е. В. Стурова, Э. В. Белоноженко // *Олимпизм: истоки, традиции и современность: Сборник статей Всероссийской с международным участием научно-практической конференции, Воронеж, 30 ноября 2020 года.* – Воронеж: Издательско-полиграфический центр "Научная книга", 2020. – С. 303-307.

Ткач Р.С., Ткач Е.Н. Мотивация достижения успеха как субъектный ресурс учебно-профессиональной деятельности студентов вуза // *Проблемы высшего образования.* 2019. № 1. С. 446-449.

Филимонова Екатерина Николаевна, Коробейникова Елена Ивановна Формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом у студентов // *Наука-2020.* 2019. №6 (31). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-motivatsii-k-zanyatiyam-fizicheskoy-kulturoy-i-sportom-u-studentov-1> (дата обращения: 31.09.2022).

## References

Akimov, VV Sports tourism / VV Akimov, AM Danilova // *Science through the prism of time.* - 2022. - No. 5 (62). - S. 44-46. (дата обращения: 31.09.2022).

Bunina E.V. Sports tourism // *Problems and prospects of education development in Russia.* 2014. No.28. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sportivnyy-turizm> (accessed: 05/31/2022).

Gvarliani T. E., Cheremshanov S. V. Features of the development of sports tourism in the Russian Federation // *Space of Economics.* 2012. No.4-2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-razvitiya-sportivnogo-turizma-v-rossiyskoy-federatsii> (дата обращения: 31.09.2022).

Lebedeva, S. A. Sports tourism: a kind of sport or a direction of tourism? / S. A. Lebedeva // *Physical culture. Sport. Tourism. Motor recreation.* - 2020. - V. 5. - No. 3. - S. 20-26. – DOI 10.24411/2500-0365-2020-15303.(дата обращения: 31.09.2022).

Medvedeva, A. A. Features of the motivational sphere of female figure skaters / A. A. Medvedeva. — Text : direct // *Research of young scientists : materials of the II International Scientific Conference (Kazan, July 2019).* — Kazan : Young Scientist, 2019. — pp. 42-44. — URL: <https://moluch.ru/conf/stud/archive/340/15228>. (дата обращения: 31.09.2022).

Pakhomov V.I. Sports tourism: history of development, directions and types, modernity// *Science* 2020. (дата обращения: 31.09.2022).

Rogaleva L.N., Podchufarov P.A. Motivation of high-class athletes in sports tourism // *Physical education and student sports through the eyes of students.* — Kazan: Kazan State Technical University named after A.N. Tupolev. - 2018. — pp. 103-104. (дата обращения: 31.09.2022).

Rumyantseva N. V. Features of motives of sports activity of amateur athletes // Physical culture. Sport. Tourism. Motor recreation. — 2020. — No. 5. — pp. 107-112. (дата обращения: 31.09.2022).

Sazanova, D. A. Sports tourism for people / D. A. Sazanova, A. P. Ermolaev // Student. - 2020. - No. 13-2(99). - S. 76-79.

Sopov V.F. Mental states and actual segments of intense professional activity in sports: the missing unit of activity analysis // Theoretical and experimental psychology. - 2010. — No. 4. — pp. 79-88.

Sturova, E. V. International Olympic Movement / E. V. Sturova, E. V. Belonozhenko // Olympism: origins, traditions and modernity: Collection of articles of the All-Russian scientific and practical conference with international participation, Voronezh, November 30, 2020. - Voronezh: Publishing and Printing Center "Scientific Book", 2020. - P. 303-307.

Tkach R.S., Tkach E.N. Motivation to achieve success as a subject resource of educational and professional activity of university students // Problems of higher education. 2019. No. 1. pp. 446-449

Filimonova Ekaterina Nikolaevna, Korobeynikova Elena Ivanovna Formation of motivation for physical culture and sports among students // Nauka-2020. 2019. №6 (31). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-motivatsii-k-zanyatiyam-fizicheskoy-kulturoy-i-sportom-u-studentov-1> (accessed: 31.09.2022).