

## Раздел 3

# ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА, СПОРТИВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ И ТУРИЗМ

---

УДК 796.01

DOI: [https://doi.org/10.14258/zosh\(2021\)1.07](https://doi.org/10.14258/zosh(2021)1.07)

## ИССЛЕДОВАНИЕ МОТИВАЦИИ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ НА РАЗЛИЧНЫХ ЭТАПАХ МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКИ ДЕВУШЕК В ТАКОМ ВИДЕ СПОРТА, КАК РУКОПАШНЫЙ БОЙ

**Ворожейкин Антон Владимирович**

Кандидат педагогических наук, доцент кафедры информационных технологий, Калининградский институт управления (Калининград, Россия). E-mail: Anton8894@mail.ru; ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-9289-5272>

**Волков Алексей Павлович**

Тренер-преподаватель по кикбоксингу и рукопашному бою, ДЮСШ № 13 (Калининград, Россия). E-mail: volkalexrb@mail.ru

## RESEARCH OF SPORTS ACTIVITY MOTIVATION AT DIFFERENT STAGES OF LONG-TERM TRAINING GIRLS IN THE FORM OF SPORT HANDFIGHT

**Vorozheikin Anton Vladimirovich**

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor of the Department of Information Technologies, Kaliningrad Institute of Management (Kaliningrad, Russia). E-mail: Anton8894@mail.ru; ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-9289-5272>

**Volkov Alexey Pavlovich**

Trainer-teacher MBU DO DYUSSH № 13 «Kickboxing and hand-to-hand fighting» (Kaliningrad, Russia). E-mail: volkalexrb@mail.ru

**Следует цитировать / Citation:**

*Ворожейкин А.В., Волков А.П.* Исследование мотивации спортивной деятельности на различных этапах многолетней подготовки девушек в таком виде спорта, как рукопашный бой // *Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта.* — 2021. — 21 (1). — С. 57–69. URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>. DOI: [https://doi.org/10.14258/zosh\(2021\)1.07](https://doi.org/10.14258/zosh(2021)1.07).

*Vorozheikin A.V., Volkov A.P.* (2021). Research of sports activity motivation at different stages of long-term training girls in the form of sport handfight. *Health, Physical Culture and Sports*, 21 (1), pp. 57–69 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>. DOI: [https://doi.org/10.14258/zosh\(2021\)1.07](https://doi.org/10.14258/zosh(2021)1.07).

Поступило в редакцию / Submitted 21.11.2020

Принято к публикации / Accepted 29.01.2021

**Аннотация.** С учетом возросшей конкуренции в женской дисциплине «Рукопашный бой» на сегодняшний день актуальным является научно-теоретическое обоснование эффективных подходов к тренировке спортсменок на различных этапах спортивной подготовки. Из-за многообразия техник из разных видов единоборств, определенной жесткости соревновательных поединков тренировочный процесс в рукопашном бое имеет ряд особенностей, а подготовка к специфической соревновательной деятельности требует от спортсменок высокого уровня психологической устойчивости, физической подготовленности и технико-тактического мастерства. Важно, что при осуществлении многолетней подготовки спортсменок ни один из этих аспектов нельзя рассматривать изолированно, так как технические решения тесно взаимосвязаны с физическими, психическими и тактическими возможностями спортсмена.

При построении модели многолетней подготовки изучение мотивов спортивной деятельности на различных этапах является одной из приоритетных задач. Связанно это в первую очередь с тем, что мотивация является ключевым фактором, определяющим способность спортсмена к профессиональному росту, высокой результативности и работоспособности, а недооценка роли мотивационных факторов становится нередко помехой в реализации потенциала спортсмена.

Отсутствие научно-теоретических исследований по изучению мотивов спортивной деятельности на этапах многолетней подготовки девушек в таком виде спорта, как рукопашный бой, определило актуальность исследовательской деятельности в данной области.

В рамках проведенного исследования изучена направленность спортсменок на достижение успеха и избегание неудач, проанализирована динамика мотивации спортивной деятельности на этапах многолетней подготовки, выявлены наиболее значимые мотивы для каждого этапа, определен уровень устойчивости интереса девушек к тренировочной деятельности.

Полученные результаты лягут в основу научно-теоретического обоснования многолетней подготовке в женской дисциплине «Рукопашный бой», в частности, позволят грамотно расставить методические и психологические акценты при разработке эффективной методики многолетней тренировки спортсменок.

**Ключевые слова:** единоборства, рукопашный бой, спортсменки, многолетняя подготовка, этап спортивной подготовки, мотивация, мотив, цель, потребность.

**Annotation.** Given the increased competition in the women's discipline «hand-to-hand fighting» today the scientific and theoretical substantiation of effective approaches to training athletes at various stages of sports training. because of variety of techniques from different types of martial arts, certain rigidity competitive fights, the training process in hand-to-hand combat has a number of features, and preparation for specific competitive activity requires athletes of a high level of psychological stability, physical preparedness and technical and tactical skill. It is important that when implementing long-term training of female athletes, none of these aspects can be considered in isolation, since technical solutions are closely interconnected with physical ones, mental and tactical abilities of an athlete.

When building a model of long-term training, the study of the motives of sports activities at various stages is one of the priorities. This is connected primarily due to the fact that motivation is a key factor in determining the athlete's ability for professional growth, high performance and efficiency, and underestimation of the role of motivational factors often becomes an obstacle in realizing the athlete's potential.

The lack of scientific and theoretical research on the study of the motives of sports activities at the stages of many years of training girls in the sport of hand-to-hand combat determined the relevance of research activities in this area.

Within the framework of the study, the focus of female athletes on achieving success and avoiding failures, analyzed the dynamics of motivation sports activity at the stages of long-term training, the most significant motives for each stage, the level of stability of the girls' interest was determined to training activities.

The results obtained will form the basis of the scientific and theoretical justification many years of training in the female discipline of hand-to-hand combat, in particular, will allow correctly place methodological and psychological accents in the development effective methodology for their long-term training.

**Keyword:** single combats, hand-to-hand combat, sportswomen, long-term preparation, stage of sports training, motivation, motive, goal, need.

**Актуальность.** Проблема повышения спортивной мотивации во все времена стояла остро перед представителями различных видов спорта. Связано это в первую очередь с тем, что в спорте ярко выражена зависимость результатов от мотивации спортсмена. В современных условиях жесткой конкуренции в спорте учет мотивационных факторов — обязательный элемент многолетней тренировки, так как высоких результатов может достичь только тот спортсмен, который обладает четко выраженной мотивацией.

Проведенный на первом этапе нашего исследования обзор научно-методической литературы, затрагивающей вопросы мотивации, показал:

1) проблема мотивов, мотивации поведения и деятельности глубоко раскрыта в трудах отечественных авторов (В.Г. Асеев, В.И. Ковалев, Л.И. Божович, Е.П. Ильин, Л.С. Выготский, В.С. Мерлин, В.Н. Мясищев, С.Л. Рубинштейн и др.), а также зарубежных ученых (J. Atkinson, A. Maslow, H. Heckhausen, K. Lewin и др.);

2) мотивация спортивной деятельности исследована и описана в многочисленных работах спортивных психологов (В.А. Родионов, А.Ц. Пуни, А.Я. Палайма, Ю.Ю. Дука, Е.П. Ильин, В.Н. Нагорная, С.Н. Непопалов, Р.А. Пилюян, А.В. Родионов, И.П. Волков, В.Ф. Сопов, Г.П. Фураев, Т.Т. Ждамгаров, Н.А. Худадов, В.Я. Апчел, Ю.Л. Ханин, Е.Н. Гогунов и др.);

3) гендерным различиям спортивной мотивации посвящено не так много работ, но отдельные из них, как отечественные, так и зарубежные, заслуживают особого внимания и изучения (D. Harris; K. Fasting, J. Graydon, J. McDougal, G. Pfister, C. Maro, G. Roberts, Л.И. Лубышева, В.Н. Ковалев, И.А. Грец, Н.А. Бондаренко, В.Ф. Пилипко, Т.В. Бендас);

4) относительно вопроса мотивации в видах спорта группы единоборств обнаружен большой объем исследований в боксе (Е.Г. Бабушкин, В.Н. Ковалёв), борьбе (Г.Б. Бардамов, С.В. Дмитриева, Е.А. Симонова), дзюдо (А.В. Аратин, Р.С. Козлов, С.К. Багадилова), самбо (Н.Н. Мелентьева, М.С. Даннелян), тхэквондо (Ким Джон Кил, А.В. Барышников, А.М. Симаков).

В данных источниках исследована проблема мотивации спортсменов-единоборцев на различных этапах тренировки в мужских дисциплинах, однако гендерным различиям спортивной мотивации уделяется мало внимания, и эта проблема до сих пор изучена не достаточно в видах спорта группы единоборств.

В свою очередь по результатам проведенного анализа установлено, что научных исследований, затрагивающих вопросы мотивации в таком виде спорта, как рукопашный бой, фактически не проводилось, либо они фрагментарно затронуты в редких публикациях (А.Н. Ипатов, Е.А. Душечкина). В женской дисциплине «Рукопашный бой» научных трудов нами не обнаружено. Тем не ме-

нее исследования в данной сфере достаточно актуальны, так как изучение данного вопроса позволит решить ряд важных в теоретическом и практическом плане задач, связанных с определением специфики спортивной мотивации в женском рукопашном бое, ее влиянием на спортивный результат и определения на этой основе эффективных подходов к ее формированию.

В связи с обозначенным выше определена цель данного исследования — выявить особенности спортивной мотивации у спортсменок рукопашного боя на различных этапах многолетней подготовки.

**Организация и методы исследования.** Решение поставленных в исследовании задач проходило в три этапа:

На первом этапе собирался фактический материал, формировалась программа исследования:

1) обобщение специальной научно-методической отечественной и зарубежной литературы позволило выявить проблемные вопросы в области спортивной мотивации спортсменов рукопашного боя, тем самым была сформирована цель и замысел исследования;

2) анализ имеющейся практики формирования мотивации у спортсменов в смежных видах спорта группы единоборств, влияния гендерных различий на данный процесс, а также возрастных особенностей способствовал формированию необходимых знаний в исследуемой области и определению путей решения поставленных в исследовании задач;

3) анализ применяемых в современной спортивной практике психодиагностических средств для исследования уровня мотивации позволил подобрать необходимые методики исследования и составить программу его проведения.

На втором этапе проводилось непосредственно изучение особенностей мотивов спортивной деятельности спортсменок рукопашного боя различного возраста и квалификации. Изучалось стремление к успеху, доминирующие мотивы спортивной деятельности, устойчивость интереса и уровень направленности на достижение высокого спортивного результата.

К тестированию привлекались квалифицированные тренеры (10 человек) и спортсменки Общероссийской федерации рукопашного боя (ОФРБ) Калининградской области. Всего были исследованы 54 спортсменки:

— 20 девочек, зачисленных в группу начальной подготовки (возраст 9–10 лет), не имеющие спортивного разряда;

— 14 девочек группы спортивной специализации (возраст 12–15 лет), все с юношескими спортивными разрядами;

— 12 девушек группы совершенствования спортивного мастерства (возраст 15–18 лет), из них 8 кандидатов в мастера спорта (КМС) и 4 спортсменки первого спортивного разряда;

— 8 девушек высшего спортивного мастерства (возраст 17 лет — 24 года), из них 5 мастеров спорта и 3 КМС.

В программу исследования входили следующие методы: беседы со спортсменками различной квалификации и их тренерами, опрос, анкетирование, экспертная оценка. В исследовании использовались психодиагностические стандартизированные методики оценки мотивации спортсменов:

1) для определения соотношения стремления к успеху и избегания неудачи методика «Оценка мотивации успеха и боязни неудачи» (А.А. Реан);

2) выявления доминирующих целей (личностных смыслов) занятий спортом, методика «Мотивы занятий спортом» (А.В. Шаболтас);

3) выяснения степени важности различных причин (ситуаций, обстоятельств), которые побудили и побуждают спортсмена продолжать заниматься выбранным им видом спорта, методика «Изучение мотивов занятий спортом» (В.И. Тропников);

4) изучения устойчивости интереса к занятиям спортом, методика «Изучение интереса к спорту» (Е.Г. Бабушкин).

В научно-методической литературе предлагаются различные методики, с помощью которых определяются качественные и количественные характеристики мотивации. Выбранные нами диагностические средства являются валидными и надежными инструментами исследования особенностей мотивации. С учетом поставленных в исследовании задач использование выбранных методов можно считать целесообразным.

3. На третьем этапе (2020 г.) проводилась математическая обработка фактического материала. Полученные данные были систематизированы и обработаны общепринятыми методами.

Результаты исследования. В психологии мотивация — система факторов, побуждающих

активность организма к какому-либо действию, определяющих направленность и объясняющих поведение человека. Составляющие мотивации:

— потребность — состояние нужды в чем-либо для нормального существования и развития, ее характеристиками являются: сила, периодичность возникновения и способ удовлетворения;

— мотив — повод, источник, внутренняя побудительная причина поведения человека в данный момент, довод в пользу чего-либо;

— цель — субъективный образ конечного результата какого-либо действия, входящего в состав деятельности, направленной на удовлетворение потребности, регулирующий ход деятельности (Немов, 2003).

Мотивация спортивной деятельности по определению Р.А. Пилояна — особое состояние личности спортсмена, служащее основой для постановки и осуществления целей, направленных на достижение максимально возможного на данный момент спортивного результата (Пилоян, 1984).

Мотивация спортивной деятельности формируется у спортсмена в условиях многолетней тренировки и участия в соревнованиях, формируется совокупность мотивов, инициирующая оптимальный уровень активности спортсмена в достижении результатов.

Мотивы спортивной деятельности изменяются под воздействием объективных факторов, как внутренних (личная заинтересованность спортсмена в результате, с вытекающим отсюда осознанным пониманием значимости тренировочных занятий, желанием развить способности и реализовать свои умения), так и внешних (условия занятий спортом, перспектива спор-

тивного роста, поощрение (наказание) тренером и прочее) (Шадриков, 2007).

На протяжении спортивной карьеры роль конкретных мотивов в стимулировании активности спортсмена меняется, и для каждого этапа спортивной карьеры характерны свои доминирующие мотивы (Ильина, 1998).

Доказано, что у спортсменов мужского и женского пола существует ряд как общих, так и отличительных черт в мотивации, и их проявление на различных этапах подготовки неодинаково, что также необходимо учитывать при ее изучении (Ганоль, 2011).

В спортивной деятельности принято выделять два аспекта мотивации: мотивация достижения успеха и мотивация избегания неудач. Научно обосновано влияние соотношения мотива достижения успеха и мотива избегания неудачи на результате в следующих случаях:

1) преобладания мотива достижения успеха над мотивацией избегания неудачи результативность субъекта определяется наличным уровнем регуляции деятельности, т.е. его психофизиологическими особенностями;

2) преобладания у субъекта мотивации избегания неудачи над мотивацией достижения успеха при любом наличном уровне регуляции деятельности результативность выполняемой субъектом деятельности будет низкой (Г.Д. Бабушкин).

Для определения соотношения стремления к успеху и избегания неудачи у девушек, занимающихся рукопашным боем, на различных этапах спортивной подготовки применялась методика А.А. Реана (табл. 1).

Таблица 1

**Результаты диагностики соотношения стремления к успеху и избегания неудачи у девушек, занимающихся рукопашным боем, по методике А.А. Реана**

Мотивация	Этапы спортивной подготовки			
	начальной подготовки 9–10 лет (n = 20)	спортивной специализации 12–15 лет (n=14)	совершенствования спортивного мастерства 15–18 лет (n = 12)	высшего спортивного мастерства 17–24 лет (n = 8)
Мотивация успеха (%)	25	58	84	87,5
Мотивация избегания неудач (%)	40	21	8	-
Мотивационный полюс не выражен (%)	35	21	8	12,5

По результатам анкетирования установлено:

1) анкеты лишь четверти респондентов из группы начальной подготовки соответствуют диапазону шкалы «надежда на успех», 40% девочек ориентированы на «боязнь неудачи», у почти стольких же мотивационный пояс не выражен. К тому же у спортсменок с невыраженным мотивационным полюсом количество набранных баллов колеблется в пределах от 8 до 9, т.е. следует считать, что они скорее тяготят к мотивации «боязни неудачи»;

2) на этапе спортивной специализации ситуация хоть и выравнивается, но все равно оставляет желать лучшего. Как можно заметить из результатов анкетирования, чуть больше половины девочек (58 %) соответствуют диапазону шкалы «надежда на успех»;

3) у респондентов в группах совершенствования и высшего спортивного мастерства лишь у одной спортсменки диагностирована мотивация боязни неудачи и у двух мотивационный полюс ярко не выражен.

Результаты проведенного анкетирования подтвердили доказанный в спортивной психологии факт, что с ростом спортивного мастерства преобладает направленность спортсменок на достижение успеха. В свою очередь полученные результаты свидетельствуют о том, что на начальном этапе спортивной подготовки девочки не готовы психологически к тренировочной деятельности.

Для уточнения полученных в ходе анкетирования данных проводился опрос квалифицированных тренеров, осуществляющих спортивную подготовку девушек в рукопашном бое ( $n = 10$ ) на предмет соотношения мотивов стремления к успеху и избегания неудачи на различных этапах подготовки спортсменок.

По мнению опрошенных, преобладание на первых этапах подготовки направленности девушек на «боязнь неудачи» связано в первую очередь с тем, что рукопашный бой — контактный вид спорта, в котором комбинированы технические действия из разных видов единоборств. Ударная техника в рукопашном бое преобладает над бросковой, что придает определенную жесткость соревновательным поединкам. В гендерно специфичных видах спорта некоторые стереотипы, связанные с соревновательной деятельно-

стью в контактных видах единоборств, сформированы и накладывают свой отпечаток на такой вид спорта, как рукопашный бой.

В этой связи юные спортсменки не всегда готовы к некоторым особенностям тренировочного процесса. Неуверенность в себе и в своих силах выдвигает в разряд проблемных вопрос постановки долгосрочных целей тренировочной деятельности. Девочки психологически заведомо не видят себя на этапе совершенствования спортивного мастерства, как следствие, инициативу и упорство в достижении цели проявляют достаточно редко, что приводит к большому отсеву на этапе начальной подготовки.

Тренеры сходятся во мнении, что с момента начала выступлений на соревнованиях девушки, почувствовав на практике степень соревновательных воздействий на организм, кардинально меняют свое мнение относительно жесткости выбранного вида спорта. По мнению опрошенных, именно эта причина является следствием того, что к этапу совершенствования и высшего спортивного мастерства спортсменки психологически адаптируются к специфическим условиям тренировочной и соревновательной деятельности, появляется желание достичь каких-либо успехов в выбранном виде спорта.

Мнение опрошенных специалистов совпадает с результатами исследования Н.А. Бондаренко, направленного на изучение влияния полоролевых стереотипов на мотивацию спортсменов, по результатам которого доказано, что соответствие вида спорта гендерному стереотипу способствует росту уверенности в спортивной деятельности как мужчин, так и женщин. Автор указывает на более благоприятные условия реализации психологического пола женщин в гендерно нейтральных видах спорта, а также на необходимость психологической поддержки становления психологического пола спортсменов в гендерно специфичных видах спорта (Бондаренко, 2006).

Как известно, мотивы спортивной деятельности могут быть связаны:

1) с учебно-тренировочной деятельностью (потребность в движении, стремление к состязанию, активному отдыху и развлечению, предельным физическим нагрузкам, состоянию стресса и его преодолению);

2) результатами учебно-тренировочной деятельности (стать сильным, здоровым, добиться красивого телосложения, совершенствовать физические способности, сформировать личность, закалить волю, испытать физические и психические возможности, повысить социальный статус, подготовиться к профессиональной деятельности, достичь высоких спортивных результатов) (Гуренко, 2018).

Доказано, что влияние на формирование тех или иных мотивов оказывает специфика спортивной деятельности. Мотивы изменяются и преобразуются под влиянием обстоятельств, других спортсменов, оценки собственных действий и поступков, а также целенаправленной

воспитательной работы в процессе спортивного совершенствования. Формирование мотивов зависит от стадии профессионализации и становления личности спортсмена (Бабушкин, 2000).

Для выявления доминирующих мотивов занятий девушками рукопашным боем на различных этапах спортивной подготовки использовалась методика А.В. Шабоптас. Методика включает в себя 10 мотивов-категорий. Полученные в ходе исследования данные были ранжированы в порядке убывания значений. Мотиву, получившему самый высокий балл, мы присвоили ранг 1, а самому маленькому значению последовательности — ранг 10 (табл. 2).

Таблица 2

**Результаты диагностики мотивации спортивной деятельности девушек, занимающихся рукопашным боем, по методике А.В. Шабоптас**

№ п/п	Мотивы	Начальной подготовки 9-10 лет (n=20)		Спортивной специализации 12-15 лет (n=14)		Совершенствования спортивного мастерства 15-18 лет (n=12)		Высшего спортивного мастерства 17-24 лет (n=8)	
		ср. балл	ранг	ср. балл	ранг	ср. балл	ранг	ср. балл	ранг
1.	Эмоционального удовольствия (ЭУ)	22,2	1	21,2	3	13,1	7	12,0	8
2.	Социального самоутверждения (СС)	11,8	8	11,8	8	17,6	5	18,5	5
3.	Физического самоутверждения (ФС)	21,3	2	21,5	2	13,5	6	14,7	7
4.	Социально-эмоциональный мотив (СЭ)	21,0	3	21,8	1	21,6	2	21,0	2
5.	Социально-моральный мотив (СМ)	14,1	6	13,4	7	12,5	8	18,2	6
6.	Достижения успеха в спорте (ДУ)	12,7	7	15,2	6	21,8	1	21,6	1
7.	Спортивно-познавательный мотив (СП)	16,6	5	17,0	5	19,2	4	19,0	4
8.	Рационально-волевой (рекреационный) мотив (РВ)	11,2	9	11,2	9	11,0	10	11,6	10
9.	Подготовки к профессиональной деятельности (ПД)	11,1	10	11,1	10	11,4	9	11,8	9
10.	Гражданско-патриотический мотив (ГП)	18,4	4	18,1	4	21,5	3	20,1	3

По результатам диагностики отмечены незначительные различия в мотивации спортивной деятельности у спортсменок в группах начальной подготовки и спортивной специализации. Та же самая динамика наблюдается при сравнении групп совершенствования и высшего спортивного мастерства. В свою очередь ярко выражены различия в мотивации при сравнении этих двух групп между собой.

На этапе начальной спортивной подготовки и спортивной специализации у девочек наиболее выражены мотив эмоционального удовольствия, физического самоутверждения

и социально-эмоциональный мотив, которые выражены в следующих проявлениях:

— получение удовольствия от двигательной деятельности, высокая эмоциональность тренировочных занятий и комфортность атмосферы, а также удовольствия от общения и взаимодействия с другими спортсменками и тренером;

— стремление к физическому развитию, при этом, помимо развития физических качеств, привлекает прикладная направленность рукопашного боя, получение навыков самообороны, умение защитить себя в ситуациях повседневной жизни;

— участие в спортивных соревнованиях ввиду их высокой эмоциональности, возможности общения со сверстниками, а также радость от достигнутых успехов способствуют большей заинтересованности в дальнейших занятиях избранным видом спорта.

По степени выраженности у спортсменок исследуемой группы гражданско-патриотический, спортивно-познавательный и социально-моральный мотивы имеют среднее ранговое значение. В группе наименее значимых — мотивы достижения успеха в спорте и социального самоутверждения, на последнем месте мотив подготовки к профессиональной деятельности и рационально-волевой мотив.

Наиболее значимыми мотивами спортивной деятельности для спортсменок рукопашного боя на этапе спортивной специализации и высшего спортивного мастерства являются следующие мотивы: достижения в спорте, социально-эмоциональный, гражданско-патриотический и спортивно-познавательный. По результатам диагностики установлено, что на данных этапах спортсменкам важен результат как следствие:

1) мотивация на достижение успеха в спортивной деятельности, улучшение личных спор-

тивных результатов, желание получить спортивное звание;

2) стремление к познанию содержания спортивной тренировки, изучению теоретических аспектов и методических принципов, при этом освоение техники и тактики связано с пониманием того, что достичь высоких результатов возможно только за счет целенаправленной систематической тренировочной деятельности;

3) желание достичь высоких результатов и активная соревновательная деятельность формируют гражданскую ответственность, ответственность перед тренером и престиж клуба, коллектива, города.

Мотивы социального самоутверждения, социально-моральный мотив, мотив физического самоутверждения не так ярко проявляются у спортсменок исследуемой группы, а рационально-волевой и мотив подготовки к профессиональной деятельности оказались наименее значимыми.

Для уточнения полученных в ходе анкетирования данных дополнительно проводилось анкетирование квалифицированных тренеров, осуществляющих спортивную подготовку девушек, занимающихся рукопашным боем ( $n = 10$ ), для выявления доминирующих мотивов спортсменок на различных этапах подготовки (рис. 1).

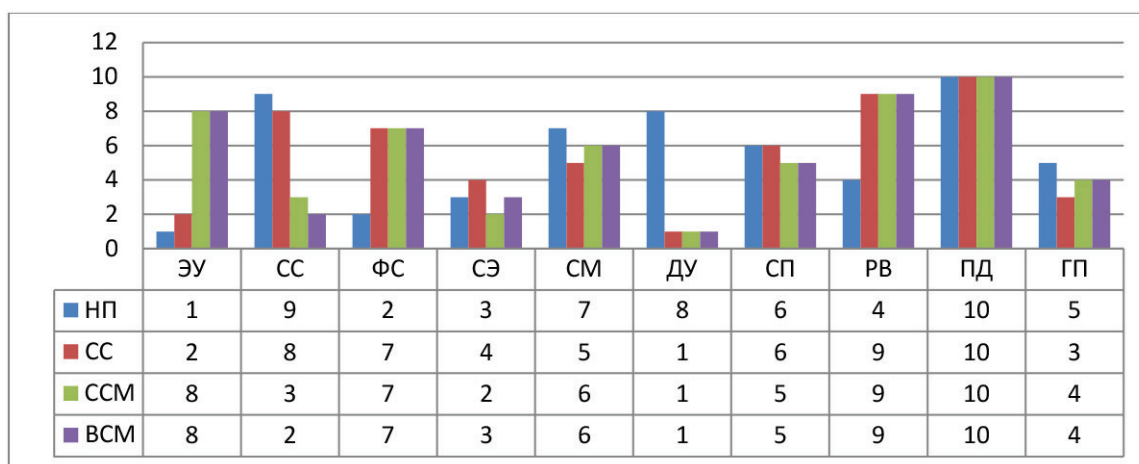


Рис. 1. Ранговый показатель мотивации спортивной деятельности девушек, занимающихся рукопашным боем на различных этапах подготовки по результатам анкетирования тренеров

Экспертам предлагалось проранжировать мотивы спортивной деятельности, проявляющиеся у девушек на различных этапах подготовки, по степени значимости, после чего вычислялись средние значения и определялись

общее ранговое место. Хотя мнения опрошенных в большинстве своем и совпадали с результатами анкет спортсменок в исследуемых группах, все же имели несколько существенных отличий, в частности:



— на начальном этапе подготовки, помимо мотива эмоционального удовлетворения, девочками движет желание заниматься спортом для компенсации дефицита двигательной активности. Выдвижение в разряд наиболее значимых рационально-волевого мотива подтверждает, что на данном этапе спорт для девочек является в большей степени хобби, а спортивные результаты интересуют их в меньшей степени;

— по мнению опрошенных, у девочек на этапе спортивной специализации мотивация достижения успеха является доминирующей. Тренеры так обосновывают свой ответ: спортсменки на этапе спортивной специализации видят определенные результаты от тренировок в своем физическом развитии; у них расширяется арсенал технико-тактических действий, что порождает интерес к тренировкам; появляется первый соревновательный опыт и первые эмоции от соревновательной деятельности. Как следствие, на данном этапе почти у каждой спортсменки подсознательно проявляется жажда результата в осуществляемой деятельности;

— на этапах совершенствования и высшего спортивного мастерства у девушек ярко

выражено стремление проявить себя, занятия спортом и достигаемые при этом успехи рассматриваются и переживаются с точки зрения личного престижа, популярности у зрителей. По мнению опрошенных, проводимая на Западе ударная рекламная деятельность представителей смешанных единоборств накладывает отпечаток на формирование мотива социального самоутверждения. Взрослые спортсменки, обладая определенными предпосылками к высоким достижениям либо уже имея их, понимают, что за счет спортивной деятельности можно получить популярность и материальные блага, повысить свою значимость не только в спортивной, но и социальной среде.

В процессе нашего исследования по изучению мотивации спортивной деятельности спортсменок рукопашного боя важно было выявить причины, побудившие девушек заниматься этим, как считается, неженским видом спорта. На рисунке 2 приведены результаты опроса о причинах выбора данного вида спорта, проведенного среди тренеров и спортсменок.

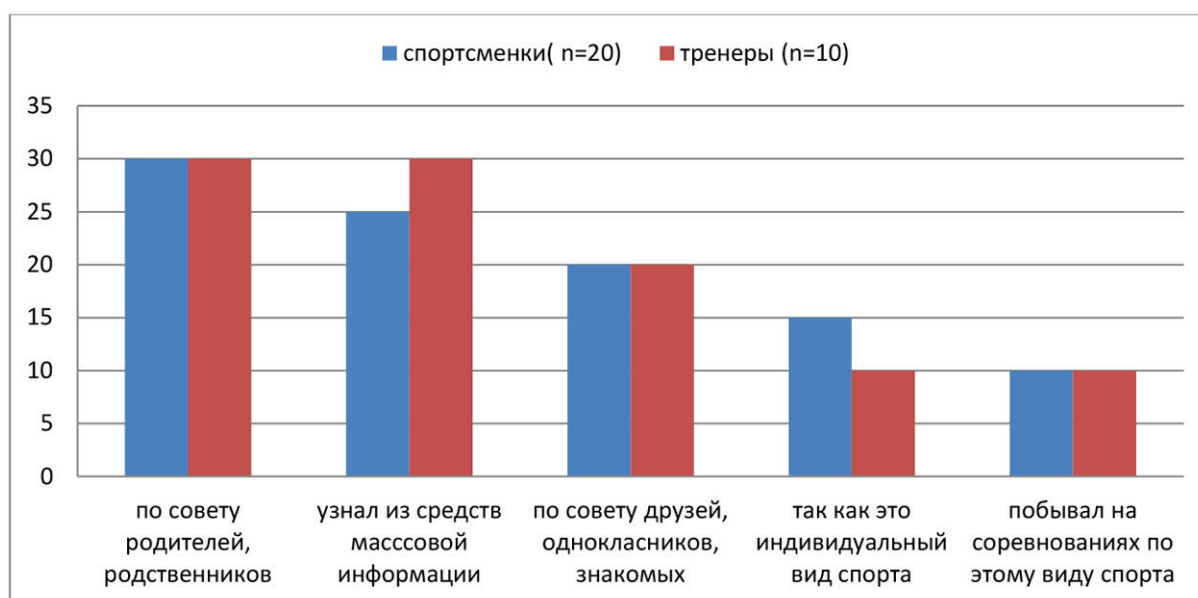


Рис. 2. Причины начала занятий девочек рукопашным боем по результатам анкетирования спортсменок (n = 20) и тренеров (n = 10)

По результатам опроса установлено, что в большинстве своем девочки начали заниматься рукопашным боем по совету родителей,

родственников (30%), либо получив информацию из различного рода телепередач и интернета (30%). Результаты опроса подтвердили, что

на начальном этапе занятий спортом субъектом выбора, как правило, являются родители ребенка, которые полагаются на свою интуицию в оценке пригодности и способности ребенка к данному виду спортивной деятельности. Второй по значимости причиной прихода в рукопашной бой являются средства массовой информации, что в очередной раз подтвержда-

ет «моду» в современном обществе на спортивные единоборства, в том числе женские дисциплины.

Для выяснения степени важности различных причин, побуждающих спортсменок заниматься рукопашным боем, проводилось анкетирование по методике В.И. Тропникова (табл. 3).

Таблица 3

**Результаты диагностики степени важности различных мотивов занятий девушек рукопашным боем по методике В.И. Тропникова**

№ п/п	Мотивы	Начальной подготовки 9-10 лет (n=20)		Спортивной специализации 12-15 лет (n=14)		Совершенствования спортивного мастерства 15-18 лет (n=12)		Высшего спортивного мастерства 17-24 лет (n=8)	
		ср. балл	ранг	ср. балл	ранг	ср. балл	ранг	ср. балл	ранг
1.	Общение	3,3	4	3,32	4	2,3	9	2,1	9
2.	Познание	1,62	10	3,27	5	3,6	5	3,92	4
3.	Материальные блага	1,6	11	1,46	11	3,2	7	3,82	6
4.	Развитие характера и психических качеств	2,83	5	3,78	3	4,0	3	3,9	5
5.	Физическое совершенствование	3,48	3	4,12	1	4,35	1	4,27	1
6.	Улучшение самочувствия и здоровья	3,65	2	2,18	8	1,92	11	1,97	10
7.	Эстетические удовольствия и поиск острых ощущений	3,74	1	3,8	2	4,03	2	3,97	3
8.	Приобретение полезных для жизни умений и знаний	2,17	8	1,78	10	2,93	8	2,45	8
9.	Потребность в одобрении	2,79	6	3,14	6	1,97	10	1,87	11
10.	Повышение престижа, желание славы	1,88	9	1,94	9	3,93	4	4,1	2
11.	Коллективистская направленность	2,34	7	2,5	7	3,3	6	2,75	7

По результатам расшифровки данных анкетирования определено следующее:

— по степени важности занятий рукопашным боем на этапе начальной спортивной подготовки являются мотивы эстетического удовольствия от тренировок и поиск острых ощущений, улучшение самочувствия и здоровья, возможность общения, а также физическое совершенствование и развитие характера. Наименее значимыми являются ценности материального благополучия, познания и повышение престижа, желание славы;

— в группе спортивной специализации на первый план выходит мотив физического совершенствования. Доминирующими, так же, как на этапе начальной подготовки, являются мотивы эстетического удовольствия, общения и развитие характера. Наименее значимыми являются ценности материального благополучия, приобретение полезных для жизни умений и знаний, а также желания славы и престижа;

— к наиболее значимым мотивам в группах совершенствования и высшего спортивного мастерства относятся физическое совершенствование, эстетическое удовольствие и поиск

острых ощущений, повышение престижа, желание славы, познания. В свою очередь менее выражены потребность в одобрении, улучшения самочувствия и здоровья, общения.

На всех этапах спортивной подготовки для спортсменок рукопашного боя важно получать от тренировочного процесса эстетическое удовольствие и острые ощущения, а также воз-

можность физически совершенствоваться, развивать характер и психические качества.

Для успешной тренировочной деятельности важно, чтобы у спортсменок был интерес к осуществляемой тренировочной деятельности. Данный показатель оценивался по методике Г.Д. Бабушкина (табл. 4).

Таблица 4

**Результаты диагностики уровня устойчивости интереса у девушек к занятиям рукопашным боем по методике Г.Д. Бабушкина**

Уровень интереса к тренировочной деятельности	Этапы спортивной подготовки			
	начальной подготовки 9–10 лет (n = 20)	спортивной специализации 12–15 лет (n = 14)	совершенствования спортивного мастерства 15–18 лет (n = 12)	высшего спортивного мастерства 17 лет –24 года (n = 8)
Устойчивый интерес (%)	50	64	84	87,5
Недостаточно устойчивый интерес (%)	20	21	8	12,5
Неустойчивый интерес (%)	30	14	8	-

По результатам анкетирования установлено:

1. В группе начальной подготовки средний показатель устойчивости интереса к учебной деятельности составил 28,3, что свидетельствует о неустойчивом интересе к данной деятельности у респондентов. Интересно, что при ответе на вопросы: «Нравится ли вам ваш вид спорта?», «Возникло ли чувство разочарования в занятиях?» и «Выбрали бы вы другой вид спорта?» большинство юных респондентов высказывались в пользу выбранного вида спорта. В свою очередь вопросы по волевой активности, выполнения плана и посещаемости тренировок в большинстве своем имели наименьшую мотивационную нагрузку. Девочек привлекает в данном виде спорта возможность овладевать новыми приемами ради самозащиты. Данный показатель является и побудительной силой, заставляющей тренироваться, а достижение высоких результатов, по их мнению, зависит от хорошей физической подготовки и от тренера;

2. В группе спортивной специализации средний показатель хотя и выше (30,6), но все равно находится в диапазоне недостаточно

устойчивого интереса. Отличительной особенностью ответов респондентов в данной группе является проявление спортсменками волевой активности и ответственности во время тренировочной деятельности, а также их привлекает энтузиазм коллектива, в котором эта деятельность осуществляется;

3. В группе совершенствования и высшего спортивного мастерства выявлен устойчивый интерес к занятиям рукопашным боем, средний показатель 31,3 и 31,2 соответственно. Абсолютно всем опрошенным нравится выступать и побеждать на соревнованиях, а побудительной силой для тренировок является желание высоких результатов.

**Заключение.** По результатам обработки данных проведенного исследования были выявлены следующие особенности мотивации спортсменок рукопашного боя на различных этапах спортивной подготовки:

1. На этапе начальной подготовки девочки ориентированы на «боязнь неудачи», т.е. ярко выражена негативная мотивация. Еще не до конца осознав особенности выбранного спорта, девочки уже заранее боятся возможной неу-

дачи, мысленно стараясь найти пути избегания этой гипотетической неудачи, а не способы достижения успеха. На этапе спортивной специализации характерен преимущественно умеренно высокий уровень мотивации достижения, проявления позитивной мотивации наблюдаются у чуть больше, чем половина исследуемых. В свою очередь высокий уровень мотивации достижения успеха характерен почти для всех спортсменок групп совершенствования и высшего спортивного мастерства;

2. Мотивы, побуждающие к тренировочной деятельности, динамичны по своему содержанию на каждом из рассматриваемых этапов. Не выявлено существенных различий в их проявлениях на этапах начальной подготовки и специализации, так же, как на этапах совершенствования и высшего спортивного мастерства. В свою очередь при сравнении этих двух тренировочных периодов выявлены существенные различия в мотивации спортивной деятельности. У спортсменок на этапе начальной подготовки и спортивной специализации преобладают мотивы эмоционального удовольствия, физического самоутверждения и социально-эмоциональный мотив. С учетом роста спортивной квалификации у спортсменок на этапах совершенствования и высшего спортивного мастерства доминируют мотивы достижения успеха в спорте, социально-эмоциональный и гражданско-патриотический мотивы;

3. В большинстве своем выбор данного вида спорта для спортсменок связан с желанием родителей, либо с широкой деятельностью по пропаганде единоборств в средствах массовой информации. Основными причинами, побуждающими спортсменок заниматься рукопашным боем, на различных этапах спортивной тренировки являются эстетическое удовольствие и острые ощущения, а также возможность физически совершенствоваться, развивать характер и психические качества;

4. В группе начальной подготовки диагностирован неустойчивый интерес к тренировочной деятельности. При этом почти все респонденты не хотят менять вид спорта, так как тренировочный процесс приносит им удовлет-

ворение. В свою очередь зафиксирована низкая волевая активность. На этапе спортивной специализации интерес к тренировочной деятельности существенно выше, появляется значительная ответственность за ее осуществление. В группе совершенствования и высшего спортивного мастерства выявлен устойчивый интерес к занятиям рукопашным боем, в основе которого лежит желание выступать и побеждать на соревнованиях, достигать высоких результатов.

**Выводы.** Таким образом, по результатам проведенного исследования особенностей спортивной мотивации спортсменок рукопашного боя на различных этапах многолетней подготовки установлено следующее:

1) рукопашный бой относится к гендерно специфическим видам спорта, а его женская дисциплина совсем недавно включена в программу соревнований. Вопросы мотивов спортивной деятельности на этапах многолетней подготовки в женской дисциплине рукопашного боя совершенно не изучены, отсутствует научно-теоретическое обоснование технологии формирования спортивной мотивации;

2) существующие в практике подходы к формированию мотивации у спортсменок рукопашного боя не учитывают специфики вида спорта, вследствие чего на сегодняшний день используемые методики малоэффективны, особенно на начальных этапах спортивной подготовки. В частности, низкую мотивацию спортсменок к достижению успеха на этапах начальной подготовки и спортивной специализации можно выдвинуть в разряд проблемных вопросов, так как данный факт отрицательно сказывается на сохранении контингента в тренировочной деятельности;

3) выявленные в ходе исследования обстоятельства свидетельствуют о необходимости научно-теоретического обоснования методики формирования спортивной мотивации у юных спортсменок рукопашного боя, направленной на формирование спортивного самоопределения и способствующей психологической поддержке становления психологического пола спортсменок.

## БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

- Бабушкин Г.Д. Психология физической культуры и спорта : учебник для высших физкультурных учебных заведений. Омск : СибГУФК, 2007. 270 с.
- Бабушкин Е.Г. Формирование спортивной мотивации у боксеров на этапе начальной подготовки : автореф. ... канд. пед. наук. Омск, 2000.
- Бондаренко Н.А. Влияние полоролевых стереотипов на мотивацию и самоотношение спортсменов : автореф. дис. ... канд. пед. наук. Краснодар, 2006.
- Ворожейкин А.В., Тюпа П.И., Волков А.П. Этап начальной спортивной подготовки девушек, специализирующихся в виде спорта рукопашный бой в контексте требований федерального стандарта // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. 2020. № 1 (17). С. 74–80.
- Ганоль А.С. Гендерные особенности и структура мотивации выбора экстремальных видов спорта : автореф. дис. ... канд. пед. наук. СПб., 2011.
- Гуренко Ю.В. Формирование мотивов учебной деятельности у подростков в учреждениях дополнительного образования в сфере физической культуры : автореф. ... канд. пед. наук. Калининград, 2018.
- Ильина Н.Л. Динамика мотивации на протяжении спортивной карьеры : автореф. дис. ... канд. пед. наук. СПб., 1998.
- Немов Р.С. Психология : словарь-справочник: в 2 ч. М. : ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003. Ч 1. 304 с.
- Пилоя Р.А. Мотивация спортивной деятельности. М. : ФиС, 1984. 216 с.
- Шадриков В.Д. Проблема системогенеза профессиональной деятельности : репринт текста издания 1982 г. М. : Логос, 2007. 192 с.
- Pfister G. Gender, sport and health — changing discourses II 2004 Pre-Olympic Congress. Volume 1. Thessaloniki: 2004. Pp. 124–125.

## REFERENCES

- Babushkin E.G. (2000). Formation of sports motivation among boxers at the stage of initial training: author. ... Cand. ped. sciences. Omsk.
- Babushkin G.D. (2007). Psychology of physical culture and sports: a textbook for higher physical education institutions. Omsk: SibGUFK.
- Bondarenko N.A. (2006). Influence of gender-role stereotypes on motivation and self-attitude of athletes: author. dis. ... Cand. ped. sciences. Krasnodar.
- Ganol A.S. (2011). Gender characteristics and structure of motivation for choosing extreme sports: author. dis. ... Cand. ped. sciences. SPb.
- Gurenko Yu.V. (2018). Formation of motives of educational activity among adolescents in institutions of additional education in the field of physical culture: author. ... Cand. ped. sciences. Kaliningrad.
- Ilyina N.L. (1998). Dynamics of motivation throughout a sports career: author. dis. ... Cand. ped. sciences. SPb.
- Nemov R.S. (2003). Psychology: dictionary-reference book: in 2 hours Moscow: VLADOS-PRESS, Part 1.
- Pfister G. (2004). Gender, sport and health-changing discourses II 2004 Pre-Olympic Congress. Volume 1. Thessaloniki: pp. 124–125.
- Piloya R.A. (1984). Motivation for sports activities. Moscow: FiS.
- Shadrikov V.D. (2007). The problem of the system genesis of professional activity: a reprint of the text of the 1982 edition. Moscow: Logos.
- Vorozheikin A.V., Tyupa P.I., Volkov A.P. (2020). The stage of initial sports training of girls specializing in the sport of hand-to-hand combat in the context of the requirements of the federal standard . Health, Physical Culture and Sports, 1 (17), 74–80.