

5. Воронова В.И. Психология спорта: Начальный пособник. - К.,- 2007. - 298с.
6. Круцевич Т. Физическое воспитание как социальное явление // Наука в олимпийском спорте / Круцевич Т., Петровский В. - 2001. - № 3. - С. 3-15.

***Грибкова Ю.П., Ольховская Е.Б.***

Российский государственный профессионально-педагогический университет, г. Екатеринбург, Россия

## **МОТИВАЦИЯ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ**

*Аннотация:* Мотивация к занятиям физкультурно-спортивной деятельностью играет ведущую роль в достижении спортсменом успеха. В процессе психологической подготовки необходимо учитывать особенность доминирующего мотива у спортсмена.

*Ключевые слова:* мотивация, спорт, психология спорта.

***Gribkova Yu. P., Olkhovskaya E. B.***

Russian state vocational pedagogical University,  
Ekaterinburg, Russia

## **MOTIVATION TO ENGAGE IN PHYSICAL CULTURE AND SPORTS**

*Abstract:* the Motivation to employments by physical culture and sports activities plays a leading role in the achievement of athlete success. In the process of psychological preparation is necessary to consider the peculiarity of the dominant motive of the athlete.

*Keywords:* motivation, sports, sports psychology

Мотивационная сфера является основным компонентом в процессе организации физкультурно-спортивной деятельности. Она отражает интерес к занятиям, активное и осознанное отношение к спорту, поэтому так важно формировать у занимающихся мотивы, необходимые для рационализации спортивной деятельности и повышения эффективности психолого-педагогических воздействий.

Как наука «Психология спорта» зародилась в начале 20 века, когда в 1913 году по инициативе Международного олимпийского комитета был проведен первый конгресс, на котором впервые конкретно рассматривались психологические аспекты спортивной борьбы и многолетней спортивной подготовки. Спортивная психология направлена на решение целого круга конкретных задач:

- выработка необходимого уровня мотивации и четкой ориентации в физкультурно-спортивной деятельности с целью повышения эффективности тренировочного процесса;
- создание обязательных психологических условий для проявления наивысшего уровня развития физических качеств, технических действий;
- развитие наивысшего уровня развития коммуникативных способностей для создания наилучшего климата в команде и общения с тренером;
- создание института «оперативной помощи спортсмену» для работы с ним в ситуации стресса, неудачных выступлений и т.д.

Многие специалисты в области спортивной психологии пытались упорядочить разнообразные мотивы занятий физкультурно-спортивной деятельностью. Классифицировать мотивы можно на основе разнообразных критериев:

1) по направленности на процесс или результат спортивной деятельности: процессуальные мотивы (интерес, удовольствие), результативные мотивы (ожидаемые награды, позитивные социальные последствия победы и т.п.);

2) по степени устойчивости: ситуативные (кратковременные, быстро проходящие); устойчивые (долговременные, многолетние);

3) по связям с целями спортивной деятельности: смыслообразующие (связанные непосредственно прямо с целью), стимулы (побуждающие к деятельности, например материальные стимулы);

4) по месту в системы «другие-Я»: индивидуальные (мотивы личного самоутверждения); групповые (патриотизм всех уровней, мотивы честной соревновательной борьбы и т.д.);

5) по доминирующей установке: мотивация достижения успеха (преобладание мотивов на успех, победу, даже путем неоправданного риска); мотивация избегания неудач.

А.Ц. Пуни установил, что на протяжении спортивной карьеры роль конкретных мотивов в стимулировании активности спортсменов меняется, и для каждого этапа характерны свои доминирующие мотивы. Он предлагает следующую динамику мотивов в спортивной деятельности:

- *мотивы начальной стадии занятий спортом* побуждают к включению в спортивную деятельность: мотив эмоциональной привлекательности физических упражнений, базирующийся на естественных потребностях человека в физической активности; мотив долженствования, определяемый необходимостью заниматься физической культурой и спортом; ряд других мотивов. Мотивы на данной стадии недостаточно осознаны, не стойкие, неопределенные.

- *мотивы, связанные с устойчивостью занятий* избранным видом спорта, достижением определенных успехов в нем, расширением специальных знаний и навыков: моральные мотивы (долга, коллективизма, патриотизма); мотив самоутверждения; мотивы, связанные с отношением к сопернику, тренеру, зрителям; непосредственно соревновательные мотивы (азарт, мотив соперничества); эстетические методы; мотивы благополучия (желание добиться материальных благ, преимущества и привилегий).

- *мотивы стадии высшего спортивного мастерства*: определяющим поведение спортсмена становится «мотив достижения успеха».

Сердцевину спорта всегда составляет мотивация достижения успеха, так как каждый спортсмен нацелен на конкурентную борьбу за первенство, причем не только на победу над соперником, но и на достижение наилучшего личного результата.

Таким образом, в процессе психологической подготовки необходимо учитывать доминирование того или иного мотива у спортсмена, четко определять уровень его притязаний и интересов, адекватно соотносить их с реальными возможностями на каждом этапе спортивного становления.

#### ***Библиографический список***

1. Стамбулова Н. Б. Психология спортивной карьеры: Учебное пособие. – СПб.: Изд-во «Центр карьеры», 2007. – 374 с.

2. Психология: учебник для институтов физической культуры / под редакцией В.М.Мельникова. – М.: Физкультура и спорт – 2009. – 362 с.

***Гудыма А.С.***

Новосибирский государственный педагогический университет,  
г. Новосибирск, Россия.

## **ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ДЛЯ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ**

*Аннотация.* Инклюзивное образование важное направление системы современного образования. Физическая культура является составной частью любого образовательного процесса. Организации и проведения физической культуры для детей с ограниченными возможностями здоровья имеет ряд особенностей.

*Ключевые слова:* физическая культура, дошкольники, дети с ограниченными возможностями здоровья.

***Hudyma A. S.***

Novosibirsk state pedagogical University,  
Novosibirsk, Russia.