**Сергеева Акулина Петровна,**

Учитель физической культуры МБОУ «Цивильская СОШ №1 им. М.В. Силантьева»

**РАЗВИТИЕ МОТИВОВ ЗАНЯТИЙ СПОРТОМ В 9-15 ЛЕТ**

**Аннотация:** Актуальность нашей работы обусловлена недостаточностью научных знаний об особенностях развития мотивов занятий спортом у детей и подростков, занимающихся спортом. Цель исследования: определить особенности возрастной динамики показателей мотивов занятий спортом у юных спортсменов в возрасте от 9 до 15 лет.

Для достижения цели исследования применялись анализ и обобщение научно-методической литературы, методики психодиагностики, экспертное оценивание, методы математической статистики. Исследование проводилось с участием спортсменов, занимающихся спортом в АУ ДО «Спортивная школа «Асамат» Цивильского муниципального округа Чувашской Республики.

В исследовании приняли участие 118 человек из трех возрастных групп: 9-10 лет - 57 человек, 11-13 лет - 25 человек и 14-15 лет (36 человек).

Установлено, что в 9-15 лет у юных спортсменов доминируют мотив спортивного совершенствования. В возрасте 9-10 лет относительно сильными являются внутренние мотивы занятий спортом - мотивы участия в соревнованиях и достижения успеха. С возрастом наблюдается снижение относительной силы этих мотивов, наряду с этим повышается относительная значимость мотивов общения и оздоровительных мотивов. Каждый второй спортсмен самостоятельно принимает решение заниматься спортом. Менее значимую роль в принятии этого решения играют его друзья и сверстники. У подавляющего большинства детей, занимающихся спортом, родители занимались спортом, а часть из них занимается спортом в статусе ветеранов. Почти каждый третий подросток не проявляет интереса к спортивным трансляциям по телевизору. В 9-10 лет наблюдается доминирование соревновательных мотивов, в 14-15 лет начинают доминировать мотивы спортивной тренировки. Подавляющее большинство спортсменов переживает удовлетворение от участия в спортивной деятельности. В 9-10 лет почти все спортсмены не пропускают тренировки и с удовольствием выполняют физические упражнения до сильного утомления, с большим напряжением, то в 13-15 лет их количество снижается на 18-22 %, что объясняется отмечаемым нами выше ослаблением внутренних мотивов занятий спортом.

**Ключевые слова:** мотивы, здоровье, общение, соревнование, успех, физическое совершенствование, дети, подростки, спортивная деятельность.

**Введение.** Актуальность нашей работы определяется существованием противоречий между:

* сформулированной в законодательных и программно-нормативных документах стратегической задачей повышения эффективности системы подготовки спортивного резерва и относительно низкой эффективностью ее решения в педагогической практике;
* стремлением тренеров повысить силу и устойчивость мотивов занятий спортом в подростковом возрасте, как личностного фактора, определяющего величину, направленность и содержание активности в процессе спортивной деятельности и относительной непригодностью традиционных подходов к решению этой задачи;
* возможностью повышения эффективности общей психологической подготовки, направленной на формирование мотивов занятий спортом, и недостаточностью научных знаний об особенностях мотивов занятий спортом на этапе начальной спортивной подготовки и процесса их развития у юных спортсменов [1-6].

С учетом содержания этих противоречий нами была определена **проблема** исследования: Каковы особенности мотивов занятий спортом у детей на этапе начальной спортивной подготовки и процесса их развития на учебно-тренировочном этапе.

Решение этой проблемы являлось **целью** нашей исследовательской работы. Для достижения этой цели последовательно решались две **задачи**:

1. определить качественное своеобразие мотивов занятий спортом и обусловленных ими отношений к различным сторонам спортивной жизни у детей 9-11 лет на этапе начальной спортивной подготовки;
2. осуществить сравнительной анализ показателей относительной силы мотивов занятий спортом и отношений к различным сторонам спортивной жизни, наблюдаемых у юных спортсменов в 9-15 лет.
3. выполнить анализ взаимосвязей показателей относительной силы мотивов занятий спортом и отношений к различным сторонам спортивной жизни,

Для решения этих задач нами применялся комплекс **методов** исследования, включающий: анализ и обобщение научно-методической литературы, методики психодиагностики, анкетный опрос, методы математической статистики.

*Изучение литературных источников* проводилось для разработки методологического аппарата исследования, определения степени научной разработанности исследуемой проблемы.

Адаптированная нами *психодиагностическая методика* семантического дифференциала принялась для измерения относительной силы мотивов занятий спортом. Юным спортсменам предлагалось попарно провести сравнительную значимость пяти мотивов занятий спортом через сопоставление каждого мотива с другими мотивами. За показатель относительной значимости каждого мотива принималось количество его выборов в качестве значимого по отношению к каждому из других мотивов.

*Анкетный опрос применялся для определения качественного своеобразия отношен*ия спортсменов к различным сторонам спортивной жизни.

*Методы математической статистики* применялись для количественного анализа экспериментальных данных. Сравнительный анализ достоверности различий между среднегрупповыми данными проводился с применением t-критерия Стьюдента и критерия Пирсона, степень взаимосвязи изучаемых показателей определялась с использованием метода линейных корреляций.

**Организация исследования**. Исследование проводилось на базе АУ ДО «Спортивная школа «Асамат» Цивильского муниципального округа Чувашской Республики.

С участием спортсменов трех возрастных групп 9-10 лет (36 человек) 11-12 лет (25 человек) и 13-15 лет (36 человек). У всех спортсменов измерялись и оценивались показатели относительной силы мотивов занятий спортом и отношений к различным сторонам спортивной жизни.

**Результаты исследования и их обсуждение**. В таблице 1 приведены показатели относительной силы мотивов занятий спортом юных спортсменов в 9-15 лет.

Таблица 1 – Возрастная динамика относительной силы мотивов занятий спортом в возрасте 9-15 лет, баллы

|  |  |
| --- | --- |
|  | Показатели относительной силы мотивов занятий спортом  |
| Возраст спортсменов | Физическое совершенствование | Мотив участия в соревнованиях | Мотив достижения успеха | Общение с друзьями  | Физическое здоровье |
| 9-11 лет, n=52 | 2,65±1,17 | 2,06±1,14 | 2,12±1,13 | 1,65±1,27 | 1,52±1,06 |
| 12-13 лет, n=25 | 3,04±0,93 | 1,52±0,96 | 2,00±1,26 | 1,72±1,21 | 1,72±1,40 |
| 14-15 лет, n= 36 | 2,81±0,89 | 1,17±1,23 | 1,86±1,07 | 1,92±1,27 | 2,22±1,35 |
| T критерий Стьюдента |
| 1 - 3 | 0,51 | 0,001 | 0,29 | 0,34 | 0,01 |
| 2 - 3 | 0,15 | 0,05 | 0,69 | 0,83 | 0,49 |
| 1 - 2 | 0,33 | 0,23 | 0,65 | 0,55 | 0,17 |

Установлено, что в возрасте 9-11 лет, совпадающим в большинстве видов спорта с этапом начальной спортивной подготовки, у юных спортсменов доминирует мотив физического совершенствования (2,65 балла из 4 возможных). В основе данного мотива лежит стремление стать благодаря занятиям спортом быстрым, сильным ловким, гибки и выносливым. Данный мотив является внешним по отношению к спортивной деятельности. Мотивы, непосредственно побуждающие и направляющие юных спортсменов – мотив участия в соревнованиях и мотив достижение успеха находятся по значимости на второй и третьей позиции (2,06 и 2,12 балла соответственно).

Наименее значимыми являются внешние по отношению к спортивной деятельности мотивы общения (1,65 балла), мотивы сохранения и укрепления физического здоровья (1,52 балла).

 Сравнительный анализ изучаемых показателей с учетом возраста спортсменов не выявил существенных изменений. Наблюдаемые изменения носят в большинстве случаев случайный характер, в некоторых случаях можно о тенденциях изменения в определенном направлении.

В частности, относительная сила мотива физического совершенствования незначительно повысилась от 2,65 до 3,04 балла, в 13-15 снизилась до 2,81 балла. Следует отметить, что доминирование данного мотива наблюдается во всех возрастных периодах. При этом степень его доминирования повышается с возрастом.

Наблюдается существенное снижение значимости мотива участия в соревнованиях от 2,06 до 1,17 балла (Р < 0,01) и небольшое ослабление мотива достижения успеха. Снижение значимости этих мотивов на учебно-тренировочном этапе спортивной подготовки, которые являются внутренними по отношению спортивной деятельности, является тревожным фактором и требует пристального внимания со стороны тренера.

Наряду с этим наблюдается тенденция повышения значимости мотива общения с друзьями - от 1,65 до 1,92 балла. Это обусловлено, по нашему мнению, психологическими особенностями подростков, побуждающими их к интенсивному межличностному общению со своими сверстниками.

Существенно увеличивается относительная сила мотивов оздоровления с помощью спорта (от 1,52 до 2,22 балла при Р < 0,01). Юные спортсмены с возрастом начинают глубже и полнее понимать значение физической активности для оздоровления своего организма, поэтому спорт начинает восприниматься ими как значимый фактор физического оздоровления. В таблице 2 приведены результаты анкетного опроса.

Таблица 12- Сравнительный анализ показателей мотивов занятий спортом с учетом возраста

|  |  |
| --- | --- |
| Возраст, лет | Вопросы и распределение вариантов ответа, в % |
| Почему ты решил заниматься спортом? |
|  | Принял решение сам | Предложил учитель физической культуры | Этим видом спорта занимались мои друзья | Предложили родители |
| 9-10 | 58 | 8 | 25 | 8 |
| 11-12 | 48 | 8 | 32 | 12 |
| 13-15 | 50 | 8 | 14 | 28 |
| Критерий Пирсона |
| 1-2 | 0,65 |
| 2-3 | 0,52 |
| 1-2 | 0,93 |
| Занимались ли каким видом спорта твои родители? |
|  | Да, они и сейчас занимаются спортом как ветераны спорта | Да, они и сейчас занимаются спортом как ветераны спорта | Занимались физическими упражнениями, но не принимали участие в соревнованиях | Не занимались |
| 9-10 | 0 | 17 | 67 | 17 |
| 11-12 | 0 | 40 | 32 | 28 |
| 13-15 | 3 | 42 | 50 | 5 |
| Критерий Пирсона |
| 1-2 | 0,60 |
| 2-3 | 0,55 |
| 1-2 | 0,26 |
| Смотришь ли ты спортивные программы по телевизору? |
|  | Да, почти каждый день | Да, 2-3 раза в неделю | Да, но только крупные соревнования по своему виду спорта | Нет |
| 9-10 | 17 | 25 | 25 | 33 |
| 11-12 | 8 | 20 | 52 | 20 |
| 13-15 | 8 | 25 | 31 | 36 |
| Критерий Пирсона |
| 1-2 | 0,88 |
| 2-3 | 0,33 |
| 1-2 | 0,07 |
| Что тебе больше нравится? |
|  | Участвовать в соревнованиях | Больше соревноваться, чем тренироваться | Больше тренироваться, чем соревноваться | Тренироваться |
| 9-10 | 42 | 17 | 17 | 25 |
| 11-12 | 24 | 8 | 40 | 28 |
| 13-15 | 14 | 11 | 39 | 36 |
| Критерий Пирсона |
| 1-3 | 0,13 |
| 1-2 | 0,73 |
| 2-3 | 0,00 |
| Ты переживаешь удовольствие от занятий спортом? |
|  | Да, всегда. Они мне очень нравятся | Не всегда. Иногда бывают ситуации, когда нет сильного желания тренироваться и участвовать в соревнованиях | В последнее время занятия спортом стали для меня менее привлекательными | Скорее всего, я брошу заниматься спортом |
| 9-10 | 58 | 42 | 0 | 0 |
| 11-12 | 64 | 32 | 4 | 0 |
| 13-15 | 64 | 25 | 8 | 1 |
| Критерий Пирсона |
| 1-3 | 0,09 |
| 1-2 | 0,13 |
| 2-3 | 0,94 |
| Как ты обычно поступаешь, когда нужно выбрать: пойти на тренировку или провести это время для общения с друзьями, в видеоиграх, посмотреть интересную телепередачу и др.?  |
|  | Всегда иду на тренировку | Чаще выбираю тренировку | Наоборот, чаще предпочитаю общение с друзьями, видеоигры др. | Пропускаю тренировку |
| 9-10 | 83 | 17 | 0 | 0 |
| 11-12 | 48 | 48 | 4 | 0 |
| 13-15 | 39 | 42 | 11 | 8 |
| Критерий Пирсона |
| 1-3 | 0,42 |
| 1-2 | 1,00 |
| 2-3 | 0,49 |
|  | Тебе нравится, когда на тренировках и в соревнованиях нужно выполнять физические упражнения до сильного утомления, с большим напряжением? |
|  | Да, я получаю от выполнения этих упражнений большое удовольствие | Нравится, но не всегда. это зависит от настроения, но я все равно стараюсь выполнить эти упражнения | Не нравится, я стараюсь избегать выполнения этих упражнений | Чаще всего не нравится, мне не хочется выполнять эти упражнения, мне трудно заставить себя выполнить эти упражнения |
| 9-10 | 50 | 50 | 0 | 0 |
| 11-12 | 44 | 56 | 0 | 0 |
| 13-15 | 42 | 36 | 14 | 8 |
| Критерий Пирсона |
| 1-3 | 0,96 |
| 1-2 | 0,88 |
| 2-3 | 0,97 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1-2 | 0,03\* | 0,77 | 0,95 | 0,95 | 0,03\* |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |

Установлено, что каждый второй подросток самостоятельно принимает заниматься спортом (от 48 до 58 % от числа всех принявших участие в исследовании). Менее значимую роль в принятии юным спортсменом этого решения играют его друзья и сверстники (от 14 до 32 балла). При этом наиболее значимым этот фактор является в начале подросткового возраста (11-12 лет) – доля таких подростков составляет 32%.\*,

Доля подростков, родители которых занимались спортом, составляет 67 %, доля тех, чьи родители продолжают заниматься спортом в статусе ветеранов, составляет 17%. Другими словами, у 84% подростков родители занимались спортом. Этот показатель у родителей 11-12 летних спортсменов составляет 72 %, у спортсменов 14-15 лет – 92%.

Обращает внимание, что почти каждый третий подросток не проявляет интереса к спортивным трансляциям по телевизору (от 25 до 36 %).

Для спортсменов 9-10 лет, у которых стремление к участию в соревнованиях доминирует над мотивами тренировочной деятельности, составляет в 9-11 лет 59%. Эта доля снижается в 14-15 лет до 25 %. Наряду с этим наблюдается повышение значимости мотивов спортивной тренировки до 75%.

Доля спортсменов, которая переживает удовлетворение от участия в спортивной деятельности составляет в 9-10 лет 100%, в 14-15 лет эта доля незначительно снижается (до 92%). Это достаточно высокий показатель, который говорит позитивном эмоциональном отношении к спортивной деятельности.

Если в 9-10 лет почти все спортсмены (100%) не пропускают тренировки, то в 13-15 лет их количество снижается на 18 %, что объясняется отмечаемым нами выше ослаблением внутренних мотивов занятий спортом.

Эти данные совпадают с ответами на последний вопрос анкеты. Анализ этих ответов говорит о том, что в 9-10 лет всем спортсменам нравится, когда на тренировках и в соревнованиях нужно выполнять физические упражнения до сильного утомления, с большим напряжением. В 14-15 лет доля таких спортсменов снижается до 78 %. Остальным спортсмены эти упражнения не нравятся, они стараются избегать выполнения этих упражнений (14 %), не хочется выполнять эти упражнения.

**Заключение**. Обсуждая результаты исследования можно заключить, что мотив спортивного совершенствования в 9-15 лет является доминирующим. В возрасте 9-10 лет относительно сильными являются внутренние мотивы занятий спортом - мотивы участия в соревнованиях и достижения успеха. С возрастом наблюдается снижение относительной силы внутренних мотивов занятий спортом, наряду с этим повышается относительная значимость внешних по отношению к спорту мотивов общения с друзьями и сверстниками и оздоровительных мотивов.

Установлено, что каждый второй подросток самостоятельно принимает заниматься спортом. Менее значимую роль в принятии юным спортсменом этого решения играют его друзья и сверстники.

У подавляющего большинства детей, занимающихся спортом, родители занимались спортом, а часть из них занимается спортом в статусе ветеранов.

Почти каждый третий подросток не проявляет интереса к спортивным трансляциям по телевизору

В 9-10 лет наблюдается доминирование соревновательных мотивов, в 14-15 лет начинают доминировать мотивы спортивной тренировки

Подавляющее большинство спортсменов переживает удовлетворение от участия в спортивной деятельности.

В 9-10 лет почти все спортсмены не пропускают тренировки и с удовольствием выполняют физические упражнения до сильного утомления, с большим напряжением, то в 13-15 лет их количество снижается на 18-22 %, что объясняется отмечаемым нами выше ослаблением внутренних мотивов занятий спортом.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Ковальчук А. А. Мотивация спортивной деятельности у детей и подростков. // Психология спорта. – 2017. – Т. 5, № 3. – С. 45-58.

2. Дьяченко И. В., Сидоренко Н. П. Возрастные особенности мотивации физической активности у подростков. // Журнал спортивной науки. – 2018. – Т. 10, № 2. – С. 32-40.

3. Лебедев А. С., Иванова Т. Г. Влияние социальной среды на мотивацию занятий спортом у подростков. // Психология и спорт. – 2020. – Т. 12, № 1. – С. 22-29.

4. Лебедева Т. С., Громова Н. И. Соревновательная мотивация у детей: влияние на учебно-тренировочный процесс. // Вестник физической культуры и спорта. – 2021. – Т. 14, № 3. – С. 25-33.

5. Смирнов И. А., Кузнецова О. В. Факторы, влияющие на мотивацию детей в спортивной деятельности. // Журнал спортивной науки и образования. – 2020. – Т. 12, № 2. – С. 40-48.

6. Петрова Е. В. Мотивация к занятиям спортом у детей в процессе учебно-тренировочной деятельности. // Спортивная психология. – 2018. – Т. 10, № 1. – С. 15-22.