

24.00.02 "Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення" / Л. П. Долженко. – К., 2007. – 21 с.

1. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання : [підр. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту] : у 2-х томах / Т. Ю. Круцевич. – К. : Олімпійська література, 2008. – Т. 1. – 390 с. ; Т. 2. – 367 с.

2. Круцевич Т. Ю. Управління процесом фізичного виховання / Т. Ю. Круцевич, В. В. Петровський. – К. : Олімпійська література, 2008. – 379 с.

3. Корягін В. М. До питання стану здоров'я студентів ВНЗ / В. М. Корягін, О. З. Блавт, І. П. Мудрик // Психологічні, педагогічні та медико-біологічні аспекти фізичного виховання : мат. III Міжнародної електронної

наук.-практ. конф. – Одеса, 2012. – С. 65-68.

4. Присяжнюк С. І. Фізичне виховання : [підручник] / С. І. Присяжнюк. – К. : ЦУЛ, 2008. – 502 с.

5. Раевский Р.Т. Здоровье, здоровый и оздоровительный образ жизни студентов / Р.Т. Раевский, С.М. Кашишевский. – Одесса : Наука и техника, 2008. – 556 с.

6. Физическая культура / Под ред. Е. С. Григорovichа, В. А. Переверзева. – Минск : Вышэйшая школа, 2008. – 222 с.

7. Физическая культура : [учебник] / [под ред. В. А. Коледы]. – Минск : Тесей, 2005. – 423 с.

8. Физическая культура : [учебник] / [под ред. Е. В. Харламова]. – Ростов н/Д : Феникс, 2005. – 355 с.

Подано до редакції 03.04.13

УДК 796.05:159.947.5

В. О. Тищенко

## МОТИВАЦІЯ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ В СПОРТІ

Дана стаття присвячена дослідженню мотиваційної сфери українських спортсменів-юніорів. Розглядається ієрархія мотивів-категорій, які спонукають до занять спортом, аналізується значення окремих мотивів для досягнення повноцінної спортивної самореалізації.

**Ключові слова:** мотивація, мотив, спортивна самореалізація.

**Постановка проблеми.** На даний момент український спорт знаходиться у доволі депресивному стані. Це стосується як спорту вищих досягнень, так і масового спорту. Однак можна відмітити ряд досягнень наших спортсменів на змаганнях різного рівня за час незалежності України. Це олімпійське золото Оксани Баюл в Ліллекхаммері (Норвегія); спортивні досягнення Сергія Бубки, який за свою кар'єру встановив 35 світових рекордів; вихід до чвертьфіналу чемпіонату світу з футболу української збірної у 2006 році. Крім того, вперше в історії України призером Олімпіади серед ігрових командних видів спорту (Афіни, 2004 р.) стала жіноча гандбольна збірна. Однак перелічені досягнення домінантообумовлені зусиллями самих спортсменів та їх команд, оскільки ні стрімкого, ні стійкого зростання загального рівня фігуристів, легкоатлетів, футболістів чи гандболісток не спостерігалось, а окремі перемоги не є результатом реалізованої цільової державної програми. Тому ці винятки лише підтверджують те, що на даний момент в Україні відсутній повноцінний комплексний підхід, спрямований на виховання нової плеяди спортсменів різних дисциплін, на збереження та розвиток потенціалу тренерського корпусу, на виведення спорту та здорового способу життя в ранг національної ідеї.

Проблеми спортивної галузі обумовлені низкою факторів, характерних для країн пострадянського простору. Безумовно, що й віктимогенність теж грає визначальну роль. Якщо взяти особистісний рівень, то віктимізація залежить від ступеня стійкості особистості, рівня розвитку рефлексії та саморегуляції, наяв-

ності ціннісних орієнтацій, а також екстернальності і інтернальності. Соціально-економічні та політичні чинники можна охарактеризувати як екстернальні, але вони самі по собі не завжди є домінантними, оскільки при інших рівних умовах певні спортсмени досягають успіху, а інші – ні. Причина цієї суперечності – в інтернальних чинниках, а саме в сфері внутрішнього налаштування самих спортсменів і полягають в їх мотивації, системі ціннісних орієнтацій, установок та інше.

Тому темою даного дослідження стала мотивація як детермінанта спортивної самореалізації. Дослідження мотиваційної сфери несе ряд практичних завдань, оскільки комплексне дослідження цього феномену відкриває та окреслює можливості ефективної оптимізації спортивної діяльності спортсменів шляхом підсилення одних мотивів та корекції інших.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Серед актуальних публікацій та досліджень щодо нашої теми можна відмітити наступні. Є.П. Ільїн розкрив основні питання теорії та методології вивчення мотивації, де особлива увага приділяється аналізу уявлень про сутність мотиву, його структури, різновидам. Автор пропонує власну концепцію мотивації і мотивів, яка базується на критичному розгляді та синтезі наявних у психології поглядів на цю проблему [1]. Вивченню спортивної мотивації присвячена низка досліджень [2-6]. Велика увага приділяється професійно важливим особистісним якостям спортсмена і психологічним особливостям їх діяльності [5]. При цьому автори відзначають, що знання з психології мотивації людина може використовувати в цілях саморегуляції

поведінки: актуалізуючи певні й залучаючи додаткові мотиви, можна керувати власними вчинками [2].

В результаті дослідження Г.Ю. Куртової, що вивчала мотивацію занять важкою атлетикою спортсменок високої спортивної кваліфікації, було встановлено наступне: спортсменки високої спортивної кваліфікації, які займаються важкою атлетикою, мають стійку мотивацію до самого тренувального процесу. Матеріальна мотивація не є домінуючою в системі мотивів українських важкоатлеток [4].

А.В. Канатовим розглядалась проблема пошуку шляхів, способів і засобів зміцнення і збереження спортивної мотивації юних баскетболістів. Обґрунтовувалась методика формування спортивної мотивації у баскетболістів на етапі поглибленої спортивної спеціалізації [3].

Також відзначимо дослідження Б.Б. Шаповалової, присвяченого вивченню формування мотивації досягнення успіху у спортивно обдарованій молоді, котрі проводились в контексті написання кандидатської дисертації [6]. Автор емпіричним шляхом з'ясувала, що ефективність формування мотивації досягнення успіху у спортивно обдарованій молоді залежить від таких чинників:

- формування домінуючих мотивів спортивної діяльності (мотиваційно-регулятивний компонент);
- формування вміння ставити мету (цільовий компонент);
- розвиток вмінь планувати спортивну діяльність, оволодіння її основними операціями та досягнення результатів (продуктивний компонент);
- розвиток вміння адекватно проявляти свої емоційні стани, зокрема, й негативні; керувати своїми емоціями загалом (емоційний компонент).

**Мета дослідження:** виявити особливості внутрішнього настрою спортсменів-юніорів, котрі сприяють їх оптимальній спортивній реалізації.

**Завдання дослідження:** з'ясувати особистісні особливості мотиваційної сфери спортсменів-юніорів, які сприяють і які суперечать оптимальній спортивній самореалізації.

**Методики дослідження:** з метою дослідження мотивацій спортсменів-юніорів були використані наступні методики: метод бесіди (бесіди проводились з тренерським складом, котрий працює із даними спортсменами та з самими спортсменами); методика "Мотиви занять спортом", методика "Виявлення установок "праця — гроші"".

**Виклад основного матеріалу.** Вперше слово "мотивація" вжив А. Шопенгауер у статті "Чотири принципи достатньої причини" [7]. Потім цей термін міцно увійшов до вжитку серед психологів для пояснення причин поведінки людини. Мотивація – це сукупність чинників, які підтримують і направляють поведінку. Вона являється відносно стійкою системою домінуючих мотивів діяльності.

З метою вивчення мотиваційної сфери спортсменів-юніорів та визначення складових, які сприяють і які суперечать оптимальній спортивній самореаліза-

ції спортсменів в умовах сучасної української дійсності, було проведено дослідження серед студентів-першокурсників (спортсменів-юніорів) Львівського НАУ, тобто серед осіб, які систематично займаються спортом. Дослідження проводилось згідно обраних методик. Групу респондентів склали 46 осіб.

За результатами бесіди із тренерським колективом, котрий працює з даними спортсменами, було зібрано анамнез спортивного життя респондентів та їх характеристики. За даними тренерського корпусу лише 4 спортсмени були описані як особи, що займаються самовіддано, повністю віддаючи себе спортивній діяльності.

Результати бесіди із спортсменами показали, що більшість із опитаних не уявляють своє життя без спорту, однак лише третина респондентів впевнена в реалізації свого спортивного потенціалу і однозначно вбачає свою самоактуалізацію в спортивній галузі. Решта респондентів відзначають, що при відкритті інших перспективних можливостей вони готові відмовитись від спортивної спрямованості і займатись чимось іншим, а спортом займатись у вільний час. Для виявлення домінуючих цілей спортивної діяльності була використана методика "Мотиви занять спортом".

Розкодування отриманих результатів проводилося за допомогою спеціального ключа, за допомогою якого можна вибудувати ієрархію особистісних змістів (домінуючих мотивів) респондента щодо 10 мотивів-категорій. З метою подальшого аналізу, було здійснено відсотковий розподіл домінантних ланок ієрархії. Отримані результати для більшої наочності відображено графічно (рис. 1). Згідно отриманих результатів можна відзначити, що мотив досягнення успіху в спорті домінантний у значної частки респондентів (19,565%), вагомі відсоткові частки мотиву фізичного самоствердження (15,217%), мотив соціального самоствердження (13,043%) та соціально-емоційний мотив (13,043%).

Натомість найменш вагомим виявився раціонально-рольовий мотив (2,17%), що природно для людей, котрі ведуть активний спосіб життя. Менш значущі також показники соціально-морального мотиву (8,69%), які свідчать, що представники даної групи не завжди можуть повноцінно реалізувати і почувати себе в командній праці.

Відмітимо, що лише близько 40% представників даної групи є представниками командних видів спорту, у них мотив підготовки до професійної діяльності (6,52%). Певні занепокоєння викликають мотиви емоційного задоволення (8,69%) та цивільно-патріотичний (6,52%).

В ході бесіди більшість спортсменів відзначало, що матеріальне благополуччя є для них важливим показником, а спорт не завжди надає можливості для забезпечення цих потреб. З метою чіткішого окреслення ситуації щодо даної проблеми було проведено дослідження по методиці "Виявлення установок "праця — гроші". Відсоткові частки отриманих результатів відображені на рис. 2.

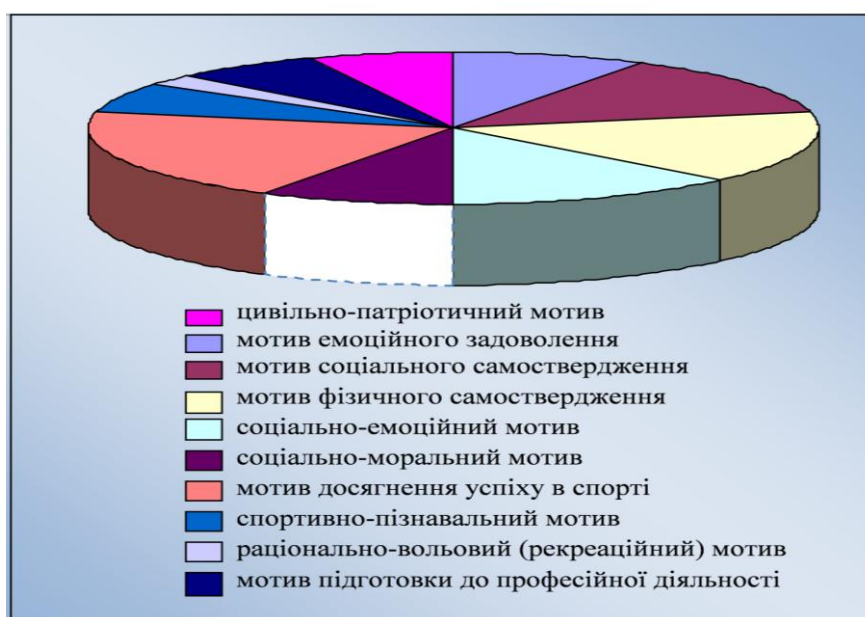


Рис. 1 Відсоткові частки респондентів по домінуючих мотивах-категоріях

Отже, можна відзначити, що досягнення матеріального благополуччя є домінантним мотивом для більшості юних спортсменів. Ці результати співзвучні з

результатами дослідження Г.Ю. Куртової, яка працювала із спортсменами вищої категорії [4].

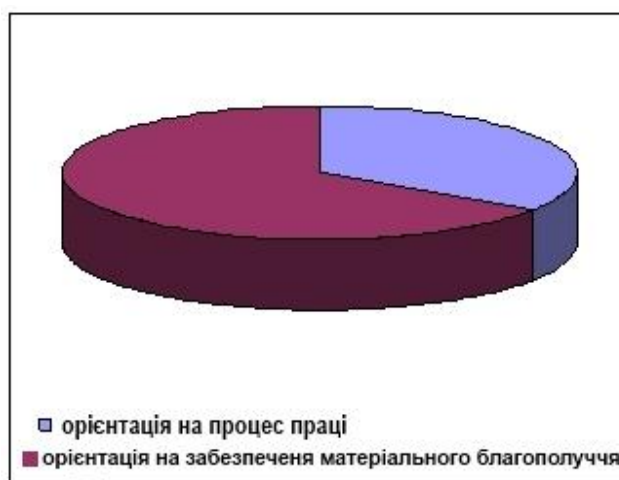


Рис. 2 Відсоткові частки респондентів по орієнтації "праця — гроші"

Ці результати мають як і позитивний, так і негативний відтінки. Звісно, фактор належного матеріального забезпечення спортсменів є необхідною умовою спортивних досягнень. Та в сучасних реаліях він може мати і негативні наслідки, наприклад, відтік талановитої спортивної молоді за кордон, а також відтік частини спортсменів-юніорів із спортивної сфери в інші галузі, що забезпечують швидший і відносно задовільний в матеріальному плані результат.

**Висновки.** Мотивація сучасної спортивної української молоді значною мірою зацентрована в руслі матеріального збагачення при нівелюванні духовно-моральних аспектів, зокрема таких, як патріотизм та відчуття національної гордості. Такий розвиток подій не сприяє повноцінному розвитку особи. Відмічається

відсутність належного інтересу до глибинних аспектів спортивної діяльності. Далеко не всі спортсмени знаходять в спорті відповідне емоційне задоволення.

Дані результати говорять про необхідність змін. Зусилля держави повинні бути скеровані на піднесення національної самосвідомості та патріотизму, на розвиток масового спорту та на забезпечення належного фінансування спортивної галузі. Питання мотивації спортсменів потребує подальших комплексних досліджень у поєднанні з дослідженнями емоційно-вольової сфери спортсменів з метою подальшої розробки та впровадження програми щодо включення новітніх практичних методів, спрямованих на оптимізацію мотиваційної сфери спортсменів-юніорів, що посприяє їх повноцінній самоактуалізації.

**ЛІТЕРАТУРА**

1. Ильин Е. П. Мотивация и мотивы / Е.П. Ильин. — СПб. : Издательство "Питер", 2000. — 502 с.
2. Гордеева Т.О. Психология мотивации достижения / Т.О. Гордеева. — М. : Смысл, 2006. — 336 с.
3. Канатов А.В. Формирование спортивной мотивации у юных баскетболистов на этапе углубленной специализации : автореф. дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук / Канатов А. В. — Тюмень, ТГПИ, 2005. — 21 с.
4. Куртова Г.Ю. Дослідження мотивації занять важкою атлетикою спортсменок високої спортивної кваліфікації / Г.Ю. Куртова // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка. Серія : Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. — Чернігів, 2005. — С. 73.
5. Тищенко В.О. Удосконалення техніко-тактичних дій кваліфікованих гандболісток у нападі : дис. ... канд. фіз. вих. : 24.00.01 / Тищенко В.О. — Львів, 2012. — 275 с.
6. Шаповалов Б.Б. Формування мотивації досягнення успіху у спортивно обдарованій молоді : дис... канд. псих. наук : 19.00.07 / Шаповалов Б.Б. — Академія управління МВС. — К., 2007. — С. 162-182.
7. Шопенгауэр А. Полн. собр. соч. : В 4-х т. / А. Шопенгауэр. — Т.1. — М., 1900. — с. 317.

*Подано до редакції 03.04.13*