

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«Южно-Уральский государственный университет»
(национальный исследовательский университет)
Институт спорта туризма и сервиса.
Кафедра «Спортивное совершенствование»

ДОПУСТИТЬ К ЗАЩИТЕ
Заведующий кафедрой, к.б.н., доцент
_____ А.С. Аминов
_____ 2017 г.

Педагогические условия формирования спортивной мотивации волейболистов
17-18 лет

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА
К ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЕ
ЮУрГУ–49.04.01.2017.016 ПЗ.ВКР

Руководитель ВКР, д.б.н., доцент
_____ А.В. Ненашева
_____ 2017 г.

Автор ВКР студент группы
ИСТиС-237
_____ Е.А. Маленьких
_____ 2017 г.

Нормоконтролер, к.б.н., доцент
_____ Е.В. Задорина
_____ 2017 г.

Челябинск 2017

ОГЛАВЛЕНИЕ

	ВВЕДЕНИЕ	5
ГЛАВА I	Психолого-педагогическая проблема формирования спортивной мотивации.....	9
1.1	Характеристика спортивной мотивации.....	9
1.2	Развитие и формирование спортивной мотивации.....	15
1.3	Повышение мотивации к физической культуре и спорту при помощи волейбола.....	17
1.4	Педагогические условия формирования спортивной мотивации волейболистов.....	23
ГЛАВА II	Методы, цель и задачи организации исследований.....	32
2.1	Организация исследования.....	32
2.2	Методы исследования.....	34
2.3	Метод математической статистики.....	36
ГЛАВА III	Результаты исследования и их обсуждение.....	38
3.1	Результаты исследования психической готовности спортсменов.....	38
3.2	Результаты проведения анкетирования.....	42
3.3	Результаты исследования.....	53
	ЗАКЛЮЧЕНИЕ	58
	БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК	60
	ПРИЛОЖЕНИЕ	
	Приложение А. Анкета-опрос спортсмена	65

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. Основной чертой характера личности, обуславливающей достижения в спорте, является мотивация. Она оказывает значительную часть влияния на процессы, происходящие в организме при занятиях спортом, тем самым оказывает прямое влияние на результативность. В условиях спортивной конкуренции высокие результаты, установленные рекорды, полная самоотдача, стремление к победе, может достичь только мотивированный спортсмен.

Содержание, средства и методы формирования спортивной мотивации, психологической подготовки спортсменов неоднократно рассматривались в научных работах. Доказано, что вопросы определения сущности и содержания психологической готовности подростков 17-18 лет к спорту, механизмы ее возникновения, функционирования и развития в спортивной деятельности изучены, определены общие подходы к ее формированию на различных этапах спортивного совершенствования. В частности, изучены психологические условия регуляции спортивной деятельности в волейболе, педагогические и психологические условия деятельности тренера по волейболу в тренировочном и соревновательном процессе, определены психологические основы отбора в игровом виде спорта – волейбол.

В настоящее время малоисследованными остаются психологические особенности волейболистов подросткового возраста, 17-18 лет, особенности взаимосвязи между спортивной мотивацией и мотивами занятий спортом, волевыми качествами, педагогические условия повышения спортивной мотивации.

Таким образом, темой исследования выпускной квалификационной работы является изучение формирования спортивной мотивации у волейболистов 17-18 лет и необходимых педагогических условий, в целях

исключения противоречий между значением спортивной мотивации волейболистов для продолжительности и эффективности занятий спортом, и недостаточной изученностью педагогических условий ее формирования в подростковом возрасте.

Гипотеза исследования предполагает увеличение эффективности формирования мотивации в спорте волейболистов 17-18 летнего возраста, при условии:

1) необходимости подчеркнуть отношение спортсмена к другим видам спорта, разным сторонам спортивной деятельности, зависящей от высокого уровня мотивации у спортсмена.

2) необходимости выяснить специфику психических свойств личности у волейболистов 17-18 лет, определить наличие их связи между собой, а также с особенностями спортивной мотивации;

3) необходимости определения педагогические условия формирования положительного отношения у волейболистов 17-18 лет к разным сторонам деятельности в спорте, также, через создание педагогических условий в учебно-тренировочной деятельности и соревновательной деятельности реализовать формирования этого отношения, с учетом индивидуальных особенностей развития у каждого спортсмена.

Целью исследования является разработка и экспериментальное обоснование педагогических условий формирования спортивной мотивации волейболистов возраста 17-18 лет.

Объектом исследования является в учебно-тренировочном процессе психологическая подготовка волейболистов 17-18 лет.

Предметом исследования являются педагогические условия формирования спортивной мотивации волейболистов 17-18 лет.

Научная новизна исследования заключается в том, что проанализировав учебно-методическую литературу, предпринята попытка:

- 1) Обнаружить особенности психических свойств личности волейболистов 17-18 лет;
- 2) Найти особенности взаимосвязи психических свойств личности у волейболистов 17-18 лет между собой и со спортивной мотивацией.
- 3) Подчеркнуть и в результате исследования объяснить педагогические условия формирования спортивной мотивации волейболистов 17-18 лет.

Значимость данных исследований, на основе анализа научной литературы, в установлении особенности психических свойств личности волейболистов 17-18 лет, определение особенностей взаимосвязи психических свойств личности у волейболистов 17-18 лет между собой и со спортивной мотивацией, экспериментально обосновать педагогические условия формирования спортивной мотивации у волейболистов 17-18 лет.

В результате исследования необходимо решить задачи раскрытия сущности, содержания, факторы и механизмы развития спортивной мотивации подростков, узнать особенности психических свойств личности спортсменов 17-18 лет, выделить педагогические условия формирования мотивации волейболистов 17-18 лет и экспериментально обосновать эффективность их воссоздания в учебно-тренировочном процессе.

ГЛАВА I ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА ФОРМИРОВАНИЯ СПОРТИВНОЙ МОТИВАЦИИ

1.1 Характеристика спортивной мотивации

Мотив (от фр. *motif* — побуждение) — это призыв к действию для удовлетворения потребности, потребности в том или ином занятии. При наличии мотива, в действиях у человека отражается отношение, увлеченность, стремление к предметам и явлениям. Такое отношение человека может иметь как положительные, так и отрицательные стороны. Положительная сторона заключается в том, что человек желает дотронуться до какого-либо предмета, завладеть им, применить. Отрицательная сторона — человек старается избегать чего-то, быть защищенным. У человека мотивы могут отличаться друг от друга формой, видами потребностей, формой интересов, убеждениями, стремлениями, этапом осознанности, определенным содержанием занятия, в которой они реализуются. В более усложненных видах занятия, как правило, задействован не один, а целый комплекс одновременно взаимодействующих мотивов.

Мотивация определяет двигательную, умственную и другие активности человека, мотивация является своеобразным зарядом энергии. В проблеме психологии мотивация как побуждения к действиям, описывающий ее качественно-количественный этап. В обществе признано, что мотивация в характере человека в отличие от мотивации животного мира имеет свои определенные особенности, и указывает на организацию человеческих занятий, определяемых социумом [44].

В спортивной деятельности, в психологии физического воспитания мотивация деятельности достоверно изучена. Наиболее подробно ее исследовал А. Ц. Пуни. Он определяет мотивацию в спорте как внутреннюю

силу, рождаемую объективными причинами и доставляющую человеку жизненную энергию, в целях достичь поставленной цели. Многообразие мотивов обусловлено большей или меньшей связью успеха в занятиях, и возрастает она в большей степени при общественной значимости мотива. В работе показано, как происходит развитие занятий спортом — от первого урока занятий физической культурой до установления мастерски овладеть тем или иным родом занятий. Экспериментально доказано, что мотивы, связанные с соревнованиями в личном виде спорта или выступлением на соревнованиях за команду, стимулируют спортсмена к проявлению моторной, интеллектуальной, волевой активности, и приводя к достижению высокого результата в соревнованиях. Физиологическим эффектом данного механизма является увеличение возбудимости в коре головного мозга [43].

Данная закономерность не единожды нашла свое подтверждение. В исследованиях других ученых доказано, что мотивация в процессе соревнований, как правило, увеличивает продуктивность различных видов двигательной активности. Многие отмечают, что в процессе соревнований мотивация значительно увеличивается, чем при занятиях на тренировках, так как в соревновательной деятельности проявляется специфическая для спортсмена необходимость в достижении высокого результата — занять первое место, попасть в команду, побить рекорд [29].

В работах большинства ученых подчеркнута тесная взаимосвязь потребностей, необходимости с мотивами и целями в поведении и занятиях человека [6, 8, 12]. При раскрытии взаимосвязи потребностей и мотивов, автор А.Н. Леонтьев отметил, что потребность является условием, предпосылкой деятельности. Как внутренняя сила она может реализоваться только в деятельности. В отраженной своей форме предмет и выступает в качестве идеального внутренне побуждающего мотива [24, 15].

За соотношением рода деятельности скрываются мотивы. Деятельность — это процесс, направляемый и побуждаемый тем мотивом, в чем замечена та или

иная потребность. В свою очередь мотив отличается от сознательной цели и намерения, они идут за целями, побуждают к достижению цели. В занятиях, в деятельности человека осознается не мотив, а цель в реализации мотива, удовлетворения потребности человека[24].

При разговоре предметной или мыслимой единой цели, выходя за рамки мотива, отмечено, что в деятельности осознается цель, а мотив остается неосознаваемым компонентом деятельности[24], напротив, предложено выделять две цели - представляемую цель, которая является атрибутом мотива и цель реальную. Мотив является осознанной причиной активности человека, которая направлена на достижение нужной цели. Мотив поможет найти ответы на вопросы: почему так поступает человек и для чего так поступает или действует человек[7].

Мотивационное побуждение – это внутренне осознание готовности к чему либо. Стимул побуждает действие не прямо, а через мотив [43].

В рамках концепции установки рассмотрены мотивы. Свои фиксированные установки вырабатываются у каждого, они так или иначе становятся и проявляются фундаментом готовности к занятиям в соответствующих условиях и в нужном направлении. Так называемая установка относится к внутренним причинам или условиям психической деятельности, так или иначе к тем факторам, которые вносит субъект, в процессе взаимодействия с окружающим миром.

Совокупность различных отношений в поведении, занятии и деятельности человека объективно реализуется отношением к предметному миру; отношением к окружающим людям, к обществу, к самому себе. Следовательно всегда носит обширно мотивированный характер, то есть одновременно отвечают нескольким мотивам.

Направленность поведения и деятельность личности определяет совокупность динамических тенденций, в виде устойчивой системы доминирующих мотивов[8].

Образующие смысл и стимулирующие возникновение мотива. Первые смыслообразующие стимулируют деятельность и придают личностный смысл. Вторые - это высоко эмоциональные, импульсивные факторы, лишены функции образования мотива, они выполняют только функции добавочного побуждения. В ранге мотивов смыслообразующие мотивы более предпочтительны [24].

Отличие мотивов друг от друга выражается в содержании, в силе, в устойчивости. Содержание мотива формируется целью, сила – значением потребности, устойчивость - стабильностью потребности и степенью ее удовлетворения [7].

На западе в психологии наиболее известной является классификация мотивов с учетом их содержания и роли в развитии личности человека. Особенность заключается в том, что мотивы выделены группы мотивов, и мотивы упорядочены в ценностном ранге по принципу пирамиды от низшей ступени к высшей, в соответствии с ролью в развитии личности человека. Данная модель состоит из пяти ступеней потребности. Стремление человека искать и реализовывать смысл своей жизни относится к высшим потребностям, и рассмотрено как врожденная мотивационная тенденция, являющаяся основной движущей силой в поведении и развитии личности человека [9].

В литературе по психологии принято различать определение понятия мотив и мотивация. Определение мотивации происходит из положения о сходстве динамической стороны и содержательной стороны мотивации. Мотивация - это субъективное определение поведения человека в мире, предопределенное процессом ее отражения. Мотивация - ситуативная диспозиция.

В свою очередь, мотив – это личностная диспозиция. Рассмотрение мотивации как провокация к действию определенным мотивом, как выбор между разными возможными действиями, процесс управляющий,

регулируемый действия человека на достижение целей в определенной ситуации [6].

Развитие мотивов в спортивной деятельности, связанное с возрастными изменениями и этапами спортивной подготовки, выделены в следующие ступени:

- поддержание мотивационной структуры;
- разделение содержания мотивационной структуры;
- усиление взаимосвязи между тренировочной мотивацией и соревновательной мотивацией;
- уменьшение индивидуального своеобразия мотивационной структуры и специализации;
- С последовательным переходом преобладающей роли от потребности в самоутверждении к потребности в повышении своих возможностей, к потребности в достижении наивысшего результата в спорте, усиление значимости результативных мотивов по сравнению с непосредственными процессуальными побуждениями;
- повышение адекватности мотивации достижения успеха условиям деятельности;
- переход от «стремиться достигнуть цели спортивной деятельности», которые ставятся под влиянием общественного окружения, к побуждению занятиям спортом на основе самооценки личных качеств и личного отношения к спорту;
- усиление общественной направленности мотивов.

Взаимодействие внутренних и внешних факторов обуславливает развитие мотивации в спортивной деятельности, меняющее свое значение в течении спортивной деятельности.

При развития внутренних факторов происходит формирование целей и задач занятий спортом, которые определены, с одной стороны, значимыми потребностями личности, а с другой стороны, возможностями и особенностями

выполняемой деятельности спортсменами.

В развитии внешних факторов проявляется прежде всего совершенствование организации соревновательной деятельности и учебно-тренировочного процесса.

Таким образом, формирование мотивации спортсменов осуществляется с помощью:

- 1) психологический механизм «снизу вверх» - изменение внешних условий спортивной деятельности;
- 2) психологический механизм «сверху вниз» - усвоение спортсменом предоставляемых целей, установок, отношений, задач, необходимых волевых усилий, мотивов.

В целом, приводимые способы, методы, направления, средства для формирования спортивной мотивации не будут использованы без их обработки применительно к виду спорта - волейбол. При изучении литературы, психологические особенности личности волейболистов 17-18 лет, их взаимосвязи между собой и спортивной мотивацией, педагогические условия формирования спортивной мотивации не нашли отражения.

1.2 Развитие и формирование спортивной мотивации

Формирование, развитие, перестроение мотива происходит под влиянием нравственного, умственного, возрастного развития личности спортсмена, а также при накоплении опыта занятий спортом, увеличение спортивного мастерства - от первоначальных показателей новичка, пришедшего на занятия в секцию волейбола, до мотивов, которыми руководствуются мастера спорта.

Главными составляющими развития и становления личности являются самоопределение в жизни, установка на себя, формирование личности в противовес неопределенности личного эго, развитие планов на

будущее, формирование жизненных идеалов и убеждений.

Внутреннее эго отличается от внешнего поведения, активизируя проблему самоконтроля. В подростковом возрасте у человека становится устойчивей самооценка, возрастает самоуважение, стабилизируется образ эго, внимание главным образом нацелено на себя, подростка заботит, как он или она выглядят в глазах других людей. Таким образом, основными в подростковом возрасте становятся потребности в самоутверждении, самореализации, воспитании, в том числе и в сфере спортивной деятельности.

В ходе многих исследований развитие мотивации рассмотрено в зависимости от этапов спортивной подготовки. Изначально выражение мотивации выражается в совокупном интересе к спорту как виду деятельности и занятий. На начальном этапе занятий спортом мотивы интересов к физическим упражнениям различны с непосредственными интересами. На этапе специализации достигнутые успехи пробуждают интерес к данному виду спорта. Происходит переход от процесса деятельности мотивов к результату деятельности.

Особенности данного вида спорта привлекают спортсменов. Проявляется потребность к физическим нагрузкам, пережитым эмоциям на спортивных соревнованиях. Этап достижения спортивного мастерства характеризуется стремлением развить, увеличить, поддержать свое спортивное мастерство. На этапе завершения активного участия в спорте, завершения спортивной деятельности спортсмен старается сохранить уровень своей подготовленности, достигнутого положения в спорте. Проявляется новый этап, новый мотив - передача своего опыта и знаний молодому поколению. С ростом квалификации спортсмена его мотивация достижений приспособляется к условиям деятельности.

При исследовании мотивации занятий спортом у студентов установлено, что у начинающих спортсменов и спортсменов низкой квалификации спортивная мотивация более разнообразна, чем у спортсменов высокой

квалификации. Выявлено повышение мотивов, связанных с достигнутыми результатами спортивной деятельности, мотивы процесса занятий спортом играют второстепенную роль.

Доказано, что развитие мотивации спортсменов-подростков представлено от развития телесного к психическому развитию, а от психического развития - к духовному совершенствованию.

Выстраивая мотивы занятий спортом в группе студентов спортсменов 17-18 лет, выявлено, что ключевым является мотив достижения успеха. Вторым по значимости является социально-моральный мотив (СМ), социально-эмоциональный мотив (СЭ), и мотив эмоционального удовольствия (ЭУ). К третьему относится социальное самоутверждение (СС), спортивно-познавательный мотив (СП), гражданско-патриотический мотив (ГП), и подготовка к профессиональной деятельности (ПД). Мотивы физического развития (ФУ) и рационально-волевой мотив (РВ) находятся на последнем месте.

Значимость социально-морального мотива в подростковом возрасте указывает на увеличение значимости механизма мотивационной сферы такого как долженствование.

Подводя итог полученных данных, определено, что с возрастом, со стажем занятия спортом, спортсмен, проходит стадии спортивного становления от непосредственной увлеченности занятиями спортом, развитием тела и, связанными с этим эмоциональными всплесками, переживаниями, до проявления элементов долженствования, необходимости познания и постановки личных целей в занятиях спортивной деятельностью. Что проявляется в дальнейшем формированием у спортсменов-подростков со стороны социального окружения так называемой «далеко отставленной цели».

Формирование структуры мотивов, обусловленных внутренними причинами и, прежде всего, формированием личностного смысла в занятиях спортом свидетельствуют об усилении социально-морального, спортивно-

познавательного и социально-эмоционального мотивов.

Мотивация к физической активности – это особое состояние, направленное на достижение оптимального уровня физической подготовки и работоспособности.

1.3 Повышение мотивации к физической культуре и спорту при помощи волейбола

Процедура формирования интереса человека к занятиям физической культурой и спортом многоступенчата: от первых теоретических знаний и навыков до интенсивных занятий спортом и психофизических знаний теории и методики физического воспитания.

Основными группы мотивов к занятиям физической культурой являются: двигательно-деятельностные, оздоровительные, эстетические, психолого-значимые, статусные, соревновательно-конкурентные, коммуникативные, познавательно-развивающие, творческие, воспитательные, культурологические мотивы:

Оздоровительные мотивы. Сильной мотивацией для подростков является укрепление своего здоровья, ведение активного образа жизни, профилактика простудных заболеваний.

Укрепление своего здоровья и профилактика заболеваний является наиболее сильной мотивацией подростков к занятиям физическими упражнениями.

Двигательно-деятельностные мотивы. При выполнении физической работы заметно однообразие и снижение производительности труда

Соревновательно-конкурентные мотивы. Стремление спортсмена повысить спортивные достижения, возможности.

Эстетические мотивы. Видна взаимосвязь группы с возникновением моды на здоровый образ жизни, поддержание здоровья. Улучшение образа

внешнего, коррекция фигуры, повышение пластичности и гибкости.

Коммуникативные мотивы. Улучшаются коммуникации между социальными группами людей при совместных занятиях физической культурой и спортом. Занятия физическими упражнениями в группе, например, беговые упражнения, горный туризм, велопробег, командные спортивные игры.

Познавательные-развивающие мотивы. Данный мотив близок по смыслу к мотивации соревновательной, но большей частью основана на борьбе с собственной ленью.

Творческие мотивы. Творческие личности неординарны, при занятиях спортом существует возможность развития способностей, нахождения вдохновения. Например, занятия на свежем воздухе, могут вдохновить на написание картины.

Психолого-значимые мотивы. Занятия в спортивной секции поможет благотворно повлиять на эмоциональное перенапряжение, предупредить развитие стресса организма, повысить самооценку, отвлечь.

Воспитательные мотивы. Занятия физическими упражнениями способствует воспитанию патриотизма, силы воли.

Статусные мотивы. У подростков увеличивается их жизнестойкость благодаря развитию физических качеств. При возникновении конфликтных ситуаций, разрешаемых в ходе физического воздействия на другую личность, происходит повышение личностного статуса, а также активизируется участие студентов в физкультурно-спортивной деятельности, увеличение потенциала жизнестойкости в экстремально-личностных конфликтах.

Культурологические мотивы. Характеризуются влиянием культурной среды, законов социума и законами «группы» на личность. Данная мотивация в формировании у личности потребности в занятиях физическими упражнениями приобретает подростками с воздействием, оказываемым средствами массовой информации, социальными институтами, обществом.

Установлено, что в основе возникновения мотивов физкультурно-

спортивных занятий лежит как внутренняя позиция самой личности, так потребности и объективные условия жизни. Эмоциональными переживаниями привлекательности физкультурно-спортивных занятий и доставляемых им удовольствие, в основном обусловлена физкультурная активность студентов. Получение удовольствия от самого процесса физкультурной активности в качестве мотивов таких занятий на первом месте называют студенты.

Превращаясь из объективных условий в объективный психологический регулятор, внешние педагогические воздействия становятся реальными факторами физкультурно-спортивной активности студентов, что раскрыто в ряде психолого-педагогических работ.

Почти всегда существуют различные пути выигрыша в игре, допускаемые правилами.

Творческое решение двигательных задач предоставляет простор игрокам, обязанность решать эти задачи в кратчайшие сроки и с полной мобилизацией двигательных способностей может послужить внезапное изменение ситуации по ходу игры.

Довольно сложные и ярко эмоционально окрашенные межчеловеческие отношения типа сотрудничества, взаимопомощи, взаимовыручки, а также тип соперничества, противоборства, когда сталкиваются противоположно направленные стремления, воссоздаются в волейболе, как и в большинстве игр.

У занимающихся физическими упражнениями вызывает эмоции, удовлетворяет потребности в полной мере метод игровой. Это вызывает положительное отношение к спорту, приносит хорошее настроение, возникает чувство удовлетворенности.

Способностью создавать положительное отношение к занятиям физическими упражнениями, положительный эмоциональный фон так же, как игровой метод, обладает соревновательный метод.

В процессе физического воспитания соревновательный метод используется в относительно элементарных формах, и в развернутой форме. В

относительно элементарных формах речь идет как о подчиненном элементе общей организации занятий, в развернутой форме - о самостоятельной относительно форме организации занятий.

Видом спорта, входящим в программу по физической культуре в ВУЗе является волейбол. Он является средством решения основных задач физического воспитания студентов таких как развитие силы, укрепление здоровья, формирование быстроты, ловкости, формирования двигательных навыков и умений, гибкости. Выбор наиболее рациональных технических средств, меняющаяся игровая ситуация в волейболе, быстрый переход от одних действий к другим повышают подвижность нервных процессов.

На занятиях волейболом происходит развитие настойчивости, смелости, дисциплинированности и решительности. К коллективизму, сотрудничеству и взаимопомощи приучает достижение общей цели во время игры.

Воздействие волейбола на человека эстетично и великолепно. Упражнения из волейбола в той или иной мере применяются практически во всех формах физического воспитания, в силу их универсальности как средства физического воспитания.

Содействие решению задач физического воспитания студентов средствами волейбола, обучение основам навыков этой игры, прививание привычки к систематическим занятиям физическими упражнениями во внеурочное время, вооружение для этого соответствующими знаниями и умениями является главной направленностью занятий, построенных на материале волейбола. Нельзя отдавать предпочтение тем студентам, которые научились играть в волейбол в секции или спортивной школе, на занятиях не готовят волейболистов.

Для закрепления усвоенного материала необходимо проводить соревнования между группами, факультетами, ВУЗами, соревнованиям по исполнению технико-тактических приемов волейбола. До 70% общего времени занятия необходимо отводить упражнениям с мячом, при обучении игровым

приемам. Для желающих заниматься этим видом спорта организуют спортивные секции по волейболу.

Повышенными нагрузками на организм студентов, увеличенным объемом изучаемого материала отличаются тренировочные занятия в секциях от занятий по волейболу. Студенты овладевают основами тактики игры и техники.

Студенты играют за свои факультеты на первенстве ЮУрГУ по волейболу среди женских и мужских команд, представляют ВУЗ на городских и областных соревнованиях по волейболу среди женских и мужских команд.

Необходимо проводить соревнования по физической подготовке и технике игры внутри групп и между группами, помимо соревнований по волейболу.

Выполнение заданий по физической подготовке, изучение рекомендуемой литературы, выполнение заданий по совершенствованию техники игры - это самостоятельная работа студентов.

1.4 Педагогические условия формирования спортивной мотивации волейболистов

Состояние спортсмена, обусловленное отношением спортсмена к различным сторонам определенной ситуации в спортивной деятельности: цель, ожидаемый результат, успех и неудача, своим возможностям, самой деятельности, партнерам по команде, тренеру, определяется спортивная мотивация.

В направлении от внешне организованной к внутренне организованной, осуществляется развитие мотивации.

Внешне организованная мотивация - отношения возникают и актуализируются преимущественно под влиянием социального окружения (тренера, команды), обусловлены особенностями конкретной ситуации.

Внутренне организованная - обусловлена преимущественно свойствами личности спортсмена, свойствами мотивами занятий спортом, свойствами темперамента, волевыми качествами, мыслями, поведением и деятельностью, способностями к субъективному самоконтролю и самоуправлению чувствами.

Каждодневно в процессе учебно-тренировочной, вне тренировочной и соревновательной деятельности, для управления формирования спортивной мотивации, создавать условия для актуализации этих отношений. Переживание чувства удовлетворенности от успешной реализации в спортивной деятельности обеспечивает постепенную стабилизацию, легкость и быстроту возникновения, силу и устойчивость проявления. Формирование отношений, лежащих в основе спортивной мотивации, осуществляется с помощью психологических механизмов «снизу вверх» и «сверху вниз».

«Снизу вверх». Действие данного механизма способствует в процессе тренировочной деятельности специально направленных внешних условий (принятие оперативного решения для разрешения ситуации), которые направляют спортсмена к реализации и принятию решения, относительно сложившейся ситуации.

Механизм «сверху вниз». Тренером доводится до понимания каким должны быть отношения к условиям, при которых высокая спортивная деятельность будет достигнута.

Благодаря совместному действию обоих психологических механизмов, от из внешне понимаемых во внутренне принятые и реально функционирующие, происходит развитие отношений в направлении от эмоционально-неосознаваемых к рационально-осознаваемыми.

С помощью теоретического анализа и обобщения литературных данных, можно выделить ряд педагогических условий, реализация которых в процессе спортивной подготовки через психологические механизмы «снизу вверх» и «сверху вниз» должна обеспечить возникновение, функционирование и развитие отношений волейболистов к цели занятий спортом, учебно-

тренировочной и соревновательной деятельности, спортивному успеху, своим возможностям, к команде и тренеру.

К формированию у занимающихся волевых качеств, мотивов занятий спортом, способности к контролю и самоуправлению, которые впоследствии становятся личностной основой внутренне организованной спортивной мотивации, приводит стабилизация данных отношений.

Формирование благоприятных отношений к цели занятий спортом.

Педагогические приемы:

1) Формирование личностного смысла через осознание связи целей занятий спортом с личностными ценностями.

2) Постановка перед спортсменами далеко поставленных целей независимо от того, на каком этапе занятий спортом находится спортсмен.

3) Планирование перспективы достижения соревновательных результатов через разделение процесса достижения далеко отставленных целей на этапные и оперативные цели. Оперативные цели должны быть конкретно сформулированными и достигаемыми в течение двух трех дней тренировок, что позволяет подчеркнуть продвижение спортсмена к планируемой цели и актуализировать переживание удовлетворенности.

4) Постановка перед занимающимися реально достижимых целей через соблюдение соответствия между желаниями спортсмена (хочу), предъявляемыми к нему требованиями (должен) и возможностью их выполнить (могу).

5) Формирование установки на достижение трудной спортивной задачи.

Формирование благоприятных отношений к спортивному успеху.

Педагогические приемы:

1) Применение соревновательного метода тренировки.

2) Оптимальность требований к результатам действий в ситуациях достижения успеха и постоянное их повышение.

3) Оценка результатов с учетом определенного нормативного уровня,

считающегося обязательным, так что достижение этого уровня (или не достижение) может вызвать гордость или, соответственно, разочарование.

4) Создание ситуаций, предполагающих ответственность за успех.

5) Создание ситуаций с обратной связью о качественных и количественных результатах деятельности.

6) Афиширование достижений спортсмена в средствах массовой информации.

ГЛАВА ПОРГАНИЗАЦИИ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

2.1 Организация исследования

Организация исследования разделена на несколько этапов.

Первый этап. На основании теоретического анализа и изучения научно-методической литературы, первый этап организации исследования заключался в определении сути и содержания спортивной мотивации, взаимодействие спортивной мотивации со свойствами личности спортсменов, осуществлении подбора методик диагностики свойств личности, механизмов развития спортивной мотивации, осуществление подбора особенностей сферы мотивации спортсменов подросткового возраста.

Второй этап заключался в проведении экспериментального исследования особенностей психических свойств личности волейболистов 17-18 лет, характера их взаимосвязей между собой, характера взаимосвязи со спортивной мотивацией, определялись педагогические условия формирования спортивной мотивации.

Третий заключительный этап заключался в проведении педагогического эксперимента, направленного на обоснование педагогических условий формирования спортивной мотивации волейболистов 17-18 лет на практике. Также, методом математической статистики осуществлен анализ полученных экспериментальных данных.

Проанализировав научно-методическую литературу составлена экспериментальная программа для обоснования эффективности формирования спортивной мотивации, с учетом выделенных педагогических условий, волейболистов 17-18 лет.

В целях обоснования эффективности формирования спортивной мотивации с учетом педагогических условий волейболистов 17-18 лет собрана

методика, представлены комплексы специальных упражнений.

Собрана методика обоснованной эффективности формирования спортивной мотивации с учетом педагогических условий, также представлены специальные комплексы упражнений, приспособленные для подготовки волейболистов к участию в соревнованиях.

Экспериментальная группа состоит из групп студентов первого курса очной формы обучения в ФСК ЮУрГУ, контрольная группа состоит из студентов-волейболистов, имеющих разряд 1 юношеский.

В период с февраля 2017 г. по май 2017г. в ФСК ЮУрГУ проведена проверка действия программы при работе с экспериментальной группой и контрольной группой. Проверка программы проведена с целью доказать эффективность составленной программы обоснования формирования спортивной мотивации с учетом педагогических условий волейболистов 17-18 лет.

У контрольной группы в количестве 20 человек занятия проведены педагогом-тренером ФСК ЮУрГУ по волейболу, мной проведены занятия экспериментальной группе. Участниками педагогического эксперимента являлись 40 волейболистов в возрасте 17-18 лет.

Проведение занятий осуществлялось три раза в неделю.

В контрольной группе занятия проводились по программе учебно-тренировочных занятий ФСК ЮУрГУ. В экспериментальной группе занятия проводились по предложенной программе – с учетом педагогических условий, усиление мотивационной деятельности волейболистов 17-18 лет.

Отличие программы экспериментальной группы заключалось в добавлении специальных заданий, направленных на развитие технико-тактической подготовленности в период подготовки к соревнованиям на основе учета педагогических условий.

2.2 Методы исследования

Экспериментальное обоснование эффективности реализации на практике, выделенных педагогических условий формирования спортивной мотивации у волейболистов 17-18 лет, заключалось в задаче педагогического эксперимента.

Цель исследования заключалась в разработке и экспериментальном обосновании, на этапе расширенной спортивной специализации, методики формирования спортивной мотивации у волейболистов.

Методы исследования, такие как, обобщение научной и методической литературы и их анализ, методы психической диагностики, метод математической статистики, метод педагогического наблюдения, педагогический эксперимент.

1) Обобщение передового опыта на практике. Обобщение передового опыта на практике проведено с помощью разговора с преподавателями ФСК ЮУрГУ и тренерами по волейболу.

2) Методы психической диагностики. Методы психической диагностики использованы для оценки и измерения свойств личности спортсменов волейболистов.

3) Метод педагогического наблюдения. Применение метода педагогического наблюдения заключается в изучении тренировочных занятий в ФСК ЮУрГУ в группах студентов первого курса очной формы обучения для обоснования эффективности формирования спортивной мотивации волейболистов 17-18 лет с учетом выделенных нами педагогических условий. Для получения более достоверных результатов наблюдение было проведено с помощью тренеров по волейболу ФСК ЮУрГУ. В целях проведения эксперимента объектами педагогического наблюдения являлись учебно-тренировочные занятия экспериментальных и контрольных групп в количестве 30-40 человек

условиях ФСК ЮУрГУ на учебно-тренировочном этапе по волейболу. Весь процесс и результаты исследования фиксировались в дневнике. Что позволило получить информацию о улучшении тренировок на основе использования методики в усилении мотивации к занятиям по волейболу.

4) Педагогический эксперимент. Применение педагогического эксперимента позволило получить практическое обоснование формирования спортивной мотивации волейболистов 17-18 лет, с учетом выделенных педагогических условий.

Содержание педагогического эксперимента состояло в том, что путем сравнения контрольной и экспериментальной групп волейболистов 17-18 лет выявить плодотворность методов проведения тренировок и предложенной программы для обоснования эффективности формирования спортивной мотивации волейболистов 17-18 лет с учетом выделенных педагогических условий.

При проведении педагогического эксперимента обязательное условие - чтобы методы проведения и содержание не противоречили общим принципам обучения и воспитания, и проведения тренировки.

В соответствии с методами статистической обработки осуществлялось определение параметров с необходимой точностью. При помощи прикладной программы на персональном компьютере проведены обработка результатов, проведенного исследования.

Проведена систематизация результатов исследования, теоретическое обоснование и сформулировано заключение.

За период проведения эксперимента с февраля 2017 года по май 2017 организованы товарищеские встречи между группами волейболистов 17-18 лет, проведены товарищеские встречи между факультетами.

При помощи педагогического тестирования спортсменов на тренировках определены значимые факторы.

В ходе исследования применены психофизические и психологические

упражнения, доступные и простые в исполнении. Проведенное тестирование соответствовало всем критериям стандартизации, а именно, объективности, информативности, надежности.

Существуют физиологические методы определения влияния физической нагрузки на организм спортсмена. Одним из физиологических методов является метод частоты сердечных сокращений (далее – ЧСС).

2.3 Метод математической статистики

Метод математической статистики необходим для проведения количественного анализа полученных экспериментальных данных. С помощью метода линейных корреляций определили взаимосвязь показателей свойств личности групп спортсменов, подлинность разницы между показателями свойств личности сравниваемых групп спортсменов определили с помощью t-критерия Стьюдента .

t-критерий Стьюдента — это название класса методов проверки статистических критериев, основанных на разделении Стьюдента. Наиболее частыми случаями применения t-критерия Стьюдентасопряженные с проверкой равенства значений средних в двух выборочных.

t-статистика строится обычно по следующему общему принципу: в числителе случайная величина с нулевым математическим ожиданием (при выполнении нулевой гипотезы), а в знаменателе — выборочное стандартное отклонение этой случайной величины, получаемое как квадратный корень из несмешанной оценки дисперсии.

Для каждой переменной вычислялись: коэффициент вариации, ошибка, среднее арифметическое, стандартное отклонение средней арифметической. С помощью метода математической статистики произведена обработка данных, полученных в ходе эксперимента.

В вычислении t-критерия Стьюдента заключалась статистическая

обработка данных.

Метод математической статистики показал, что видимых различий между экспериментальной группой волейболистов и контрольной группой волейболистов в возрасте 17-18 лет в начале педагогического эксперимента нет, по окончании исследования такие различия были выявлены. Следственные изменения явились результатом применения данной методики и программы тренировок.

ГЛАВА III РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСЛЕДОВАНИЕ

3.1 Результаты исследования психической готовности спортсменов

Определение свойств темперамента при помощи «методики самооценки свойств темперамента» позволило оценить психическое состояние спортсмена, при помощи методики самооценки волевых качеств оценены волевые качества спортсмена, также оценка волевых качеств дана тренером.

Мотивы занятий спортом у спортсменов определены с помощью «методики мотивов занятий спортом» [6].

При помощи «методики оценки спортивной мотивации у спортсменов» тренером проведена оценка степени проявления мотивации.

Также произведена оценка отношения спортсменов к тренировочной и соревновательной деятельности [46].

В основу оценки отношения спортсменов к занятиям волейболом легла модифицированная анкета, составленная на примере анкеты «Интерес к занятиям избранным видом спорта» [46].

Подготовка спортсменов к самоопределению в спорте оценена при помощи «методики уровня субъективного контроля».

На основе «методики уровня субъективного контроля» получены экспериментальные данные, которые характеризовали уровень экстернальности и интернальности личности спортсменов. Позволило определить способность спортсменов управлять своими чувствами, эмоциями, поведением.

Способность спортсменов управлять своими эмоциями и чувствами характеризовалось применением «методики способности самоуправления».

В целях увеличения объективности полученных результатов диагностики спортсменов применен «тест незавершенных предложений».

Анализ полученных результатов «тестирования незавершенных

предложений» показал: эмоции и отношение спортсменов к занятиям спортом до начала эксперимента; мотивы спортсмена для занятий волейболом; прогнозирование спортсменом спортивных успехов в будущем; уровень подготовленности спортсмена к проявлению волевых усилий.

В проведении исследования свойств личности и «теста незавершенных предложений» приняли участие 40 спортсменов ФСК ЮУрГУ, в возрасте 17-18 лет.

Проведенное исследования и подведение итогов «теста незавершенных предложений» помогло определить отношение волейболистов 17-18 лет к занятиям спортом в прошлом, в целом к выбранному виду спорта – волейболу, к тренировочным занятиям, участию в соревнованиях и их результатам, к преодолению трудностей в спортивной жизни, к личным спортивным возможностям.

Экспериментально установлено, около двадцатипяти раз спортсмены заканчивали предложения ответами, в которых отражено проявление мотивации на достижение успеха – занять призовое место, добиться присвоения мастера спорта, пробиться в сборную команду России. Около девятнадцати раз спортсмены ответили о непосредственном интересе к занятиям волейболом – удовольствие от игры, тренировок и участия в соревнованиях. Около восемнадцати раз спортсмены отметили стремление к занятиям волейболом, повышение уровня спортивного мастерства – стать ловким, развить силу, играть лучше.

Иногда спортсмены упоминали в качестве причин: укрепление здоровья – шесть раз, чувство долга перед тренером и командой – пять раз, престижность – двараза.

Проанализировав данные, отдельно для каждого спортсмена выявлено, что 28 спортсменов (70,0 %) характеризуются преобладанием мотива на достижение успеха: цель достичь успеха в той или иной форме является главной. Остальные 12 спортсменов (30,0 %) об успехе не говорят: занятия

волейболом в свое удовольствие, но помимо этого, ставят перед собой задачи повышения своих спортивных достижений.

Из 40 спортсменов (100%) только 42,5% опрошенных спортсменов уверены, что их ожидает успешное будущее; около 30% утверждают, что «невозможно предсказать, что будет завтра»; 17,5% спортсменов стремятся не к достижению высоких целей в волейболе, а заняться тренерской деятельностью; и по 5% спортсменов либо не видят себя в будущем профессиональным спортсменом, либо спортсмены планируют посещать занятия волейболом для поддержания активности и бодрости.

Оценка готовности спортсмена проявить волевые усилия такова:

45% спортсменов от общего числа в завершение предложения сказали, что готовы к трудностям, пожертвуют многим, много работают для достижения результата, соблюдают диету и режим дня. Это указывает на упорство и целеустремленность спортсмена.

42,5% спортсменов в завершение предложения сказали, что будут стараться выполнять необходимые упражнения, стараться не нарушать режим дня, и поддерживать свое здоровье.

12,5% спортсменов характеризовались отсутствием интереса и стремления к занятиям волейболом.

Изучение психической готовности спортсменов к тренировочной деятельности, при самооценке возможностей, направлении действий к достижению спортивного результата, осознания необходимости проявления волевых усилий, показало, что из 28 спортсменов мотивированных на достижение успеха только 9 спортсменов (33%) одновременно уверены в своих силах и возможностях, готовы идти на жертвы в достижении результата. Спортсмены готовы на психологическом уровне к профессиональным занятиям волейболом.

Остальные 19 спортсменов с превышающей долей мотивации в достижении результата, из которых только 6 (22%) спортсменов уверены в

обладании способностей к занятиям волейболом, что приведет к спортивным победам. Эти 6 спортсменов психологически не готовы к профессиональным занятиям волейболом, уровень сил и настойчивости недостаточен, значение волевых усилий не предельно. 5 спортсменов (18%), предчувствующие непредсказуемость в завтрашнем дне, по-прежнему готовы идти на жертвы в целях добиться спортивного успеха. Состояние готовности этих 11 спортсменов близко к совершенству, судя по двум из трех критериев, следовательно, спортсмены соответствуют характеристикам спортивных высших достижений. Психическое состояние 5 спортсменов (18%) оценено как среднее, в связи с выражением сомнений самими спортсменами, достаточно ли они физически подготовлены, и подготовлены к работе с проявлением волевого усилия. 3 спортсмена с преобладанием мотивации в достижении успеха считают, что они не смогут достигнуть спортивных высот. Следовательно, стремятся в будущем заняться тренерской деятельностью, продолжить посещать тренировки по волейболу для удовольствия. Уровень психической готовности у этих спортсменов ниже среднего.

Для оставшихся 12 спортсменов (испытывающих удовольствие от занятий волейболом) из общего количества 40 человек, одними из основных причин для занятий волейболом являются «мотивы процесса», получение удовольствия от тренировок, а также мотив «спортивного совершенствования». Так 1 (9%) спортсмен целеустремлен, нацелен на достижение результата, состояние его подготовленности оценено как «полная готовность». Уровень подготовленности «средняя готовность» выявлен у 1 (9%) спортсмена, при недостаточной самоуверенности в своих силах, он подходит к тренировкам с полной самоотдачей.

С подготовкой к профессиональной тренерской деятельности в будущем связывают свои спортивные способности 5 спортсменов (50%). 4 спортсмена из которых психически подготовлены к спорту высших достижений на уровне ниже среднего. 2 спортсмена, напротив, отличаются высокой

целеустремленностью, что позволяет оценить их психическую готовность немного выше, чем средний уровень.

На таком же уровне находится психическая готовность еще 4 (32%) спортсменов: они сомневаются в своих способностях, но проявляют при этом большую волевою активность.

Таким образом, можно сделать вывод о недостаточном уровне психической подготовки волейболистов 17-18 лет и необходимости формирования спортивной мотивации при профессиональных занятиях спортом.

25% - уровень полной готовности; 30% - уровень недостаточно полной готовности; 25% - уровень готовности средний; 17,5% - уровень ниже среднего; 2,5% - низкий уровень.

3.2 Результаты проведения анкетирования

В Приложении А приведена анкета выявления мотивации к предстоящей соревновательной деятельности в формировании устойчивого состояния психической готовности спортсменов.

Для вычисления результата подсчитано количество ответов «да» в нечетных и четных утверждениях в отдельности. Нечетные утверждения характеризуют направленность спортивной мотивации «на достижение успеха», четные - «на избегание неудачи». Каждый ответ имеет свою мотивационную нагрузку, выражающуюся в баллах: ответ да - 3 балла, ответ нет - 1 балл. Затем найдена общая сумма баллов, характеризующая степень подготовленности спортсмена к занятиям волейболом.

Проведенное анкетирование, показало, что среди спортсменов больше волейболистов с высоким уровнем темперамента, как нейротизм (черта личности, характеризующаяся эмоциональной неустойчивостью, тревогой)– 12,5 баллов, экстраверсия(совокупность качеств личности, определяющие

склонность индивида к активным социальным связям, контактам)– 13,2 баллов.

Развитие качеств силы воли спортсменов на среднем уровне подготовленности – 33,2 балла, указывает на положительное влияние тренировок по волейболу на изменение волевых качеств личности. Такие качества как настойчивость – 37,5 баллов, устремление к цели – 36,5 баллов, самостоятельность – 27,9 баллов.

Рассмотрены мотивы занятий спортом, так 34,03 балла – это мотивы достижения успеха; 31,6 баллов - гражданско-патриотический мотив; 29,8 баллов – социально моральный; 28,9 баллов социально-эмоциональный; 28,7 баллов – мотив спортивно-познавательный; 28,3 баллов – мотив эмоционального удовольствия. Одинаково развиты социально-моральный, социально-эмоциональный, спортивно-познавательный мотив и мотив эмоционального удовольствия.

Менее развиты мотив физического самоутверждения 18,1 балла и социального самоутверждения - 23,3 балла.

Проведение опроса спортсменов показало, что 2,8 баллов – мотивация к тренировкам по волейболу и 2,82 балла – интерес к занятиям волейболом находятся на уровне подготовленности выше среднего. При этом соревновательная мотивация развита сильнее – 7,1 балла, чем тренировочная мотивация – 5,8 баллов.

Уровень интернальности «брать ответственность за свои поступки» отражает субъективный контроль, что выше уровня «средний» - 25,1 баллов. 27,2 балла – показатель самоуправления спортсменов, управление поведением, деятельностью, общением.

В исследовании применена методика парных сравнений, выделены три группы спортсменов с разной физической подготовкой. Первая группа состояла из 10 спортсменов наиболее физически развитыми, с перспективой добиться высоких результатов в волейболе. Вторая группа состояла из менее подготовленных волейболистов – 13 спортсменов. Последняя, третья группа из

17 спортсменов – это спортсмены со средним уровнем физической подготовки.

Проанализировав полученные экспериментальные данные спортсменов в первой и третьей группе, получено, что спортсмены с профессиональной подготовки более целеустремленны 38,85/33,78 баллов. У спортсменов первой группы низкий уровень мотивации к спорту, чем у третьей группы спортсменов 2,59/2,99 балла. Для первой группы спортсменов более значимым является социально-значимый мотив – 32,9 балла. Для третьей группы спортсменов – мотив достижения успеха 36,37 баллов.

28 спортсменов (мотивированных на достижение успеха) разделены на две группы, исходя из самооценки своих физических возможностей. Те волейболисты, которые не сомневаются в будущем спортивном успехе, отличаются меньшей нацеленностью 34,72/38,46 баллов, и также пониженным показателем мотива социального самоутверждения 10,64/19,38 балла. У них выше уровень социально-морального мотива 39,64/20,0 балла, мотива достижения успеха 41,45/28,00 балла, мотива гражданско-патриотического 38,91/26,15 баллов, также мотивация к занятиям спортом в целом 3,02/2,65 балла.

Затем разделение волейболистов на две группы проходило по принципу подготовленности к проявлению силы воли при занятиях спортом.

Итогом анализа явилось, что волейболистам с проявлением силы воли характерна высокая мотивация к достижению успеха 40,6/24,8 балла, более развит мотив в подготовке к соревновательной деятельности 34,5/22,0 баллов. Также, в сравнении с другой группой, менее заинтересованы в социальном самоутверждении 13,2/25,2 балла, ослаблено развитие способностей к самоуправлению 25,5/29,9 балла.

Также с учетом результатов «теста незавершенных предложений» из 28 спортсменов выделены две группы. Первая группа 15 спортсменов – спортсмены уверенные в будущих спортивных успехах, готовых жертвовать. Вторая группа 13 спортсменов – спортсмены без проявления силы воли и

сомневающиеся в своих возможностях в достижении спортивного успеха.

У первой группы высокий уровень развития мотива достижения успеха 41,45/18,57 балла, социально-морального 39,64/17,43 балла и гражданско-патриотического 38,91/23,29 балла мотивов. У них выше показатели соревновательной мотивации 7,64/6,00 балла.

Для спортсменов второй группы преобладающими явились мотивы эмоционального удовольствия - 34,4 балла и социально-эмоциональный мотив - 28,0 балла, которые связаны не с результатом спортивной деятельности, а с процессом соревновательной деятельности. Мотивация на социальное самоутверждение - 20,7 балла выражена более, тогда как спортсмены первой группы - 10,6 балла.

Определение взаимосвязей свойств личности волейболистов 17-18 лет.

На рисунке 1 представлена структура взаимосвязей мотивов занятий спортом.

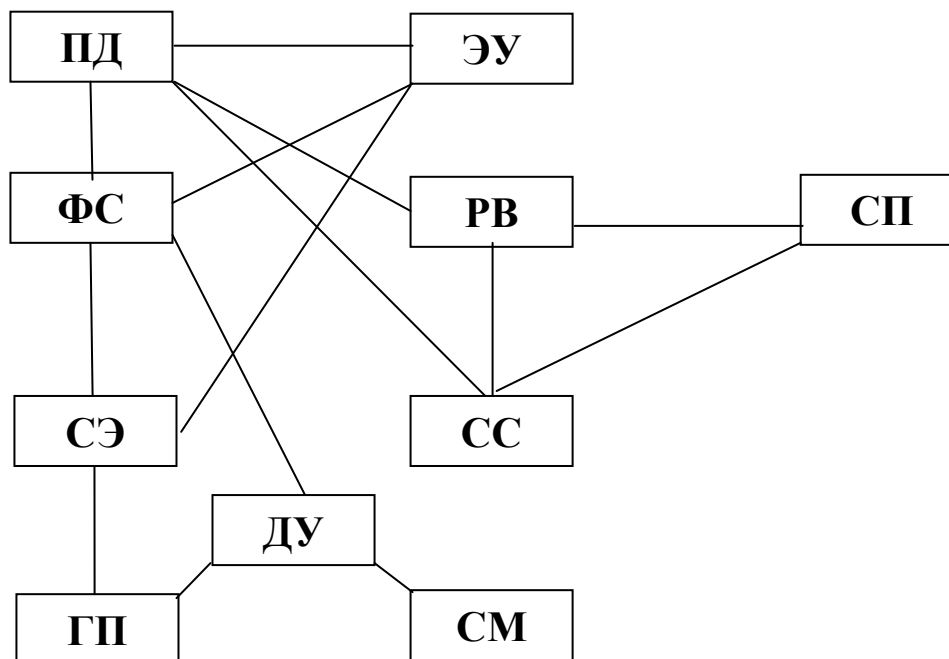


Рисунок 1. Структура взаимосвязей мотивов занятий спортом

Методика предназначена для выявления личностных смыслов, целей занятий спортом и включает в себя 10 мотивов, соответствующих

определенным высказываниям.

«Мотив эмоционального удовольствия (ЭУ) — стремление, отражающее радость движения при выполнении физических упражнений. Ему соответствует суждение: «Я получаю радость от занятий спорта, так как могу испытывать напряжение и двигаться. Это поднимает настроение» [6].

«Мотив социального самоутверждения (СС) — стремление проявления себя, выражающееся в том, что при занятиях спортом и достижении успехов рассмотрены с точки зрения уважения знакомыми, зрителями, личного престижа. Ему соответствует суждение: «Я занимаюсь спортом, так как добиваюсь успехов. Мои товарищи по школе и спортивной команде, так же как и зрители, уважают меня за это. Во время соревнований приятно быть в центре внимания, повышать свой престиж» [6].

«Мотив физического самоутверждения (ФС) — стремление к установлению характера спортсмена и физическому развитию. Ему соответствует следующее суждение: «Я активно занимаюсь спортом, потому что хочу развиваться физически и закалить свой характер. Не хочу потолстеть и стать ленивым, хочу быть здоровым» [6].

«Социально-эмоциональный мотив (СЭ) — стремление, вызванное появлением спортивного события, эмоциональность события, дружеского общения, раскованности в обществе. Ему соответствует суждение: «Мне нравятся занятия спортом, потому что соревноваться очень интересно, потому что радуют достигнутые успехи. Я люблю атмосферу соревнований» [6].

«Социально-моральный мотив (СМ) — стремление, в целях достичь успеха для своей команды, имея хороший контакт с партнерами, тренером. Ему соответствует суждение: «Моя спортивная команда должна занимать лидирующее положение. Я хочу внести свой вклад в это дело. Я не хочу подводить своего тренера и товарищей, это заставляет меня больше тренироваться» [6].

«Мотив достижения успеха в спорте (ДУ) — стремление,

характеризующее достижение успеха, повышения личных спортивных результатов. Ему соответствует суждение: «Я регулярно тренируюсь, чтобы поддерживать и повышать достигнутые результаты, чтобы добиваться поставленной передо мной (мною) цели» [6].

«Спортивно-познавательный мотив (СП) — стремление, характеризующееся изучением вопросов тактической, технической подготовки, принципов тренировки. Ему соответствует следующее суждение: «Я хочу разбираться в вопросах техники, тактики, принципах тренировочного процесса, знать, как правильнее тренироваться» [6].

«Рационально-волевой (рекреационный) мотив (РВ) — стремление к занятиям спортом, дабы компенсировать минимальную двигательную активность при умственной работе. Ему соответствует суждение: «Я занимаюсь спортом, чтобы отдохнуть от умственной (сидячей) работы, чтобы получить прилив сил, поэтому спорт для меня — хобби. Спортивные результаты интересуют меня в меньшей степени» [6].

«Мотив подготовки к профессиональной деятельности (ПД) — стремление, характеризующее занятия спортом для подготовки к будущим занятиям профессиональной деятельности. Ему соответствует суждение: «Достичь хороших результатов в учебе и работе возможно, только если я буду здоров и физически развит. Этому содействует спорт» [6].

«Гражданско-патриотический мотив (ГП) — стремление, характеризующееся успешным выступлением, представлением на соревнованиях город, страну. Ему соответствует суждение: «Если я буду регулярно тренироваться, то смогу показывать высокие спортивные результаты, защищать честь своего коллектива, спортивного общества, нашей страны» [6].

Методика измеряет и основывается на выборе одного из попарно предлагаемых суждений. Основным условием является то, что каждое суждение сопоставляется со всеми другими. Таким образом, оценка каждого мотива-

суждения выражается в баллах.

В ходе исследования выявлена связь:

0,38 эмоциональное удовольствие с мотивом физического самоутверждения;

0,43 рационально-волевой мотив с мотивом подготовки к профессиональной деятельности;

-0,33 рационально-волевой мотив с социально-эмоциональным мотивом.

Проведя анализ структурных взаимосвязей значений мотивов занятий спортом, выделены две группы мотивов с положительной динамикой.

Первую группу образуют: мотив эмоционального удовольствия, мотив физического утверждения, мотив подготовки к профессиональной деятельности и рационально-волевой мотив.

Между мотивами имеется пять положительных связей, одна связь отрицательная. 0,18 - между мотивом физического самоутверждения и рационально волевым мотивом, 0,69 - спортивно-познавательный мотив с рационально-волевым мотивом. Данные мотивы «внешние» по отношению к спортивной деятельности. Исключением является спортивно-познавательный мотив, выступающий как внутренний по отношению к тренировочной деятельности.

Вторую группу составляют взаимосвязанные между собой социально-моральный мотив, гражданско-патриотический мотив, мотив достижения успеха. Данные мотивы «внутренние» по отношению к спортивной деятельности, отражают высокое устремление в достижении спортивного результата.

Рассмотрим взаимосвязанные «внутренние» мотив социально-эмоциональный и мотив социального самоутверждения. Они в свою очередь положительно связаны, социально-эмоциональный мотив - с гражданско-патриотическим, мотив социального самоутверждения - с социально-моральным мотивом.

Также социально-эмоциональный и мотив социального

самоутверждения отрицательно взаимодействуют с мотивами «внешними»: мотив социального самоутверждения - с рационально-волевым и спортивно-познавательными мотивами, с мотивом подготовки к профессиональной деятельности; социально-эмоциональный мотив – с мотивом физического самоутверждения, мотивом эмоционального удовольствия.

Следовательно, к достижению волейболистом возраста 17-18 лет взаимосвязанные между собой мотивы «внутренний» и «внешний» начинают интегрировать, что свидетельствует :

- 1) о прежней значимости для спортсмена «внешних» мотивов по отношению к спортивной деятельности
- 2) о начале доминирования у спортсменов мотивов «внутренних» в структуре спортивной деятельности.

В свою очередь наблюдается отрицательная взаимосвязь между показателем мотивации к тренировкам и к соревновательной деятельности у спортсменов, что свидетельствует, что для большей части спортсменов участие в соревнованиях и результат выступления является более значимым, для остальных значимым является процесс учебно-тренировочной деятельности.

Положительная взаимосвязь показателей соревновательной мотивации с показателями мотива социального самоутверждения, социально-морального мотива, мотива достижения успеха, и отрицательная взаимосвязь показателей с показателями мотива эмоционального удовольствия и рационально-волевого мотива.

Показатели взаимосвязи тренировочной мотивации, наоборот, отрицательно связаны с показателями мотива социального самоутверждения, социально-морального мотива, мотива достижения успеха, социально-эмоционального мотива, и положительная взаимосвязь показателей с показателями мотива эмоционального удовольствия и рационально-волевого мотива.

Это указывает на то, что побуждающими мотивами к соревновательной

деятельности является стремление самоутвердиться в малой группе, желание добиться приза, стать первым, чувство долга перед командой и тренером.

Но данные мотивы малоэффективны для побуждений к тренировкам, спортсмены занимаются в целях получить эмоциональное удовольствие от игры, активного времяпрепровождения, восстановления сил после умственной и других нагрузок.

В процессе изучения взаимосвязи мотива занятий спортом и проявления силы воли, выявлено, что при увеличении мотива растет и проявление силы воли.

Показатели уровня развития силы воли, волевых качеств, зависящий от социального самоутверждения, сведены в таблицу 1:

Зависимость от мотива социального самоутверждения = 0,34;

Связь с показателем социально-морального = 0,258 и гражданско-патриотического мотивов = 0,258.

Развитие устремленности к цели по отношению к мотиву социального самоутверждения = 0,430; к социально-эмоциональному = 0,289; к социально-моральному = 0,22.

У спортсменов с развитыми социально-моральным = 0,281 и гражданско-патриотическим = 0,461 мотивами, показатель решительности и смелости выше. Качество настойчивости спортсмена связано с мотивом социального самоутверждения = 0,260. Качество личности как терпение и самообладание - социально-моральным = 0,264 и гражданско-патриотическим мотивами = 0,306.

Мотивация к тренировочной деятельности имеет отрицательную связь с уровнем целеустремленности испытуемых = -0,32. При введении спортивно-познавательного мотива проявляется положительная тенденция интереса к волейболу = 0,35, к мотивации соревнований = 0,39, устремлении к цели спортсмена = 0,389.

При высоком уровне субъективного контроля спортсмены отличаются

упорством и настойчивостью = 0,26, проявлением инициативы и самостоятельности = 0,32. Так уровень субъективного контроля наиболее выше для спортсменов с физическим самоутверждением = 0,52.

Низкий показатель субъективного контроля = -0,65 и = -0,31 соответственно у спортсменов с социально-эмоциональным мотивом и гражданско-патриотическим.

Спортсмены при развитой способности к самоуправлению проявили упорство и настойчивость в большей степени в достижении цели = 0,34, чем проявили мотив к соревновательной деятельности = -0,36.

Это доказывает, что в социальном окружении спортсмены легче переносят неудачи спортивной деятельности, обдумывают и стараются найти конструктивные способы их решения в будущем.

Для таких спортсменов привлекательно все новое и неизведанное, легче проходит адаптация к новым условиям.

При высоком уровне экстраверсии спортсмены отличны более высоким уровнем спортивного развития, самостоятельности, целеустремленности, инициативности и упорства.

Спортсмены с высокой степенью тревожности, сомнений уступают в развитии спортсменам смелым и решительным. Так для первого случая характерны склонность к переживаниям и беспокойству в значимой ситуации, спортсмены уделяют длительное внимание и время анализу, перед принятием решения, для второго же характерны не длительное нахождение в стадии ожидания, спортсмен ожидает, что ситуация разрешится, и можно перейти к действию.

При высоком уровне целеустремленности у спортсменов наблюдается положительная склонность к переживанию фрустрации. Это обусловлено тем, что в часто переживаемом состоянии фрустрации спортсмен стремится достигнуть поставленной цели. У спортсмена, не имеющего причин для переживания, тревоги – фрустрации, нет значимых целей. Неопытный

спортсмен склонен к объяснению своих неудач течением внешних обстоятельств, причин, управлять своим поведением не в силах начиная с этапа анализа сложившейся ситуации и заканчивая этапами самокоррекции своих поступков и действий самоконтроля.

Существует положительная взаимосвязь темперамента, целеустремленности, агрессивности, силы воли спортсмена. Так спортсмен склонный к лидерству, преобладанию, при занятиях спортом проявляет волевые усилия. А спортсмен с высокой ригидностью уступает по показателям упорства, целеустремленности и способности к самоуправлению. Таким образом, при проявлении упорства, целеустремленности, готовности взять ответственность за действия и результаты на себя, при изменении условий спортивной деятельности управлять действиями и поступками, необходимо быть пластичным и гибким спортсменом.

Выделены необходимые педагогические условия формирования спортивной мотивации волейболистов 17-18 лет и педагогические приемы их реализации:

1) Формирование благоприятных отношений к цели занятий спортом.

Педагогические приемы для реализации:

- с помощью осознания связи целей занятий спортом с ценностями личности, формирование личностного смысла.
- независимо от этапа занятий спортом спортсмена, установка целей на будущее.
- с помощью разделения целей будущего на оперативные и поэтапные, планирование перспектив достижения результатов соревнований. Оперативные цели – четкая формулировка, реализация в течении двух, трех дней тренировок, что актуализирует удовлетворенность и движение к планируемой цели.
- при соблюдении соответствия между желанием спортсмена «хочу», предъявляемых требованиям «должен», и возможностью выполнения «могу», постановка перед спортсменом достижимой цели.

- для решения трудной спортивной задачи формируются установки.

2) Формирование благоприятных отношений к спортивному успеху.

Педагогические приемы для реализации:

- применение соревновательного метода тренировки.
- повышение и оптимальность требований в ситуациях достижения успеха, результата действий.
- при учете нормативного уровня, оценка результатов достижения этого уровня вызовет либо разочарование, либо гордость.
- создание ситуаций, предполагающих личную ответственность за успех.
- создание ситуаций с обратной связью о качественных и количественных результатах деятельности.
- с помощью средств массовой информации афиширование достижений спортсмена.
- поощрение спортсмена за успешно выполненный технико-тактический прием.

3) Формирование благоприятных отношений к своим возможностям

Педагогические приемы для реализации:

- при помощи поиска причин неудач и обоснование путей предотвращения, систематический анализ тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов.
- при помощи применения мотивационного тренинга объяснение высокой и низкой результативности соревновательной деятельности величиной прилагаемых усилий на тренировках и соревнованиях.
- тренинг «мотивация» через организацию участия спортсменов: в постановке достижимых целей, соответствующих возможностям; определения конкретных действий чтобы в дальнейшем добиться успеха; с помощью самоанализа выяснение сильных и слабых сторон, приведут ли действия к желаемому результату.
- обучение спортсмена восприятию, ответственности за свои поступки, психологическую установку в любой ситуации – обучение самоопределению.

- через соответствие требованиям учебно-тренировочной и соревновательной деятельности «надо», возможностям спортсмена «могу» проведение тренинга внутренней мотивации.
- дать понять спортсмену, что тренер верит в его возможности.
- уважительное и требовательное отношение тренера к спортсменам.
- реализация и выявление положительных личных качеств спортсмена.
- при помощи обеспечения обратной связи, самооценки спортсмена в сравнении с вчерашними и сегодняшними результатами, убеждении в положительном эффекте от занятий волейболом, формирование чувства компетентности у спортсмена.
- самоконтроль процесса достижения оперативных целей спортсменом.
- оценка и формирование у спортсмена адекватной самооценки, соревновательных целей. В случае заниженной самооценки: на ближайший период постановка реально достижимых целей, чередование сильных и слабых партнеров, эмоциональная поддержка в случае неудачи, выявление и реализация положительных личных качеств спортсмена. В случае завышенной самооценки: понимание и убеждение о необходимости не останавливаться на достигнутом, выполнение трудных задач для проявления волевых усилий, анализ результатов в сравнении самооценки и спортсмена и оценки тренером.
- помощь в предотвращении неблагоприятных психических состояний, эмоциональная поддержка при неудачах.
- в учебно-тренировочной деятельности предоставление возможностей для проявления инициативы и самостоятельности.
- при достижении спортивного результата формирование у спортсменов чувства ответственности «я должен».

4) Формирование благоприятных отношений к тренировочной деятельности

Педагогические приемы для реализации:

- при помощи разнообразных тренировочных средств, форм организации и

методов соревновательного и игрового для повышения эмоциональности тренировочных занятий.

- указание оптимизма, энтузиазма в трудных ситуациях на личном примере тренера, преданность делу, постоянное стремление к совершенствованию.
- осознание подчиненности целей тренировочной работы целевой перспективе соревновательной деятельности.
- выполнение упражнений сознательное, творческое, с полной отдачей сил.
- обязательное выполнение поставленных задач.
- по объему и содержанию усложнение учебно-тренировочной деятельности.
- регулярное и систематическое посещение тренировок.
- начало и окончание тренировок по времени.
- соблюдение требований режима дня, отдыха, питания, личной гигиены.

5) Формирование благоприятных отношений к команде и тренеру

Педагогические приемы для реализации:

- закрепление традиций команды и их развитие.
- организация работы в коллективе, участие всех спортсменов в общественной жизни коллектива.
- требовательность к себе и команде.
- привлечение спортсменов к обсуждению основных вопросов тренировки и соревнований, принятие командных решений.
- поддержка и помощь игроками основного состава запасных игроков, новых членов команды.
- в команде между спортсменами, а также между тренером и спортсменами формирование благоприятных взаимоотношений.
- согласование своих действия с действиями партнеров, с общей задачей команды, стремление облегчить действия другим, не мешать товарищам, своевременная страховка партнеров, играть коллективно.
- адекватная реакция на замечания товарищей и партнеров по команде.
- обеспечение положительного педагогического совместной деятельности

тренера со спортсменами.

- доверие к тренеру, в виду спортивного опыта.
- выполнение указаний и заданий тренера точное, беспрекословное, вдумчивое.

б)Формирование благоприятных отношений к соревновательной деятельности

Педагогические приемы для реализации:

- подготовленность к участию в соревнованиях.
- повышение личной и социальной значимости соревнований.
- с учетом заранее известных аспектов соперника, таких как характер и выбор упражнений, собственный уровень, создание ситуаций в целях победить.
- ясность и понимание, что победа и поражение недолговечны.
- формирование отношения спортсмена к соревнованию и к сопернику: «я соревнуюсь только с собой», « не могу дождаться начала соревнования, чтобы проверить себя в игре».
- использование соревновательного метода при выполнении технико-тактических упражнений.
- непосредственное участие спортсмена в создании программы подготовки к соревнованию.
- целеустремленность к высокому результату в соревнованиях.
- повышение уровня неопределенности условий предстоящего соревнования.
- усиление тренировочных упражнений, создание на тренировках худших условий, чем ожидается на соревнованиях.
- актуализация мотивов участия в соревнованиях соответствующих моменту.
- создание модели тренировочной деятельности условий предстоящих соревнований.
- в соответствии с подготовленностью спортсмена планирование соревновательных целей.
- информирование тренером спортсменов о предстоящей команде соперников, указывая на их недостатки и сильные стороны.

- предугадывание вероятного исхода предстоящей игры.
- обучение приемам саморегулирования «предсоревновательных» психических состояний.
- основанная на хорошем отношении к близким, чувстве долга перед своей командой, тренером, формируется положительная мотивация достижений высоких соревновательных результатов.
- за волю к победе, за лучшие показатели эффективности соревновательной деятельности, за честность, за красиво выполненный технический прием, использование системы поощрений за различные показатели участия в соревнованиях.

3.3 Результаты исследования

Проведен педагогический эксперимент, в котором приняли участие 40 спортсменов секции волейбола ФСК ЮУрГУ, спортсмены разделены на контрольную и экспериментальную группы по 20 человек в каждой, возрастом 17-18 лет, в целях обоснования эффективности практической реализации выделенных педагогических условий формирования спортивной мотивации.

Формирование спортивной мотивации волейболистов экспериментальной группы произведено с учетом выделенных педагогических условий, формирование спортивной мотивации волейболистов контрольной группы осуществлялось на основе традиционных подходов к психологической подготовке.

Анализ экспериментальных данных в сравнении указывает на схожесть двух групп до начала проведения эксперимента по показателям свойств личности. За время педагогического эксперимента у спортсменов обеих групп в целом наблюдается рост уровня развития волевых качеств.

Таблица 1. Изменение показателей свойств личности спортсменов контрольной и экспериментальной групп.

Таблица 1

Изменение показателей свойств личности спортсменов КГ и ЭГ, баллы (M ± m)			
Свойства личности	экспериментальная, n=20	контрольная, n=20	P
Волевые качества			
Целеустремленность	4.55 ± 3.79	1.07 ± 2.47	0.007
Решительность и смелость	1.01 ± 2.49	0.69 ± 2.48	0.739
Упорство и настойчивость	2.86 ± 2.95	0.00 ± 3.09	0.019
Самообладание и выдержка	2.86 ± 2.62	1.69 ± 2.88	0.271
Инициативность и самостоятельность	4.09 ± 2.37	4.07 ± 3.05	0.989
Итого:	3.08 ± 1.29	1.52 ± 1.39	0.006
Мотивы для занятий спортом			
ЭУ - мотив эмоционального удовольствия	-11.63 ± 5.95	-3.07 ± 11.73	0.025
СС - мотив социального самоутверждения	11.69 ± 5.89	5.95 ± 7.14	0.028
ФУ - мотив физического самоутверждения	7.01 ± 12.04	2.01 ± 8.13	0.195
СЭ - социально-эмоциональный мотив	-7.01 ± 12.04	-0.51 ± 7.21	0.084
СМ - мотив социально-моральный	-12.09 ± 7.41	0.19 ± 6.54	0.000
ДУ - мотив достижения успеха	16.01 ± 9.09	1.82 ± 7.24	0.000
СП - спортивно-познавательный мотив	2.69 ± 2.82	3.32 ± 7.69	0.785
РВ - рационально волевой мотив	-2.32 ± 5.42	-2.89 ± 16.81	0.909
ПД - мотив подготовки к профессиональной деятельности	3.09 ± 8.76	-1.32 ± 9.59	0.214
ГП – мотив гражданско-патриотический	-0.55 ± 9.09	-0.69 ± 5.69	0.958
Мотивация к занятиям спортом	0.43 ± 0.25	0.14 ± 0.35	0.014
Соревновательная мотивация	0.55 ± 0.67	-0.07 ± 1.49	0.188
Тренировочная мотивация	0.47 ± 1.39	-0.19 ± 1.23	0.194
Интерес к занятиям волейболом	2.32 ± 2.29	1.64 ± 2.64	0.469
Субъективный контроль	2.69 ± 3.09	1.07 ± 1.62	0.079
Способность самоуправления	4.01 ± 2.28	0.64 ± 2.54	0.002

Экспериментально установлено, что спортсмены экспериментальной группы обладают преимуществом показателей силы воли 3,06/1,5 балла. Также наблюдается увеличение показателей целеустремленности 4,54/1,06 балла, упорства и настойчивости 2,85/0. Помимо этого у спортсменов уменьшилась относительная значимость мотива эмоционального удовольствия на 11,6 балла, социально-эмоционального мотива на 7,0 баллов и социально-морального мотива на 12,0 баллов. Установлено повышение значимости мотивов достижения успеха на 16,00 баллов, мотивов социального самоутверждения на 11,6 балла и физического самоутверждения на 7,0 баллов.

Спортсмены из экспериментальной группы обладают значительным преимуществом в приросте показателей спортивной мотивации 0,42/0,13 балла, субъективного контроля 2,69/1,06 балла и способности к самоуправлению 4,0/0,63 балла.

Как психическое состояние личности спортсмена спортивная мотивация обусловлена отношением: к спортивному успеху, к цели занятий спортом, к учебно-тренировочной, соревновательной деятельности, к своим возможностям, к команде, и к тренеру.

Развитие спортивной мотивации обусловлено направлением развития от внешне организованной к внутренне. Внешне организованная – при возникновении и активизации отношений под влиянием окружения. Внутренне организованная – обусловлена свойствами личности спортсмена, такими как мотивация к занятиям спортом, силой воли, свойствами темперамента, способностями к самоконтролю и самоуправлению.

Необходимо создавать педагогические условия для возникновения, функционирования и стабилизации отношений посредством психологических механизмов «снизу вверх» и «сверху вниз», для управления формированием спортивной мотивации.

Подведение итогов экспериментального исследования уровня развития психических свойств волейболистов 17-18 лет.

При традиционных подходах к психологической подготовке вывод заключается в недостаточном уровне психической подготовки волейболистов 17-18 лет и необходимости формирования спортивной мотивации при профессиональных занятиях спортом. 25% - уровень полной готовности; 30% - уровень недостаточно полной готовности; 25% - уровень готовности средний; 17,5% - уровень ниже среднего; 2,5% - низкий уровень.

Так у волейболистов семнадцати летнего возраста наблюдается соединение мотивов занятий спортом в два независимых блока.

Первый блок заключается в положительно связанных между собой мотивах, которые по своему психологическому содержанию являются внешними по отношению к спортивной деятельности - мотивы эмоционального удовольствия, физического самоутверждения, подготовки к профессиональной деятельности, спортивно познавательный мотив и рационально-волевой мотив.

Второй блок заключается в взаимосвязанных гражданско-патриотическом, социально-моральном мотивах и мотивах достижения успеха, которые являются внутренними по отношению к спортивной деятельности. Социально-эмоциональный мотив и мотив социального самоутверждения положительно связаны с группой внутренних мотивов, и отрицательно, со всеми внешними мотивами.

Соревновательная и тренировочная мотивация между собой связаны отрицательно. При этом в соревновательной мотивации - мотив достижения успеха, мотив социального самоутверждения и социально-моральный мотив; в тренировочной мотивации - мотив эмоционального удовольствия и рационально-волевой мотив.

В целом полученные результаты исследования указывают на тесную взаимосвязь между самооценкой, мотивационными установками, особенностями личности, уровнем притязаний. Заклучая результаты

исследования с исследованиями отечественных и зарубежных исследователей, можно сказать, что они выделяют мотивы, связанные с процессом спортивной деятельности: эстетическое наслаждение; потребность в двигательной активности; активный отдых и развлечение; стремление к соревнованию; потребности в предельных физических усилиях; стремление к состоянию стресса и его преодолению.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В ходе выполнения экспериментального исследования и подготовки выпускной квалификационной работы выделено шесть педагогических условий. Формирование благоприятных отношений к цели занятий спортом; формирование благоприятных отношений к спортивному успеху; формирование благоприятных отношений к своим возможностям; формирование благоприятных отношений к тренировочной деятельности; формирование благоприятных отношений к команде и тренеру; формирование благоприятных отношений к соревновательной деятельности. Отличием их является направленность на формирование благоприятных отношений спортсменов к различным сторонам спортивной жизни, а именно к цели занятий спортом; успеху; своим возможностям; тренировочной деятельности; к команде и тренеру; соревновательной деятельности.

Применение в учебно-тренировочном процессе соответствующих педагогических приемов реализуется из данных условий.

В психологической подготовке волейболистов наблюдается реализация педагогических условий формирования, следующим образом:

1) У экспериментальной группы наблюдается ускорение темпа развития силы воли (волевых качеств) – 40,7 баллов, в отличие от контрольной группы – 37,7 баллов, также настойчивости и упорства – 40,5 баллов у экспериментальной группы, в то время как у контрольной группы 37,3 балла.

2) Уменьшение значения ЭУ мотива эмоционального удовольствия у контрольной группы 29,3 балла, в зависимости от экспериментальной группы – 19,5 баллов.

Уменьшение значения СЭ мотива социально-эмоционального у контрольной группы 27,8 балла, против 22,9 балла экспериментальной группы.

Уменьшение значения СМ мотива социально-морального 21,5 балла у

экспериментальной группы против 26,8 баллову контрольной группы

Повышение значения ДУ мотива достижения успеха 49,6 балла у экспериментальной группы против 36,2 балла у контрольной группы, повышение значения социального и физического самоутверждения.

3)Повышение спортивной мотивации 3,2 балла у экспериментальной группы против 3,0 балла у контрольной группы, повышение соревновательной мотивации 8,0 баллов у экспериментальной группы против 6,8 балла у контрольной группы;

4) Повышение уровня субъективного контроля 28,3 балла у экспериментальной группы против 25,9 балла у контрольной группыи способности к самоуправлению 31,0 балла у экспериментальной группы против 27,9 балла у контрольной группы.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

- 1 Асеев, В.Г. Мотивация поведения и формирования личности: учебное пособие / В.Г. Асеев.- М.: Изд-во «Мысль», 1976. - 158 с.
- 2 Богуш, Н.Р. Влияние воображаемой соревновательной ситуации на эффективность действий и частоту пульса спортсменов / Н.Р. Богуш, Л.И. Валигура / Проблемы психологии спорта. - М.: Физкультура и спорт, 1960. - 219-227 с.
- 3 Бабушкин, Е.Г. Формирование спортивной мотивации на этапе начальной подготовки / Е.Г. Бабушкин. - Омск, 2000. - 136 с.
- 4 Бабушкин, Г.Д. Психологический практикум: Учебное пособие / Г.Д. Бабушкин, И.А. Рогов. - Омск: СибГАФК, 1996. - 82 с.
- 5 Берне, Р. Развитие Я-концепции и воспитание / Р. Берне. - М.: Прогресс, 1986. - 276 с.
- 6 Бриль, М.С. Использование модельных характеристик волейболистов высшей квалификации в процессе отбора в спортивные школы / М.С. Бриль, Ю.И. Клещев. - М.: ГЦОЛИФК, 1988. - 59 с.
- 7 Бриль, М. С. Отбор в спортивных играх – учебное пособие / М. С. Бриль. - М.: Физкультура и спорт, 1980. – 127 с.
- 8 Бармин, А.Г. Психологические условия регуляции спортивной деятельности (на материале волейбола) / А. Г. Бармин. - Тверь, 2001. – 117 с.;
- 9 Бабушкин, Г.Д. Психолого-педагогическое обеспечение подготовки спортсменов к соревнованиям: Учебное пособие / Г.Д. Бабушкин. - Омск: СибГАФК, 2007. - 203 с.
- 10 Батулин, Н.А. Психология успеха и неудачи в спортивной деятельности: учебное пособие / Н.А. Батулин. - Челябинск: ЧГИФК, 1988. - 86 с.
- 11 Бобровский, А.В. Мотивация спортивной деятельности/А. В. Бобровский, В. А. Бобровский, А. А. Гераськин / Спортивный психолог. – М, 2004. – 21 с.;

- 12 Вилюнас, В.К. Психологические механизмы мотивации / В.К. Вилюнас. - М.: Изд-во МГУ, 1990. - 228 с.
- 13 Вяткин, Б.А. Роль темперамента в спортивной деятельности / Б.А. Вяткин. - М.: Физкультура и спорт, 1978. - 135 с.
- 14 Горбунов, Г.Д. Психопедагогика спорта / Г.Д. Горбунов. - М.: Физкультура и спорт, 1986. - 208 с.
- 15 Гошек, В. Успех как мотивационный фактор спортивной деятельности: психология и современный спорт / В. Гошек, М. Ванек, Б. Свобода. - М., 1973. - 83-92 с.
- 16 Горская, Г.Б. Психологическое обеспечение многолетней подготовки спортсменов : Учебное пособие / Г.Б. Горская. - Краснодар: КГИФК, 1995. 178с.
- 17 Гайда, В.К. Психологическое тестирование / В.К. Гайда, В.П. Захаров. - Л.: Изд-во ЛГУ, 1982.- 100 с.
- 18 Гошек, В. Состояние и деятельность спортсменов в связи с особенностями мотивации достижения / В. Гошек, Е.А. Калинин // Вопросы спортивной психогигиены. - М.: ВНИИФК, 1977. - 25-28 с.
- 19 Горбунов, Г.Д. Мотивация спортсмена в тренировочном процессе: Учебное пособие / Г.Д. Горбунов. - М.: Физкультура и спорт, 1989. - 45 с.
- 20 Горбунов, Г.Д. Психопедагогика спорта / Г.Д. Горбунов. - М.: Физкультура и спорт, 1986. - 208 с.
- 21 Гошек, В. Успех как мотивационный фактор спортивной деятельности / В. Гошек, М. Ванек, С. Свобода - / Психология и современный спорт. -М.: Физкультура и спорт, 1974.- 121 с.
- 22 Дашкевич, О. В. Личностные факторы психической готовности юного спортсмена к спортивной деятельности / О.В. Дашкевич, В.А. Зобков. - М.: ГЦОЛИФК, 1982. - 79 с.
- 23 Джамгаров, Т.Т. Лидерство в спорте / Т.Т. Джамгаров, В.И. Румянцева. - М.: Физкультура и спорт, 1983. - 80 с.

- 24 Железняк, Ю.Д. Совершенствование системы подготовки спортивных резервов в игровых видах спорта: - М., 1981. - 48 с.
- 25 Железняк, Ю.Д. Юный волейболист / Ю.Д. Железняк. - М.: Физкультура и спорт, 1988. - 192 с.
- 26 Журкина, И.Л. Формирование нравственных отношений подростков в спортивной деятельности. - Магнитогорск, 2000. - 160 с.
- 27 Железняк, Ю.Д. Совершенствование системы подготовки спортивных резервов в игровых видах спорта. - М., 1981. - 148 с.
- 28 Забродин, Ю.М. Методологические проблемы психологического анализа и синтеза человеческой деятельности / Ю.М. Забродин // Вопросы кибернетики: эффективность деятельности оператора. - М., 1982. - 29 с.
- 29 Ильин, Е. П. Психофизиология физического воспитания / Е. П. Ильин. - М.: Просвещение, 1980. – 199 с., 160-164 с.
- 30 Ильин, Е.П. Психология спорта (современные направления в психологии) / Е.П. Ильин, Ю.Я. Киселев, В.К. Сафонов. - Л.: Изд-во ЛГУ, 1989. -96 с.
- 31 Ивойлов, А.В. Волейбол / А.В. Ивойлов. - М. : Физкультура и спорт, 1985.-262 с.
- 32 Капустин, А. И. Исследование уровня притязаний в условиях психического стресса в связи со свойствами нервной системы и темперамента/ А.И. Капустин. - М., 1980. – 15 с.
- 33 Киселев, Ю.Я. Влияние спорта на формирование личности / Ю.Я. Киселев. - М.: Знание, 1981.-64 с.
- 34 Коровкин, А.Н. Мотив достижения: К вопросу об определении понятия и роли в регуляции деятельности / А.Н. Коровкин // Психолого-педагогические аспекты учебной и спортивной деятельности. - Омск: ОГИФК, 1990.- 81-87 с.
- 35 Келишев, И.Г. Спортивная направленность личности / И.Г. Келишев / Спорт и личность. - М.: Физкультура и спорт, 1975. - 127 с.
- 36 Ковалев, В.И. К проблеме мотивов / В.И. Ковалев /Психологический журнал. 1984. - Т. 2. - № 1. - 44 с.

- 37 Кретти, Д.Б. Психология в современном спорте /Д.Б. Кретти. М.: Физкультура и спорт, 1978. – 223с.
- 38 Крылов, А.А. Психологические основы и диагностика надежности спортивной деятельности /А.А. Крылов, В.К. Сафонов /Психодиагностика в спорте / сост. Г.Д. Горбунов. - М.: Физкультура и спорт, 1986. - 16 с.
- 39 Козин, В. В. Теория и практика применения деятельностного подхода к подготовке спортсменов в игровых видах / В. В. Козин, А. А. Гераськин, А. В. Родионов. - О.: Омский научный вестник, 2014. - 173 с.
- 40 Леонтьев, А.Н. Потребности, мотивы, эмоции / А.Н. Леонтьев. - М.: МГУ, 1971.-39 с.
- 41 Маслоу, А. Самоактуализация / А. Маслоу // Психология личности / под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, А.А. Пузыря. - М.: Изд-во МГУ, 1982. - 108-117 с.
- 42 Пуни, А.Ц. Психологические основы волевой подготовки в спорте: Учебное пособие / А.Ц. Пуни. - Л.: ГДОИФК, 1977. - 48 с.
- 43 Пилюян, Р.А. Мотивация спортивной деятельности / Р. А. Пилюян. - М.: Физкультура и спорт, 1984. – 112 с., 43-46 с.
- 44 Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн.- СПб:Издательство «Питер», 2000 - 712 с.
- 45 Родионов, А.В. Практика психологии спорта: учебное пособие / А.В. Родионов. - Ташкент: Изд-во LiderPress, 2008. – 236 с.
- 46 Сафонов, В.К. Роль наблюдения в диагностике мотивации спортивной деятельности / В.К. Сафонов, Ю.И. Филимоненко. / Психолого-педагогические проблемы мотивации учебной и трудовой деятельности: тезисы докладов научно-практической конференции. - Новосибирск: Изд-во НГУ, 1985. - 217 с.
- 47 Фураев, Г.Г. Управление процессом спортивного совершенствования на базе исследования мотива достижения успеха в соревнованиях / Г.Г. Фураев. - М., 1980.- 125 с.

- 48 Ханин, Ю.Л. Проблемы мотивации в спорте / Ю. Л. Ханин / Спорт в современном обществе / под ред. В.М. Выдрина. - М.: Физкультура и спорт, 1980.- 124-184 с.
- 49 Хекхаузен, Х. Мотивация и деятельность / Х. Хекхаузен. - М.: Педагогика, 1986.-Т.1.-407 с.; Т.2.-391 с.
- 50 Эртман, Ю. Н. Соревновательная надежность как основа выделения нового ампула / Ю. Н. Эртман, А. А. Гераськин. - Ом.:Омский научный вестник, 2014.-144 с.
- 51 Щербаков, Е.П. Психология воли и волевой регуляции в спортивной деятельности / Е.П. Щербаков. - СПб., 1993. -236 с.

АНКЕТА

В целях выявления мотивации к предстоящей соревновательной деятельности в формировании устойчивого состояния психической готовности.

Ф.И.О.,

студент группа №_____.

Уважаемый участник! Выбранный вариант ответа отметить «Х»

Таблица 2

№ п/п	Вопрос	Ответ «Да»	Ответ «Нет»
1	Сможете управлять своими действиями – вовремя игры в волейбол в соответствии с предлагаемыми условиями соревнований		
2	Сможете управлять своими чувствами во время соревнований по волейболу		
3	Сможете управлять своими мыслями во время соревнований по волейболу		
4	Сможете оградить себя от всевозможного влияния со стороны зрителей и т.д. – во время игры в волейбол, в соответствии с предлагаемыми условиями соревнований		
5	Повышаете ли Вы меру значимости участия в соревнованиях по волейболу		
6	Определяете ли Вы наиболее приемлемые, по условиям данных соревнований, способы регулирования неблагоприятных внутренних состояний, сохранения нервно-психической напряженности		
7	Играет ли мотивация в достижении цели, главную роль		
8	Бываете ли Вы всегда уверены в победе		
9	Есть ли у Вас стремление к достижению большого успеха, в больших соревнованиях по волейболу		
10	Есть ли у Вас склонность к риску во время спортивной игры		
11	Считаете ли Вы себя устойчивым		

Окончание таблицы 2

12	Считаете ли Вы себя лидером		
13	Сможете сконцентрировать свои силы во время ответственных соревнований по волейболу		
14	Считаете ли Вы себя конфликтным человеком		
15	Считаете ли Вы себя уравновешенным игроком		
16	Влияет ли на Вас ранг соревнований		
17	Считаете ли Вы себя «нервным», «недовольным» или «раздраженным»		
18	Есть ли в вашей подготовке – идеомоторная тренировка (мысленное проигрывание предстоящей деятельности)		
19	Сохраняете ли Вы хорошее настроение перед ответственными соревнованиями по волейболу		
20	Существует ли у Вас мотив для тренировок по волейболу		
21	Существует ли у Вас мотив для победы на соревнованиях по волейболу		

22. Какой мотив для Вас является самым сильным_.

Благодарим Вас за участие!