### МОТИВАЦИОННЫЙ КОМПОНЕНТ У ДЕТЕЙ 10-13 ЛЕТ К ЗАНЯТИЯМ ДЗЮДО

***Ю.С. Шумилин****, тренер-преподаватель*

*филиала государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области средней общеобразовательной школы № 3*

*имени дважды Героя Социалистического Труда В.Я. Литвинова*

*п.г.т. Смышляевка муниципального района Волжский Самарской области – «Детско-юношеская спортивная школа»*

Любая деятельность, в том числе занятия спортом, всегда побуждается определенными мотивами. Мотивы - это то, ради чего выполняется деятельность (например, ради самоутверждения, красивого тела и т.п.). *Мотив* (от лат. movere - двигать, толкать) – побудительная причина действий и поступков. Мотивы могут быть различные: интерес к содержанию и процессу деятельности, самоутверждение и т.п.

Мотивация - стержневая характеристика личности спортсмена любого возраста и имеет прямое влияние на спортивный результат. Если ребенок стремится к выполнению определенной деятельности, в нашем случае это занятия дзюдо, можно сказать, что у него есть мотивация. Мотивация- это совокупность побуждающих факторов, определяющих активность личности. К ситуативным факторам можно отнести мотивы, потребности, стимулы, которые детерминируют поведение человека. Ситуативные факторы динамичны, легко меняются, поэтому существуют возможности влиять на них и на активность человека в целом. Интенсивность актуальной (действующей «здесь» и «теперь») мотивации состоит из силы мотива и интенсивности ситуативных детерминант мотивации (требований и личности тренера, сложности выполняемых комбинаций и т.п.).

Мотивация – это понятие, описывающее динамику взаимодействия множества факторов в конкретной взаимосвязи человека со средой [8]. В физической культуре и спорте под мотивацией принято понимать процесс, в результате которого определенная деятельность приобретает для индивида известный личностный смысл, создает устойчивость его интереса к ней и превращает внешне заданные цели его деятельности во внутренние потребности личности. В структуре спортивной мотивации выделяют следующие значимые мотивы: мотив достижения, мотив борьбы, мотив общения, мотив самосовершенствования, мотив поощрения [4].

Специалисты отмечают, что, приходя в спортивный зал, 7-8-летние мальчики или девочки (так же, как и их родители) слабо представляют, что такое борьба [3]. Мотивация занятий дзюдо должна определяться внешними и внутренними факторами. У дзюдоистов-новичков такими факторами являются: стремление к физическому совершенствованию, стремление к самовыражению, сохранение спортивных традиций семьи. Изучение структуры интереса к данному виду спорта у начинающих дзюдоистов показало преобладание эмоционального компонента, у высококвалифицированных дзюдоистов ведущее место занимает волевой и эмоциональный компонент (А. П. Шумилин, 2003).

З.К. Чермит отмечает, что сам факт занятий дзюдо является достаточным основанием для достижения высокого статусного положения в группе сверстников (З. К. Чермит, 2005). Изучение мотивации занятий ориентировано на снижение отсева среди дзюдоистов различного возраста. Важность изучения этого вопроса подтверждается обобщенными данными, согласно которым только в течение первого года спортивных занятий отсев достигает 80 % (Е. П. Ильин, 2000). Также установлено, что спортивная мотивация дзюдоистов различна: у начинающих спортсменов сильнее выражена тренировочная мотивация, у мастеров спорта — соревновательная [5].

Основными причинами отсева новичков в дзюдо являются: отсутствие устойчивого интереса к виду спорта, нарушения в методике подготовки (разновозрастные группы, неподготовленность к участию в соревнованиях, завышенные требования тренера-преподавателя или родителей к росту спортивного мастерства и др.). На втором году занятий дзюдоисты бросают тренировки в основном по следующим причинам: начало форсирования подготовки, концентрация внимания тренера-преподавателя на более способных учениках, обязательное выполнение разрядных нормативов.

Важнейшей причиной, снижающей интерес к занятиям дзюдо в детском и подростковом возрасте, являются травмы. М. Юинг и В. Зеерфельдт (1990) обобщили наиболее важные причины, по которым дети перестали заниматься спортом: потеря интереса к спорту, стало скучно тренироваться, тренировки отнимают слишком много времени, тренер был плохим педагогом, нагрузка на занятиях непосильна и другие. Основными типичными причинами, по которым юные атлеты перестают тренироваться, являются: завышенные требования к детям на тренировках и раннее участие во многих соревнованиях [7].

Поэтому формирование выраженного и устойчивого интереса к занятиям спортом на первых этапах подготовки спортсменов (группы начальной подготовки 1-3 года обучения) является важнейшей составляющей для структурирования мотивационного компонента в спорте.

А.А. Половинкин, исходя из результатов проведенных исследований, считает, что изначально занятия спортом осуществляются под воздействием мотива морального удовлетворения. «Возникающее в результате занятий чувство морального удовлетворения, или просто удовольствия, вызывается не каким-то одним фактором, например, достижением некоего результата, а является сложной композицией нескольких составляющих» [6]. Поэтому для формирования выраженного и устойчивого интереса к занятиям спортом процесс учебно-тренировочной деятельности в группах начальной подготовки должен базироваться на фоновом чувстве удовлетворения от занятий спортом.

Используя специально разработанную Р.А.Абдурасуловым [1] анкету, мы провели изучение интересов юных спортсменов 1-3 года обучения к занятиям дзюдо. Выборка составила 42 человека, из них 27 мальчиков и 15 девочек. Средний возраст респондентов составил 12 лет.

Нами были изучены мотивы юных спортсменов, проявляющиеся при выборе дзюдо. Результаты представлены в Таблице 1.

*Таблица 1.*

Исследование мотивов юных спортсменов к занятиям дзюдо

|  |  |
| --- | --- |
| ***Мотивы*** | ***%*** |
| *1. Мотивы, проявляющиеся при выборе вида единоборств:* | |
| а) В результате рекламы и пропаганды | 33 |
| б) Желание быть похожим на известного киноактера | 1 |
| в) По желанию родителей | 21 |
| г) Друзья заинтересовали и побудили к занятиям | 45 |
| *2. Мотивы, проявляющиеся в процессе занятий спортивными единоборствами:* | |
| а) Подготовить себя к самостоятельной жизни | 20 |
| б) Защитить себя, друзей и родственников | 10 |
| в) Стать сильным и здоровым | 69 |
| г) Стать по физическим данным выше ровесников | 1 |
| *3. Мотивы, побуждающие к занятиям единоборствами:* | |
| а) Общая физическая подготовка | 12 |
| б) Технико-тактическая подготовка | 38 |
| в) Оздоровительные подготовки | 14 |
| г) Боевая подготовка | 36 |

Из таблицы видно, что ведущим мотивом при выборе единоборства у ребят является интерес, вызванный друзьями, которые занимаются дзюдо – 45 %. В процессе занятий дзюдо ведущим мотивом выступает желание стать сильным и здоровым у 69 % респондентов. У 38 % ребят основным мотивом, побуждающим к занятиям дзюдо, выступает технико-тактическая подготовка.

Результаты исследования интересов юных дзюдоистов к тренировочным упражнениям: разучивание приёмов в условиях боя – 36%, использование на тренировках спортивных и подвижных игр – 12%, вольные бои (спарринги) – 33%, упражнения со снарядами – 9%, индивидуальные упражнения (борьба с тенью, бой со своим отражением и др.) – 4%, упражнения с чучелами – 12%.

Видим, что наиболее интересными для начинающих спортсменов являются: «разучивание приёмов в условиях боя» и «вольные бои» (спарринги). Это объясняется тем, что ребят больше привлекает возможность почувствовать себя как можно скорее участником поединка. Здесь немаловажную роль в предпочтении «поединков» играют эмоциональный подъем и технико-тактическая позиция партнёра или тренера, построенная на достижении «успеха» учащимися. Известно, что это способствует не только эмоциональному удовлетворению, но и развивает положительную «Я-концепцию» занимающихся. В то же время, тренер или просто партнёр не упускают возможности «сыграть» на промахах в условных боях и спаррингах. Это, в свою очередь, воспитывает определённую сдержанность и обдуманность действий учащихся, занимающихся дзюдо, дисциплинирует, способствует развитию самоконтроля.

Также нами было проведено изучение соревновательных интересов дзюдоистов. Результаты оказались следующими. Острота спортивной борьбы, многообразие боевых ситуаций - 44,4%; удовлетворение от красивого боя, мужественной и честной борьбы - 38,2%, торжество победы над достойным соперником - 28,9%.

Согласно полученным данным «Острота спортивной борьбы, многообразие боевых ситуаций» оказались наиболее привлекательными для ребят. На наш взгляд, дзюдо по своему содержанию всегда сложно, непредсказуемо и участие в боях доставляет большое удовольствие, особенно тогда, когда становится возможным реализовать все усилия, затраченные во время тренировочных занятий.

Таким образом, изучение влияния интересов и мотивов на отдельные аспекты деятельности человека, в частности, мотивов выбора вида единоборства и мотивов, побуждающих к занятиям, широты интересов и силы их проявления в процессе отработки тренировочных упражнений, степени развития соревновательных интересов и т.д. дает возможность в дальнейшем контролировать процесс мотивации. Подобное исследование может стать основанием для формирования условий, в которых можно было бы развивать устойчивый интерес к занятиям спортом, в частности, дзюдо.

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:**

1. Абдурасулов Р. А. Анализ интересов и мотивов учащихся к занятиям восточными единоборствами и боксом // Молодой ученый. — 2011. — №12. Т.2. — С. 44-48.
2. Джидарьян И.А. О месте потребностей, эмоций и чувств в мотивации личности. Теоретические проблемы психологии личности. –М.: Наука, 1974.
3. Норакидзе В.Г. «Влияние спортивной деятельности на формирование спортсмена». // В кн. П.А.Рудика и др. «Психологические вопросы тренировки и готовности спортсменов к соревнованиям». – М.: ФиС. 1973.
4. Палайма Ю.Ю. «Опыт исследования относительной силы мотива и формирование соревновательной установки спортсменов». // В кн. П.А. Рудика и др. «Психология и современный спорт». –М.: ФиС. 1973.
5. Пилоян Р.А. Мотивация спортивной деятельности. – М.: ФиС. 1984.
6. Половинкин А.А. Психологические аспекты проблемы организации спорта для всех в современном российском обществе // Спортивный психолог, №2 - 2004, с. 54-58.
7. Сопов В.Ф. Психологическая подготовка к максимальному спортивному результату. - Самара, 1999.
8. Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность. - 2-е изд. -СПб: «Питер»; М.: «Смысл», 2003.