

Міністерство освіти і науки України
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка
Факультет фізичної культури
Кафедра спорту і спортивних ігор

Дипломна робота (проєкт)
магістра

з теми: «МОТИВАЦІЙНИЙ КОМПОНЕНТ ЯК УСПІШНА СКЛАДОВА
ПІДГОТОВКИ ДО ЗМАГАНЬ В ДЗЮДО»

Виконав: студент 2 курсу, групи FKS1-M20z
спеціальності 017 Фізична культура і спорт

Лесюк Артем Юрійович

Керівник: Прозар М. В., кандидат наук з фізичного
виховання та спорту, доцент

Рецензент: Гуска М. Б., кандидат наук з фізичного
виховання та спорту, доцент

Кам'янець-Подільський – 2021 рік

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. СТАН ПРОБЛЕМИ УПРАВЛІННЯ МОТИВАЦІЄЮ У СПОРТІ ВИЩИХ ДОСЯГНЕНЬ.....	6
1.1. Загальна характеристика понять «мотив», «мотивація», «діяльність»	6
1.2. Значення мотивації у спорті вищих досягнень	11
1.3. Особливості мотивації спортсменів високої спортивної кваліфікації	16
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	21
2.1. Методи дослідження.....	21
2.2. Організація дослідження	28
РОЗДІЛ 3. СПОРТИВНА МОТИВАЦІЯ КВАЛІФІКОВАНИХ ДЗЮДОЇСТІВ НА ЕТАПІ БЕЗПОСЕРЕДНЬОЇ УЧАСТІ ДО ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ	30
3.1. Характеристика емоційного стану дзюдоїстів.....	30
3.2. Динаміка спортивної мотивації у дзюдоїстів на етапі безпосередньої підготовки до змагань	34
3.3. Підготовка до змагань та характеристика факторів, які впливають на спортивну мотивацію.....	42
3.4. Прояв та особистісні якості дзюдоїстів на етапі безпосередньої підготовки до змагань.....	42
3.5. Індивідуальні особливості дзюдоїстів та їх взаємозв'язок зі спортивною мотивацією й результативністю змагальної діяльності	51
ВИСНОВКИ.....	56
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	58
ДОДАТКИ.....	64

ВСТУП

Актуальність теми. Успішність виступу спортсменів в сучасних умовах вимагає не лише високого рівня фізичної і техніко-тактичної підготовки, а й максимального напруження психічних функцій. У зв'язку з цим, одне з головних місць в системі підготовки спортсменів займає спортивна мотивація для досягнення високого спортивного результату. Важливо відзначити, що при однаковому рівні підготовленості спортсменів, саме фактор мотивації може відігравати значну роль. Це стає особливо важливим в період безпосередньої підготовки до змагань. Саме з цієї причини проблема формування і управління мотивацією спортсменів є актуальною.

Важливо відзначити, що в основі мотиваційної сфери спортсмена лежить сукупність його спонукальних сил до дії (Г. Д. Бабушкін, 2000), як своєрідного енергетичного заряду, що визначає рухову активність людини (О. В. Грецький, 2019).

Спортивна педагогіка, накопичивши великий досвід управління техніко-тактичною підготовкою спортсменів, розвитком їх загальної та спеціальної фізичної підготовленості, все ще залишає в тіні питання вивчення процесів інтелектуального вдосконалення спортсменів і розробки на цій основі принципів управління (регуляції, корекції) становленням майстрів високого класу. Однією з головних особливостей успішної реалізації спортивного вдосконалення і досягнення на цій основі високих спортивних результатів є цілеспрямоване управління мотивацією спортивної діяльності та формування в педагогічному процесі мотиваційних установок спортсмена [7; 10; 17; 24].

У науково-методичній літературі застосовуються поняття спортивна мотивація і змагальна мотивація. Однак ми вважаємо за необхідне ввести поняття «передзмагальна спортивна мотивація» і використовувати його в своїй роботі, тому що воно в більшій мірі відображає зміст мотивації у спортсменів на етапі безпосередньої підготовки до змагань.

При роботі з висококваліфікованими спортсменами деякі фахівці, такі як Е. Б. Кузьмін (2016), С. Д. Неверкович (2004), А. В. Родіонов (2000) та ін., висловлюють думку про те, що в період відповідальних змагань простежується залежність між результативністю і рівнем спортивної мотивації, чим вищий рівень спортивної мотивації, тим успішніше і стабільніше виступає спортсмен на змаганнях. Однак факторів, що впливають на спортивну мотивацію під час етапу безпосередньої підготовки до змагань і методики з управління спортивної мотивацією, в науково-методичній літературі не виявляється.

Виходячи з вищесказаного, проблема даного дослідження полягає в розробці методики з управління спортивної мотивацією борців на етапі безпосередньої підготовки до змагань.

Об'єкт дослідження – навчально-тренувальний процес кваліфікованих дзюдоїстів.

Предмет дослідження – методика управління спортивною мотивацією дзюдоїстів на етапі безпосередньої підготовки до змагань.

Мета дослідження – визначити чинники, які безпосередньо впливають на мотиваційну складову кваліфікованих дзюдоїстів до змагальної діяльності.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати співвідношення понять «мотив», «мотивація» та «діяльність», охарактеризувати загальні положення психологів-науковців.
2. На основі здійснення аналізу наукових праць описати важливість та особливості мотиваційної діяльності у спорті високих досягнень.
3. Визначити стан спортивної мотивації кваліфікованих дзюдоїстів на перед змагальному етапі.

Методи дослідження: аналіз, систематизація та узагальнення літературних джерел; педагогічні методи дослідження – педагогічне спостереження, педагогічний експеримент; соціологічні методи дослідження – анкетне опитування; методи математичної статистики.

Практичне значення одержаних результатів полягає у використанні управління передзмагальною спортивною мотивацією висококваліфікованих

дзюдоїстів, впровадження якої у тренувальний процес дозволяє зберігати та виводити спортсмена на необхідний рівень спортивної мотивації до початку змагань. Результати проведеного дослідження можуть бути використані у процесі професійної підготовки тренерів з видів спорту, а саме: під час вивчення обов'язкового освітнього компоненту професійної підготовки ступеня вищої освіти «бакалавр» зі спеціальності 017 Фізична культура і спорт : «Спортивні та національні види боротьби».

Апробація результатів дослідження. Основні результати дипломної роботи магістра обговорювались на звітній науковій конференції студентів, магістрантів Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка (м. Кам'янець-Подільський 5-6 жовтня 2021 року).

Публікації. Результати дослідження за темою кваліфікаційної (дипломної) роботи магістра висвітлені в одній науковій статті.

Структура та обсяг дипломної роботи магістра. Роботу викладено на 91 сторінці, з яких 57 основного тексту, вона містить 6 таблиць. Дипломна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, зі списку 60 використаних літературних джерел та додатків.

ВИСНОВКИ

1. Аналіз спеціальної літератури дозволяє зробити висновки про те, що мотивація розглядається як складний елемент особистості, що має певну структуру, ієрархію та перебуває у двосторонній залежності з виконуваною суб'єктом діяльністю та її результативністю. При вирішенні проблеми безпосередньої підготовки до змагань основна увага дослідників та тренерів приділяється питанням фізичної, технічної, тактичної підготовки та меншою мірою психологічним чинникам, зокрема мотивації спортсмена. У літературі відзначено особливості мотивації спортсменів, які в залежності від виду спорту та кваліфікації спортсменів мають свою специфіку. У зв'язку з цим і в управлінні спортивною мотивацією до конкретного виду спорту буде своя специфіка.

2. У деяких дослідженнях показано можливість формування спортивної мотивації у спортсменів. Проте напрями, засоби, способи, методи, що наводяться авторами, не можуть бути використані без їх переробки стосовно висококваліфікованих дзюдоїстів і до конкретного етапу підготовки.

Нами виявлено, що у період безпосередньої підготовки до змагань динаміка мотивацій у дзюдоїстів виражена таким чином: до кінця ударного мікроциклу орієнтація борців на духовні потреби значно знижується і лише до закінчення відновлювального мікроциклу спостерігається достовірне підвищення цього показника; суттєво підвищується наприкінці етапу безпосередньої підготовки до змагань орієнтація дзюдоїстів на відсутність психогенних впливів; наприкінці ударного мікроциклу значно знизився у дзюдоїстів мотиваційно-енергетичний компонент.

3. На основі виявлення індивідуальних особливостей мотивації борців визначено три рівні передзмагальної спортивної мотивації у дзюдоїстів під час безпосередньої підготовки до змагань (високий, середній, низький), показано їх взаємозв'язок із результативністю змагальної діяльності. Виявлено взаємозв'язок між результативністю змагальної діяльності та наступними індивідуальними

особливостями мотивації борців: орієнтацією на духовні потреби (K1); орієнтацією на матеріальні потреби (K2); орієнтацією на соціальний побут; орієнтацією для опанування спеціальними знаннями (K4); орієнтацією на відсутність больових відчуттів (K5); орієнтацією на накопичення відомостей про суперника (K6); орієнтацією на відсутність психогенних впливів (K7) та мотиваційно-енергетичним компонентом (ME).

4. У дослідженні показана динаміка емоційного стану на етапі безпосередньої підготовки до змагань: до кінця ударного мікроциклу емоційний стан у дзюдоїстів значно знижується, негативно впливаючи на мотивацію борців, і підвищується тільки до кінця відновлювального мікроциклу.

5. У період безпосередньої підготовки до змагань виявлено фактори, що впливають на мотивацію дзюдоїстів. До таких факторів висококваліфіковані дзюдоїсти віднесли: позитивний емоційний фон (100 % опитаних), проведення систематичного аналізу змагальної діяльності (92,4 %), моральна та емоційна підтримка тренера (100 %), присутність тренера на татамі під час тренування (100 %), постановка завдань та цілей на дане змагання (100 %), ознайомлення з планом тренувальних занять на мікроцикл та весь етап (81,1 %), почуття готовності до змагань (98,1 %), сприятливий психологічний клімат на тренувальних заняттях (100 %), вдалий виступ у попередніх змаганнях (100 %).

До факторів, що знижують мотивацію борців, можна віднести одноманітність тренувань (98,2 %) і складні стосунки з тренером (75,5 %). Врахування впливу виявлених факторів дозволяє оптимізувати спортивну мотивацію дзюдоїстів.

6. У результаті педагогічного експерименту показано суттєве покращення передзмагальної спортивної мотивації у дзюдоїстів до кінця етапу передзмагальної підготовки за такими компонентами: підвищення орієнтації на духовні потреби ($K1 = 4,43$ %) та підвищення мотиваційно-енергетичного компонента ($ME = 0,08$ %), зниження орієнтації на поповнення спеціальних знань ($K4 = 4,45$ %), на накопичення відомостей про суперника ($K6 = 3,27$ %) і відсутність психогенних впливів ($K7 = 3,82$ %). Показано достовірне збільшення результативності діяльності змагань дзюдоїстів з 0,33 до 0,42.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Аванесян Г. М. Психологические факторы совершенствования физической работоспособности борцов. Спортивный психолог. Москва, 2003. С. 6-9.
2. Бабушкин Г. Д. Формирование спортивной мотивации. Монография. Омск, 2000. 179 с.
3. Бабушкин Е. Г., Канатов А. В., Бабушкин Г. Д. Обоснование методики формирования спортивной мотивации юных баскетболистов. Психология и педагогика в Сибири. 2000. № 2. С. 58-66.
4. Бабушкин Е. Г. Формирование спортивной мотивации у боксеров на этапе начальной подготовки: дис. ...канд. пед. наук. Омск, 2000. 150 с.
5. Базильчук В. Визначення підходів до вивчення проблем активізації спортивно-оздоровчої діяльності студентів. Молода спортивна наука України: Зб. наук. праць з галузі фізичної культури та спорту. Вип.6: У 2-х т. Львів: Вид. дім "Панорама", 2002. Т.1. 442 с. С. 147.
6. Бех І. Д. Виховання особистості. У 2 кн.: наук. видання. Київ: Либідь, 2003. 280 с.
7. Винник В. Д. Особливості формування інтересу та мотивації до занять фізичним вихованням. Черкаський національний університет ім. Б. Хмельницького ТМФВ. 2010. № 12.
8. Вяткин Б. А. Управление психическим стрессом в спортивных соревнованиях. Москва, 1981. 112 с.
9. Гогун Е. М., Мартьянов Б. П. Психология физического воспитания и спорта: учеб. пособие. Москва: Академия, 2002. 228 с.
10. Грецький О.В. Формування мотивації до спортивної діяльності на початковому етапі підготовки: автореф. дис... на здоб. к. фіз. вих. Львів, 2019. 22 с.

11. Данилко В. М. Формування мотивації безпеки життєдіяльності студентської молоді в процесі занять фізичними вправами. Молодий вчений. 2016. № 3 (30). С. 608-611.

12. Драчук А.І. Оптимізація фізичного виховання студентів вищих закладів освіти гуманітарного профілю: автореф. дис. канд. пед. наук. 24.00.02. Львів, 2001. 20 с.

13. Елисеєв С.В. Предсоревновательная подготовка борцов-самбистов высокой квалификации: Автореф. дис. ... канд. пед. наук. Москва, 2001. 23 с.

14. Загальна психологія: підручник. За заг. ред. С. Д. Максименка. Київ: Форум, 2000. 543 с.

15. Зимняя И. А. Педагогическая психология. Санкт-Петербург, 2004. 378 с.

16. Ильин Е. П. Мотивация и мотивы. Санкт-Петербург: Питер, 2002. 512 с.

17. Іваненко В. Особливості розуміння психологічної сутності мотивації досягнення в спортивній діяльності. Науковий вісник Мелітопольського державного педагогічного університету. № 1(18). 2017. С. 86-90.

18. Іванова Н. Г. Сутність мотиву особистості в теорії мотивації. Вісник Національного університету оборони України. Випуск 3 (61). 2021. С. 20-27.

19. Киселев Ю. Победы!: Размышления и советы психолога спорта. Москва, 2002. 326 с.

20. Кіріченко О. В. Сутність, структура та формування мотивів трудової діяльності. Науковий вісник Ужгородського національного університету. Випуск 9. 2016. С. 80-83.

21. Коломейцев Ю. А. Отношение к тренировочной и соревновательной деятельности – фактор, обуславливающий ее эффективность. Спортивный психолог. Москва, 2003. С. 20-28.

22. Колот А. М., Цимбалюк С. О. Мотивація персоналу: [підручник]. Київ: КНЕУ, 2011. 397 с.

23. Комісарик М. І., Леко Б. А., Чуйко Г. В. Основи психології спорту: [навч.-метод. посібник]. Чернівці: Рута, 2004. 400 с.

24. Кузьмин Е. Б. Спортивная мотивация как психическое состояние личности спортсмена. Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. 2016. № 1. С. 97-110.

25. Кузьмин Е. Б. Формирование спортивной мотивации как психолого-педагогическая проблема. Электронный ресурс. Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-sportivnoy-motivatsii-kak-psihologo-pedagogicheskaya-problema/viewer>.

26. Кузьмінський А. І. Педагогіка вищої школи: [навч. пос.]. Київ: Знання, 2003. 415 с.

27. Куртова Г. Ю. Дослідження мотивації занять важкою атлетикою спортсменок високої спортивної кваліфікації. Вісник Чернігівського державного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. Чернігів, 2005. С. 73.

28. Лепьохіна І. О. Формування спортивної мотивації. Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах: зб. наук. праць / редкол.: Т. І. Сущенко (голов. ред.) та ін. Запоріжжя, 2012. Вип. 22 (75). С. 220-277.

29. Маккелланд Д. Мотивация человека. Санкт-Петербург: Питер, 2007. 672 с.

30. Маслов С. А., Скворчук Е. П., Чупина Г. Д. Методика диагностики соревновательной мотивации спортсмена. Спортсмен как субъект деятельности. Омск, 1993. С.8-10.

31. Молчанюк О. В., Бабакіна О. О. Навчально-пізнавальна мотивація особистості: психолого-дидактичний аспект. Наукові записки кафедри педагогіки. Випуск 32. Харків. 2013. С. 131-139.

32. Неверкович С. Д. Роль и функции психологии в спорте. Спортивный психолог. Москва, 2004. № 2. С. 4-11.

33. Озолин Н. Г. Настольная книга тренера: Наука побеждать. Москва, 2003. 863 с.

34. Пилоян Р. А., Суханов А. Д. Физическая культура как объект познания в аспекте психологической теории деятельности. Теория и практика физической культуры. Москва, 2000. № 11. С. 40-45.
35. Попов А. Л. Спортивная психология: Учебное пособие для спортивных вузов. Москва, 2000. 152 с.
36. Родионов А. В. Влияние психологических факторов на спортивный результат. Москва: Физкультура и спорт, 2000. 112 с.
37. Родионов А. В. Психология физического воспитания и спорта: учеб. для студ. вузов физкульт. Профиля. Москва, 2004. 570 с.
38. Романовский В. С., Михайличенко Л. М. Педагогіка успіху. Підручник Харків: ХПІ, 2011, 367 с.
39. Сагайдак С. С. Исследование мотивации спортивной деятельности. Минск, 2001. 32 с.
40. Сергей Леонидович Рубинштейн / под ред. К. А. Абульхановой. Москва, 2010.
41. Сопов В. Ф. Актуальные отрезки спортивной деятельности как детерминанты возникновения психических состояний. Спортивный психолог. Москва. 2004. № 2. С. 40-45.
42. Спортивная психология: Учебник для вузов / Р. С. Уэйнберг, Д. Гоулд. Москва: ФиС, 2005. 338 с.
43. Станбулова Н. В. Психология спортивной карьеры: учебник. Москва, 2005. 63 с.
44. Станін М. І. Мотивація спортивної діяльності. Київ: Либідь, 2002. С. 3-5.
45. Суханов А. Д. Системная организация и управление в современном спорте. Москва, 2002. 224 с.
46. Суханов А. Д. Пути формирования мотивации достижения наивысшего спортивного результата. Теория и практика физической культуры. Москва, 2002. № 4. С. 37-38.

47. Татарченко Л. І., Присяжна М. К., Лашко Є. Л. Формування мотивації студентів до занять фізичною культурою та спортом. Вісник ЛНУ імені Тараса Шевченка. № 2 (340). Ч. 2. 2021. С. 83-91.

48. Тилиндене И. Особенности педагогического управления мотивацией достижений подростков, занимающихся спортом. Актуальные вопросы безопасности, здоровья при занятиях спортом и физической культурой: Материалы 4-й междунар. науч.-практ. конф. Томск, 2001. С. 213-215.

49. Тищенко В. О. Мотивація самореалізації в спорті. Наука і освіта. № 4. 2013. С. 214-217.

50. Фельп А. Мотивация в тренировке и соревновании. Спортивный психолог. Москва, 2003. С. 87-92.

51. Черепехіна О. А. Спроби наблизитися до розуміння психологічної сутності мотивації занять спортом. Педагогіка і психологія формування творчої особистості: проблеми і пошуки: зб. наук. праць. Київ-Запоріжжя. 2002. Вип. 26. С. 421-425.

52. Шаболтас А. У. Мотиви занять спортом. Київ: Олімпійська література, 2004. 189 с.

53. Шаповалов Б.Б. Формування мотивації досягнення успіху у спортивно обдарованій молоді: дис... канд. псих. наук: 19.00.07. Академія управління МВС. Київ, 2007. С. 162-182.

54. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Тернопіль: Навчальна книга-Богдан, 2008. Ч. 1. 272 с.

55. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Тернопіль: Навчальна книга-Богдан, 2012. Ч.2. 304 с.

56. Шопенгауэр А. Полное собрание сочинений: В 4-х т. Т.1. Москва, 1900. 317 с.

57. Шумилин А. П. Формирование мотивации результативности соревновательной деятельности юных дзюдоистов: дис. ... канд. пед. наук. Красноярск, 2003. 150 с.

58. Щекотиліна Н. Ф. Роль мотивації до занять фізичним вихованням у студентів у контексті формування здорового способу життя. Теорія і методика професійної освіти. Вип. 11. Т. 3. 2019. С. 157-162.

59. Щотка О. П. Вікова психологія дорослої людини. Ніжин: Вид-во НДПУ імені Миколи Гоголя, 2001. 194 с.

60. Murray H. A. Some basic psychological assumptions and conceptions/ Dialectical. 1951. V.5. P. 266-292.