

УДК 796.015.83

**ПРЕДПОСЫЛКИ ФОРМИРОВАНИЯ МОТИВАЦИИ
К РАЗВИТИЮ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ
И ДОСТИЖЕНИЮ ВЫСОКИХ
СПОРТИВНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ У КУРСАНТОВ
УЧРЕЖДЕНИЙ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ МВД**

Н. Ю. Ковалев

*УО «Могилевский институт Министерства
внутренних дел Республики Беларусь»,
преподаватель кафедры служебно-прикладной подготовки*

На современном этапе развития преподавательской деятельности в области физической культуры в высших учебных заведениях системы МВД и других военизированных структур преподаватели все чаще сталкиваются с необходимостью познания психологических механизмов, которые являются причиной возникновения у курсантов желания заниматься спортом, посещать факультативные занятия по физической и профессионально-прикладной физической подготовке. При этом понимание первоисточников, психологических маркеров, которые способствуют появлению в дальнейшем четких волевых установок на развитие и совершенствование физических качеств и спортивного мастерства, дает преподавателю возможность не только эффективно работать с курсантами, имеющими такое стремление, но и проводить целенаправленную и содержательную работу с курсантами, у которых оно отсутствует. В процессе обучения курсантов профессионально-прикладной физической подготовке преподаватели ведомственных учреждений образования сталкиваются с отсутствием у курсантов желания заниматься развитием физических качеств, сверх того уровня, который необходим для успешной сдачи зачетов, экзаменов и иных форм контроля в процессе обучения. Данное явление связано с тем, что рост нормативов в большинстве ведомственных учреждений образования продолжается до третьего курса обучения, после чего нормативы не изменяются. Это ведет к отсутствию стимула для дальнейшего совершенствования своих физических качеств, так как полученной подготовки достаточно для успешной сдачи нормативов [1]. Опытные преподаватели, проводя параллели с особенностями образовательного процесса в ведомственных учебных заведениях в конце 1990-х – начале 2000-х годов, отмечают значительное уменьшение числа курсантов, которые поступают в учреждения высшего образования, имея квалификационные спортивные разряды, и еще меньшее количество желающих продолжать работу по повышению спортивного мастерства в процессе обучения. По мнению большинства преподавателей,

такому спаду способствуют интенсивное развитие общества, ранняя и более обширная социализация юношей и девушек, учащихся в старших классах средних школ, при этом в качестве одной из основных причин такого явления преподаватели считают стремительную цифровизацию учащихся, широкий доступ к развлекательному контенту в сети Интернет. «Замусоренность» информационного пространства влечет рассеивание внимания, создает условия для деформации сложившейся в обществе системы жизненных ценностей и морально-этических установок. Большое количество вариантов организации свободного времени влечет снижение интереса к занятиям спортом и, соответственно, уменьшение количества занимающихся в детско-юношеских спортивных секциях. Правильно определив мотивы, которые явились причиной появления стремления к развитию физических качеств, преподаватель сможет минимизировать негативное воздействие указанных социальных явлений и организовать продуктивную работу с курсантами.

В настоящее время при изучении любой деятельности отдельное внимание уделяется ее психологической составляющей, основой которой являются мотив и мотивация. Известный исследователь психологических явлений Е. П. Ильин в своих работах дает следующие определения: мотивация — процесс формирования мотива, а собственно мотив — сложное психологическое образование, побуждающее к сознательным действиям, поступкам, служащее для них основанием [2]. Большинство исследователей выделяют мотивацию как наиболее значимый компонент успешной деятельности: «Успех в деятельности зависит от способностей, мотивации достижения и ситуативных факторов. Несмотря на общий характер данной формулы успеха, она обладает высокой прогностической ценностью. Наиболее значительный вклад в успех деятельности принадлежит высокому уровню мотивации достижения» [3].

При детальном изучении вопроса мотивации непосредственно в разрезе спортивной деятельности исследователи отмечают, что в процессе спортивного совершенствования мотивы могут меняться в зависимости от непосредственной ситуации, при этом поставленные цели, общий желаемый результат спортивной деятельности остаются неизменными. В качестве механизма формирования мотива рассматривается процесс смыслообразования, выступающий как специфически направленная форма отражения реальности. Изменение мотивов влияет на смысл целей и действий человека, но не на сами цели. Благодаря этому формирование значимых для спорта свойств личности, в том числе и мотивов, происходит путем изменения системы отношений спортсмена к различным сторонам спортивной жизни [4].

Для удобства изучения спортивную мотивацию можно условно разделить на два вида: кратковременную и долгосрочную. В таком случае под кратковременной мотивацией следует понимать преодоление собственно поставленных или возникающих препятствий здесь и сейчас, достижение определенных целей в конкретный промежуток времени. В свою очередь, долгосрочная мотивация — это постановка перед собой гораздо более высоких целей, для достижения которых необходимо постоянное совершенствование своей деятельности и пошаговое достижение небольших успехов. Занимаясь, человеку необходимо не только продумывать цель на данную тренировку, но и ставить перед собой цель, которой можно достичь только постоянными усилиями в течение долгого промежутка времени. Примером кратковременной цели в спорте для начинающего спортсмена может послужить обучение какому-либо конкретному элементу в течение одного или двух занятий, а примером долгосрочной — развитие своей гибкости и растяжки до определенного уровня, на выполнение которой может уходить несколько лет [5].

Изучение передового опыта исследований в данной области позволяет нам выделить следующие базовые потребности, которые становятся отправными точками в формировании устойчивой мотивации к развитию физических качеств и занятиям спортом:

- Непосредственно повышение функциональных возможностей организма и укрепление здоровья. Активная пропаганда образа здорового, сильного человека, которая осуществляется как напрямую, посредством распространения агитационных материалов, так и опосредованно, через различный медиаконтент (кино, музыка и пр.), в последние годы дала ощутимые результаты, среди подростков и молодежи стало модным посещать спортивные площадки, залы, иметь красивое подтянутое тело с рельефом мышц. В свою очередь, это напрямую ведет к следующей потребности.

- Статус среди сверстников. Уже в средней школе подростки начинают негласное соревнование за возможность выделиться на фоне остальных одноклассников, делать больше повторов упражнений на уроках физкультуры по сравнению с остальными учениками, быстрее всех бегать, дальше прыгать, иметь развитый мышечный рельеф. В дальнейшем статус повышается благодаря победам на спортивных соревнованиях, выполнению квалификационных нормативов на присвоение спортивного разряда, попаданию на доску почета учебного заведения, освещению результатов соревнований в СМИ.

- Формирование характера, стремление быть мужественным. Расхожая аксиома «трудности закаляют» как нельзя лучше описывает механизм формирования мотивации из данной потребности. Занятия спортом укрепляют веру

в себя, в свои возможности, позволяют уверенно чувствовать себя среди сверстников, не бояться пробовать что-то новое.

- Самореализация. Юношеский максимализм, стремление проявить себя, доказать миру свою уникальность, раскрыть свой потенциал являются одними из сильнейших движущих факторов в процессе формирования устойчивой мотивации к занятиям физической культурой и спортом.

- Семейное и общественное одобрение. В детском и раннем подростковом возрасте наблюдается очень высокая степень зависимости самооценки подростков от мнения членов семьи, близких родственников, окружения. Одобрение здорового образа жизни, занятий спортом со стороны близких людей и общества в целом является мощным мотивирующим фактором в этом возрасте.

- Внутренняя необходимость стресса и его преодоления. Несмотря на неочевидность данного психологического маркера, многие психологи, работающие со сборными командами по различным видам спорта, выделяют его в качестве долгосрочного и целеобразующего мотива. Стрессовые физические нагрузки, необходимые для улучшения имеющегося спортивного результата, процесс восстановления и непосредственно сам полученный результат вызывают у спортсмена подсознательное длительное чувство глубокой удовлетворенности, которое вызывает потребность в дальнейшем продолжении данного вида деятельности и получении аналогичной стрессовой нагрузки.

- Потребность быть частью коллектива. Данная потребность, которая напрямую не имеет отношения к физической культуре и спорту, является вместе с тем одной из ступеней пирамиды потребностей, сформированной А. Маслоу, и выражается в необходимости личности быть частью сообщества индивидуумов, объединенных общими интересами, одной целью, видом деятельности, иметь социальную принадлежность к части общества. Особенно ярко этот мотив проявляется у представителей командных видов спорта, где глубокий уровень взаимодействия, слаженная работа членов команды являются основополагающим фактором для достижения успеха.

- Получение материальных благ. Это обобщенный мотив, который охватывает собой широчайший круг различных форм материальных поощрений. В начале спортивного пути это поощрения от родителей, затем поощрения от тренера и спортивной школы, которую представляет спортсмен, призовые деньги для победителей соревнований, материальное обеспечение членов сборных команд, снабжение амуницией, а на уровне высшего спортивного мастерства — выезд на тренировочные сборы и соревнования за пределы страны, государственные премии, стипендии и возможность получения коммерческого дохода в виде платы за рекламу, представительство спортивных брендов и прочее.

Несомненно, проблема психологической подготовки спортсменов в настоящее время является одной из основных независимо от спортивного стажа и уровня подготовки. Опытные тренеры на интуитивном уровне улавливают изменения в настроении, тренировочной активности своих воспитанников и находят инструменты для «настройки» спортсменов в нужную психологическую кондицию в зависимости от текущих тренировочных целей и этапа подготовки. При работе в группах начинающих спортсменов из числа курсантов ведомственных учебных заведений перед педагогами стоит сложная задача научиться слышать, чувствовать, понимать изменения в психологическом климате учебных групп, что осложняется также очень быстрой, в масштабах подготовки к высшим спортивным достижениям, сменой курсантов ввиду окончания получения образования. Зачастую тренировочный процесс в первый год обучения оказывается малорезультативным, так как спортсменам и педагогам нужно пройти так называемую «притирку», перестроиться на работу в новых условиях и с новыми людьми. Умение быстро выявить основополагающие мотивы, движущие спортсменами, значительно ускорит интеграцию вновь прибывших спортсменов из числа курсантов, повысит эффективность тренировочного процесса и создаст здоровый психологический климат в учебно-тренировочных группах.

1. Афонин В. Н., Романчук С. В. Система оценки как фактор мотивации курсантов к самостоятельным занятиям физическим упражнениями // Актуальные проблемы огневой, тактико-специальной и профессионально-прикладной физической подготовки : сб. ст. / М-во внутр. дел Респ. Беларусь, учреждение образования «Могилевский институт Министерства внутренних дел Республики Беларусь» ; редкол.: Ю. П. Шкаплеров (отв. ред.) [и др.]. Могилев : Могилев. ин-т МВД, 2014. 432 с. [Вернуться к статье](#)
2. Ильин Е. П. Мотивация и мотивы. СПб. : Питер, 2002. 512 с. [Вернуться к статье](#)
3. Лукьянова М. И. Развитие компетентности учителя в личностно ориентированной педагогической деятельности : учеб. пособие. Ульяновск : УИПКПРО, 2008. 264 с. [Вернуться к статье](#)
4. Донцов В. В., Старовойтов Ю. Н., Мостовая Т. Н. Основы методики формирования спортивной мотивации // Наука-2020 : Физ. культ., спорт, туризм: проблемы и перспективы. 2020. № 3 (28). 150 с. [Вернуться к статье](#)
5. Кондрашихина О. А., Кажарская О. Н., Медведева С. А. Спортивная мотивация студентов, занимающихся индивидуальными и командными видами спорта [Электронный ресурс] // Мир науки. Педагогика и психология. 2020. № 1. URL: <https://mir-nauki.com/PDF/38PSMN120.pdf> (дата обращения: 05.04.2023). [Вернуться к статье](#)