

## Література

1. Баранова М.В. Основы командообразования в гребном спорте / М.В. Баранова Л.А. Егоренко // Журнал «Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта». – Выпуск 1 (59) 2010, 04 февраля 2010. – С. 6-9.
2. Брянкин С.В. Жданов Л.Н. Шустин Б.Н. Спортивный отбор и ориентация. / С.В. Брянкин. Л.Н. Жданов. Б.Н. Шустин. - Смоленск: СГИФК, 2007. – 68 с.
3. Давыдов В.Ю. Отбор юных спортсменов и комплектование женских экипажей в академической гребле с учетом показателей телосложения: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / В.Ю. Давыдов. - Киев, 1990. - 302 с.
4. Мітіна І.В. Залежність спортивного результату веслярів-академістів від їхніх антропометричних даних / І.В. Мітіна // Матеріали V Міжнародної студентської електронної наукової конференції «Студентський науковий форум». – 2013. - 35 с.
5. Начинская С. В. Спортивная метрология : учеб. пособие для студ. вузов / С. В. Начинская. – М. : АCADEMIA, 2008. – 239 с.
6. Новиков М.А. Некоторые психологические проблемы, возникающие при комплектовании и подготовке командных гребных экипажей / М.А. Новиков // Гребной спорт: ежегодник. – М.: Физкультура и спорт, 1974. – С. 26-27.
7. Пестерева Ж.В. Существующие проблемы отбора спортсменов в национальные команды / Ж.В. Пестерева // Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре и спорту / Ж.В. Пестерева, И.Л. Александрович, Д.Г. Фридман. – Минск, 2004. – с. 110-111
8. Сетько Е.В. Командная гребля: психофизиологическая совместимость. <http://www.psychodic.ru>.
9. Шинкарук О. А. Отбор спортсменов и ориентация их подготовки в процессе многолетнего совершенствования (на материале олимпийских видов спорта) // О. А. Шинкарук. – Киев: Олимпийская лит., 2011. – 360 с.
10. Яковенко Е. Формирование экипажей в гребле академической: современный опыт зарубежных стран // Е. Яковенко, А. Коженкова. – Наука в олимпийском спорте. – 2016. – №1. – С. 84-91.
11. Ampero P.E. Physiological aspect of rowing / P.E. Ampero, G. Cortili, F. Celentano, P. Cerretelli // Journal of Appl. Physiology. – 1971. – Vol. 31. – P. 853-857.
12. Armstrong, N. The challenge of promoting physical activity Текст. / N. Armstrong // Children's Health and Exercise Research Centre, School of Education, Univers. J. R. Soc. Health, 1995. – № 115 (3). - P. 187-192.
13. Iakovenko O. Formation of crews in rowing in different countries / O. Iakovenko // Олимпийский спорт и спорт для всех: материалы XVIII международного конгресса. – Казахстан, 2014. – Том 2. – С. 8-10
14. Sachnovsky K. Ways of improving a long-term athletic selection / K. Sachnovsky // The modern Olympic Sports. International Scientific Congress. –Kyev: International Financial Agency Ltd, 1997. – P. 251.
15. Sale D.G. Comparison of two regimes of concurrent strength and endurance training / D.G. Sale, I. Jacobs, J.D. MacDougall, S. Garner // Medicine and Science in Sports. – 1990. – Vol.22. – N3. – P. 48-56.
16. Shzal S. Ventilatory response to rowing and cycling in elite women/ S. Shzal, R. Schoene // J. Appl. Physiol. – 1989. – Vol. 67. – N 1. – P. 264-269.
17. Titell K. Anatomical and Anthropometric Fundamentals of Endurance / K. Titell, H. Wutscherk // Endurance in Sport: Blackwell Scientific Publications. –1992. – P. 35-45.
18. Tschiene P. La teoria dell'allenamento: con o senza una prioritat / P. Tschiene // SdS -Rivista di Cultura Sportiva. – 1992. – V. 11 (25). – P. 56-63.
19. Whipp B. Physiological determinants of pulmonary gas exchange Kinetics during exercise. /B. Whipp, S. Ward // Medicine and Science in Sports and Exercise. – 1990. – Vol. 22. – P. 62-71.
20. Wilmore J. H. Physiology of sport and exercise / J. H. Wilmore, D.L. Costill // Champaign; Illinois: Human Kinetics. – 1994. – 549 p.
21. Zaporozanow W. Dobor i kwalifikacja do sportu / W. Zaporozanow, H. Sozanski. – Warszawa: Biblioteka trenera, 1997. – 114 s.
22. <http://www.biorow.com/>
23. <http://www.worldrowing.com/>

Яковенко Е. О. Иванчук А. В.

Национальный университет физического воспитания и спорта Украины

#### ФОРМИРОВАНИЕ УСТОЙЧИВОЙ МОТИВАЦИИ У СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ АКАДЕМИЧЕСКОЙ ГРЕБЛЕЙ

*Рассмотрены особенности формирования мотивации у спортсменов, занимающихся греблей академической. Изучены конкретные возрастные особенности и отличия мотивов, при занятиях спортом. Определены основные мотивы, которые формируют устойчивый интерес к занятиям греблей академической. Выявлены основные факторы, побуждающие молодых людей заниматься именно этим видом спорта. Также рассмотрены ключевые факторы, на которые тренеру необходимо обращать пристальное внимание при подготовке юных спортсменов, а также уже высококвалифицированных гребцов.*

**Ключевые слова:** гребля академическая, психология, мотивация, мотивы.

**Формування стійкої мотивації у спортсменів, що займаються веслуванням академічним.** Розглянуто особливості формування мотивації у спортсменів, що займаються веслуванням академічним. Вивчено конкретні вікові особливості та відмінності мотивів, при заняттях спортом. Визначено основні мотиви, які формують стійкий інтерес до

занять веслуванням академічним. Виявлено основні чинники, які спонукають молодих людей займатися саме цим видом спорту. Також розглянуто ключові фактори, на які тренерові необхідно звертати пильну увагу при підготовці юних спортсменів, а також вже висококваліфікованих веслярів.

**Ключові слова:** веслування академічне, психологія, мотивація, мотиви.

**Formation of steady motivation for athletes practicing in rowing.** At present, both athletes and coaches recognize the motivation of sports activities as a leading component of the psychological support of productive activities. The reasons that determine the person's participation in the work are desire, opportunities and qualifications of sportsmen, but especially motivation. In the process of motivation, the needs and motives are involved. So in this work features of athletes' motivation formation which engaged in rowing are considered. Specific age features and differences in motives in sports were studied. The main motives are determined, which form a stable interest in practice of rowing. The main factors that motivate young people to engage in this sport are identified. Also are considered the key factors for which the coach needs to pay close attention when training young athletes, as well as already highly qualified oarsmen.

The most important dominant for masters of masters and juniors was the motive of aesthetic pleasure and thrills. For the youth sportsmen the collectivist motive is dominated, that is the desire to defend the honor of the team, the city, the country in various competitions and to justify the hopes placed by the coach and parents. Also the athletes chose the motive of material wealth, the development of character and mental qualities, the need for approval and enhancement of prestige and the desire for fame.

The factors that influenced the motivation of rowing were also determined. The advice of parents, relatives or friends has a great influence on the choice of a person in any sphere of life. The most significant motive for youth sportsmen and juniors was - on the advice of parents or friends (24% and 23%). Support from relatives is especially important for young people, as it helps to determine priorities in life. For the masters of sports, 22% of them were invited to row by the coach and 23% of the youth. This may be due to the authority that the coach must necessarily have.

The most basic for all groups of athletes was the reason for the presence of high growth. Still, the athletes distinguished the visibility of the growth of the result and the opportunity only to show the result here.

**Key words:** rowing, psychology, motivation, motives.

**Постановка проблеми.** Актуальність дослідження мотиваційної сфери спортсмена обумовлена зростаючим інтересом к психології людини, а мотиваційна сфера являється її ядром. Ускладнення діяльності людей, їх поступків, змінююча соціальна обстановка роблять вивчення мотивації поведінки людини актуальною проблемою психології. Складність і протиріччю вивчення процесу мотивації пояснюється тим, що кожен автор має свій погляд на дану проблему, кожен по-своєму трактує зміст даного процесу, структуру мотиву. Дуже непросто виявити, які мотиви є в мотиваційному процесі конкретного людини в конкретних умовах. Дуже важливим фактором є також постійна трансформація мотиваційного процесу. Її характер залежить від того, які потреби її ініціюють [4, 16].

Спорт, являючись складовою частиною суспільства, знаходиться в певних зв'язках, взаємозв'язках з багатьма соціальними підсистемами. Так, заняття спортом, покращує здоров'я людини, а значить і нації. Особливістю спортсмена, його внутрішній світ, часто виявляється поза полем зору спортивних фахівців і тому залишається маловивченим. Таким чином, проблема вивчення мотивації в академічній греблі дуже актуальна. Це важливо зрозуміти, що підбурджує людину к заняттям таким видом спорту, як академічна гребля. Важливо визначити, що необхідно зробити, щоб виробити потребу займатися цим видом спорту на довгий час. А також зрозуміти мотиви, що підбурджують спортсмена займатися саме академічній греблею. Вплив тих чи інших мотивів на результат діяльності спортсмена дуже важливо [3, 7, 15].

Причинами, які визначають участь людини в роботі, є її бажання, можливості і кваліфікація, але особливо мотивація (підбурження). В процесі мотивації задіяні потреби і мотиви.

Мотивація не є реально спостережуваним фактом, це сконструйоване поняття, тобто мотивацію не можна безпосередньо спостерігати або визначити емпіричним шляхом. Її можна визначити тільки на основі поведінки або висловлювань аналізованих осіб [3, 6, 7].

Існує кілька точок зору на мотив: як на потребу, як на предмет задоволення потреби, як на намір, як на формування цілі і засобів і як на задоволеність.

В сучасній психології термін "Мотив" використовується для позначення різних явищ і станів, що викликають активну діяльність суб'єкта. Для пояснення мотиву, як складного психологічного утворення, недостатньо розглядати одну сторону цього процесу, потрібен системний підхід к дослідженню цього феномену. Спочатку потрібно визначити межі і структуру розглянутого нами явища.

Межами мотиву з однієї сторони є потреба, а з іншої - намір щось зробити. Виділення меж мотиву дозволяє виділити психологічні компоненти, які входять в структуру мотиву [1, 6, 13].

Ще одним важливим фактором є різниця мотиваційних структур різних людей, різна сила впливу на них однакових мотивів, різна сила залежності дії одних мотивів від інших. У одних прагнення к досягненню результату буде дуже сильним, у інших воно може бути слабким. Тоді даний мотив буде по-різному діяти на поведінку людей [5, 10].

Можливо, слід визначити, що процес мотивації дуже складний, багатограничний і неоднозначний.

Мотивація - стан людини, що визначає силу активності і спрямованості дій людини в конкретній

ситуації. Мотив виступає як повод, причина, об'єктивна необхідність що-то зробити, побудження к такому-либo дійствию. Это процесс целенаправленной активности человека и состояние направленности человека на достижение цели [2, 3].

Потреба в спортивній діяльності розглядається як стан потреби спортсмена в певних умовах, яких не вистачає для розвитку і вдосконалення його фізических і психіческих якостей. Данна потреба стимулює діяльність спортсмена, його поведінку, направлену на пошук того, що потрібно для підвищення майстерства. Вона як би веде за собою організм, приводить в стан підвищеної збудливості окремі психіческі процеси і органи, підтримує активність організму до тих пор, поки відповідний стан потреби не буде повністю задоволено [4, 12, 18].

В мотиваційній сфері спортсмена соціальні потреби можуть розділятися на усвідомлені і неусвідомлені:

1. Освідомленими є ті потреби, де спортсмен має чітке уявлення, чого він хоче і як цього домогтися.

2. Неусвідомлені - виступають в формі влечень. Спортсмен лише відчуває, відчуває, що йому чого-то не вистачає, але не має уявлення про те, що йому потрібно зробити, щоб зняти це напруження [1].

Соціальні потреби спортсмена включають його прагнення належати к певній соціальній групі (команді) і займати в ній певне місце в відповідності з уявленням про ієрархію даної групи [6].

На початковому етапі (у новачків, початківців спортсменів) причинами приходу в спорт можуть бути:

1. Стремління к самовдосконаленню (зміцнення здоров'я, покращення телоскладу, розвиток фізических і волевих якостей).

2. Стремління к самовираженню і самоутвердженню (желание быть не хуже других, быть похожим на выдающегося спортсмена; стремление к общественному признанию; желание защищать честь коллектива, города, страны, быть привлекательным для противоположного пола).

3. Соціальні установки (мода на спорт, прагнення зберегти спортивні сімейні традиції, желание быть готовым к труду и службе в армии).

4. Задоволення духовних і матеріальних потребностей (стремління почувувати себе членом референтної спортивної команди або спортивної школи, спілкуватися з товаришами, отримувати нові враження від поїздок по містах і країнам, желание получить материальные блага).

На стадії спеціалізації у спортсмена виникає стійкий інтерес к даному виду спорту, чому сприяють як фізическе розвиток і формування навичок, так і усвідомлення того, що вибраний вид спорту відповідає його нахилностям. Метою занять спортом стає не тільки задоволення від самого процесу, і отримання високих результатів як наслідок важкого і кропітливої праці. Фізическі навантаження стають звичними, виникає потреба в них, а їх відсутність (по хворобі, наприклад) викликає відчуття фізического дискомфорту.

На стадії спортивного майстерства основними мотиваційними факторами є прагнення підтримувати і розвинути, наскільки це можливо, свої досягнення, збільшити престиж і славу в спортивному світі. Сприяють своїми успіхами прославленню міста, країни, сприяють розвитку даного виду спорту (збагачає його техніку і тактику, вносять свій оригінальний стиль і т. п.), а також забезпечити своє матеріальне благополуччя.

Стадія завершення активної виступу на змаганнях характеризується зростаючим зниженням спортивних результатів, пресиченням спортивною діяльністю, «емоційним вигоранням» спортсменів. Виникає не тільки фізическа, скільки психіческа втома від нескінченних тренувань і напруження змагань, від переездов з місця на місце і проживання вдали від дому і сім'ї. При цьому виникає протиріччя між прагненням закінчити активні виступи і нежеланням втратити матеріальні блага, отримувемі за рахунок спорту. К цьому додається і боязнь втратити свій престиж зв'язи з зниженням спортивних результатів. Все це може привести к виникненню страху відповідальних змагань (від яких в той же час важко відмовитися из-за матеріального винагородження). Тому прийняття спортсменом рішення про припинення активних занять спортом може бути для нього довгим і мучительним процесом [5, 6, 14, 17].

В наше час, як спортсмени, так і тренери визнають мотивацію спортивною діяльності як головний компонент психологічного забезпечення результативної діяльності. Іншими словами її можна охарактеризувати як мотивацію змагальної діяльності, оскільки і тренувальний процес, і вся життя спортсмена направлена к основній меті - перемозі в змаганнях [2, 9, 13].

Іменно юнацький і молодіжний спорт є тим аспектом, якому суджено зіграти важливу роль в вихованні молоді. Там де розвиток молодіжного спорту веде на високому ідеологічному рівні, зменшений рівень молодіжної злочинності, наркоманії, проституції і інших аморальних явищ життя [1]. Мотиви спортсменів дуже динамічні по своєму змісту. В процесі спортивного вдосконалення вони змінюються, перетворюються під впливом різних умов, впливу з іншими спортсменами, оцінки власних дій і поступків, а головне - целенаправленої виховальної праці тренера [6, 8, 11]. Формувати і розвивати мотивацію - значить не закласти готові мотиви і цілі в голову учасця, що могло би привести к маніпулюванню іншою людиною. А поставити його в такі умови і ситуації розкриття активності, де б бажані мотиви і цілі складалися і розвивалися б з оглядом на попередній досвід, індивідуальності, внутрішніх прагнень самого учасця.

**Зв'язок праці з науковими програмами, планами, темами.** Праця виконана згідно з загальною програмою НІР на 2016-2020 рр. по темі 2.1 «Технологія індивідуалізації тренувального процесу на основі фізіологічних критеріїв» з номером гос.реєстрації 0117U002388.

**Цель работы** – определить доминирующие мотивы занятий академической греблей, выявить факторы, влияющие на мотивацию занятий спортом и причины выбора конкретного вида спорта.

**Материал и методы исследований.** В эксперименте принимало участие 81 спортсмен (мастера спорта – 30 чел., юниоры – 30 чел., юноши – 21 чел.) различных возрастных групп и квалификации, которые были разделены на три группы: мастера спорта, юниоры и юноши. Эксперимент проводился в несколько этапов: на I этапе (май 2017 г.) проводился аналитический обзор литературы; на II этапе (май 2017 г.) проводилось изучение мотивов, интересов, причин, которые повлияли на спортсменов, занимающихся греблей академической; на III этапе (июнь 2017 г.) проводилась систематизация отдельных данных, обработка и анализ полученных результатов.

Для решения поставленных задач использовались следующие методы исследования:

- Теоретический анализ и обобщение литературы. Анализ литературных источников позволил определить научные разработки изученных вопросов психологии, педагогики и теории физического воспитания.

- Опрос по методике В. И. Тропникова. Данная методика разработана В. И. Тропниковым для изучения круга людей, которые активно (профессионально) занимаются и собираются продолжать занятия определенным видом спорта.

- Интерактивный метод исследования информационных источников. Данный метод исследования представляет собой изучение темы с помощью Интернета. В Интернете наиболее оперативно и разносторонне представлена информация по большому числу тем. Исследование проводится с целью изучения наиболее своевременных данных.

- Метод математической статистики. Обработка результатов исследования проводилась с учетом следующих показателей: подсчет результатов ответов; определение среднего арифметического по каждому мотиву; процентное соотношение; ранжирование данных по возрастанию или снижению.

**Результаты исследований.** В результате исследования по методике В.И. Тропникова «по мотивам» было выявлено, что для мастеров и юниоров наиболее важным является мотив эстетического удовольствия и острых ощущений (табл. 1). Респонденты отдали ему 1 место.

Возможно, это связано с тем, что в спорте присутствует дух соперничества. Большинство опрошенных спортсменов считают этот вид спорта красивым. Многим нравится сложная тактическая борьба на соревнованиях. Некоторые стремятся ощутить физическое напряжение. Одним важна победа, а другим просто нравится соревнование. Таким образом, большее количество опрошенных занимается спортом, прежде всего для удовлетворения своего внутреннего эго.

Таблица 1

Рейтинг мотивов повлиявших на занятия академической греблей

Мотивы	Мастера спорта		Юниоры (18-23 года)		Юноши (до 18 лет)	
	Баллы	место	баллы	место	Баллы	место
Эстетического удовольствия и острых ощущений	102,2	1	102,2	1	73,4	4
Материальных благ	96,3	2	86,4	8	63,3	8
Развития характера и психических качеств	93,6	3	101,8	2	74,8	3
Коллективистской направленности	92,3	4	100,3	4	77,6	1
Физического совершенства	91,8	5	92,2	7	71,7	6
Повышения престижа, желание славы	91,3	6	101,5	3	68,8	7
Познания	90,8	7	95,8	6	71,8	5
Потребности в одобрении	83,4	8	99,6	5	75,3	2
Общения	81,9	9	79,4	9	60,1	10
Улучшения самочувствия и здоровья	72	10	72,1	11	54,4	11
Приобретение полезных для жизни умений и знаний	70,3	11	78,5	10	61	9

Для юношей же наиболее важным является мотив коллективистской направленности – респонденты отдали ему наибольшее количество баллов. Этот мотив может проявляться, в желании защищать честь команды на соревнованиях государственного уровня, или честь страны – на международном уровне. Чувство выполненного долга перед тренером, товарищами по команде, родителями и перед обществом играют очень важную роль в жизни молодых спортсменов. Это показывает ответственность и исполнительность, которое присуще обычно взрослым личностям. А в данном случае это может свидетельствовать, что академическая гребля воспитывает все эти качества с юношеского возраста. Мастера спорта и юниоры отдали этому мотиву четвертое место.

Мотив развития характера и психических качеств - на 2 месте у юниоров и на 3 месте у мастеров спорта и юношей. Спортсмены воспитывают в себе такие качества, как целеустремленность, смелость, решительность, силу воли, упорство и настойчивость, выдержку и самообладание. Эти волевые качества присущи спортсменам-мастерам и необходимы для достижения высокого спортивного результата.

Юниоры выделили мотив повышения престижа, желание славы. Для них этот мотив находится на 3 месте. Характеризует целеустремленность и настойчивость спортсмена. Они считают, что занятия спортом им помогут повысить свой авторитет среди друзей и родственников, повысить свое интеллектуальное развитие и выработать способность, быстро и точно мыслить. Им нравится чувствовать свое физическое превосходство над другими. У мастеров спорта этот мотив на 6 месте, это объясняется тем, что у опрошенных мастеров преобладает желание получить материальные блага. Этот мотив для мастеров является одним из основных и занимает 2 место, так как занятия академической греблей для большинства из них являются работой. Также благодаря выступлениям на соревнованиях и учебно-тренировочным сборам спортсмены

имеют возможность посещать другие города и страны. Для юниоров и юношей мотив не очень важен и находится аж на 8 месте, возможно, потому что большинство еще учатся, и им помогают родители.

Мотив потребности в одобрении - у юношей на 2 месте. Это свидетельствует о том, что одобрение действий спортсмена поощряет его достигать высоких результатов и идти к осуществлению цели. Похвала может быть как со стороны родителей, друзей, так и со стороны тренера. И особенно важен этот мотив в юношеском возрасте. Для юниоров одобрение, по рейтингу на 5 месте.

Мотив физического совершенства на 5 месте у мастеров, на 6 – у юношей и на 7 – у юниоров. Этот мотив показывает, что для всех спортсменов в одинаковой степени важно формировать себя как личность, развивать свои физические способности, получать знания и умения. Также иметь желание совершенствовать физические качества, иметь красивую фигуру, нравиться противоположному полу.

Мотив познания в занятиях академической греблей также в равной степени был выбран всеми спортсменами. Причиной выбора этого мотива может являться желание расширить свое мировоззрение; больше знать про жизнь знаменитых спортсменов, а также знакомство с ними; некоторых интересует необходимость постоянных поисков более совершенных методов тренировки.

В мотиве общения преобладает желание быть в коллективе, стать заводилой среди своих товарищей по команде, желание иметь больше друзей и товарищей, быть уважаемым ими. Для всех возрастных и квалификационных групп этот мотив находится на одном из последних мест в рейтинге.

Мотив приобретения полезных для жизни умений и знаний отображает то, что занятия спортом помогают в разных жизненных ситуациях, а также в приобретении будущей профессии и также находится в конце рейтинга.

**Мотив улучшения самочувствия и здоровья** не имеет сильного влияния на занятия академической греблей, поэтому и занимает последнее место.

В результате исследований были выявлены внешние факторы, которые оказали влияние на мотив прихода в академическую греблю. Полученные результаты позволили определить основные мотивы (рис. 1).

Совет родителей и родственников имеет большое влияние на выбор человека в любой сфере жизни. Самым значительным мотивом для юношей и юниоров оказался – по совету родителей или друзей (24% и 23% соответственно). Поддержка со стороны родных особенно важна для молодых людей, так как это помогает определить приоритеты в жизни.

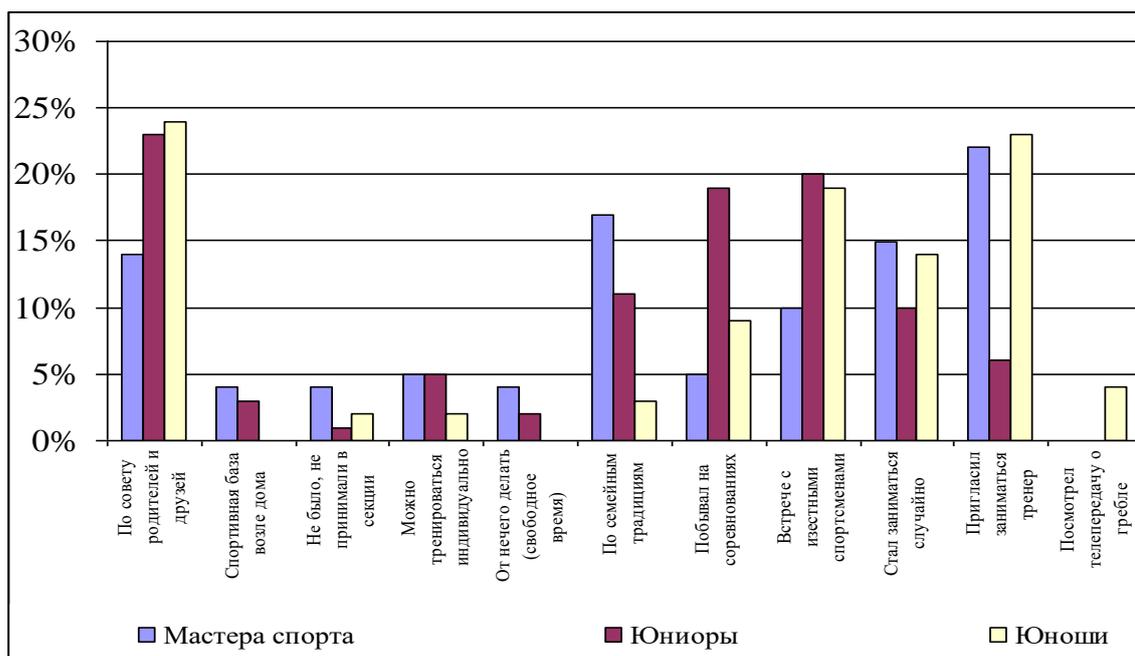


Рис. 1. Основные мотивы прихода спортсменов в греблю академическую

У мастеров спорта 22% опрошенных были приглашены заниматься греблей тренером и 23% у юношей. Это может быть связано с авторитетом, который обязательно должен иметь тренер. Тренер должен уметь находить общий язык со спортсменом, а также должен уметь правильно и корректно объяснить спортсмену его ошибки. Должно быть уважение между тренером и спортсменом, иначе результаты тренировок будут низкими, а психоэмоциональное состояние - нестабильным.

Для 20% юниоров и 19% юношей важной причиной прихода в академическую греблю является встреча с известными спортсменами, что еще раз доказывает значительную роль авторитета для молодых спортсменов.

Также не менее важным для юниоров – 20% опрошенных, оказалось посещение соревнований по гребле, что и повлияло на приход в этот вид спорта.

На 2 месте у мастеров спорта (18%), значительную роль сыграла семейная традиция, то есть родители, родственники или братья (сестры) занимались этим видом спорта.

15% опрошенных мастеров (3 место) и 14% юношей (4 место) начали заниматься случайно.

Малозначимыми для всех спортсменов оказались: близкое расположение, отсутствие других секций, освещенность вида спорта в СМИ, возможность тренироваться индивидуально или просто от избытка свободного времени.

Анализируя мотивацию к занятиям академической греблей нужно также определить причины выбора конкретного вида спорта.

Согласно нашим исследованиям (рис. 2) основной причиной выбора этого вида спорта (36% опрошенных юношей, 30% - юниоров и 23% - мастеров спорта) назвали наличие высокого роста, что приоритетно для академической гребли.

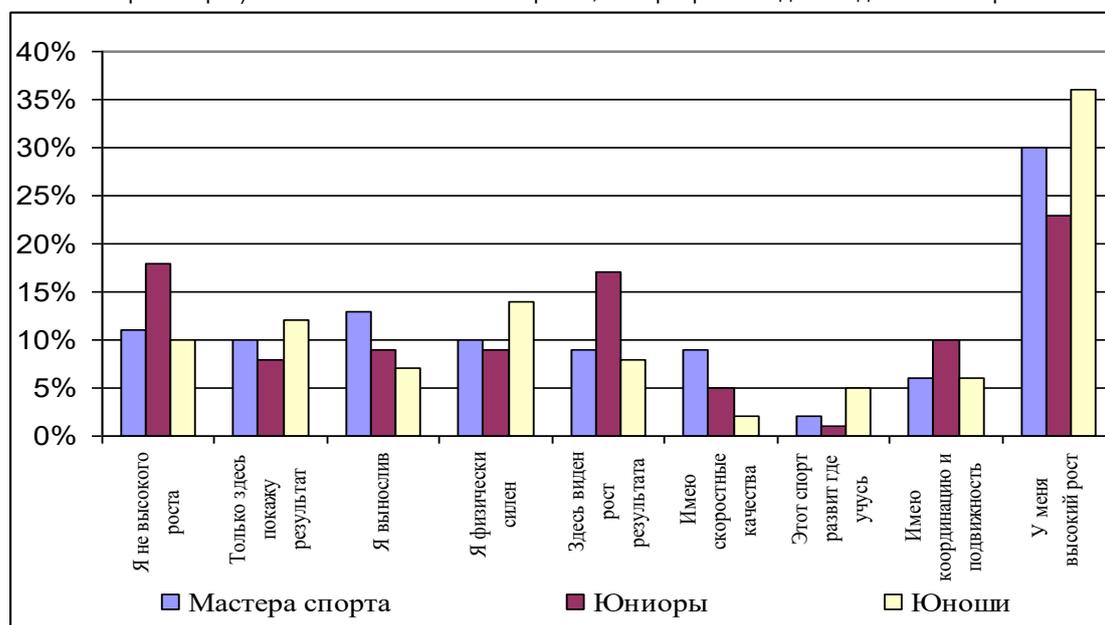


Рис. 2. Причины выбора данного вида спорта (гребля академическая)

Также юниоры (18 %) выделили, что хотя они и невысокого роста, они могут заниматься академической греблей. Возможно, сделали акцент на этом мотиве спортсмены легкого веса. При этом 17% опрошенных юниоров сказали, что именно в этом виде спорта наиболее отчетливо виден рост собственных результатов. Остальные мотивы выделило от 5% до 14% респондентов.

**Выводы.** Именно юношеский и молодежный спорт является тем аспектом, которому суждено сыграть важную роль в воспитании молодежи. Мотивы спортсменов весьма динамичны по своему содержанию. В процессе спортивного совершенствования они изменяются, преобразуются под влиянием различных обстоятельств, взаимодействия с другими спортсменами, оценки собственных действий и поступков, а главное - целенаправленной воспитательной работы тренера. Формировать и развивать мотивацию - значит не заложить готовые мотивы и цели в голову учащегося, что могло бы привести к манипулированию другим человеком. А поставить его в такие условия и ситуации развертывания активности, где бы желательные мотивы и цели складывались и развивались бы с учетом прошлого опыта, индивидуальности, внутренних устремлений самого ученика.

Были определены доминирующие мотивы у спортсменов, занимающихся академической греблей. Самым главным для мастеров спорта и юниоров оказался мотив эстетического удовольствия и острых ощущений. У юношей доминирует мотив коллективистской направленности, то есть желание защищать честь команды, города, страны на различных соревнованиях и оправдать надежды, возлагаемые тренером и родителями. Также спортсменами были выбраны мотив материальных благ, развития характера и психических качеств, потребность в одобрении и повышения престижа и желание славы.

Также определены факторы, которые повлияли на мотивацию занятий академической греблей, было установлено, что основными мотивами прихода в спорт являются: около 25% спортсменов пришли по совету родителей или друзей, 23% – пригласил заниматься тренер, 17% – по семейным традициям. Следовательно, большинство спортсменов начали заниматься греблей благодаря родственникам или тренеру. Были выявлены причины выбора конкретного вида спорта. Самой основной для всех групп спортсменов оказалась причина наличия высокого роста – 30%. Еще спортсмены выделили заметность роста результата и возможность только здесь показать результат.

#### Литература

1. Бобровский А.В. Мотивация спортивной деятельности / Бобровский А. В., Бобровский В. А., Гераскин А. А.; Спортивная психология. – 2004. – №3. – 18–21с.
2. Вилюнас В. Психология развития мотивации / В. Вилюнас – М.: СПб. Речь, 2006. – 458с.
3. Гордеева Т. О. Психология мотивации достижения / Т. О. Гордеева – М., 2006. – 30 с.
4. Гошек В. Спорт как средство оптимизации мотивационной структуры личности / В. Гошек – М.: Всемирная научная конференция, 1974. – 183 с.
5. Калашникова Л. В. Цели и мотивы спортивной деятельности/ Л.В. Калашникова. – Харьков: Вопросы теории и практики ФК и С, 2006. – №3. – 48–53 с.

6. Мухина В. С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество/ В.С. Мухина. – М.: Академия, 2003. – 452 с.
7. Петровський В. В. Личные потребности и мотивация как один из факторов, что обозначает направленность занятий физическими упражнениями / В. В. Петровський, Т. Ю. Круцевич. – Свиточ, 1997. – №4. – 22 с.
8. Шинкарук О. Олімпійська підготовка спортсменів в Україні: проблеми і перспективи / О. Шинкарук, М. Дутчак, Ю. Павленко // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2013. – №1. – С. 82–86.
9. Шинкарук О. Застосування педагогічних технологій в процесі відбору та орієнтації підготовки спортсменів / О. Шинкарук, О. Яковенко, Н. Ткаченко, В. Маслак // Вісник Запорізького національного університету. Фізичне виховання і спорт. – 2016. – №2. – С. 14–17.
10. Atkinson J.W. Performance as a function of motive strength and expectancy of goal attainment / J.W. Atkinson, W.R. Reitman // *Journal of Abnormal and Social Psychology*. – 1956. – 53 p.
11. Martens R. Effect of an audience on learning and performance of a complex motor skill / R. Martens // *Journal of Personality and Social Psychology*, 1969. – #12. – P. 252-260
12. Oxendine J.B. Emotional arousal and motor performance. *Quest*, 13. – 1970. – P. 23-32.
13. Raynor J.O. Effects of achievement motivation and future orientation on level of performance / J.O. Raynor, I.S. Rubin // *Journal of Personality and Social Psychology*, 1971. – P. 41-42.
14. Reitman W.R. Motivational induction and the behavioral correlates of the achievement and affiliation motives / Reitman W.R. // *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 1960. – P. 60-63.
15. Rosen B. The psychological origins of achievement motivation / B. Rosen, R. d'Andrade. – *Sociometry*, 1959. – 216 p.
16. Vernon M.D. Human motivation / M.D. Vernon. – Cambridge: Cambridge Univ.Press, 1969. – 190 p.
17. Weiner B. New conceptions in the study of achievement motivation / B. Weiner, B. Maher (ed.) // *Progress in Experimental Personality Research* (vol.5). – N. Y., 1970. – P. 1-20.
18. World Rowing Guide / FISA. – 2004. – 270 p.