

**Инновационные теории и практика
в современном российском образовательном пространстве**

Стрюкова Светлана Вячеславовна,

преподаватель физического воспитания,
ГАПОУ АО «Архангельский медицинский колледж»,
г. Архангельск

СТЕПЕНЬ РАЗВИТИЯ СИЛЫ ВОЛИ И ХАРАКТЕРИСТИКА МОТИВАЦИИ СПОРТСМЕНОВ МЕДИЦИНСКОГО КОЛЛЕДЖА

Аннотация. Психологические аспекты очень важны у спортсменов для достижения успеха в соревновательной деятельности. Изучение параметров силы воли и мотивации проведено на спортсменах, занимающихся в секции по легкой атлетике.

Ключевые слова: сила воли, мотивация успеха и боязни неудач, спортсмены.

Актуальность. При формировании сборной команды колледжа по легкой атлетике мы испытываем определенные трудности. К ним относятся низкая физическая подготовленность девушек и юношей, большая занятость в учебном процессе студентов, частая смена состава команды из-за естественной смены поколений в учебном заведении. Так же один из аспектов влияния на результат команды является психологическая составляющая спортивной тренировки, а именно уровень мотивации и сформированность волевых качеств.

Понятие «мотив» (от лат. moveo – двигать, толкать) обозначает побуждение к деятельности, побудительную причину действий и поступков. Мотивация считается основным компонентом для успешного выполнения любой деятельности, в том числе и спортивной. Мотивация человека является составной частью его характера, она формируется в течение всей жизни, начиная с раннего детства. Мотивация при занятиях спортом зависит, как от внутренних причин (темперамент, черты характера), так и внешних (влияние родителей, педагогов, тренеров). [2]

Инновационные теории и практика в современном российском образовательном пространстве

Толчком к активности в любой деятельности могут в равной степени стать и желание достичь успеха, и страх перед неудачей. Это контуры двух важных типов мотивации – мотивации успеха и мотивации боязни неудачи.

Мотивация успеха, несомненно, носит положительный характер. При такой мотивации действия человека направлены на то, чтобы достичь конструктивных, положительных результатов. Личностная активность здесь зависит от потребности в достижении успеха.

А вот мотивация боязни неудачи менее продуктивна. При данном типе мотивации человек стремится, прежде всего, избежать порицания, наказания. Ожидание неприятных последствий — вот что определяет его деятельность. Еще ничего не сделав, человек уже боится возможного провала и думает, как его избежать, а не как добиться успеха. [4]

Воля – регулирующая сторона сознания, выраженная в способности человека совершать целенаправленные действия и поступки, требующие преодоления трудностей.

Достижение той или иной цели чаще всего связано с преодолением трудностей двоякого характера: внешнего и внутреннего. Внешние трудности – это отсутствие необходимых условий для осуществления действий, сопротивление других людей и т.п. Внутренние трудности – это психические преграды: сомнения, страх, неуверенность и т.п. Процесс преодоления трудностей требует от человека определенных затрат нервной энергии и субъективно переживается как состояние нервного напряжения, как волевое усилие.

При осуществлении волевого действия человек проявляет целый ряд качеств личности, таких как принципиальность, решительность, самостоятельность, смелость, настойчивость, самообладание, выдержка. Все эти качества расцениваются как положительные, а их проявление свидетельствуют о силе воли. С проявлениями воли связаны внушаемость, упрямство, но вряд ли эти качества можно назвать положительными в полной мере.[1]

Инновационные теории и практика в современном российском образовательном пространстве

Цель данного исследования – определение типа мотивации и уровня силы воли у спортсменок колледжа.

Методы исследования

Тест – опросник «Мотивация успеха и мотивация боязни неудач» автор: А. Реан;

Тест «Самооценка силы воли» автор: Н.Н. Обозов;

Статистическая обработка данных.

В опросе приняло участие 30 обучающихся из них 23 – девушки, 7 – юношей. Студенты занимаются в секции по легкой атлетике. Средний возраст студентов составил 19 лет. Из них 20 человек обучаются на первом курсе, 8 – на втором и по одному человеку на третьем и четвертом курсах.

После обработки данных мы получили, что 80% опрошенных имеют мотивацию успеха. То есть, личности этого типа обычно активны, инициативны. Если встречаются препятствия — ищут способы их преодоления. Отличаются настойчивостью в достижении цели. Они склонны планировать свое будущее на большие промежутки времени.

Предпочитают брать на себя средние по трудности или же слегка завышенные, хоть и выполнимые обязательства. Ставят перед собой реально достижимые цели. Если рискуют, то расчетливо. Обычно такие качества обеспечивают суммарный успех.

При выполнении заданий проблемного характера, а также в условиях дефицита времени результативность деятельности, как правило, улучшается.

Тринадцать процентов спортсменок имеют слабо выраженный мотивационный плюс. Тогда как одна девушка имеет мотивацию боязни неудач и одна испытуемая скорее тяготеет к мотивации боязни неудач.

Личности этого типа мотивации малоинициативны. Избегают ответственных заданий, изыскивают причины отказа от них. Ставят перед собой неоправданно завышенные цели; плохо оценивают свои возможности. В других случаях, напротив, выбирают легкие задания, не требующие особых трудовых затрат.

Инновационные теории и практика в современном российском образовательном пространстве

При выполнении заданий проблемного характера, в условиях дефицита времени результативность деятельности ухудшается. Отличаются, как правило, меньшей настойчивостью в достижении цели (впрочем, нередко исключения). При обработке данных теста «Самооценка силы воли» мы получили следующие результаты. У 43% респондентов сила воли средняя, в различных ситуациях могут действовать по-разному: то с настойчивостью, иногда уступчивы и податливы. Более половины (57 %) спортсменов колледжа имеют большую силу воли и способны достойно преодолевать различные трудности.

На основании представленных результатов можно сделать вывод, что большая часть легкоатлетов колледжа имеет достаточно хорошо сформированную силу воли и высокий уровень мотивации успеха. Волевые и мотивационные установки спортсменов – зона успеха в достижении спортивных целей. Мы будем ожидать достижения хороших результатов на соревнованиях.

Список литературы

1. Попов, А.Л. Психология: Учебное пособие для физкультурных вузов и факультетов физического воспитания / А.Л. Попов. – Москва : Флинта; Наука, 2002 – 336 с. – ISBN 5-89349-331-1. – ISBN5-02-013094.
2. Психология спорта / под ред. Ю.П. Зинченко. – Москва: Издательство Московского университета, 2019 – 351с.: ил. – ISBN 978-5-19-011408-9
3. Обозов, Н.Н. Самооценка силы воли. / Н.Н. Обозов // Психологический практикум. – URL: <http://psylist.net/praktikum/00465.htm> (дата обращения: 15.11.2021)
4. Реан, А.А. Психология личности / А.А. Реана. – СПб.: Питер, 2016. – 288 с. – ISBN 978-5-496-00226-4