



Сравнение мотивации разных возрастных групп в спортивных бальных танцах

Анна-Мария Сергеевна Лопушанская

Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК), г. Москва, Россия

ИНФОРМАЦИЯ О СТАТЬЕ:

Получено: 2020

Опубликовано: 2020

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:

мотивация, спортивные бальные танцы, гендер, возраст, танцевальный спорт

АННОТАЦИЯ:

В данной статье анализируются индивидуальные черты мотивации и ее разнообразие у спортсменов различных возрастных категорий, которые занимаются спортивными бальными танцами. Мотивация у спортсменов имеет множество особенностей и ее трудно представить и описать одним фактором, поэтому **целью** данной статьи является обзор и анализ различных подходов к мотивации у танцоров-спортсменов.

Comparison of motivation of different age groups in sports ballroom dancing

Anna-Maria Lopushanskaya

Russian State University of Physical Education, Sport, Youth and Tourism (SCOLIPE), Moscow, Russia

ИНФОРМАЦИЯ О СТАТЬЕ:

Received: 2020

Accepted: 2020

KEYWORDS:

motivation, sports ballroom dancing, gender, age

ANNOTATION:

This article analyzes the individual traits and various motivations of athletes of various age categories who are engaged in sports ballroom dancing. Motivation in athletes has many characteristics and it is difficult to present and describe it as a single factor, so we have to understand and compare different approaches to motivation.

CITATION

Анна-Мария Лопушанская (2020), Сравнение мотивации разных возрастных групп в спортивных бальных танцах. LP (7-3) 6, 66-71. DOI: 10.51233 / 2413-6522_LP-2020-7-3-66-71. <https://radomir-life.ru/lp/>

Anna-Maria Lopushanskaya (2020), Comparison of motivation of different age groups in sports ballroom dancing. LP (7-3) 6, 66-71. DOI: 10.51233/2413-6522_LP-2020-7-3-66-71. <https://radomir-life.ru/lp/>



Введение

Актуальность данного обзора определяется высокой значимостью мотивации к спортивному совершенствованию, достижению результатов в спорте. В литературе можно встретить немало авторов (Галеев А.Р., Дамадаева А.С., Харитонов И.В., Цикунова Н.С. и др.), которые обращаются к теме психологической мотивации спортсменов.

Без мотивации не обходится ни один вид жизнедеятельности человека. Точно так же и в спорте мотивация является мощным двигателем к достижению высших спортивных результатов. Механизм мотивации сложен и требует тщательного изучения и проработки.

Корень данной проблемы можно найти в недостаточной изученности подготовки спортсменов с позиций психологии. В недавнем прошлом наличие в спортивной команде своего спортивного психолога было редким исключением, а тренеры не в полной мере осознавали важность его работы с членами спортивного коллектива. Хотя психологическая составляющая спорта ничуть не менее важна, чем физическая подготовка спортсмена.

Однако в этой сфере есть положительная тенденция. На фоне растущего интереса к спорту в России сейчас начинают появляться психологи, специализирующиеся на спортивной психологии, и все больше внимания уделяется вопросу психологического климата в команде во время тренировочного процесса. Таким образом, выбор темы нашего обзора обусловлен повышенным вниманием к проблеме мотивации спортсменов в различных видах спорта, в частности, в спортивных бальных танцах, и недостаточной изученностью возрастных особенностей мотивации в данном виде спорта.

Изложение основного материала

Особое место в психологическом обеспечении занятий спортом занимает мотивация, побуждающая человека заниматься спортом.

Известно, что спорт имеет много общего с концепцией игры и мотивы игры заключаются в самой игре. Человека в игре привлекают не какие-то внешние обстоятельства, как, например, часто выполняемая человеком работа, которая косвенно служит удовлетворению его жизненных потребностей, обеспечивая его средствами, которые он может использовать на определенные нужды, а чувством удовлетворения, связанным с участием в игре. Точно так же человек испытывает потребности в занятиях спортом, которые определяются удовлетворением самой спортивной деятельностью и достигнутыми в ней успехами. Спортсмен ставит перед собой цели, стремится к ним и достигает, их основываясь на личных побуждениях и мотивах. Без мотивации невозможно добиться высших спортивных достижений.

Мотивы, на основе которых строится потребность человека в спорте, отличаются определенной структурой. Основными мотивами, о которых можно говорить в спортивной деятельности являются: потребность в получении удовлетворения, которое возникает в результате мышечной активности; потребность испытывать эстетическое удовольствие от собственной красоты, силы, выносливости, скорости, гибкости, ловкости и др. физических проявлений; желание проявить себя в сложных, иногда даже экстремальных ситуациях; стремление в достижении рекордных результатов, доказательство спортивного мастерства и достижение победы; потребность в самовыражении, самоутверждении,



стремление к общественному признанию, известности. Так же к прочим мотивам спортивной деятельности можно отнести: потребность в здоровье; желание применить в жизнь спортивные возможности; чувство долга; необходимость заниматься спортом через осознание социальной значимости спорта.

Г.Д. Горбунов включает в этот комплекс следующие потребности: потребность в активности, потребность в движении, потребность в реализации рефлексов цели и свободы, потребность в соревновании, самоутверждении, потребность быть в группе, общение, потребность в новых впечатлениях и др. [1].

Как вид спорта балльные танцы официально существуют в России только с 1993 года. На начальном этапе развития балльные танцы не отличались большой физической активностью. Базовая подготовка танцоров носила общеразвивающий и ознакомительный характер. Танец служил средством самовыражения, общения и формой организации досуга. Лишь единицы энтузиастов, которые хотели продвигаться в своем искусстве и удовлетворить свои амбиции в соревновании с единомышленниками, получали повышенные нагрузки. Вскоре появились основные факторы, способствовавшие формированию соревновательной программы балльных танцев, как нового вида спорта. В любом спорте важны правила, существуют они и в балльных танцах.

Формализованные правила оценки и отбора танцевальных пар для этапов соревнований, критерии определения лидеров и системы выставления баллов для присвоения следующей категории. Стало законным говорить о спортивных соревнованиях и их участниках, финалистах, призерах и чемпионах, а не фестивалях и конкурсах с лауреатами и победителями. Следующим этапом в развитии спорта стала квалифицированная подготовка специалистов, которых готовят только вузы

физкультуры и факультеты физической культуры и спорта. По мере развития и усложнения соревновательной деятельности, увеличивается и физическая нагрузка, что требует медицинского наблюдения за спортсменами-танцорами.

Все это свидетельствует о том, что балльные танцы превратились из категории массового развлечения в спортивную дисциплину.

К острейшей проблеме психологии спорта относится проблема спортивной мотивации, о чем свидетельствуют множественные исследования и разработки в этой области. Однако возрастные и гендерные различия мотивации по-прежнему изучены недостаточно подробно. Дальнейшие исследования мотивации разных возрастных групп весьма перспективны, поскольку позволяют сформировать более точное научное и практическое видение данной проблемы.

Исследование, проведенное Дамаевой А.С. в 2010 г., показало, что иерархия мотивов занятий спортом у взрослых мужчин и женщин существенно различается [3].

Сходных моментов не так уж и много - спортсмены мужского и женского пола разделяют высокую важность потребности в известности и личном престиже, среднее - коллективистскую ориентацию личности (чувство ответственности перед другими людьми), а низкое - улучшение самочувствия. благополучие (так как спорт не улучшает здоровье из-за высокого уровня травматизма).

Некоторые мотивы занимают диаметрально противоположные места в иерархии спортивной мотивации мужчин и женщин. Например, мотив получения материальной выгоды от спорта, который является одним из важнейших приоритетов для спортсменов, не имеет большого значения для спортсменок.

Различия в значимости мотивов спортивной деятельности возрастают у спортсменов с увеличением стажа спортивной деятельности [2].



У взрослых, по мере увеличения спортивного опыта, мотивация потребности в славе и получении полезного жизненного опыта становится все более важной, а мотивация получения удовольствия и острых ощущений от занятий спортом, знаний и материального вознаграждения ослабевает.

Следовательно, у спортсменов более старшего возраста, спортивная мотивация представляется более сформированной и иерархически выстроенной. Большую роль в спортивных достижениях играют потребности в престиже и одобрении окружающих. А так же на работоспособность спортсмена оказывает влияние мотивация сплоченности с коллективом, общения, закалки характера и физического самосовершенствования.

На основании вышеизложенного следует сказать, что на мотивацию и достижение спортивных результатов большое влияние оказывает гендерный фактор. В процессе психологического сопровождения спортсменов следует принимать во внимание тот факт, что у мужчин и женщин результат повышения эффективности тренировок в конечном итоге ведет к формированию различных видов спортивных мотивов. То есть мотивы будут различаться как у мужчин, так и у женщин, точно так же, как и склад ума и у мужчины, и у женщины имеет свои психологические характеристики.

Исследование, проведенное В.Д. Максименко и И.В. Харитоновой в 2019 г., направленное на установление взаимосвязи многоуровневых компонентов мотивации у спортсменов, занимающихся спортивными и бальными танцами в подростковом возрасте, показало, что в этом возрасте главная цель жизни - реализовать себя как профессионала, в той деятельности, в которую входит человек (в данном случае спорт), а не тот мотив общения, который формируется на ранних этапах специализации [4]. Выявлено также, что чем больше их устраивают условия проживания, тем

больше это способствует гармоничному развитию человека, его самореализации, получению новых впечатлений и эмоций в занятиях спортом.

А. Р. Галеев, провел исследование мотивации детей, занимающихся спортом и бальными танцами в возрасте 8-14 лет [2]. Исследование показало, что основными мотивами для детей 8-13 лет являются: стремление к достижению высоких спортивных навыков, возможность получить вознаграждение за высокие результаты, желание участвовать в соревнованиях в других городах страны, за рубежом. Для танцоров от 14 лет и старше мотивы: желание достичь высоких спортивных навыков, стремление достичь высокого физического развития и красивого телосложения, желание посещать соревнования в других городах страны, за рубежом.

Исследование подростковой мотивации показало, что мотивация девочек, как и взрослых женщин, изначально связана с внешней эстетикой танца (выступление на соревнованиях в красивых платьях, с макияжем, специальными прическами, умение красиво двигаться, подавать себя публике, а у мальчиков мотивация - внутренняя (мышечная сила тела и ног, сила, выносливость, ловкость, пластичность, координация движений и др.) [2].

Постепенно мотивация меняется. После года тренировок можно увидеть все больше и больше мотивации к успеху, сосредоточенности на результатах, и результат все больше понимается не просто как выступление перед восторженной публикой, а как победа в конкретных соревнованиях. Это закономерный процесс, ведь любой спортсмен старается достичь большего, стремиться покорить все больше вершин и по максимуму добиться успехов.

Танцоры, у которых нет мотивации к достижениям, часто продолжают танцевать не более 2-3 лет. Одна из основных причин ссор между партнерами - разница



не только в мотивации, но и в степени нацеленности партнеров на победу. Общие цели ведет партнеров к общему успеху.

На основании проведенного анализа можно сказать, что мотивация спортсменов, занимающихся спортом и балльными танцами, в разных возрастных группах различается. Конечно, большее сходство мотивов занятий определяется в подростковой и взрослой группах.

Основной же мотивацией в спортивных балльных танцах являются сами соревнования. Здесь спортсмены могут попробовать свои силы в соревнованиях с другими парами, заработать престижные награды и баллы для перехода в следующий класс. Однако нельзя забывать, что турниры - это тоже своеобразная тренировка, где танцоры учатся показывать все свои силы в сложных и стрессовых ситуациях. Научившись контролировать свои эмоции и понять, насколько важна выносливость, пара обретает психологическую устойчивость и, как правило, может показать лучшие результаты в следующих соревнованиях - при соблюдении всех остальных компонентов тренировочного процесса.

Выводы

Таким образом можно констатировать, что аналитический обзор различных исследований показал, что на разных этапах многолетних занятий спортом происходит изменение мотивов занятий спортом.

На начальном этапе спортивной подготовки основными мотивами являются удовлетворение собственных потребностей в деятельности, а также взглядов и требований общества, то есть мотивация на достижение результата, самоутверждение, знания изнутри выбранного вида спорта.

На следующем этапе спортивного мастерства к основным мотивам относятся: дальнейшее развитие спортивной формы, стремление к славе и материальной выгоде, стремление защитить честь Родины и т.д.

Список литературы:

1. Босенко, Ю.М. Личностные особенности как ресурс профессиональной самореализации спортсменов / Ю.М. Босенко, А.С. Распопова // Рудиковские чтения: Материалы XV Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Рудиковские чтения-2019» / под общ. ред. Ю.В. Байковского, В.А. Москвина. – Москва, 2019. – С. 71-75.
2. Галеев, А.Р. Исследование мотивов занятий спортивными танцами / А.Р. Галеев // Физическая культура : воспитание, образование, тренировка. - 2007. - № 6. - с. 45-46.
3. Дамадаева, А.С. Влияние занятий спортом на гендерные характеристики личности женщин // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. - 2010. - № 3 (61). - С. 45-47.
4. Харитонова И.В. Особенности взаимосвязи глобальных, контекстных и ситуационных мотивов занятия спортом у спортсменов, занимающихся спортивно-балльными танцами в юношеском возрасте/ В.Д. Максименко, И.В. Харитонова// Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации.- 2019.- № 1. –с. 360-361
5. Цикунова, Н. С. Гендерные характеристики личности спортсменов в маскулинных и фемининных видах спорта: автореф. дис. . канд. психол. наук / Цикунова Н. С.; С. -Петерб. гос. акад. физ. культуры им. П. Ф. Лесгафта. - СПб. , 2003. - 19 с.



ВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ:

Анна-Мария Сергеевна Лопушанская
аспирант Российского государственного
университета физической культуры,
спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК),
г. Москва, Россия
lams.art@gmail.com