УДК 796 (063) **DOI: 10.14526/2070-4798-2020-15-1-24-28**

Изменение мотивов, побуждающих к занятиям детей 9-11 лет, в процессе занятий прыжками в воду

Распопова Е.А.*
Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма
г. Москва, Россия
*ORCID: 0000-0002-1129-4492, raspopova48@mail.ru**

Аннотация. В статье приводятся результаты годичных наблюдений за юными спортсменами, занимающимися прыжками в воду в ДЮСШ. Полученные результаты показывают, что у большинства детей в процессе занятий уровень мотиваций повышается. Получая на занятиях больше информации о виде спорта, о его сильнейших спортсменах, юные спортсмены стремятся повышать свой уровень достижений. ***Материал.*** В статье рассматривается изменение мотивов юных прыгунов в воду за годичный период. ***Методы исследования:*** анализ и обобщение научной и методической литературы, анкетирование, методы статистической обработки данных. ***Результаты.*** Было выявлено, что 20% детей прекратили занятия прыжками в воду в связи с невозможностью освоения прыжков из-за страха. Уровень их мотивации, полученный в первом исследовании, был значительно ниже, чем у детей, продолживших занятия. Большинство юных спортсменов, продолживших занятия прыжками в воду, хотят быть похожими на известных прыгунов в воду, довольны своим тренером, стремятся добиться высоких результатов и любят выступать в соревнованиях. ***Заключение.*** Данная статья посвящена особенностям изменения мотивов, побуждающих к занятиям прыжками в воду детей 9-11 лет. Выявлено, что основным мотивами, побуждающих юных спортсменов к перенесению больших тренировочных нагрузок, являются следующие: «Стремление достичь высоких результатов», «Быть похожим на известного спортсмена».
Ключевые слова: мотивы, прыжки в воду, дети 9-11 лет, соревнования, спорт

Для цитирования: Распопова Е.А. Изменение мотивов, побуждающих к занятиям детей 9-11 лет, в процессе занятий прыжками в воду. Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. 2020; 15(1): 24-28. DOI: 10.14526/2070-4798-2020-15-1-24-28

Motives change, which stimulate 9-11 year-old children to attend training lessons, during platform diving

Evgeniya A. Raspopova*
Russian State University of Physical Culture, Sport, Youth and Tourism
Moscow, Russia
*ORCID: 0000-0002-1129-4492, raspopova48@mail.ru**

Abstract. The article presents the results of yearly observations over young athletes. They go in for diving at a sports school for children and teen-agers. The received results show that among most children motivation increases during the training lessons. Children receive more information about the kind of sport. The strongest athletes want to improve their level of achievements. ***Materials.*** The article is about the motives change among young divers within the year of training period. ***Research materials.*** Information sources analysis and summarizing, questionnaire survey, methods of statistical data handling. ***Results.*** It was revealed that 20% of children stopped going to diving as they couldn't master the jumps because of fear. The level of their motivation, received during the first research, was considerably lower, than among children, who continued their training lessons. Most young athletes, who continued their lessons, want to be like well-known divers, are satisfied with their coach, want to achieve high results and like to take part in competitions. ***Conclusion.*** This article is about the peculiarities of the motives change. They stimulate 9-11 year-old children to go in for diving. It was revealed that the main motives, which stimulate young athletes to overcome great training loads, are the following: "The

desire to achieve high results", "To be like a famous athlete".
Keywords: motives, diving, 9-11 year-old children, competitions, sport.

For citation: Evgeniya A. Raspopova*. Motives change, which stimulate 9-11 year-old children to attend training lessons, during platform diving. Russian Journal of Physical Education and Sport. 2020; 15(1): 24-28. DOI: 10.14526/2070-4798-2020-15-1-24-28

ВВЕДЕНИЕ

В спортивной деятельности основные мотивы имеют социальный смысл и значимость и преломляются через конкретные интересы каждой личности. [1]. Данная концепция носит название теории планомерного поэтапного формирования мотивов. Согласно данной теории необходимо искать конкретные способы психологического воздействия на человека и активно, целенаправленно и планомерно формировать его сознание [2,3,4].

Работа тренеров по прыжкам в воду напрямую связана с воспитанием и формированием мотивов для дальнейшего повышения спортивного мастерства юных спортсменов. Потеря интересов приводит к прекращению занятий или переходу к другому виду деятельности [5]. Для детей, у которых нет предрасположенности к занятиям данным видом спорта, это может служить положительным моментом [6]. Такие дети могут реализовать себя в другом виде деятельности или спорта. В 9-11 лет в ДЮСШ по прыжкам в воду занимаются дети, которые уже прошли первичный отбор и обладают определенным набором данных для дальнейшего совершенствования. Как показывает практика, основной отсев юных спортсменов наблюдается на этапах освоения прыжков с многократными вращениями назад. Основной причиной отсева является страх потери ориентировки в полете и ударов о воду. Для преодоления чувства страха тренер должен применить все свое педагогическое мастерство, чтобы побудить юного спортсмена выполнить данный прыжок. Мы рассмотрели изменение мотивов, побуждающих детей 9-11 лет к продолжению занятий прыжками в воду.

Целью настоящего исследования явилось изучение динамики мотивов в процессе занятий спортом в период с 9 до 11 лет.

Перед настоящим исследованием были поставлена задача – выявить изменение мотивов, побуждающих детей 9-11 лет заниматься прыжками в воду.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

Анализ научно-методической литературы, анкетирование юных спортсменов, занимающихся прыжками в воду в ДЮСШ города Москвы, с целью выявления мотивов, побуждающих к занятиям прыжками в воду; методы математической статистики.

На первом этапе эксперимента был проведен анкетный опрос учащихся СДЮШОР по прыжкам в воду города Москвы в возрасте 9-11 лет с целью выявления мотивов, побуждающих их к занятиям прыжками в воду. Стаж занятий прыжками в воду обследуемых составлял 3-4 года, спортивная квалификация – от I юношеского до II разряда.

В исследовании приняли участие 100 девочек и мальчиков 9-11 лет, занимающихся прыжками в воду в ДЮСШ города Москвы с 2005 по 2015 гг. Опрос детей проводился ежегодно на соревнованиях ДЮСШ.

На первом этапе исследования проводился анкетный опрос учащихся 9-11 лет, занимающихся прыжками в воду в СДЮШОР города Москвы. Стаж занятий прыжками в воду составлял 3-4 года, спортивная квалификация – от 1 юношеского до III взрослого разряда.

Через год занятий мы проводили повторное анкетирование детей, принявших участие в первом исследовании, с целью выявления изменений в мотивах, побуждающих их продолжать занятия прыжками в воду. За год занятий большинство детей повысили квалификацию как минимум на один разряд.

В результате первичного анкетного опроса были определены основные мотивы, которые побуждают детей заниматься прыжками

в воду в СДЮШОР (таблица 1)

При анкетировании предлагалось проранжировать мотивы по степени значимости. Многие респонденты в качестве значимых отмечали не один, а несколько мотивов. В результате обработки анкет было выявлено, что наиболее важными мотивами для начала занятий прыжками в воду респонденты считают: "Стремление достичь высоких спортивных результатов", "Укрепление здоровья", "Модно заниматься спортом". Так ответили 80% опрошенных детей, 50% детей "хотят быть похожими на именитого спортсмена".

Полученные ответы позволяют предположить, что основным мотивом начала занятий прыжками в воду в СДЮШОР является стремление улучшить спортивную форму, стать похожим на ведущего спортсмена, в связи с тем что в современном обществе вновь стало модно заниматься спортом.

40% и 43% опрошенных детей отметили также, что им нравится проводить свободное время на тренировках, а также купаться после тренировки и играть.

Около 30% детей занимаются прыжками в воду потому, что им нравится их тренер, или их заставляют родители, или рассматривают тренировку как место, где можно найти новых друзей.

Таблица 1 – Результаты первичного анкетного опроса по выявлению мотивов, побуждающих к занятиям прыжками в воду детей 9-11 лет (60 чел.)

№ п/п	Мотив	% детей, отметивших данный мотив как значимый
1.	Достичь высоких результатов	80%
2.	Укрепление здоровья	80%
3.	Модно заниматься спортом	80%
4.	Хочу быть похожим на именитого спортсмена	50%
5.	Нравится купаться после тренировки	43%
6.	Нравится так проводить свободное время	40%
7.	Нравится тренер	26%
8.	Найти друзей	26%
9.	Заставляют родители	30%

Анкетирование проводилось ежегодно. Мы стремились, чтобы в анкетном опросе ежегодно принимали участие как новые учащиеся 9 лет, так и те спортсмены, которые отвечали на вопросы анкеты в прошлом году, то есть через год занятий.

Следует отметить, что около 20% детей, опрошенных в первичном обследовании, прекращали занятия прыжками в воду в течение года по разным причинам. Из беседы с тренерами стало понятно, что эти дети не соответствовали требованиям спортивной подготовленности данного возраста, боялись выполнять сложные для их возраста прыжки. Часть детей прекратили занятия по социальным причинам (смена места жительства, некому водить ребенка на занятия и

т.п.)

Сравнение результатов повторного опроса юных спортсменов с данными, полученными в начале эксперимента, свидетельствует об изменении мотивов, побуждающих детей к занятиям (таблица 2). Так, на вопрос «Хотели бы Вы стать известным спортсменом или быть похожим на какого-либо известного спортсмена?» большинство отметили, что хотят быть похожими на известных прыгунов в воду, при этом юные спортсмены, которые в первичном опросе положительно ответили на этот вопрос, не изменили своего мнения, а те спортсмены, которые не хотели быть похожими на известных прыгунов воду, изменили свое мнение. Это показывает, что за год занятий у детей появилось стремление к достижению более высоких результатов.

На вопрос «Хотите ли Вы найти друзей?» большинство спортсменов ответили отрицательно. Однако они отмечали, что в СДЮШОР они имеют много друзей. Таким образом, отрицательный ответ можно расценивать как отсутствие необходимости искать новых друзей, поскольку в спортивной школе у них их много.

Таблица 2 – Изменение мотивов, побуждающих к занятиям прыжками в воду у спортсменов, продолжающих занятия в СДЮШОР (40 чел.)

ВОПРОСЫ	Ответ изменился на положительный	Ответ не изменился
Хотели бы Вы стать известным спортсменом или быть похожим на какого-либо известного спортсмена?	29,8%	69,2%
Вы хотите найти новых друзей?	Нет – 57,7%	42,3%
Вам нравится играть после тренировки?	Нет – 65,4%	Да – 34,6%
Вам нравится ваш тренер?	Да – 30,8%	Да – 61,5%
Вам нравится выступать на соревнованиях?	Да – 61,5%	38,5%

На вопрос «Вам нравится играть после тренировки?» большинство изменили ответ с положительного (да, нравится) на отрицательный (нет). Изначально им нравилось играть и купаться после тренировки, а теперь это для них не является важным стимулом занятий прыжками в воду. Большие нагрузки на тренировке не оставляют сил на игры.

На вопрос «Нравится ли вам ваш тренер?» 92,3% ответили положительно, хотя при ответе на вопрос «кричит ли на Вас тренер?» 84,4% ответили «Да».

Действительно, тренеры часто повышают голос на своих учеников с целью повышения эмоциональности занятий, что в результате положительно сказывается на отношении спортсменов к занятиям. Эмоциональный фон подтверждает заинтересованность тренера в учениках и стремление добиться от них определенных результатов. Большинство учеников это понимают.

На вопрос «Нравится ли Вам выступать на соревнованиях?» 100% спортсменов, продолжающих заниматься прыжками в воду, через год ответили положительно, хотя до этого положительный ответ давали только 42,3% опрошенных. Можно предположить, что у юных спортсменов, продолжающих заниматься спортом, появилось стремление добиться высоких результатов и чувство соперничества.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проведенные исследования показали, что в период 9-11 лет у юных спортсменов формируется спортивный характер, появляется стремление хорошо тренироваться и желание соревноваться. Юные спортсмены начинают понимать роль тренера в их подготовке. Возраст 9-11 лет является определяющим при отборе спортсменов для дальнейшей углубленной подготовки.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Гальперин П.Я. *Введение в*

психологию. М.: Книжный дом, Университет. 2005: 330.
2. Гороховский Л.З. *Подготовка прыгунов в воду*. М.: Физкультура и спорт. 1980: 176.
3. Ильин Е.П. *Мотивация и мотивы*. СПб.: Питер. 2008: 508.
4. Пилоян Р.А. *Мотивация спортивной деятельности*. М.: Физкультура и спорт. 2005: 104.
5. Распопова Е.А. *Прыжки в воду: Учебник для вузов физической культуры*. М.: Физкультура, образование, наука. 2000: 302.
6. Распопова Е.А., Постолник Ю.А. Сравнительная характеристика доминирующих мотивов, побуждающих студентов различных вузов к занятиям физической культурой. *Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта*. 2018; 13(1): 125-132. DOI: 10/14526/01_2018_291.
7. Распопова Е.А., Хорошева О.А. Оценка состояния здоровья пловцов-ветеранов перед ответственным стартом. *Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта*. 2018; 13(1): 125-132. DOI: 10/14526/01_2018_291.
8. Bishop D. Warm up II: Performance changes following active warm up and how to structure the warm up. *Sports Medicine*. 2003; 33: 483-498.Bradley P.S., Olsen P.D., Portas M.D. The effect of static, ballistic, and proprioceptive neuromuscular facilitation stretching on vertical jump performance. *Journal of Strength and Conditioning Research*. 2007; 21: 223-226.
9. Brandenburg J., Pitney W., Luebbers P., Veera A., Czajka A. Time course of changes in vertical-jumping ability after static stretching. *International journal of Sports Physiology and Performance*. 2007; 2: 170-181.
10. Faigenbaum A.D., Bellucci M., Bernieri A., Bakker A., Hoorens K. Acute effects of different warm-up protocols on fitness performance in children. *Journal of Strength and Conditioning Research*. 2005; 271: R1251-R1255.
11. McNeal J., Sands W. Acute static stretching reduces lower extremity power in trained children. *Paediatric Exercise Sciences*. 2003; 15: 139-145.
12. Nelson A.G., Driscoll N.M., Landin D.K., Young M.A., Schexnayder I.C. Acute effects of passive muscle stretching on sprint performance. *Journal of Sports Sciences*. 2005; 23: 449-455.

Статья поступила в редакцию: 21.02.2020

Распопова Евгения Андреевна *– доктор педагогических наук, профессор, Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма, 105122, Россия, г. Москва, Сиреневый бульвар, дом 4, e-mail: raspopova48@mail.ru*