



# **Проблемы мотивации в спорте**



Сущность понятия мотивация. Мотивация достижения и соревновательность.

**План:**

- Сущность и основные понятия мотивации
  - Мотивация достижения
    - Соревновательность
- Теории мотивации и соревновательности



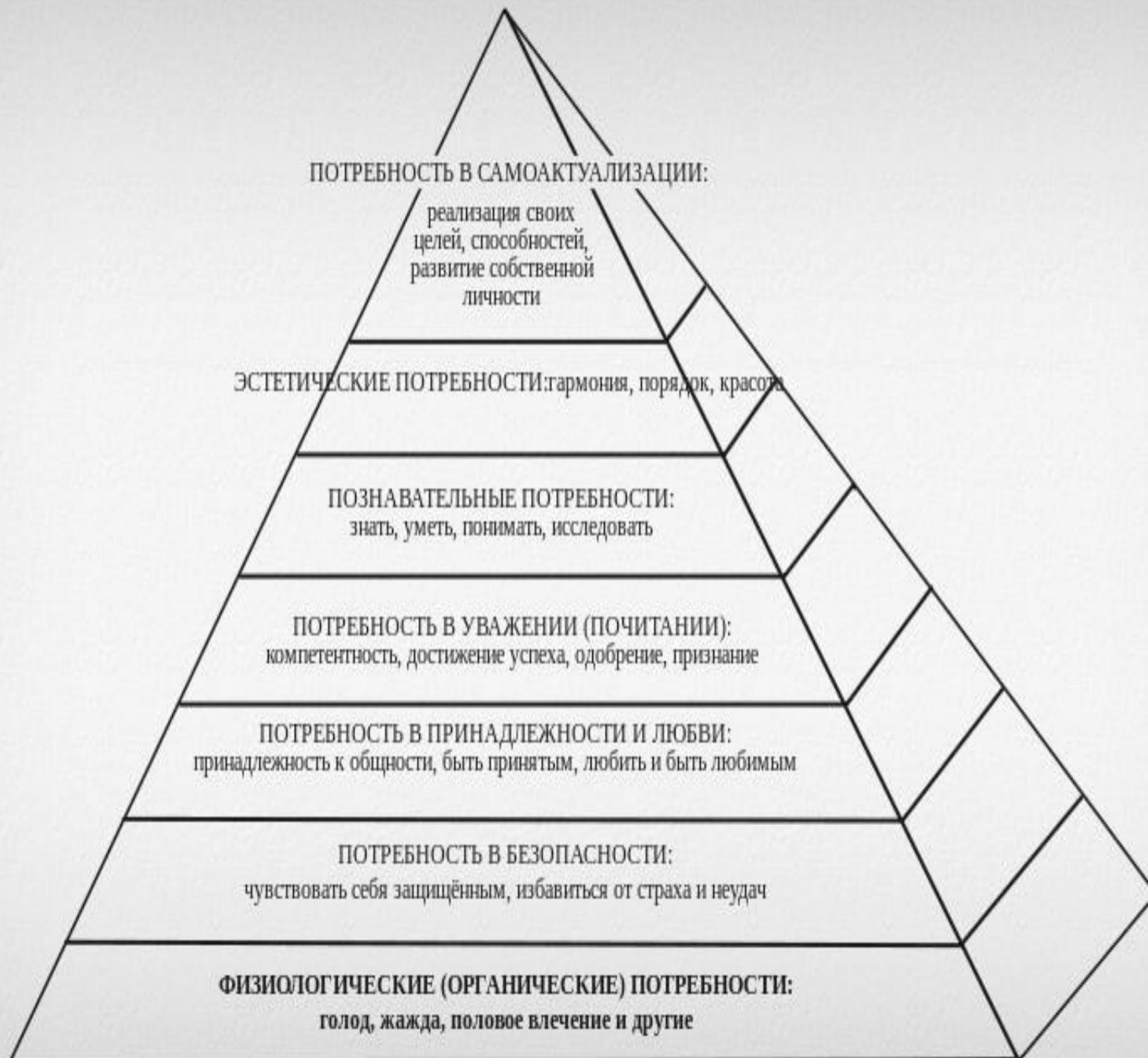
■ **Мотив** — это то, что вызывает определенные действия человека.

■ **Поведение человека обычно определяется не одним мотивом, а их совокупностью, в которой мотивы могут находиться в определенном отношении друг к другу по степени их воздействия на поведение человека**

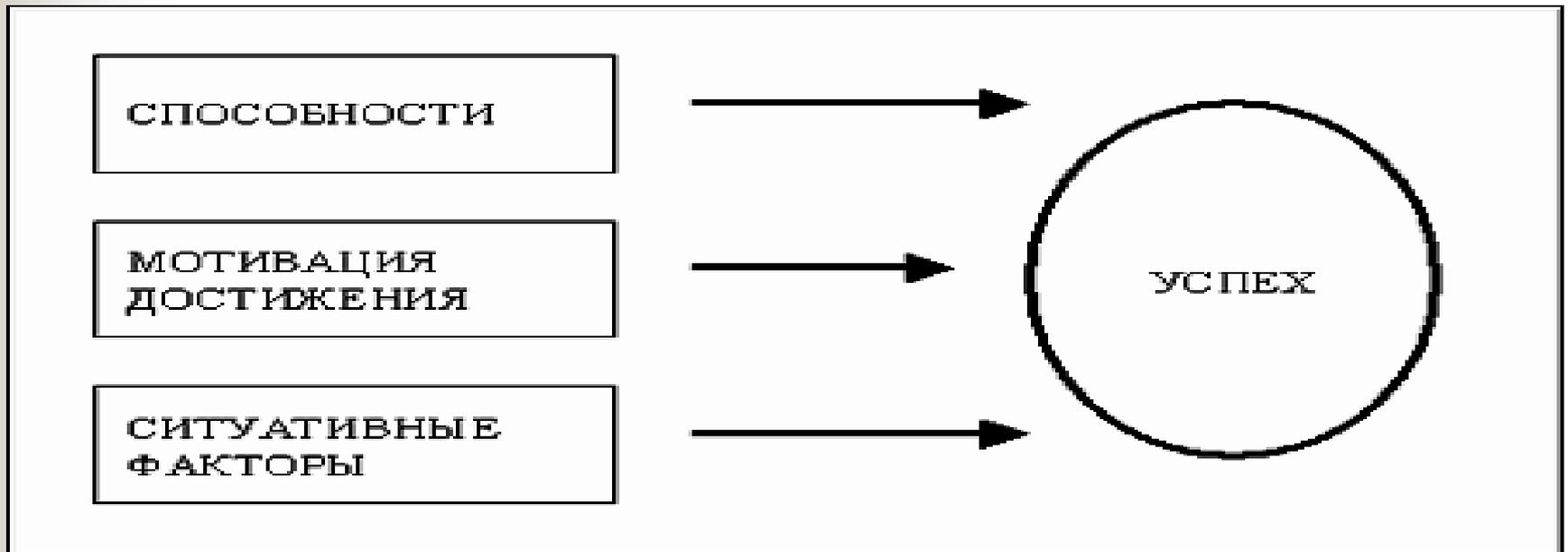


**Мотивирование** — это процесс воздействия на человека с целью побуждения его к определенным действиям путем пробуждения в нем определенных  
МОТИВОВ.

**Стимулы** выполняют роль рычагов воздействия или носителей "раздражения", вызывающих действие определенных мотивов.

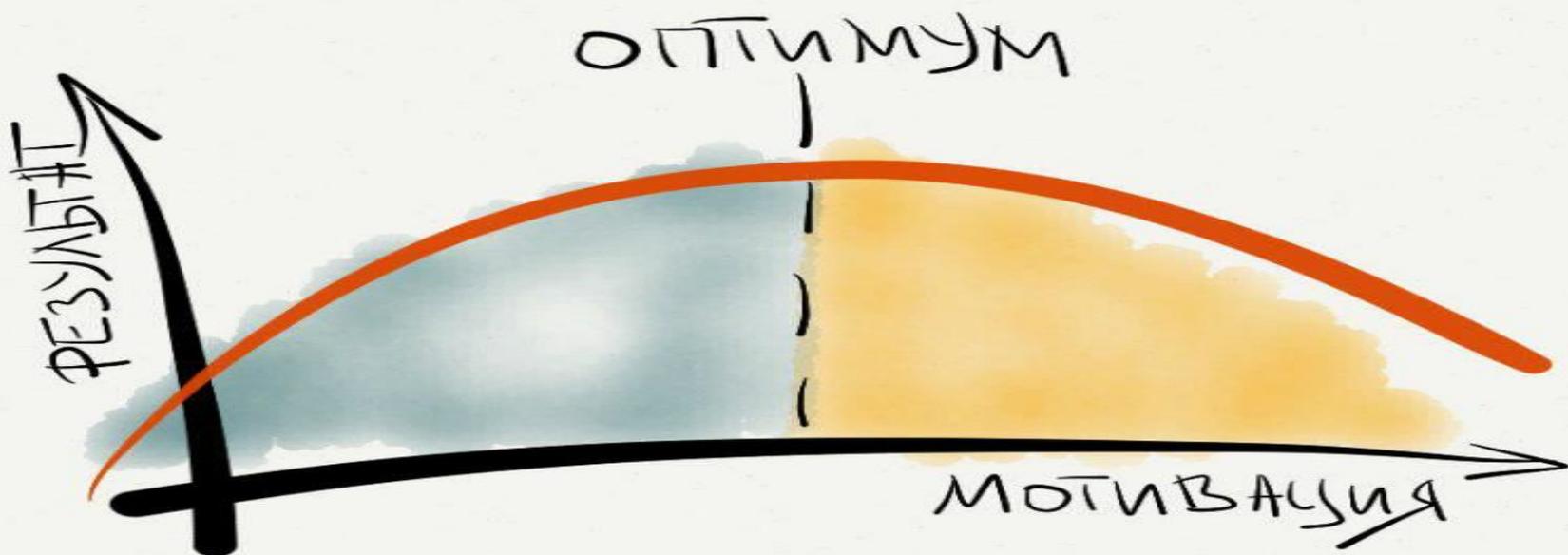


- **Мотивация достижения – это ориентация человека на стремление к успешному выполнению задания, настойчивость перед лицом неудач и испытание чувства гордости за выполнение поставленной цели.**



Существует три теории, объясняющие, что мотивирует (побуждает) людей к действию:

- 1. Теория потребности достижения;
- 2. Теория атрибуции;
- 3. Теория достижения цели.



Согласно теории потребности достижения, для любого из нас характерны два основных мотива достижения: **достижение успеха и избежание неудачи.**

Мотив к достижению успеха определяется, как возможность испытать гордость или удовлетворение от выполнения, тогда как мотив к избежанию неудачи – как способность испытать стыд или унижение вследствие неудачи. Согласно данной теории, наше поведение определяется равновесием этих мотивов. В частности, для людей, достигающих больших успехов, характерна высокая мотивация к достижению успеха и незначительная мотивация к избежанию неудач. А для людей, не достигающих больших успехов, характерна низкая мотивация к достижению успеха и высокая – к избежанию неудач.

*Мотивация  
достижения  
успеха*



*Мотивация  
избегания  
неудачи*







# **Причины прихода в спорт на начальном этапе**

- ❖ **Стремление к самосовершенствованию**
- ❖ **Стремление к самовыражению и самоутверждению**
- ❖ **Социальные установки**
- ❖ **Удовлетворение духовных и социальных потребностей**



# **Мотивы, побуждающие заниматься спортом (по Б.Дж.Кретти)**

- ❖ стремление к стрессу и его преодоление;**
- ❖ стремление к совершенству;**
- ❖ повышение социального статуса;**
- ❖ потребность быть членом спортивной команды, группы, частью коллектива;**
- ❖ получение материальных поощрений.**



# **Мотивы ухода из спорта взрослых спортсменов (по Н.Л.Ильиной )**

**у мужчин –**

- ❖ финансовые затруднения и невозможность их преодоления при активных занятиях спортом (у 67%)**

**у женщин –**

- ❖ вступление в брак, рождение ребенка (у 60%)**



# **Значимость мотивов для спортсменов разного пола**

**для девушек более значимы мотивы**

❖ **социально-эмоциональный**

(стремление к тренировкам и соревнованиям ввиду их высокой эмоциональности, неформальности общения, социальной и эмоциональной раскованности)

❖ **эмоционального удовольствия**

(мотив, отражающий радость движения и физических усилий)



# **Значимость мотивов для спортсменов разного пола**

для юношей более значимы мотивы

❖ **социально-моральный**

(стремление к успеху своей команды, ради которого надо тренироваться, иметь хороший контакт с партнерами, тренером)

❖ **социального самоутверждения**

(стремления проявить себя, выражающееся в том, что достигаемые успехи рассматриваются и переживаются с позиции личного престижа)