

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ОЛИМПИЙСКИЙ КОМИТЕТ РОССИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»  
ОЛИМПИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ ЮГА

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ.  
ОЛИМПИЙСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ**

**МАТЕРИАЛЫ МЕЖДУНАРОДНОЙ  
НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ  
КОНФЕРЕНЦИИ  
(6–7 октября 2022 г.)**

Краснодар  
2022

УДК 796(06)  
ББК 5.0я73  
Ф 50

*Печатается по решению редакционно-издательского совета  
Кубанского государственного университета физической культуры,  
спорта и туризма*

Редакционная коллегия:

доктор педагогических наук, профессор А.И. Погребной  
доктор медицинских наук, профессор Е.М. Бердичевская  
доктор психологических наук, профессор Г.Б. Горская  
кандидат педагогических наук, доцент Е.А. Еремина  
доктор исторических наук, профессор Т.А. Самсоненко

Ф 50      **Физическая культура и спорт. Олимпийское образование** // Материалы международной научно-практической конференции (6–7 октября 2022 г.): материалы конференции / ред. коллегия: А.И. Погребной, Е.М. Бердичевская, Г.Б. Горская, Е.А. Еремина, Т.А. Самсоненко – Краснодар: КГУФКСТ, 2022. – 536 с.

ISBN 978-5-94215-628-2

**УДК 796.032**  
**ББК 75.4**

ISBN 978-5-94215-628-2

© КГУФКСТ, 2022  
© Экоинвест, оформление, 2022

## СОДЕРЖАНИЕ

### СЕКЦИЯ 1

#### ПОСТРОЕНИЕ И СОДЕРЖАНИЕ ПРОЦЕССА МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ РАЗЛИЧНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ..... 16

МОТИВАЦИЯ ЛЕГКОАТЛЕТОВ К СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

М.В. Авдеев, В.А. Мартынова, Т.В. Ходакова, М. Костенкова ..... 16

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И ЕЕ ДИНАМИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ  
В ТЯЖЕЛОЙ АТЛЕТИКЕ

PERFORMANCE AND ITS DYNAMIC ASPECTS IN WEIGHTLIFTING

И. Ф. Андрущишин, Г. Д. Бабушкин, А. Б. Дошыбеков,

Ю.П. Денисенко, А.А. Гераськин..... 21

СОПРЯЖЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ И ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ПЛОВЦОВ  
НА ЭТАПАХ МНОГОЛЕТНЕГО ТРЕНИРОВОЧНОГО ЦИКЛА НА ОСНОВЕ  
АНАЛИЗА КОРРЕЛЯЦИОННЫХ ВЗАИМОСВЯЗЕЙ ПАРАМЕТРОВ

А.В. Аришин..... 27

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ПРЕДСОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ  
ПОДГОТОВКИ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ  
ACTUAL PROBLEMS ARE PRE-SECONDARY  
TRAINING QUALIFIED ATHLETES

Г.Д. Бабушкин ..... 29

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ  
СПОРТСМЕНОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ В ПРЫЖКАХ  
НА АКРОБАТИЧЕСКОЙ ДОРОЖКЕ СРЕДСТВАМИ ГИМНАСТИКИ

Г.М. Свистун, О.Ф. Барчо ..... 34

ПРОГНОЗИРОВАНИЕ СПОРТИВНО-ТЕХНИЧЕСКОГО РЕЗУЛЬТАТА  
ГИМНАСТОК ЭТАПА НАЧАЛЬНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ НА ОСНОВЕ  
ИЗУЧЕНИЯ АНАТОМО-ФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ

И.В. Береславская ..... 37

АНАЛИЗ СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫХ ПРОГРАММ ФИНАЛИСТОК  
«ВСЕРОССИЙСКОЙ СПАРТАКИАДЫ ПО ЛЕТНИМ ВИДАМ СПОРТА  
СРЕДИ СИЛЬНЕЙШИХ СПОРТСМЕНОВ 2022»

В ПРЫЖКАХ НА БАТУТЕ СРЕДИ ЖЕНЩИН

И.В. Береславская, А.А. Семенихина..... 40

**СЕКЦИЯ 1**  
**ПОСТРОЕНИЕ И СОДЕРЖАНИЕ ПРОЦЕССА МНОГОЛЕТНЕЙ**  
**ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ РАЗЛИЧНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ**

---

УДК: 796.42.093.61

**МОТИВАЦИЯ ЛЕГКОАТЛЕТОВ К СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**  
**НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ**

М.В. Авдеев, магистрант  
В.А. Мартынова, кандидат педагогических наук, доцент  
Т.В. Ходакова, тренер-преподаватель\*  
М. Костенкова\*\*

*ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет физической культуры,  
спорта и туризма», г. Краснодар, Россия*  
*\*МБОУ ДО Детско-юношеская спортивная школа № 2, г. Краснодар, Россия*  
*\*\*Казахстан*

***Аннотация.*** В работе рассматривается анализ мотивации к спортивной деятельности легкоатлетов на этапе начальной подготовки. Для выявления мотивации к спортивной деятельности и выявления проблемы нами проведен анализ научно-методической литературы по данной проблеме. На основе анкетного опроса, проведен анализ, который показал наиболее важные мотивы занятий спортом юных легкоатлетов.

***Ключевые слова:*** мотивация, легкая атлетика, начальная подготовка.

В современном спорте проблема мотивации к спортивной деятельности стоит очень остро на всех этапах тренировочной деятельности.

Мотивация является важной составляющей успеха в любой деятельности, а в основе любой деятельности находится потребность. Это может быть потребность в активности, в физическом совершенствовании или потребность в сохранении и улучшении здоровья – все это составляет психологические основы занятий физической культурой и спортом [4].

По мнению В.К. Сафонова (2017), «...не меньшее значение имеет и то, что, не зная особенностей мотивации конкретного спортсмена, нельзя успешно готовить его к спортивным результатам».

Авторы Г.Б. Горская (1995), Е.Б. Кузьмин, Ю.П. Денисенко, Г.Л. Драндров (2010), Е.П. Ильин (2018), в своих работах утверждают, что проблема мотивов и мотивации является одной из важнейших проблем в спортивной деятельности спортсменов [1, 2, 3, 5].

Однако, несмотря на то, что по данному направлению проведено большое число исследований проблема мотивации в спортивной деятельности еще далека от разрешения.

Цель исследования – рассмотреть мотивацию к спортивной деятельности спортсменов на начальных этапах спортивной подготовки.

Исследование было проведено с ноября по февраль 2021–2022 гг. в форме интерактивной анкеты, на платформе Google form.

В анкетировании приняло участие более 80 респондентов от 7 до 12 лет, из которых 49,3 % мальчиков и 50,7 % девочек, стаж занятий легкой атлетикой которых составлял от полугода до трех лет. Полученные в процессе статистической обработки результаты анкетных данных представлены ниже в таблицах.

По мнению Г.Б. Горской (1995) одним из факторов мотивации ребенка к выбору спортивной деятельности, является влияние родителей, их спортивная деятельность, спортивные заслуги. Анализ результатов опроса респондентов об уровне спортивной квалификации их родителей, свидетельствует, что относительно высокий уровень квалификации (МС и КМС) имели лишь 6,6 % родителей. I–III спортивный разряд у 17,4 % родителей респондентов, у подавляющего большинства опрошенных (76 %) отмечают то, что их родители не имели спортивных разрядов.

Следующий вопрос анкеты касался личности, побудившей респондентов к занятиям спортом (легкой атлетикой). Полученные результаты представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Ответы на вопрос «Кто предложил тебе заниматься спортом?» (легкой атлетикой)

Личность, побудившая заняться спортом	% высказавшихся «за»
По собственному желанию	53,3±5,76
По совету родственников	16,0±4,23
По приглашению учителя физической культуры, тренера	9,3±3,35
По просьбе друзей	9,3±3,35
По совету врача	5,4±2,59
Другое	6,7±2,89

Таким образом, можно констатировать, что, несмотря на имеющиеся научные данные, у современных детей личность специалиста (тренера, учителя) не является ведущей в выборе спортивных занятий.

Следующий вопрос анкеты позволил определить ведущие мотивы, которые побудили участников опроса к занятиям легкой атлетикой. Результаты ответов представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Основные мотивы, побудившие к занятиям легкой атлетикой

Мотивы к занятиям	% высказавшихся «за»
Желание стать физически развитым, подготовленным	85,3±3,54
Улучшение здоровья	53,3±5,76
Воспитание силы воли	46,7±5,76

Совет старших людей	24,0±4,93
Общение со сверстниками	20,0±4,61
Возможность посмотреть мир	10,7±3,56
Слава, признание, популярность	9,3±3,35
Материальное благополучие	2,7±1,87

Примечание: сумма ответов превысила 100%, так как участникам представлялась возможность выбрать более 2 вариантов ответов

Анализ полученных результатов свидетельствует о том, что наиболее значимой причиной, побудившей школьников к занятиям легкой атлетикой, явилось желание стать физически развитым, крепким (подготовленным); этот мотив указали 85 % респондентов.

Достаточно большая доля участников исследования (53,3 %) назвали мотив занятий – улучшение здоровья. Несколько меньше – 46,7 % указали, что важным мотивом, побудивших их к занятиям, является воспитание силы воли, что действительно, возможно благодаря систематическим занятиям. Начали заниматься легкой атлетикой по совету старших стали 24 % респондентов, а потребность в социализации и общении как мотиве занятий выразили 20%. Таким образом можно констатировать 5 основных мотивов, побуждающих детей к занятиям спортом.

Кроме того, были названы и менее значимые побудительные причины, в частности, «возможность путешествовать (в процессе поездок на соревнования), посмотреть мир (10,7 %); «получение общественного признания, славы, популярности» (9,3 %); «материальное стимулирование» (2,7 %). Данные незначимые мотивы очевидны, т.к. у детей только начинается спортивная карьера и указанные побудительные причины в данный момент неактуальны.

На следующий вопрос анкеты, позволивший оценить характер влияния занятий спортом на образ жизни (участникам представлялась возможность выбрать более 2 вариантов ответов). Данные представлены в таблице 3.

Таблица 3 – Ответы на вопрос о влияние занятий спортом на образ жизни

<b>Влияние занятий на образ жизни</b>	<b>% высказавшихся «за»</b>
Повысили уровень физической подготовленности	82,7±6,47
Приучили к дисциплинированности	49,3±5,77
Воспитали уверенность в себе	46,7±5,76
Расширили круг друзей	41,3±5,68
Лишили жизненных радостей	2,7±1,87

Примечание: сумма ответов превысила 100 %, так как участникам представлялась возможность выбрать более 2 вариантов ответов.

Анализ полученных результатов свидетельствует о том, что по мнению участников опроса наиболее значимое влияние занятия спортом оказали на уровень их физической подготовленности. По мнению 82,7 % респондентов они

стали более быстрыми, выносливыми сильными и т.п. Кроме того почти половина опрошенных (49,3%) указали, что они стали более дисциплинированными, а 46,7% сообщили, что занятия спортом способствовали воспитанию уверенности в себе. Другими словами, занятия спортом повысили уровень важных волевых качеств детей. Стоит также отметить, что 41,3 % отметили, что благодаря занятиям легкой атлетикой у них расширился круг общения, появились новые друзья. Данный факт во многом свидетельствует о пользе занятий физической культурой и спортом для социализации личности, отвлечения от вредных привычек и привлечению к здоровому образу жизни. Косвенно это подтверждается и тем, что лишь 2 участника опроса ( $2,7 \pm 1,87\%$ ) признались, что занятия спортом лишили их привычных житейских радостей.

Анализ мотивов, побуждающих продолжать тренироваться в настоящее время (таблица 4) свидетельствует, что главным стимулом к занятиям спортом у большинства (74,7%) респондентов выступает желание достичь в будущем максимального результата. По нашему мнению, данный мотив следует постоянно поддерживать и стимулировать. Именно благодаря этому мотиву возможен рост спортивных результатов и победы на спортивных соревнованиях.

Нельзя не отметить и такие важные мотивы «поддержания», как общение с друзьями (44,0 %) и командный «долг» (верность коллективу) (30,7%). Как первый, так и второй мотив следует максимально поддерживать. При этом первый указанный мотив связан с естественной потребностью ребенка в общении и может симулироваться благодаря формированию и укреплению коллектива группы занимающихся. Второй мотив во многом связан с авторитетом тренера, что актуализирует необходимость поддерживать данный авторитет собственным примером наставника.

Таблица 4 – Мотивы, побуждающие заниматься спортом в настоящее время

<b>Побудительные причины продолжать занятия</b>	<b>% высказавшихся «за»</b>
Желание достичь максимального результата	74,7±5,01
Общение с друзьями	44,0±5,73
Не хочу бросать и подводить свою команду и тренера	30,7±5,32
Возможность побывать в других городах	26,7±5,10
Заставляют заниматься родители	16,0±4,23
Желание стать известным	14,7±4,08
Не вижу себя нигде, кроме спорта	9,3±3,35
Материальное вознаграждение	5,3±2,58

Кроме того в качестве положительного стимула можно использовать четвертый по популярности мотив, связанный с поездками на соревнования и тренировочные сборы в другие города и населенные пункты (26.7 %). Данный потенциальный интерес также целесообразно развивать.

В тоже время у начинающих спортсменов уже проявляются не совсем «правильные» мотивы, такие, в частности, как «заставляют родители» (16,0 %) и «материальное вознаграждение» (5,3%). Стоит отметить, что хоть эти мотивы пока еще проявляются у небольшого числа респондентов, но все же тренерам необходимо способствовать их снижению.

Также в рамках ответов на данный вопрос анкеты был выявлен мотив, который целесообразно культивировать и стимулировать по мере повышения квалификации спортсменов. Этот мотив описывается формулировкой «не вижу себя нигде, кроме спорта», за его наличие высказалось немногим менее 10 % респондентов.

Далее были проанализированы ответы на вопрос о том, кто влияет на мотивацию юных спортсменов. При анализе были установлены 6 основных причин, указанных в таблице 5.

Таблица 5 - Ответы на вопрос о том, кто оказывает влияние на спортивную мотивацию юных легкоатлетов

Личность, оказывающая мотивацию	% высказавшихся «за»
Тренер, учитель	46,6±5,76
Родители (родственники)	17,3±4,36
Друзья, одноклассники	9,3±3,35
Я не нуждаюсь в чей-либо мотивации	2,6±1,85
Затрудняюсь с ответом	13,3±3,92
Другое, в том числе сочетание ответов	10,9±3,60

Анализ показывает, что наиболее авторитетной личностью, оказывающей влияние на мотивацию юных спортсменов, оказывает тренер (учитель), что очевидно. За этот вариант ответа высказались почти половина респондентов (46,6 %). На втором месте по данному воздействию оказались родители или родственники юных легкоатлетов (данный вариант выбрали 17,3 %). Несмотря на полученные результаты, уровень мотивационного стимулирования взрослых и, прежде всего, тренеров, к занятиям легкой атлетикой следует признать недостаточным, поскольку более трети участников исследования получают мотивацию от других лиц, а, это не тот уровень воздействия, который может оказать знающий специалист.

Так, третье место по указанному воздействию респонденты отводят друзьями одноклассникам, которые осуществляют мотивацию почти 10 % занимающихся легкой атлетикой. Здесь стоит иметь ввиду, что неизвестен характер данной мотивации и он может иметь неблагоприятные последствия. Кроме названных источников получения мотивов 13,3% затруднились с ответом; 10,9 % указали несколько источников, а 2,6 % ответили, что «не нуждаются ни в чей мотивации».

Таким образом, можно констатировать, что у тренеров имеется достаточно большой резерв мотивационного воздействия. Поэтому необходимо данный

резерв восполнить, используя имеющиеся психологические методики.

Анализ мотивации легкоатлетов к спортивной деятельности на этапе начальной подготовки показал, что преобладают «положительные мотивы», которые в процессе занятий следует развивать и на их основе строить тренировочный процесс.

### Список литературы

1. Горская, Г. Б. Психологическое обеспечение многолетней подготовки спортсменов: учебное пособие / Г. Б. Горская. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 1995. – 178 с.
2. Ильин, Е.П. Психология спорт / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2018. – 352 с.
3. Кузьмин, Е.Б. Формирование спортивной мотивации как психолого-педагогическая проблема / Е.Б. Кузьмин, Ю.П. Денисенко, Г.Л. Драндров // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2010. – № 1. – С. 57.
4. Мартынова, В. А. Мотивация к спортивно-тренировочной деятельности легкоатлетов различной квалификации / В. А. Мартынова, О. А. Корнев, А. В. Корнева // Современные проблемы науки и образования. – 2021. – № 6. – С. 99.
5. Сафонов, В.К. Психология спортсмена: слагаемые успеха: монография / В.К. Сафонов. – М.: Спорт, 2017. – 288 с.

УДК: 796.8

## ЭФФЕКТИВНОСТЬ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И ЕЕ ДИНАМИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ В ТЯЖЕЛОЙ АТЛЕТИКЕ PERFORMANCE AND ITS DYNAMIC ASPECTS IN WEIGHTLIFTING

И. Ф. Андрущишин, доктор педагогических наук, профессор  
Г. Д. Бабушкин, доктор педагогических наук, профессор  
А. Б. Дошыбеков, доктор PhD

Ю.П. Денисенко, доктор биологических наук, профессор  
Гераськин А.А., кандидат педагогических наук, профессор РАЕ

I. F. Andrushchishin, Doctor of Pedagogical Sciences, Professor  
G. D. Babushkin, Doctor of Pedagogical Sciences, Professor  
A. B. Doshybekov, PhD

Yu. P. Denisenko, Doctor of Biological Sciences, Professor  
Geraskin A. A., Candidate of Pedagogical Sciences, Professor of RAE

Kazakh Academy of Sports and Tourism, Almaty  
Siberian State University of Physical Culture and Sports  
Kazakh Academy of Sports and Tourism, Almaty  
Naberezhnye Chelny State Pedagogical University  
Tyumen State University (Ishim branch)