## III Международный конкурсисследовательских работ школьников

## Research start 2020/2021

 **«Изучение учебной и спортивной мотивации**

**у подростков- хоккеистов»**

Юрков Тимофей Витальевич,

Актанышская средняя

общеобразовательная школа №1

9 класс

Научный руководитель :

Хабибуллина Зухра Баязитовна,

Педагог-психолог

**2021 год**

**Оглавление**

Введение

**Глава 1.** Теоретические основы изучения мотивации.

* 1. Понятие мотивации.
	2. Мнения исследователей.

**Глава 2**. Экспериментальное исследование условий формирования мотивации спортсменов – хоккеистов.

2.1 Исследование изучения учебной мотивации по методике «Диагностика структуры учебной мотивации школьника» М.В. Матюхиной.

2.2 Изучение психологических свойства личности спортсменов, в частности их волевых качеств, по методике Б. Н. Смирнова «Психологический анализ развития волевых качеств спортсменов».

2.3 Экспресс-оценка эмоциональных состояний спортсмена с помощью методики «Градусник» Ю.Я. Киселева.

**Заключение**

**Список использованной литературы**

**Введение**

 **Актуальность.** Хоккей - самая распространенная игра в мире. Доступность и зрелищность определили популярность хоккея среди многих миллионов людей. В нашей стране хоккей является одним из популярнейших видов спорта. Особенной любовью он пользуется у детей и молодежи, выступая, таким образом, одним из средств воспитания.

 Хоккей - один из самых мужественных видов спорта. Хоккей называют спортом космических скоростей - огромная скорость, быстрота тактического мышления хоккеистов, мгновенная реакция в ежесекундно меняющихся ситуациях и неожиданность решения для соперника.

 Профессиональных футболистов, хоккеистов не только обожают — им подражают! Но, пожалуй, нет ни одного звездного спортсмена, который достиг бы успехов за счет одного таланта, природных способностей, то есть без упорных тренировок и неустанного желания покорять новые высоты. Именно на целеустремленность и мотивацию, в первую очередь обращает внимание каждый тренер.

**Цель моей работы** - изучить учебную мотивацию и спортивную мотивацию в хоккеистов.

**Задачи исследования**:

1.Изучить понятие мотивации, ее проявления в спорте.

2.Выявить характер мотивации в хоккее.

**Объект исследования**: учащиеся 9 класса, хоккеисты команды «Лачын» и учащиеся 9х классов Актанышской средней общеобразовательной школы №1 . **Предмет исследования**: мотивация обучающихся в занятиях хоккеем.

 Среди занимающихся спортом подростков, в той или иной форме основными мотивами, по данным многих исследований, являются: укрепление здоровья, получение удовольствия от занятий (приятное времяпрепровождение), общение, желание родителей.Исходя из вышеперечисленных фактов, мы сформулировали тему нашего исследования: «Изучение учебной и спортивной мотивации у подростков- хоккеистов».

 **Практическая значимость** моей исследовательской работы заключается в том, что результаты исследования могут быть использованы в изучении мотивации детей-спортсменов в игровых видах спорта.

**Новизна:** данное исследование впервые проводилось среди учащихся нашей школы.

**Основная часть**

**Глава 1. Теоретические основы изучения мотивации**

1.1 Понятие мотивации. Мотив — побуждение, толчок, позыв к воплощению потребности. В основе мотивов лежат потребности, которые и становятся источником активности. Однако при одной и той же потребности мотивы у разных людей могут возникать неодинаковые.

Потребность — это испытываемая в чем-либо нужда. Потребность и мотив влияют друг на друга.

Мотивационная система поведения человека — это сложный сплав движущих сил: потребностей, интересов, целей, идеалов и т. п., влияющих на личность и на деятельность человека.

1.2. Если изучить данные, полученные в ходе длительных изысканий проведенных зарубежными и отечественными исследователями, можно выделить следующие мотивы, которые связаны с процессом спортивной деятельности: потребность в двигательной активности; потребности в предельных физических усилиях; стремление к соревновательной деятельности; эстетическое наслаждение; развлечение и активный отдых; стремление к состоянию стресса и победы над ним.

Американский психолог Б.Дж. Кретти среди мотивов, побуждающих заниматься спортом, выделяет:

- Стремление к стрессу и его преодоление, он отмечает, чтобы бороться, чтобы преодолевать препятствия, подвергать себя стрессу, изменять обстоятельства и добиваться успеха - мощнейший мотив в спортивной деятельности;

- Стремление к совершенству;

- Повышение социального статуса;

- Потребность быть членом команды, группы, частью коллектива;

- Получение материальных поощрений.

 Исследователи, изучая мотивы спортивной деятельности, рассматривали их связь с внешними и внутренними социальными факторами, от которых зависит их возникновение и последующее развитие.
 Мотивация при занятиях спортом зависит, как от внутренних причин (темперамент, черты характера), так и внешних (влияние родителей, педагогов, тренеров). К внешним факторам относят социальное окружение: родители, тренер, старшие товарищи спортивной группы - влияют на желания и увлечения юного спортсмена, так формируются цели - «что я должен достичь».
 Для меня таким ведущим внешним фактором явился мой отец, который отвел меня в 6 лет впервые на каток, и сказал: «Ты сможешь!», и в последующем стал человеком, который стимулировал меня на успех и давал толчок для дальнейшего развития в хоккее. Вторым человеком стал мой тренер, который научил меня мыслить в хоккее и сформировал именно эту цель - «что я должен достичь».

 Мотивация считается основным компонентом для успешного выполнения любой деятельности, в том числе и спортивной. Термин «мотивация» в психологии спорта употребляется в узком и широком значении. В широком смысле он означает процессы и факторы, которые побуждают людей к действию или бездействию во всевозможных ситуациях.

 Таким образом, мотивация – это внутренний процесс, происходящий в человеке, вызванный его потребностями, которые стимулируют к действиям и достижениям результата.

**Глава 2. Экспериментальное исследование условий формирования учебной и спортивной мотивации спортсменов – хоккеистов**.

 Задача эксперимента заключалась в выявлении формирования учебной и спортивной мотивации, и его уровня. В экспериментальную группу вошли 16 учащихся моего 9 г класса, это хоккейный класс Актанышской СОШ №1 и учащиеся 9х классов в количестве 83 человек (они участвовали при определении учебной мотивации), им по 15 лет. Эксперимент проводился в течение 2 учебных месяцев. Применялись следующие диагностики:

2.1 Для изучения учебной мотивации воспитанников использовалась методика **«Диагностика структуры учебной мотивации школьника» М.В. Матюхиной.** Методика предназначена для диагностики учебной мотивации, определение дополнительных мотивов учения. (приложение1)

У **контрольной** группы **познавательные мотивы** преобладают у 69%, коммуникативные у 38% ,эмоциональные у 32%, позицию школьника понимают 77%, что очень хорошо, мотив достижения преобладает у 65% учащихся, и внешний мотив преобладает у 38%, так как у **экспериментальной** группы преобладает **коммуникативный мотив** -51%, эмоциональный-24%, мотив достижения-48%, внешний мотив-29%, а **познавательные мотивы** в учебе по сравнению низкие-34%, то есть общение, чувство командности у хоккеистов выходит на первый план, и в приоритете не учеба, это не очень хороший показатель, но в данном исследовании это большого значения не имеет.

#  2.2 Следующая задача была  изучить психологические свойства личности спортсменов, в частности их волевых качеств, с этой целью проводился опрос по (Приложение 2)

# Результаты методики показали выраженность (по 5 - бальной шкале) пяти волевых качеств, высоки - самообладание и выдержка у 6 учащихся, целеустремленность -9, смелость и решительность 6 учащихся, упорство и настойчивость 7 учащихся, самостоятельность и инициативность - 6 учащихся. Можно отметить, что хоккеисты существенно отличаются друг от друга по уровню развития свойств личности: волевым качествам, преобладанию соревновательной или тренировочной мотивации, спортивной мотивации.

# 2.3 Экспресс-оценку эмоциональных состояний спортсмена мы определяли с помощью «градусника» состояний, предложенного Ю.Я. Киселевым. «Градусник» представляет собой шкалу, состоящую из 10 делений. Спортсмену предъявляется шкала, на которой он должен сделать отметку уровня состояния, которое он испытывает в данный момент. Измеряются следующие показатели: (для нас был важен 3 и 8 пункт) (приложение 3).

3) желание тренироваться- 10 баллов указали 13 исследуемых;

8) готовность к соревнованиям-10 баллов указали 13 исследуемых.

 Из этого следует, что мотивация достижения успехов и психологическая подготовка у команды достаточно высоки. В доказательство я могу сказать, что этом хоккейном сезоне моя команда «Лачын» участвовала в 20 играх первенства Татарстана, из них 18 побед, и особое достижение моей команды- 3 место во всероссийских соревнованиях юных хоккеистов «Золотая шайба» имени А.В.Тарасова, а в этом году мы стали чемпионами Республики Татарстан.

 Хочу добавить, что конечной целью психологической подготовки выступает формирование и совершенствование спортивной мотивации путем ежедневного воспитания спортсмена, и по отношению к процессу и результатам в спорте, к партнерам по команде и тренеру, а так же к самому себе.

**Заключение**

Доказано, что спортсмены, у которых высока мотивация достижения успеха, характеризует жажда победы, способность «бороться до конца», стойкость к угрозам, стремление к риску, малая тревожность, атакующий стиль, высокая интенсивность напряжения сил, положительные эмоции, эффективность поведения в экстремальных ситуациях.

Возможно, не каждый из нас станет хоккеистом, так уж устроено в спорте. Но в данный момент для меня и для моей команды - это самое важное и мы боремся и делаем все, чтобы были победы. Я считаю, что психология бойца – это прежде всего то, что формирует личность чемпиона или неудачника. Психологическая подготовка важна для спортсмена не меньше, чем изучение боевых приемов, увеличение силы, выносливости или мышечной массы.

  Нами выделены условия, направленные на формирование благоприятных отношений спортсменов к различным сторонам спортивной жизни, а именно к: цели занятий спортом, успеху, своим возможностям, тренировочной деятельности, к команде и тренеру, соревновательной деятельности. Если эти условия реализуются, то конечным нашим результатом должны быть: 1) ускорение темпов развития волевых качеств, целеустремленности, настойчивости и упорства 2) усиление спортивной мотивации, соревновательной мотивации.

**Литература**

1. Макарова А.К. Формирование мотивации учения. М., 1990.

2. <http://diplomba.ru/work/50149>

3.<https://psy.wikireading.ru/68823>

4.<https://multiurok.ru/files/mietodika-diaghnostiki-struktury-uchiebnoi-motivat.html>

5.<https://hockey-daddy.livejournal.com/84509.html>

6.<https://studbooks.net/676506/turizm/proyavleniya_motivatsii_hokkee_shayboy>

**Приложение 1**

Для изучения учебной мотивации воспитанников использовалась методика **«Диагностика структуры учебной мотивации школьника» М.В. Матюхиной.** Методика предназначена для диагностики учебной мотивации, определение дополнительных мотивов учения.

Инструкция. Оцени, насколько значимы для тебя причины, по которым ты учишься в школе. Для этого обведи кружком нужный балл:

* 0 баллов – почти не имеет значения;
* 1 балл – частично значимо;
* 2 балла – заметно значимо;
* 3 балла – очень значимо.

**Тестовый материал**

**1-**Чтобы я хорошо учил предмет, мне должен нравиться учитель.

**2-**Мне очень нравится учиться, расширять свои знания о мире.

**3-**Общаться с друзьями, с компанией в школе гораздо интереснее, чем сидеть на уроках, учиться.

**4-**Для меня совсем немаловажно получить хорошую оценку.

**5-**Все, что я делаю, я делаю хорошо – это моя позиция.

**6-**Знания помогают развить ум, сообразительность, смекалку.

**7-**Если ты школьник, то обязан учиться хорошо.

**8-**Если на уроке царит обстановка недоброжелательности, излишней строгости, у меня пропадает всякое желание учиться.

**9-**Я испытываю интерес только к отдельным предметам.

**10-**Считаю, что успех в учебе – немаловажная основа для уважения и признания среди одноклассников.

**11-**Приходится учиться, чтобы избежать надоевших нравоучений и разносов со стороны родителей и учителей.

**12-**Я испытываю чувство удовлетворения, подъема, когда сам решу трудную задачу, хорошо выучу правило и т. д.

**13-**Хочу знать как можно больше, чтобы стать интересным, культурным человеком.

**14-**Хорошо учиться, не пропускать уроки – моя гражданская обязанность на данном этапе моей жизни.

**15-**На уроке не люблю болтать и отвлекаться, потому что для меня очень важно понять объяснение учителя, правильно ответить на его вопросы.

**16-**Мне очень нравится, если на уроке организуют совместную с ребятами работу (в паре, бригаде, команде).

**17-**Я очень чувствителен к похвале учителя, родителей за мои школьные успехи.

**18-**Учусь хорошо, так как всегда стремлюсь быть в числе лучших.

**19-**Я много читаю книг, кроме учебников (по истории, спорту, природе и т. д.).

**20-**Учеба в моем возрасте – самое главное дело.

**21**. В школе весело, интереснее, чем дома, во дворе.

**Познавательные мотивы**. Они связаны с содержанием учебной деятельности и процессом ее выполнения. Воспитанник стремится овладеть новыми знаниями, учебными навыками, умеет выделить занимательные факты, явления, проявляет интерес к существенным свойствам явлений, к закономерностям в учебном материале, теоретическим принципам, ключевым идеям.
 **Коммуникативные**. Позиционные мотивы, состоящие в стремлении занять определенную позицию, место в отношениях с окружающими, получить их одобрение, заслужить у них авторитет.
 **Эмоциональные.** Этот вид мотивации заключается в стремлении получать знания, чтобы быть полезным обществу, желании выполнить свой долг, понимании необходимости учиться, высоком чувстве ответственности. Воспитанник осознает социальную необходимость.

**Позиция школьника**. Воспитанник ориентирован на усвоение способов добывания знаний: интересы к приемам самостоятельного приобретения знаний, к методам научного познания, к способам саморегуляции учебной работы, рациональной организации своего учебного труда.

**Мотив достижения**. Воспитанник, мотивированный на достижение успеха, обычно ставит перед собой некоторую позитивную цель, активно включается в ее реализацию, выбирает средства, направленные на достижение этой цели.

**Внешние (поощрения, наказания**) мотивы проявляются тогда, когда деятельность осуществляется в силу долга, обязанности, ради достижения определенного положения среди сверстников, из-за давления окружающих. Воспитанник выполняет задание, чтобы получить хорошую отметку, показать товарищам свое умение решать задания, добиться похвалы взрослого.

**Приложение 2**

 **«Психологический анализ развития волевых качеств спортсменов».** Методика разработана Б. Н. Смирновым для оценки развития волевых качеств у спортсмена по степени сформированности волевых умений.

Целеустремленность

1. Умение ставить ясные цели и задачи:

а) имею ясную перспективную цель спортивного совершенствования на 3–4 года вперед;

б) совместно с тренером планирую спортивный результат на предстоящий год и намечаю конкретные задачи по периодам спортивной тренировки;

в) ставлю очередные задачи на ближайшие тренировочные занятия и соревнования.

2. Умение планомерно осуществлять деятельность:

а) выполняю планы отдельных тренировочных занятий;

б) выполняю планы выступления на спортивных соревнованиях;

в) участвую в оценке проведенных занятий и соревнований, в корректировке намеченных планов.

3. Умение подчинять себя достижению поставленной цели:

а) ради достижения перспективной цели соблюдаю строгий режим;

б) намеченные цели и задачи спортивного совершенствования являются мощным источником активности;

в) испытываю чувство удовлетворения от самого процесса спортивной тренировки.

Настойчивость и упорство

4. Умение длительно добиваться намеченной цели:

а) регулярно тренируюсь и неукоснительно выполняю запланированную физическую нагрузку на каждом занятии;

б) тщательно, кропотливо отрабатываю технику и тактику спортивных действий;

в) старательно, методично преодолеваю недостатки в спортивной подготовленности.

5. Умение превозмогать тягостные состояния:

а) при развитии чувства усталости проявляю терпение и продолжаю тренировку, не снижая интенсивности;

б) находясь в неблагоприятном состоянии (плохое настроение, боль и др.), принуждаю себя к действиям «через не могу»;

в) терпеливо и длительно повторяю однообразные, скучные, но нужные упражнения.

6. Умение продолжать деятельность, несмотря на неудачи и другие сложности:

а) неудачи в исполнении упражнений мобилизуют на достижение цели;

б) склонен к увеличению длительности и проведению дополнительных тренировочных занятий;

в) активно борюсь за высокий результат до конца соревнования.

Решительность и смелость

7. Умение своевременно принимать ответственные решения:

а) своевременно принимаю решения о выполнении упражнений, приемов, тактических действий и т. д., когда ситуация не позволяет медлить;

б) своевременно принимаю решения о выполнении необходимых действий в условиях физической опасности или риска;

в) своевременно принимаю решения о выполнении указанных действий в условиях моральной ответственности перед коллективом или командой.

8. Умение подавлять чувство страха;

а) в условиях реальной физической опасности иcпытываю стремление к риску и желание перейти к действию;

б) в этих условиях мысленно отключаюсь от переживаний, страха и целиком сосредоточиваюсь на действии;

в) в обстановке моральной ответственности сознательно преодолеваю неблагоприятные переживания и решительно действую.

9. Умение безотказно выполнять принятые решения: а) после принятия решения о выполнении опасного упражнения (задания) непременно приступаю к его практическому выполнению; б) начав выполнение опасного упражнения, продолжаю его и довожу до конца, даже если этому мешают значительные ошибки;

в) неудачи при выполнении опасных упражнений мобилизуют на повторенные попытки добиться успеха.

Выдержка и самообладание

10. Умение сохранять ясность мысли:

а) при выполнении упражнений хорошо сосредоточиваю, распределяю и переключаю внимание, несмотря на действие сбивающих факторов;

б) не допускаю «пораженческих» мыслей и негативных представлений под влиянием неудач, ошибок и помех, особенно на соревновании;

в) в напряженной соревновательной обстановке обдуманно принимаю и выполняю решения, взвешивая «за» и «против».

11. Умение владеть своими чувствами:

а) легко повышаю эмоциональный тонус (в состоянии апатии, растерянности, страха и др.);

б) легко снижаю уровень эмоционального возбуждения (при излишнем волнении, боли, негодовании, преувеличенном представлении об ответственности и т. д.);

в) в случае удачи на тренировочных занятиях и соревнованиях не проявляю излишней самоуверенности, беспечности, чувства мнимого превосходства и других нежелательных переживаний.

12. Умение управлять своими действиями:

а) сохраняю технику и контролирую свои движения при появлении болевых ощущений, чувства усталости, недовольства собой и других неблагоприятных внутренних состояний;

б) несмотря на неудачи и допущенные ошибки, продолжаю выступать в соревновании на уровне своих возможностей;

в) в конфликтных ситуациях удерживаю себя от неэтичных поступков (пререканий, грубости, ухода с соревнования и др.).

Самостоятельность и инициативность

13. Умение проявлять независимость в решениях и действиях:

а) критически отношусь к советам и действиям других спортсменов; не склонен слепо подражать авторитетным спортсменам;

б) самостоятельно готовлюсь к очередным занятиям и соревнованиям (читаю нужные книги, беседую со знающими людьми, выполняю специальные упражнения и т. д.);

в) предпочитаю собственный анализ проведенных занятий и соревнований.

14. Умение проявлять личный почин и новаторство:

а) люблю изобретать новое и оригинальное в технике спортивных упражнений;

б) склонен к самостоятельной творческой разработке тактических действий, комбинаций, планов выступления на соревнованиях;

в) ищу индивидуальный вариант своего спортивного совершенствования.

15. Умение проявлять находчивость и сообразительность:

а) легко приспосабливаюсь к неожиданным изменениям привычных условий тренировки и соревнований (другой зал, не те снаряды, плохая погода и т. п.);

б) быстро раскрываю тактические «хитрости» соперника и противопоставляю им свои нестандартные действия;

в) оперативно исправляю ошибки и неточности в исполнении упражнений, тактических действий на тренировочных занятиях и соревнованиях.

**Протокол оценки волевых умений (в баллах)**

Целеустремленность

1. Ставить ясные цели и задачи.

2. Планомерно осуществлять деятельность.

3. Подчинять себя достижению поставленной цели.

Настойчивость и упорство

4. Длительно добиваться намеченной цели.

5. Превозмогать тягостные состояния.

6. Продолжать деятельность, несмотря на неудачи и другие сложности.

Решительность и смелость

7. Своевременно принимать ответственные решения.

8. Подавлять чувство страха.

9. Безотказно выполнять принятые решения.

Выдержка и самообладание

10. Сохранять ясность мысли.

11. Владеть своими чувствами.

12. Управлять своими действиями.

Самостоятельность и инициативность

13. Проявлять независимость в решениях и действиях.

14. Проявлять личный почин и новаторство.

15. Проявлять находчивость и сообразительность.

Постановка диагноза. Пользуясь описанием признаков проявления волевых умений, можно оценить развитие собственных волевых качеств или дать оценку развития волевых качеств другого, хорошо знакомого спортсмена. Читая пункт за пунктом описание признаков волевых умений (а, б, в), следует оценить степень проявления каждого из них и записать соответствующий балл в протокол. Рекомендуется следующая шкала оценки: отчетливое проявление — 2 балла, неотчетливое проявление — 1 балл, не проявляется — 0 баллов.

Для большей дифференциации оценки можно использовать шкалу в 7 баллов.

Оценка волевых умений. Сложить оценки за каждые три признака проявления волевых умений и записать суммарную оценку в протокол (всего 15 оценок). Для большей наглядности следует представить полученные результаты графически, для чего построить систему координат: на оси абсцисс отложить волевые умения (15 умений), на оси ординат — оценку в баллах (из 6 баллов) и вычертить пять профилей, характеризующих количественно развитие волевых качеств.

# Приложение 3

# https://topuch.ru/diplomnaya-rabota-psihologicheskaya-podgotovka-bokserov-yunosh/82134_html_5b882342.pngМетодика «Градусник»

# Экспресс-оценку эмоциональных состояний спортсмена мы определяли с помощью «градусника» состояний, предложенного Ю.Я. Киселевым. «Градусник» представляет собой шкалу, состоящую из 10 делений. Спортсмену предъявляется шкала, на которой он должен сделать отметку уровня состояния, которое он испытывает в данный момент. Измеряются следующие показатели: (для нас был важен 3и 8 пункт)

1) самочувствие - высокие баллы у 8;

2) настроение - высокие баллы у 6;

3) **желание тренироваться- 10 баллов указали 13 исследуемых;**

4) удовлетворенность тренировочным процессом-10 баллов - 11 человек;

5) отношения с друзьями - высокие баллы у 13;

6) отношения с тренером - высокие баллы у 10;

7) спортивные перспективы (на данное соревнование) - высокие баллы у 12;

8) **готовность к соревнованиям-10 баллов указали 13 исследуемых.**