

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЧОРНОМОРСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ПЕТРА МОГИЛИ**

Факультет фізичного виховання та спорту
Кафедра олімпійського та професійного спорту

**РОЗРОБКА МЕТОДИКИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕЗИСТЕНТНОСТІ
ДЗЮДОЇСТІВ ДО ОСОБЛИВОСТЕЙ ТРЕНУВАЛЬНОЇ ТА
ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ**

Дипломна робота

Студент групи 683

Д.О. Довгий

Науковий керівник д. н.,
професор

О.М. Ольховий

Миколаїв 2022

ЗГІДНО РІШЕННЯ КАФЕДРИ ОЛІМПІЙСЬКОГО ТА ПРОФЕСІЙНОГО
СПОРТУ

Протокол № 8 від 17.01.2022 р.

дипломну роботу магістра

на тему: «Розробка методики психологічної резистентності дзюдоїстів до особливостей тренувальної та змагальної діяльності» рекомендувати до захисту.

Завідувач кафедри

Олег ОЛЬХОВИЙ

Декан факультету

Андрій ЧЕРНОЗУБ

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1. ОГЛЯД ЛІТЕРАТУРНИХ ДЖЕРЕЛ.....	8
1.1. Активно-дієві відносини спортсменів до занять спортом в структурі мотивації спортивної діяльності.....	8
1.2. Структура і зміст активно-дієвого відносини спортсменів до спортивної діяльності.....	13
1.3. Специфіка активно-дієвих відносин в різних видах спортивної діяльності.....	17
РОЗДІЛ 2. МАТЕРІАЛ, МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕНЬ...24	24
2.1. Методи досліджень.....	24
2.2. Організація досліджень.....	26
РОЗДІЛ 3. РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ТА ЇХ ОБГОВОРЕННЯ...27	27
3.1. Аналіз змісту активно-дійового ставлення до спортивної діяльності дзюдоїстів різної кваліфікації.....	27
3.2. Педагогічні чинники, що впливають на формування активно-дієвого відносини дзюдоїстів до спортивної діяльності.....	48
3.3. Зміст методики формування активно-дієвого відносини дзюдоїстів 12-13 років до спортивної діяльності.....	53
ВИСНОВКИ.....	62
ПРАКТИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ.....	64
ПОСИЛАННЯ.....	65

Вступ

Актуальність теми дослідження. Успішність оволодіння обраним видом спорту і досягнення високих результатів багато в чому залежить від формування активно-дієвого відносини юних спортсменів до навчально-тренувального процесу. Дослідження спортивних єдиноборств [3, 18, 34, 67, 88], свідчать про те, що на першому і другому роках навчання в ДЮСШ 60-80% займаються припиняють займатися спортом. В наступні роки відбувається подальший відтік дітей з навчально-тренувальних груп. Дана обставина обумовлена двома факторами: по-перше, тренери не приділяють належної уваги збереженню контингенту що займаються; по-друге, педагоги не приділяють уваги на перших етапах навчально-тренувального процесу формування активно дієвого ставлення дітей до занять спортом. Наявні в літературі дані по психологічній підготовці [26, 48, 72] не містять конкретних практичних порад для формування у юних дзюдоїстів на перших етапах навчально-тренувального процесу активно-дієвого відносини в майбутній спортивній діяльності.

Мотиваційна сфера особистості спортсмена включає «сукупність сил, що спонукають людину до дії» [7, 26, 44]. «Це своєрідний енергетичний заряд, який визначає рухову активність людини» [3, 53], а саме активно-дієві відносини до певної діяльності, в тому числі до спортивної діяльності.

У спортивній науці накопичений великий досвід фізичної, технічної, тактичної, психологічної підготовки спортсменів, який з появою нових наукових фактів збільшується. Але на сьогодні недостатньо розроблені методичні аспекти формування та підтримки активно-дієвого відносини дітей на заняттях спортом. Ми вважаємо, що одним із чинників успішного спортивного довголіття в обраному виді спорту є стимулювання вже на ранніх етапах активно-дієвого відносини юних спортсменів до спортивної діяльності [16, 25, 30, 54].

Активно-дієві відносини людини - це, перш за все, його біологічна

потреба в русі, і, якщо її не підтримувати і не стимулювати, то вона поступово «згасає».

Необхідність виявлення і розробки базових мотиваційних компонентів формування активно-дієвого відносини у дітей до майбутньої спортивної діяльності і стало метою нашого дослідження.

В цілому, аналіз і узагальнення педагогічної практики і сучасної науково-методичної літератури свідчить про існування протиріч: між необхідністю збереження контингенту що займаються в спортивних школах, з одного боку, і недостатнім рівнем їх готовності до майбутньої активної спортивної діяльності; між необхідністю формування активно-дієвого відносини юних дзюдоїстів на системні заняття спортом і не розробленістю науково-обґрунтованих методик по формуванню даних мотиваційних відносин.

Таким чином, на основі вивчення літератури можна зробити висновок, що проблема цього дослідження полягає в створенні умов формування активно-дієвого відносини дзюдоїстів 12-13 років до спортивної діяльності.

Об'єкт дослідження - процес формування активно-дієвого відносини дзюдоїстів 12-13 років до спортивної діяльності.

Предмет дослідження - методика формування активно-дієвого відносини у дзюдоїстів 12-13 років до спортивної діяльності.

Мета дослідження розробка і експериментальне обґрунтування методики формування активно-дієвого відносини дзюдоїстів 12-13 років до спортивної діяльності

Гіпотеза дослідження. Передбачається, що формування активно-дієвого ставлення до спортивної діяльності у дзюдоїстів 12-13 років буде ефективним, якщо:

- виявити фактори, що сприяють формуванню активно-дієвого відносини дзюдоїстів 12-13 років до спортивної діяльності;

- сформувати структуру і зміст активно-дієвого відносини дзюдоїстів 12-13 років до спортивної діяльності;

- розробити експериментальну методику формування активно-дієвого відносини дзюдоїстів 12-13 років до спортивної діяльності,

Завдання дослідження:

1. Теоретично обґрунтувати необхідність формування активно-дієвого відносини юних спортсменів до спортивної діяльності.

2. Виявити чинники, що впливають на формування активно-дієвого відносини дзюдоїстів до спортивної діяльності.

3. Розробити експериментальну методику формування активно-дієвого відносини дзюдоїстів 12-13 років до спортивної діяльності.

4. Перевірити в дослідно-експериментальній роботі результативність дослідної методики.

Наукова новизна дослідження полягає в наступному:

1. Розроблено і обґрунтовано в педагогічному експерименті методика формування активно-дієвого відносини дзюдоїстів 12-13 років до спортивної діяльності, що дозволяє проектувати дану методику і в інші види спорту.

2. Виявлено і згруповані фактори, що впливають на ефективність формування активно-дієвого відносини дзюдоїстів 12-13 років до спортивної діяльності. Дані фактори тотожні для дітей, що займаються іншими видами спорту.

3. Розроблено педагогічні етапи формування активно-дієвих відносин дзюдоїстів 12-13 років до спортивної діяльності. Все це дозволяє диференційовано впливати на мотиваційну складову дітей 12-13 років, що займаються дзюдо.

Теоретична значимість дослідження:

- доповнені положення теорії спортивного тренування в розділі «Теорія і методика підготовки юних спортсменів» за допомогою розширення уявлення структури і динаміки активно-дієвого відносини в змагальний період і факторах його обумовлюють;

- викладені аргументи, щодо доцільності комплексного використання тренінгів в змагальний період на передзмагальному і постзмагальному етапах

для актуалізації активно-дієвого відносини дзюдоїстів до спортивної діяльності і підвищення результативності;

- розкриті протиріччя між необхідністю формування стійкого активно-дійового ставлення до занять у юних дзюдоїстів і участі в змаганнях і відсутністю науково обґрунтованої методики цього процесу, що знайшло своє відображення в дисертації, через розробку методики формування активно-дієвого відносини юних дзюдоїстів до спортивної діяльності;

- вивчені наслідкові зв'язки складових, активно діючих відносин та освітньої діяльності юних дзюдоїстів;

- введена модернізація тренувально-змагальної діяльності дзюдоїстів на основі індивідуалізованих програм управління ставленням дзюдоїстів до спортивної діяльності.

Практичне значення одержаних результатів дослідження:

- розроблені для тренерів-викладачів практичні рекомендації щодо формування активно-дійового ставлення до спортивної діяльності юних дзюдоїстів,

- впроваджена в тренувальний процес методика формування активно-дієвого відносини дзюдоїстів 12-13 років до спортивної діяльності, що дозволяє зберігати і виводити спортсмена на активно-дійове ставлення до занять спортом відповідно до періодом підготовки.

- проведена модернізація тренувального процесу дзюдоїстів 12-13 років на основі розробленого науково-методичного забезпечення, в зв'язку, з чим отримані результати можуть бути використані: в тренувальному процесі юних борців у спортивних школах;

- розроблені для тренерів-викладачів методичні рекомендації по раціонального використання методики формування активно-дієвого відносини дзюдоїстів 12-13 років до спортивної діяльності

Структура й обсяг роботи. Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел (106). Загальний обсяг дипломної роботи складає 78 сторінок, вона містить 15 таблиць та 4 рисунка.

РОЗДІЛ 1. ОГЛЯД ЛІТЕРАТУРНИХ ДЖЕРЕЛ

1.1. Активно-дієві відносини спортсменів до занять спортом в структурі мотивації спортивної діяльності

Спортивна діяльність включає в себе тренувальну і змагальну, які істотно різняться між собою. В процесі тренувальної діяльності з постійно збільшується складністю і навантаженнями спортсмен опановує обраним видом спорту. В процесі змагальної діяльності дзюдоїст прагне показати людські можливості, демонструє свою майстерність і пропагує заняття спортом.

Спортивне змагання насичене різними змагальними ситуаціями, деякі з них можуть оцінюватися як негативні для особистості і соціальних відносин. Ми вважаємо, що це відбувається через невдалі поведінки в такій ситуації спортсмена і в цілому через його виступи на змаганні [19, 20, 39, 42].

Спортивне змагання - це суперництво (свого роду конфлікт), в процесі якого кожен учасник з конфлікуючих сторін схильна до задоволення своїх інтересів - виграти. Ті, що змагаються спортсмени не є ворогами, але є противниками - суперниками.

Тривалі (протягом декількох років) заняття спортом обумовлені стійким ставленням людини до тренувань і змагань. Тренувальна діяльність і змагальна в силу неоднозначності змісту і результатів не у всіх займаються спортом викликає однакове ставлення до них. Одних приваблює тренувальна діяльність (процесуальна сторона), інших - змагальна (результативна сторона).

Ставлення займаються до спорту проявляється в мотивації спортивної діяльності. У зв'язку з цим необхідно розглянути даний феномен, його характеристику, вплив. Так, згідно з С.Л. Рубінштейну, «Мотивація - це через психіку реалізується детермінація. Мотивація - це опосередкована процесом її відображення суб'єктивна детермінація поведінки людини світом. Через

свою мотивацію людина "вплетений" в контекст дійсності »[19, 42].

У спортивній діяльності мотивація представляється як процес психічної регуляції виконуваної діяльності. Мотивацію можна розглядати як процес і як механізм, що визначає ефективність діяльності і способи її здійснення, як систему психічних процесів, які спонукають людину до діяльності. Проблема мотивації розглядається як проблема детермінації поведінки, спілкування, діяльності спортсмена або групи спортсменів [19, 34, 37]. Аналіз вітчизняних і зарубіжних робіт зі спортивної психології свідчить про те, що на сьогодні існує ряд питань, пов'язаних з виникненням, збереженням і формуванням спортивної мотивації. Мотивація спортсмена в цілому і окремі мотиви визначають спрямованість і активність поведінки спортсмена в системі спортивної діяльності. Мотивація представляється як активатор реалізації резервних можливостей спортсмена в складних змагальних умовах, здатна підсилювати діяльність, підвищувати працездатність, стимулювати потенціал спортсмена в потрібні моменти змагальної діяльності. Управління формуванням спортивної мотивації в системі спортивного тренування, актуалізація мотивів при підготовці спортсменів до змагань - важлива частина роботи тренера в психологічному плані. Сформовані у займається мотиви, їх стійкість і інтенсивність прояву в спортивній діяльності представляється як фактор надійності спортсмена в найскладніших тренуваннях і змаганнях [18, 37].

Дослідники конкретної мотивації розрізняє два поняття: «мотивація діяльності» і «мотив дії». Така відмінність обумовлена тим, що ці рухи активності людини мають суттєві відмінності. Таким чином, мотивація являє собою більш широку (інтегральну) категорію, яка є «пружиною» діяльності. У спортивній діяльності мотивація стимулює спортсмена до тривалих занять певним видом спорту [9, 33]. Спортивна мотивація має когнітивну складову і емоційне забарвлення.

Мотив істотно відрізняється від мотивації [3]: має психологічний зміст; відображає внутрішній фон, де розгортаються процеси мотивації спортсмена.

Мотив формується, як правило, на основі потреби людини в конкретній діяльності. Створення ж спортивної мотивації відбувається тривалий час на основі підкріплення актуальних потреб.

Ставлення особистості до дійсності формується за законом причинно-наслідкових відносин. Між метою, поставленою людиною, і її реалізацією проходить досить тривалий час, в процесі якого формується і проявляється мотивація суб'єкта [16].

Спортивні єдиноборства, пов'язані з виконанням інтенсивних тренувальних завдань і психологічно важких змагань є полігоном людської діяльності, де спортивна мотивація проявляється яскраво, впливаючи на результати спортсмена [23, 34]. Вивчення особливостей спортивної мотивації, її прояви та формування, є актуальною і практично значущою проблемою теорії і методики спортивного тренування. При цьому, питання, пов'язані з управлінням спортивної мотивацією спортсменів, залишаються недостатньо розробленими [6; 17; 70].

Мотивація є ключовою характеристикою особистості спортсмена, що веде його до досягнення поставлених цілей. Відмінною особливістю спортивної мотивації є її активізуючий вплив на демонстрацію високих спортивних результатів. У складних змагальних умовах прагнення до перемоги може проявити спортсмен, мотивований на перемогу і володіє високо розвинутою мотивацією до досягнення успіху. Тренер, що не бачить мотивації спортсмена, його провідних мотивів для заняття спортом не зможе успішно підготувати його до досягнення високих результатів.

Між силою спортивної мотивації і проявом спортсменом вольових зусиль існує прямий взаємозв'язок. При цьому для прояву спортсменом вольових зусиль стимулююча роль його внутрішньої мотивації повинна бути сильніше, ніж роль зовнішньої установки, що виходить від тренера.

Мотивація поведінки спортсмена неможлива поза межами його емоційної сфери. В цьому проявляється зв'язок мотивації і емоцій спортсмена, що вказує на те, що при управлінні спортивної мотивацією

спортсмена слід враховувати характер емоційного стану. Мотивація є суб'єктивним проявом особистості [18, 23].

Дослідники мотивації [17, 25, 36] стверджують, що лише мотивовану спортсмен досягає високих результатів у своїй діяльності. Тільки такий спортсмен здатний на максимальний прояв своїх фізичних і психічних сил.

При організації підготовки спортсменів до змагань ще не знайшло широкого застосування вивчення динаміки ставлення до занять спортом в змагальному періоді. Динаміка відносини юних спортсменів до тренувальної та змагальної діяльності може залежати від результатів виступу на змаганні і також впливати на підготовку до наступного змагання, на виступ і на кінцевий результат. В даний час невідомі характер динаміки і чинники, що визначають її у кожного спортсмена.

Ставлення спортсменів до змагальної діяльності має спрямованості на досягнення успіху і уникнення невдачі [17, 22, 25, 59]. Їх співвідношення спрямованості на досягнення успіху і уникнення невдачі на різних етапах занять спортом, а також в річному циклі тренування може бути різним і надавати неоднаковий вплив на результативність змагальної діяльності. У свою чергу, результати змагальної діяльності спортсмена можуть надавати двояке вплив на прагнення спортсмена до досягнення успіху і уникнення невдачі.

При переважанні у людини мотивації успіху над мотивацією уникнення невдачі результати будуть визначатися його психофізіологічними можливостями і результативність виконуваної людиною діяльності, як правило, низька [25, 32]. На підставі викладеного обов'язковою умовою високої результативності спортсмена буде переважання в структурі мотивації мотиву досягнення успіху. Це положення вказує тренеру, над чим треба працювати при формуванні спортивної мотивації.

Для підвищення надійності спортивної діяльності необхідно з перших днів занять формувати стійкий інтерес до спорту. Це відображено в дослідженнях спортивних психологів і педагогів [13; 18; 52].

Ставлення людини до занять спортом розглядається з позиції результативності в даній діяльності. Аналізуючи літературні джерела зі спортивної психології, виявлено що питання, пов'язані зі ставленням до спортивної діяльності, теоретично і експериментально недостатньо розроблені.

Активно-дієве ставлення до занять спортом включає совокупність мотивів, які посилюють дану діяльність, через підвищення працездатності спортсменів. Рівень сформованості мотивів у спортсмена можна вважати фактором надійності, який обумовлює демонстрацію спортсменом своєї підготовленості в умовах змагальної діяльності [9, 8, 13; 18, 29].

Складність вивчення відносин очевидна, оскільки вони утворюють інтимний світ суб'єкта, прихований від сторонніх поглядів, а часом невідомий і самому спортсмену. Складові компоненти ставлення людини до занять спортом можуть перебувати в тісному взаємозв'язку, що утруднить процес управління спортивної мотивацією.

Боротьба у всіх її різновидах, в тому числі і дзюдо, характеризується рядом вимог до спортсмена. Однак при цьому проявляється різноманітність думок фахівців про професійно важливі якості для досягнення успіхів в обраному виді боротьби. Тренери по боротьбі єдині в тому, що для досягнення високих спортивних результатів важливими є такі якості: 1) здатність до психорегуляції, вміння контролювати своє передстартовий стан; 2) стійке прагнення до перемоги; 3) високий рівень техніко-тактичної підготовленості [23, 45, 65].

Ставлення до занять спортом поряд зі здібностями є рушієм спортсмена, від нього багато в чому залежить досягнення високих результатів. Є істотні відмінності в досягненнях спортсменами результатів, що мають однаковий рівень спортивної майстерності, але різне ставлення до тренувальної та змагальної діяльності. Пов'язано це з тим, що саме спортивна мотивація є джерелом активності спортсмена, визначаючи відношення до тренувальних завдань, до змагань. Виходячи з цього, на думку ряду дослідників () в процесі

підготовки спортсменів має вдосконалюватися не тільки спортивну майстерність, а повинна приділятися увага управління процесом формування спортивної мотивації у спортсменів [10, 20, 33, 36, 46; 54].

1.2. Структура і зміст активно-дієвого відносини спортсменів до спортивної діяльності

Змістом навчально-тренувального процесу юних спортсменів повинні стати ціннісні відносини, під якими розуміється стійка виборча зв'язок учня зі спортивною діяльністю, коли діяльність набуває для спортсмена особистісний сенс.

У спорті, як правило, процес виховання і самовиховання спортсменів нерозривно пов'язаний з підвищенням спортивної майстерності, зберігаючи залежність від успіху і невдач змагальної діяльності. У відношенні котрі займаються до спорту виділяються наступні групи мотивів занять спортом в плані спортивного вдосконалення:

1. На початковій стадії заняття спортом мотиви визначаються дифузністю, динамікою включення юного спортсмена в новий для нього руховий режим. Юні спортсмени адаптуються до фізичних навантажень і до відносин в новому для них колективі - спортивній групі. Тому дуже важливим є контроль рухового режиму юних спортсменів і їх взаємини в колективі.

2. На стадії спортивної спеціалізації мотиви зміцнюються, приймаючи стійкий характер в разі сприятливих взаємин до спортивної групи і перших результатів в спорті. Психологічна атмосфера в групі, комунікативні здібності спортсмена і тренера є важливими факторами в становленні позитивного ставлення юних спортсменів до занять спортом.

3. На стадії вищої спортивної майстерності мотиви підпорядковані досягненню спортсменом найвищих результатів. Спортсмен на цій стадії у зв'язку з численними участю у змаганнях відчуває потребу в великих фізичних навантаженнях, а також долає психічні навантаження. Мотиви на цій стадії набувають високу стійкість і сталість прояву.

У міру досягнення високого рівня спортивної майстерності у спортсмена формується нове ставлення до занять спортом, яке стає його збудників (рушієм) до подальшого свого спортивного вдосконалення. Стійкі спонукання до занять спортом свідчать про формування і зміцнення у спортсменів ставлення до них, спонукають їх до підвищення спортивних результатів. На думку Г.Б. Горської талановитий юний спортсмен, який мріє стати майстром спорту, рекордсменом країни, чемпіоном світу або Олімпійських ігор, характеризується більш високим рівнем внутрішньої мотивації, яка є силою руху його до поставленої мети [5, 36].

Активна установка на фізичне самовдосконалення, розвиток дієвого ставлення до спорту навчається, повинна бути основою педагогічних і психологічних впливів.

Для тренера має бути важливим є знання того, що ж рухає спортсмена в його вдосконаленні і яким чином, якими засобами активізувати виявлення мотиви [17, 30]. Тільки той тренер, який озброєний інформацією про ставлення своїх вихованців до спорту, виступає як психолог і творець спортивного результату.

Останнім часом на діяльності спортсменів, на особливостях спортивної мотивації відбилося і те, що провідне місце в структурі їх особистості стали займати матеріальні цінності, що проявляється в спорті вищих досягнень [21, 34, 55].

Орієнтація спортсмена на матеріальні потреби може виступати як домінуючий фактор в структурі його відносин до спорту. Домінування матеріальних потреб в структурі відносини слід розглядати як негативний сигнал. Діяльність, що мотивується матеріальними потребами, не може бути постійно залучається.

Таким чином, матеріальна складова в загальній структурі мотивації не надає значного позитивного впливу на кінцеві результати спортивної боротьби в змаганнях. Звичайно, професійний спортсмен отримує певну плату за свою працю. І все ж, ми вважаємо, що ведуть потребами

висококласного спортсмена є духовні як надієвіші в досягненні найвищого результату в спорті.

Якщо тренер в курсі актуальних потреб, особливостей ставлення до спорту своїх вихованців, то він буде знати, як домогтися підвищення їх результатів за допомогою задоволення запитів і вимог спортсмена [6, 33, 57, 94].

Істотне місце в структурі ставлення до спорту займають потреби. Тренер може істотно підвищити результативність тренувальних занять і підготувати спортсмена до майбутнього змагання, знаючи сформованість спортсмена потреби в самоствердженні, самовираженні і апелюю до них [6, 13].

У ставленні до спорту дорослих спортсменів починають актуалізуватися чинники соціально-побутового характеру [23, 40].

Важливе значення у формуванні та збереженні активно-дійового ставлення до занять спортом, особливо юних спортсменів, мають зовнішні фактори: матеріально-технічні та побутові умови, психологічний клімат в колективі та ін. Від мікроклімату в колективі, в якому займається спортсмен, багато в чому залежить формування його спортивної мотивації. Залежно від відносин до нього товаришів по групі і тренера мотивація може посилюватися або слабшати [2, 17, 33, 68].

Процес оволодіння юними дзюдоїстами техніко-тактичною майстерністю є навчання різним діям: атакуючим, захисним і контратакуючим з подальшим їх вдосконаленням в процесі тренувальної діяльності і демонстрацією на змаганнях. В змагальних поєдинках перед спортсменом стоїть ряд тактичних і інших завдань, які потребують вирішення: провести розвідку, утримати ініціативу, демонструвати активність та ін. Однак далеко не всі спортсмени, які мають високу спортивну кваліфікацію, в достатній мірі володіють цим широким колом дій. Головне тут полягає в тому, що при вирішенні виникаючих в процесі поєдинку перед спортсменом завдань, значущою стає стійка мотивація до досягнення успіху.

Тренеру, необхідно навчити спортсмена способам вирішення, що виникають в ході змагання різних завдань. Наявність у спортсмена прогалин в спеціальній підготовці може відбитися негативно на його ставленні до змагальної діяльності [19; 26; 33; 82; 94].

З цього випливає, що вдосконалення спеціальної підготовки борців є одним із шляхів зміцнення відношення до змагальної діяльності.

Потреби спортсменів в оволодінні спеціальними знаннями і навичками іноді актуалізуються в більш зрілому віці, на думку А. В. Бобровського [33]. Це відбувається з підвищенням спеціальної підготовленості ймовірних суперників, а у спортсмена бракує необхідних знань і умінь. Тренер повинен вчасно виявити цей недолік і знайти шляхи і засоби для подальшого підвищення техніко-тактичної майстерності, що, безсумнівно, вплине на збереження впевненості у власних силах і високої мотивації спортсмена.

Наявність спортивних здібностей у дзюдоїстів, відсутність травм, успішні виступи на змаганнях сприяють формуванню ставлення до тренувальної та змагальної діяльності. У спортивній боротьбі, пов'язаної з отриманням травм, з проявом максимальних фізичних навантажень, вольових зусиль, проблема формування ставлення до занять спортом набуває особливого значення в роботі тренера. Коли у спортсмена домінують спонукальні підстави спортивної мотивації, він може долати больові відчуття і просуватися до перемоги в поєдинку. Стан здоров'я спортсмена є умовою формування і збереження мотивації, тому тренер повинен зберегти мотивацію спортсмена на високому рівні, проводячи профілактичні заходи, в тому числі для попередження захворювань. Інформація про майбутніх суперників у спортивній боротьбі має велике значення для формування позитивного ставлення до змагань і зміцнення передзмагання мотивації. Тренери повинні знати, як реагує спортсмен на того чи іншого майбутнього супротивника, яка його мотивація змагальної діяльності з таким суперником. Слід інформувати спортсмена про майбутніх суперників, про їх сильні сторони і недоліки з метою посилення відношення до майбутнього змагання. При підготовці до

конкретного змагання з урахуванням слабких і сильних сторін передбачуваного суперника буде ефективним використання змагальної моделі. В цьому випадку тренер, підвищуючи техніко тактичну підготовленість спортсмена до змагання, впливає на його ставлення до змагальної діяльності.

З практики спорту відомо багато прикладів досягнення високих результатів спортсменом на тренуваннях і демонстрацією низьких результатів на змаганнях. Ця проблема, часто виявляється в спорті, вимагає свого вирішення. Дуже часто таке явище буває, коли спортсмен виступає в іншому місті, в іншій країні. Вивчивши мотиваційну сферу особистості конкретного дзюдоїста, тренеру слід з'ясувати, чому на спортсменах негативно позначаються змагання. Причина - невірна підготовка, якщо не враховуються індивідуально-психологічні характеристики особистості того, хто навчається. Відомі випадки, коли завдяки глибоко індивідуалізованого побудови навчально-тренувального процесу в період підготовки до змагань спортсмену вдається долати негативний вплив на нього змагальних умов.

1.3. Специфіка активно-дієвих відносин в різних видах спортивної діяльності

Співвідносячи ставлення спортсмена до занять спортом і спортивну діяльність, що участь спортсмена в діяльності відомо мотивацією [21, 30; 41, 50]. У розумінні психологів мотивація - це властивість особистості, що характеризує силу і спрямованість активності людини. Мотивація визначається збігом потреб з предметом їх задоволення. Ця двоїстість мотивації відображає джерело динамічності і важкодоступність для її експериментального вивчення.

У спортивній діяльності роль мотивації в досягненні результатів проявляється досить відчутно. Мотивація є стрижневою характеристикою особистості спортсмена, яка веде його до досягнення поставленої мети,

впливаючи на всі процеси спортивної діяльності (реакція організму на навантаження, відновлювальні процеси, оволодіння новими рухами, прояв вольових зусиль). Особливістю спортивної мотивації - її прямиий вплив на передстартовий стан, поведінку спортсмена на змаганні і кінцевий результат.

Успішного виступу в складних змагальних умовах можна очікувати від мотивованого на результат спортсмена [3, 25, 27, 61, 63]. Не знаючи особливостей ставлення спортсмена до тренувальної та змагальної діяльності, неможливо підготувати його до високого спортивного майстерності і досягнення на змаганнях лідерських результатів, на що вказує ряд авторів [3, 20, 21, 23].

Пояснюється це тим, що джерелом активності спортсмена є його ставлення до спортивної діяльності. Таким чином, в процесі підготовки спортсменів не варто обмежуватися лише удосконаленням спортивної майстерності, необхідно, також, коригувати спортивну мотивацію займаються, зміцнювати і підтримувати. У той же час, це залишається проблемою для сучасної практики спортивної підготовки спортсменів.

Цікавило, що ж спонукає людину до самовдосконалення, що ж протягом довгих років направляє його активність [5, 17, 55, 84, 97]. Перед вченими і тренерами стоїть питання про необхідність вивчення мотиваційної сфери особистості спортсмена в процесі всього спортивного вдосконалення

Розглянемо прояв ставлення до занять спортом в різних видах спортивної діяльності. Активно-дієве ставлення до занять спортом, підкріплене емоціями і реальним програмуванням цілей, «є передумовою успіху» [33]. Співвідношення між мотивацією і підвищенням спортивних результатів можуть бути різні: так, в деяких складно-технічних видах спорту сильно виражена мотивація може дати негативний результат на змаганнях.

При підготовці спортсменів в настільному тенісі, спортивній боротьбі, боксі, гімнастиці, баскетболі і в інших видах спорту в процесі загальної психологічної підготовки найбільша увага приділяється формуванню у спортсменів мотивації до демонстрації високих результатів [4; 6; 18, 97].

У сильно мотивованого спортсмена може проявлятися високий рівень емоційного перенапруження, що може привести до дезорганізації дій спортсмена на змаганні. Звідси випливає педагогічна задача оптимального формування мотивації студентів.

У процесі підготовки спортсменів до конкретного змагання постає питання оптимального формування мотивації для участі. Важливі мотиви, якщо вони усвідомлюються спортсменом, є базою для прояву у нього стану спортивної готовності до конкретного змагання. При цьому особливого значення в відповідальних змаганнях необхідно приділяти суспільно значущим мотивам, зробити їх актуальними для спортсмена. У спортсмена може бути кілька мотивів участі в змаганні, деякі можуть бути загальними, інші - особистими.

У дівчат, що займаються художньою гімнастикою в спортивній школі, не сформовані стійкі мотиви занять спортом. Причини приходу дітей в спортивну школу досить різноманітні і не мають стрижневого мотиву. Для успішного оволодіння обраним видом спорту і досягнення ними високих спортивних результатів необхідно позитивне ставлення до спортивної діяльності [22, 78].

При підготовці спортсменів в системі багаторічної спортивної тренування тренер повинен приділяти належну увагу заходам виховного характеру, метою яких буде формування і збереження у спортсменів спортивної мотивації. Для виконання поступово ускладнюються тренувальних завдань від займаються потрібна наявність у них активно-дійового ставлення до спорту. Це дозволить їм долати труднощі, дотримуватися спортивний режим, проявляти відповідальність [6, 33, 51, 94].

Сформовані у спортсменів мотиви роблять позитивний вплив на результати з перших днів занять [9, 87, 93]. Автором описана взаємозв'язок мотивів з деякими особистісними особливостями спортсмена, що має враховуватися при формуванні мотивів. Посилення спортивної мотивації пов'язується зі спортивним удосконаленням.

Необхідність вивчення мотиваційно-потребової сфери особистості спортсмена обумовлена тим, що «особистісний сенс» занять спортом визначає домінуючий мотив, який на перших тренуваннях може не усвідомлювати. Психологічна готовність спортсмена до змагальної діяльності створюється в тих випадках, коли спортивна діяльність є для нього особистісно-значущою [15, 60, 83, 103].

Ставлення до майбутнього змагання пов'язано з тактичної діяльністю спортсмена. Мабуть, характер відносини до змагання визначає характер тактичної діяльності. Так, спортсмени з мотивацією досягнення успіху воліють атакуючий стиль: у них переважають атакуючі дії. Спортсмени з вираженою мотивацією уникнення невдачі в поєдинку за краще захисні дії, а також дії на контратаках [3; 13; 59; 84].

На етапі підготовки до змагань у спортсменів необхідно формування суспільно значущих мотивів участі.

При управлінні формуванням спортивної мотивації у юних боксерів до занять істотне значення приділяється розвитку у них позитивного активно-дійового ставлення до тренувань з перших днів [27, 49]. Дослідник показав відмінності в стійкості і зміст спортивної мотивації у боксерів різної кваліфікації: підвищується рівень мотивації спортивної діяльності з підвищенням спортивної кваліфікації. Істотний вплив на формування мотивації надають властивості нервових процесів - сила і врівноваженість.

Результати виступу борців на змаганнях високого рангу багато в чому визначаються силою мотивації. Сформованість спонукальних підстав мотивації спортсмена дозволяє прогнозувати результати участі в змаганні.

Цілі занять спортом або посилюються, або послаблюються. Знання динаміки спортивної мотивації і факторів, що впливають на неї, дозволить нею ж найбільш продуктивно управляти мотивацією.

Взаємозв'язок рівня сформованості спортивної мотивації дзюдоїстів з результативністю змагальної діяльності. У міру зростання спортивної майстерності дзюдоїстів спортивна мотивація посилюється. Однак можливо

її ослаблення, яке обумовлено низькою змагальною результативністю.

Особливості формування активно - дієвого відносини дзюдоїстів до спортивної діяльності. Підготовці спортсменів єдиноборців, в тому числі і дзюдоїстів, до змагань пов'язані з формуванням і збереженням відносини юних дзюдоїстів до тренувальної та змагальної діяльності в змагальному періоді річного циклу тренування, не вирішені. Це ускладнює роботу тренера по формуванню активно-дієвого відносини юних дзюдоїстів до занять спортом.

Формування у спортсменів позитивного ставлення до занять спортом і виступу на змаганнях є одним із завдань психологічної підготовки. Однак не всі дослідники приділяють належну увагу дослідженню цього феномена, а тим більше управління в змагальному періоді річного циклу тренування, де змагання є сильнодіючим фактором, що впливає на особистість. Процес формування у людини відносини, властивості - це цілеспрямована робота щодо вирішення низки завдань (освітніх, виховних) [33, 77, 83, 91].

Метою багатьох дзюдоїстів є спортивне вдосконалення і досягнення максимально можливого результату, а це реально тільки при наявності умов стійкої спортивної мотивації. У зв'язку з цим одне із завдань психологічної підготовки спортсменів формування у них з перших занять активно-дійового ставлення до тренувальної та змагальної діяльності [15, 16, 29, 47].

Підготовці дзюдоїстів різної кваліфікації присвячений ряд досліджень [8, 64, 65, 72], в яких значна увага приділяється реалізації принципу індивідуалізації, управління передстартовим станом спортсмена, формування психологічної готовності до змагання. Аналіз цих робіт дозволяє зробити висновок, що в них відсутні дослідження по вивченню динаміки відносини до змагань і тренувальних занять у дзюдоїстів в змагальному періоді річного циклу тренування, не розкривається значимість результатів змагальної діяльності щодо борців до спортивної діяльності в змагальному періоді.

Ставлення людини до діяльності розглядається в літературі через призму мотивації, яка цікавила вчених, які поставили перед собою виявити вплив на поведінку людини, взаємозв'язок з особистісними якостями і з

емоціями, формування, управління, значимість у виборі діяльності та в її результативності діяльності [1, 15, 21, 47, 92, 111].

Проведений аналіз спеціальної літератури, присвяченій підготовці спортсменів, зокрема дзюдоїстів, і ставлення до занять спортом, дозволяє зробити висновок наступне. Ставлення це складне формування особистості зі своєю структурою, яке має двосторонні взаємозв'язку.

У тренувальному процесі дзюдоїстів недостатньо часу приділяється формуванню відносини спортсмена до різних аспектів спортивної діяльності, її взаємозв'язку з змагальними результатами.

У літературних джерелах відображені специфічні особливості мотивації спортсменів з урахуванням виду спорту та спортивної кваліфікації.

Існують практичні рекомендації, кошти, методи формувати ваня спортивної мотивації у спортсменів різної кваліфікації. Для їх використання при формуванні активно-дієвого відносини у юних дзюдоїстів до занять спортом в змагальному періоді необхідна ретельна переробка.

В літературі не знайшли відображення такі моменти: вивчення динаміки ставлення до занять спортом у юних дзюдоїстів при підготовці до змагань, в процесі змагання і після змагань, а також в перехідному періоді. Цілком очевидно, що характер ставлення до занять спортом на різних відрізках спортивної підготовки матиме істотні відмінності.

Звісно ж важливим виявлення чинників, що впливають на формування і збереження у юних дзюдоїстів відношення до тренувальної та змагальної діяльності в змагальному періоді. Знання цих факторів буде необхідною умовою для теоретичного обґрунтування методики формування і збереження активно-дієвого відносини юних дзюдоїстів до тренувальної та змагальної діяльності.

У плані формування активно-дієвого відносини у юних дзюдоїстів до спортивної діяльності є важливим взаємозв'язок його з індивідуально-психологічними особливостями особистості (характером, самооцінкою), а також з результатами виступу їх на змаганнях.

Дозволу виявлених прогалин, що мають безпосереднє практичне значення при підготовці юних дзюдоїстів, і присвячене дане дослідження.

РОЗДІЛ 2.

МАТЕРІАЛ, МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕНЬ

2.1. Методи дослідження

Для вирішення поставлених завдань використано такі методи дослідження: аналіз і узагальнення літературних даних з проблеми відносини спортсменів до занять спортом; анкетування; педагогічне спостереження; опитування; педагогічний експеримент; методи математичної статистики.

2.1.1 Аналіз науково-методичної літератури

Аналіз літературних даних проводився з метою вивчення стану проблеми формування і збереження спортивної мотивації в різних видах спорту, зокрема в спортивних єдиноборствах і боротьбі дзюдо. Виявлялися шляхи і засоби для формування і збереження мотивації у спортсменів в системі багаторічної спортивної тренування. Основна увага приділялася пошуку чинників, що впливають на виникнення спортивної мотивації, і особливостям спортивної мотивації, а також шляхам її зміцнення.

2.1.2 Педагогічне спостереження застосовувалося з метою виявлення результативності змагальної діяльності у дзюдоїстів. В процесі змагальної сутички фіксувалися виконуються і невиконані прийоми дзюдоїстів. Показник результативності виявлявся шляхом ділення кількості виконаних (оцінених) прийомів на виконувани (неоціненні) прийоми. За допомогою спостереження виявлялися особливості поведінки дзюдоїстів на тренуваннях і змаганнях, що характеризують їхнє ставлення до спортивної діяльності.

2.1.3. Анкетування проводилося з метою виявлення чинників, що визначають ставлення дзюдоїстів до спортивної діяльності, була розроблена анкета, що включає 23 питання. За результатами проведеного опитування нами були виявлені фактори, що впливають на виникнення, ослаблення, формування у юних дзюдоїстів відношення до тренувальної та змагальної діяльності в змагальному періоді.

2.1.4. Опитування проводилося нами при вивченні ставлення до спортивної діяльності і деяких індивідуально-психологічних особливостей

особистості дзюдоїстів.

Для вивчення спрямованості змагальної мотивації дзюдоїстів використовувався опитувальник Г. Д. Бабушкіна та ін., Що дозволяє визначити спрямованість відносини на «досягнення успіху» і на «уникнення невдачі» [14].

Для вивчення ставлення дзюдоїстів до тренувальної та змагальної діяльності використовувався розроблений нами опитувальник.

Для вивчення мотивів занять спортом використовувалася методика А. В. Шаболтас, за допомогою якої виявлялася сформованість наступних мотивів: 1) емоційного задоволення; 2) соціального самоствердження; 3) фізичного самоствердження; 4) соціально-емоційний; 5) соціально-моральний; 6) досягнення успіху в спорті; 7) спортивно-пізнавальний; 8) раціонально-вольовий (рекреаційний); 9) підготовки до професійної діяльності; 10) цивільно-патріотичний.

У структурі ставлення до занять спортом істотне значення має вираженість у спортсмена прагнення до досягнення високих результатів.

2.1.5. Річний педагогічний експеримент проводили для перевірки ефективності розробленої нами методики управління формуванням відносини юних дзюдоїстів до спортивної діяльності на базі СДЮСШОР. Було сформовано дві групи юних дзюдоїстів. За 12 дзюдоїстів в експериментальній і контрольній групах займалися в учебно-тренувальних групах 1-2-го років навчання. У першій з них групі використовувалася розроблена нами методика. Робота з дзюдоїстами здійснювалася на п'яти предсоревновательних етапах протягом року. Результати експерименту фіксувалися до і після кожного змагання. Робота з контрольною групою здійснювалася за програмою для СДЮСШОР.

2.1.6. Методи математичної статистики

Обробка отриманих даних проводилася традиційними методами математичної статистики. Статистична значимість відмінностей між середніми для малих вибірок проводилася з використанням

непараметричного критерію Манна-Уїтні і однофакторного дисперсійного аналізу по Фрідману. Крім того застосовувався t-критерій Стьюдента. Для оцінки ступеня зв'язку між змінними використовували коефіцієнти кореляції Брава-Пірсона та Спірмена.

2.2 Організація дослідження

У дослідженні взяли участь 60 дзюдоїстів масових розрядів у віці 12-15 років, 20 дзюдоїстів у віці 18-25 років високої спортивної кваліфікації (КМС і МС).

Педагогічний експеримент проводився на базі СДЮСШОР. В експерименті взяли участь дзюдоїсти у віці 12-13 років експериментальної та контрольної по 12 чоловік у кожній. Дзюдоїсти брали участь в п'яти змаганнях протягом педагогічного експерименту

РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ТА ЇХ ОБГОВОРЕННЯ

3.1. Аналіз змісту активно-дійового ставлення до спортивної діяльності дзюдоїстів різної кваліфікації

Ми вважали, що результативність змагальної діяльності дзюдоїстів і ставлення до змагальної і тренувальної діяльності взаємопов'язані. Результати виступів спортсменів на змаганнях можуть посилювати чи послаблювати мотивацію до занять спортом. Для перевірки цього припущення ми вивчили ставлення до занять спортом у дзюдоїстів різної кваліфікації. Виявлялися такі характеристики ставлення до тренувань: мотивація на досягнення успіху і на уникнення невдачі; орієнтація спортсменів на задоволення конкретних потреб; інтерес до спорту (дзюдо); вираженість відносини дзюдоїстів до тренувальної та змагальної діяльності; ставлення до майбутнього змагання; прагнення до досягнення високих результатів; потреба в самовдосконаленні.

Для вивчення і розуміння актуальності нашого дослідження і оцінки відносини дзюдоїстів 12-13 років до спортивної діяльності в змагальному періоді ми вивчали дану проблему, в тому числі і на контингенті дорослих спортсменів (мс, кмс). Інакше неможливо уявити повну ясність і розуміння особливостей даної проблеми.

У дослідженні взяли участь п'ять груп дзюдоїстів, що розрізняються спортивною кваліфікацією: перша група - новачки, перший і другий роки занять в групах початкової підготовки; друга група - учні навчально-тренувальних груп, що мають 1-й та 2-й юнацькі розряди; третя група - дорослі дзюдоїсти, які мають 1-й розряд; четверта група - дорослі дзюдоїсти, які мають звання кандидата в майстри спорту; п'ята група - дорослі дзюдоїсти, майстри спорту. Результати представлені в табл. 3.1.

Таблиця 3.1.

Ставлення дзюдоїстів до занять спортом, бали

№	Показник відношення	Групи спортсменів					P між
		Початківці, n=20	1-й, 2-й юніори n=25	1-й дорослий розряд, n=15	КМС, n=10	МС, n=10	
1	К1 – орієнтація на духовні потреби	2,3 ±0,05	2,5 ±0,06	2,9 ±0,08	3,8±0,08	4,5±0,08	3 і 4 <0,01
2	К2 – орієнтація на матеріальні потреби	2,2 ±0,05	2,6 ±0,06	3,2 ±0,07	3,8±0,08	4,7±0,06	4 і 5 <0,05 3 і 4 <0,05
3	К3 – орієнтація на соціальний побут	2,6 ±0,04	3,1 ±0,06	3,5 ±0,06	4,3±0,07	4,5±0,07	1 і 3 <0,05 2 і 4 <0,05
4	К4 – орієнтація на поповнення знань	3,1 ±0,05	3,3 ±0,06	3,5 ±0,05	4,2±0,07	4,1±0,06	2 і 5 <0,05
5	К5 – орієнтація на відсутність больових відчуттів	2,1 ±0,04	3,3 ±0,05	3,9 ±0,05	3,7±0,06	4,1±0,06	2 і 4 <0,05 1 і 2 <0,05
6	К6 – орієнтація на накопичення відомостей про супротивника	2,3±0,04	3,5±0,05	3,7 ±0,06	4,2±0,04	4,3±0,05	3 і 5 <0,05 1 і 2 <0,05
7	К7 – орієнтація на відсутність психогенних впливів	1,9±0,05	2,5±0,05	3,4±0,06	3,8±0,06	4,1±0,05	3 і 5 < 0,05 1 і 3 < 0,01
8	Спрямованість: – на досягнення успіху	6,2±0,24	6,3±0,29	6,7±0,28	7,2±0,26	7,8±0,17	3 і 5 <0,05 1 і 4 <0,05
	– на уникнення невдачі	6,7± 0,05	5,8±0,08	5,0±0,08	4,6±0,07	4,3±0,05	3 і 5 <0,05 1 і 5 <0,01
9	спрямованість: – на тренувальний процес	6,6±0,07	5,8±0,09	5,4±0,05	4,5±0,04	4,4±0,03	3 і 5 <0,05 1 і 4 <0,01
	– на змагальний	3,4± 0,05	4,1±0,05	6,8±0,07	7,6±0,07	7,6±0,08	3 і 5 <0,05 1 і 4 <0,01
10	Інтерес до спорту	26,8±2,3	27,5±2,4	28,9±3,1	31,3±3,2	32,0± 3,4	3 і 4 <0,05 1 і 4 <0,01
11	Ставлення до майбутнього змагання: – впевненість	5,3± 0,4	5,3±0,5	7,4± 0,5	8,6± 0,9	8,9 ±0,9	1 і 3 < 0,01
	– сприйняття супротивників	5,2± 0,4	5,3±0,5	6,1 ±0,5	7,8±0,7	8,2±0,7	1 і 3 <0,01

– бажання брати участь в змаганні	5,6± 0,4	6,1±0,5	6,3±0,6	7,0±0,6	7,8 ±0,8	1и3< 0,05
– оцінка спортсмена іншими людьми	3,3± 0,2	3,4 ±0,3	3,2 ±0,2	2,7±0,2	3,5 ±0,3	3 і 4< 0,05 4 і 5< 0,05

У новачків і борців юнацьких розрядів структура відношення до спортивної діяльності принципово не відрізняється. Спортсмени груп новачків і студентів з 1-м і 2-м юнацькими розрядами мають низький ступінь вираженості спонукальних (K1і K2), базисних (K3, K4, K5) і процесуальних (K6, K7) підстав, так як у них досвіду змагальної боротьби. Матеріальні і духовні потреби юних дзюдоїстів ще не зайняли провідного місця в структурі ставлення до занять спортом в порівнянні з дорослими спортсменами - майстрами спорту.

У міру спортивного вдосконалення в структурі відносини дзюдоїстів до спортивної діяльності проявляється тенденція підвищення направ- лінощів на духовні і матеріальні потреби. У групі майстрів спорту їх вираженість склала 4,5 і 4,7 бали відповідно з п'яти можливих.

У групах кандидатів в майстри спорту і майстрів спорту посилюється спрямованість на отримання знань, орієнтованих на відсутність больових відчуттів, що цілком виправдано: з ростом спортивної майстерності спеціальні знання стають необхідними для спортсменів.

У першій і другій групах (новачки і юнацькому розряди) орієнтація на отримання спеціальних знань більш виражена в порівнянні з іншими компонентами орієнтацій. Для них стає важливим отримання нових знань, оволодіння новими прийомами боротьби, тактикою ведення бою і ін.

Спортсмени високої спортивної кваліфікації (КМС і МС) володіють достатніми знаннями з тактики ведення боротьби, тому для них не є першорядним вдосконалення техніки на основі теоретичних знань. Швидше за все, спонукальні підстави складають ядро відношення до спортивної

діяльності.

Проведене нами дослідження виявило низький ступінь вираженості базисних підстав - орієнтацію юних дзюдоїстів на духовні і матеріальні потреби в порівнянні зі спортсменами високої кваліфікації.

У групі новачків недостатньо виражена орієнтація на досягнення успіху (6,1 бали) і переважає орієнтація на уникнення невдачі (6,7 бали), що вважається пропуском в їх психологічній підготовці.

У групі кандидатів в майстри спорту і майстрів спорту орієнтація на досягнення успіху значно вище - становить 7,7 бали, орієнтація на уникнення невдачі значно нижче, ніж в групі новачків і юнацьких розрядів, і становить 4,4 бали. Виходячи з отриманих даних, можна ре- рекомендували тренерам виявляти ставлення до змагальної діяльності у юних формувати у юних спортсменів орієнтацію на досягнення успіху.

Таблиця 3.2

Базові фактори активно-дійового ставлення до спортивної діяльності дзюдоїстів в різній кваліфікації

№	Спортивна кваліфікація	Базовий фактор
1.	Початківці	Інтерес до занять, до нового
2.	Масові розряди	Внутрішньо-групове навчання
3.	Перший спортивний розряд	Орієнтація на заохочення
4.	Кандидат в майстри спорту	Направленість на досягнення успіху
5.	Майстер спорту	Матеріальна потреба

У дослідженні виявлена тенденція, яка полягає в тому, що в міру спортивного вдосконалення у спортсменів знижується орієнтація на тренувальну діяльність і підвищується орієнтація на змагальну діяльність. В цьому є сенс. Адже дорослі кваліфіковані спортсмени оволоділи необхідними прийомами боротьби, обрали тактику ведення бою і тепер їх головним

завданням є підготовка до змагань і участь в них. Здається, така тенденція характерна для спортивної діяльності.

Суттєве значення в структурі відносини дзюдоїстів до спортивної діяльності має інтерес до спорту як суб'єктивне відображення свого ставлення до спорту. Для спортсменів першої і другої груп характерний нестійкий характер (26-27 балів з 32 можливих). Нестійкий інтерес до спорту є основною причиною відсіву юних спортсменів. Для спортсменів високої кваліфікації (кандидати в майстри спорту і майстри спорту) характерний стійкий інтерес до спорту - 31,3 і 32 бали відповідно. З нестійким і недостатньо стійким інтересом спортсмени переходять в інший вид спорту або йдуть взагалі зі спорту, тому вихованці зі стійким спортивним інтересом досягають високих результатів. Таким чином, можна зробити висновок, що одним із завдань тренера є формування у вихованця стійкого інтересу до спорту з самого початку занять. Досягаються спортсменом результати в спорті сприяють зміцненню інтересу до самих тренувань.

У ставленні до занять спортом проявляється емоційний стан спортсмена. Вони можуть бути взаємопов'язані між собою. Для вивчення ставлення до занять спортом і емоційного стану ми використовували методику «градусник» Ю. Я. Кисельова. У дослідженні взяло участь

80 дзюдоїстів різної кваліфікації. Опитування дзюдоїстів проводився спочатку змагального періоду (табл. 3.3).

Таблиця 3.3

**Ставлення дзюдоїстів до спортивної діяльності
за методикою Ю. Я. Кисельова, бали**

Показник відношення	Групи спортсменів					P
	Початківці, n = 20	Юніори n = 25	1 розряд, n = 15	КМС, n = 10	МС, n = 10	
1. Самопочуття	6,7 ± 0,6	7,2 ± 0,6	6,8 ± 0,6	7,7 ± 0,7	8,2 ± 0,7	4-5 < 0,05 1-2 < 0,05
2. Активність	7,1 ± 0,6	8,1 ± 0,8	7,2 ± 0,8	7,8 ± 0,7	8,1 ± 0,8	4-5 < 0,5 2-3 < 0,05

3. Настрій	7,1 ± 0,7	7,7 ± 0,6	6,9 ± 0,5	8,1 ± 0,7	8,3 ± 0,7	3-4 < 0,05 3-4 < 0,05
4. Жага до тренувань	8,4 ± 0,7	7,7 ± 0,8	7,4 ± 0,6	7,5 ± 0,7	7,4 ± 0,6	3-4 < 0,05 1-3 < 0,05
5. Задоволеність тренувальним процесом	7,3 ± 0,6	7,1 ± 0,7	8,1 ± 0,8	8,2 ± 0,7	8,2 ± 0,7	2-5 < 0,05 1-4 < 0,05
6. Відношення з товаришами	7,9 ± 0,6	7,6 ± 0,7	6,9 ± 0,7	7,3 ± 0,6	7,2 ± 0,5	3-5 < 0,05 1-4 < 0,05
7. Відношення з тренером	8,3 ± 0,5	8,1 ± 0,6	6,7 ± 0,6	7,0 ± 0,6	7,2 ± 0,5	2-5 < 0,05 1-4 < 0,05
8. Жага до змагань	8,4 ± 0,7	7,9 ± 0,7	7,8 ± 0,7	8,4 ± 0,6	8,5 ± 0,6	1-3 < 0,05 2-4 < 0,05

Ми припускаємо, що ставлення дзюдоїстів різної кваліфікації до занять спортом істотно розрізняються.

Результати дослідження демонструють наступне. Показники емоційного стану спортсменів (самопочуття, активність, настрій) значно вище у висококваліфікованих дзюдоїстів. В характері ставлення до окремих аспектів тренувальної та змагальної діяльності у дзюдоїстів різної кваліфікації ніякої тенденції не виявляється. У той же час зазначимо таке. Бажання тренуватися більш виражено в групах юних спортсменів, проте задоволеність тренувальним процесом у них трохи нижче, ніж в групах спортсменів високої кваліфікації. Бажання змагатися більш виражено в групах спортсменів високої кваліфікації.

Мабуть, невдалі виступи юних дзюдоїстів позначаються на ставленні до змагальної діяльності, причина яких, швидше за все, в прорахунках тренера з підготовки спортсменів до змагання. Юні дзюдоїсти були не готові до змагальної боротьби. Відносини з тренером і товаришами по команді в групі дорослих (висококваліфікованих спортсменів) значно гірше, ніж в групах юних дзюдоїстів.

Ми припустили, що деякі показники ставлення до спортивної діяльності залежать один від одного. Показники емоційного стану взаємопов'язані як в групі юних дзюдоїстів, так і в групі дорослих

спортсменів. Показники ставлення до тренувального процесу і до змагання взаємопов'язані в обох обстежених групах дзюдоїстів (крім відносин до тренера і товаришам).

Таблиця 3.4

Характер взаємозв'язку між компонентами активно-дієвих відносин юних дзюдоїстів (новачки, юнацькі розряди, n = 45)

Показник відношення	1	2	3	4	5	6	7	8
1. Самопочуття		0,9 **	0,8 **	0,7 **	0,26	0,73 **	0,24	0,66 **
2. Активність			0,7 **	0,81 **	0,47 **	0,36 *	0,28	0,72 **
3. Настрій				0,71 **	0,36 *	0,29	0,39 *	0,66 **
4. Жага до тренувань					0,68 **	0,56 **	0,65 **	0,58 **
5. Задоволеність тренувальним процесом						0,59 **	0,71 **	0,38 *
6. Відношення з товаришами							0,25	0,3
7. Відношення з тренером								0,69 **
8. Жага до змагань								

Таблиця 3.5

Характер взаємозв'язку між компонентами активно-дієвих відносин дорослих дзюдоїстів (КМС і МС, n = 20)

Показник відношення	1	2	3	4	5	6	7	8
1. Самопочуття		0,66 **	0,71 **	0,65 **	0,62 **	0,26	0,3 *	0,6 **
2. Активність			0,69 **	0,56 **	0,67 **	0,26	0,47 **	0,72 **
3. Настрій				0,59 **	0,44 **	0,21	0,25	0,56 **
4. Жага до тренувань					0,58 **	0,22	0,35 *	0,67 **

5. Задоволеність тренувальним процесом						0,25	0,31	0,75**
6. Відношення з товаришами							0,03	0,12
7. Відношення з тренером								0,25
8. Жага до змагань								

Ми зробили спробу виявлення впливу психологічних факторів на ставлення юних дзюдоїстів до тренувальної діяльності. Проведення однофакторного аналізу за Фішером відображає достовірне вплив аналізованих факторів (табл.3.6). Достовірний вплив показано напівжирним шрифтом. На відношення дзюдоїстів до тренувальної діяльності впливають всі вивчені нами чинники. На сприйняття дзюдоїстами змагальної діяльності впливають більшою мірою лише емоційні чинники (самопочуття, активність, настрої).

У дзюдоїстів високої кваліфікації емоційні складові (самопочуття, активність, настрої) впливають на ставлення до тренувальної та змагальної діяльності.

Відносини до товаришів, тренерів не впливають на прояв ставлення до тренувального процесу та змагальної діяльності (табл. 3.7). Здається, для спортсменів високої кваліфікації характер міжособистісних взаємин не є значимим.

Таблиця 3.6

**Ставлення до спортивної діяльності юних дзюдоїстів (юнацькі розряди),
коефіцієнт Фішера**

Фактор	Відношення	
	до тренувального процесу	до змагальної діяльності
1. Самопочуття	Frac = 7,6 Fkr = 3,6	Frac = 4,4 Fkr = 4,3
2. Активність	Frac = 8,4 Fkr = 3,3	Frac = 4,3 Fkr = 3,4

3. Настрій	F_{рас} = 6,8 F_{кр} =4,2	F_{рас} = 5,6 F_{кр} =4,4
4.Задоволення тренувальним процесом	F_{рас} = 8,6 F_{кр} =3,6	F _{рас} = 3,4 F _{кр} =4,2
5. Відношення до друзів	F_{рас} = 6,7 F_{кр} =3,7	F _{рас} = 2,5 F _{кр} =4,4
6. Відношення з тренером	F_{рас} = 6,4 F_{кр} =4,7	F _{рас} = 2,4 F _{кр} =3,7

Таблиця 3.7

**Ставлення до спортивної діяльності дорослих дзюдоїстів (КМС і МС),
коефіцієнт Фішера**

Фактор	Відношення	
	до тренувального процесу	до змагальної діяльності
1. Самопочуття	F_{рас} = 5,7 F_{кр} =3,7	F_{рас} = 6,5 F_{кр} =4,9
2. Активність	F_{рас} =7,8 F_{кр} =3,7	F_{рас} = 8,6 F_{кр} =3,8
3. Настрій	F_{рас} = 8,6 F_{кр} =4,7	F_{рас} = 4,7 F_{кр} =4,2
4.Задоволення тренувальним процесом	F_{рас} = 7,4 F_{кр} =4,5	F _{рас} = 4,6 F _{кр} =4,8
5. Відношення до друзів	F _{рас} = 2,5 F _{кр} =4,4	F _{рас} = 3,2 F _{кр} =4,5
6. Відношення з тренером	F _{рас} = 3,5 F _{кр} =4,7	F _{рас} = 2,7 F _{кр} =3,8

За результатами цього дослідження коефіцієнти K1 і K2 вище у борців, які вже досягли високих результатів.

У структурі ставлення до змагальної діяльності новачки прагнуть уникнути невдачі (6,7 бали) більше, ніж досягти успіху (6,1 балу). Істотні зміни в даному аспекті виявлені у спортсменів старших розрядів. У майстрів спорту і кандидатів в майстри спрямованість на досягнення перемоги дорівнює 7,3 бали, на уникнення невдачі - 4,7 бали. У структурі ставлення до спортивної діяльності проявляється наступна тенденція: спрямованість на змагальну діяльність підвищується, спрямованість на тренувальний процес

знижується, в результаті підвищення рівня спортивної майстерності. Так, якщо у юних спортсменів переважає спрямованість на тренувальний процес, то у дорослих спортсменів високої кваліфікації - спрямованість на змагальну діяльність. Такий процес можна вважати закономірною тенденцією. Змагання вважаються основним напрямком в діяльності спортсменів високої кваліфікації (третья, четверта і п'ята групи), так як вони досконало володіють технічними прийомами.

Проаналізувавши інтерес дзюдоїстів до спорту, з'ясували наступне. У спортсменів низької кваліфікації (перша і друга групи) йому властивий нестійкий характер (26-27 балів), що і є фактором відсіву юних спортсменів на етапі початкової спортивної спеціалізації. Інтерес вважається стійким лише у спортсменів високої кваліфікації (кандидати і майстри спорту). Отже, можна зробити висновок, що саме спортсмени зі стійким спортивним інтересом досягають високого рівня спортивної майстерності. Виходячи з цього, одним із завдань по формуванню у юних дзюдоїстів ставлення до занять спортом є становлення стійкого інтересу до спорту з самого початку занять спортом.

Ми припускаємо, що результативність змагальної діяльності дзюдоїстів пов'язана з характером відносини до тренувальної та змагальної діяльності. Можна припустити, що взаємозв'язок між ними буде неоднаковою у спортсменів різної кваліфікації. З метою перевірки цього припущення були взяті дві групи дзюдоїстів, що розрізняються орієнтацією на досягнення успіху і на уникнення невдачі (рис. 3.1).

Аналіз результатів цих двох груп показав, що результативність змагальної діяльності дзюдоїстів пов'язана з рівнем спортивної кваліфікації суперника: коефіцієнт результативності дзюдоїстів нижче при зустрічі з суперником більш високою підготовленості. Такий взаємозв'язок виявлена у дзюдоїстів різної кваліфікації.

Аналіз спрямованості змагальної мотивації дзюдоїстів і результативності в сутичках з суперниками різного підготовленості показав,

що спортсмени обох груп з урахуванням спортивної кваліфікації з урахуванням спрямованості змагальної мотивації мають істотні відмінності в результативності в змагальній діяльності.

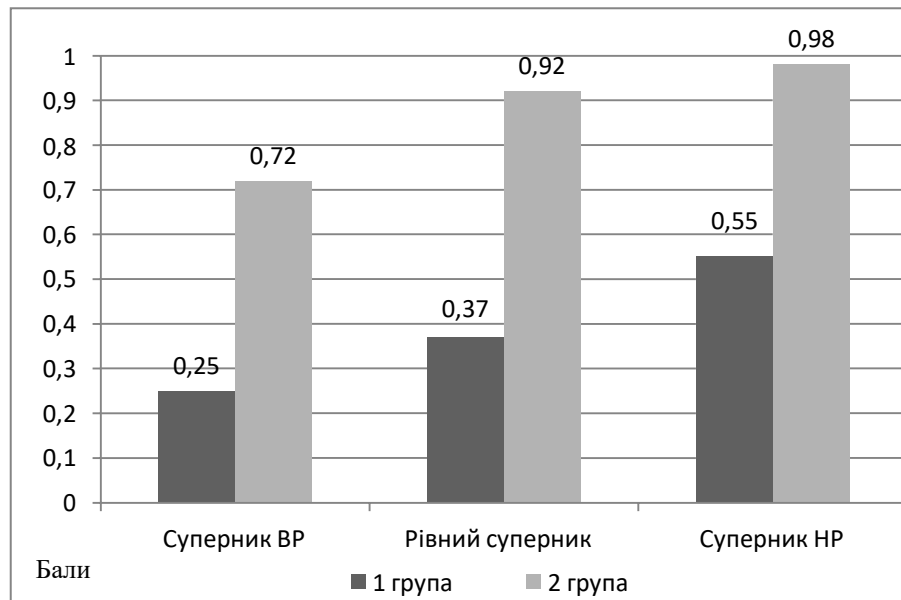


Рис. 3.1. Результативність змагальної діяльності дзюдоїстів з спрямованістю мотивації на досягнення успіху, коефіцієнт

Умовні позначення: ВР - вищого розряду; НР - нижчого розряду

При орієнтації борців на досягнення успіху результативність їх діяльності в сутичках з різними суперниками достовірно вище ($P < 0,05 - 0,01$), ніж при орієнтації борців на уникнення невдачі, тому дуже значимо сформувані у новачків прагнення до досягнення успіху.

Було встановлено, що в першій групі юних дзюдоїстів коефіцієнт результативності змагальної діяльності з орієнтацією на досягнення успіху склав $r = 0,37$, з орієнтацією на уникнення невдачі $r = 0,25$. У другій групі спортсменів коефіцієнти складають $r = 0,92$ ($P < 0,0$) і $r = 0,78$ ($P < 0,05$) відповідно. Отже, орієнтація дзюдоїстів високої кваліфікації на досягнення успіху в змаганнях впливає на результативність.

Далі були сформовані дві групи дзюдоїстів за ступенем вираженості орієнтації на досягнення успіху:

1. Перша група - 10 дзюдоїстів високої спортивної кваліфікації (майстри спорту, які досягли високих результатів у спорті).

2. Друга група - 15 дзюдоїстів з переважанням орієнтації на уникнення невдачі (спортсмени, які мають кваліфікацію 1-го розряду і звання кандидата в майстри спорту, але не займають високих місць в змаганнях). Дзюдоїсти обох груп займалися спортом 5-7 років.

Аналіз результатів дослідження та проведення бесід з дзюдоїстами показали, що вираженість аналізованих складових відношення до змагальної діяльності в першій групі характеризується наступним чином: орієнтація на досягнення успіху значно вище, ніж орієнтація на уникнення невдачі, - менше 4 балів. Спортсмени, які прагнуть до успіху, до перемоги, впевнені в своїх силах незалежно від підготовленості суперників (до початку змагання і в процесі поєдинків). Самооцінка таких борців незначно завищена (0,75). Для них характерно очікування схвалення своїх дій не тільки тренером, а й товаришами по команді. Передстартовий стан спортсменів визначається зосередженістю і стійкістю уваги на боротьбі.

Уникнення невдачі - мета змагальної діяльності іншої групи дзюдоїстів. Спортсмени цієї групи не впевнені в майбутньому бою, їх самооцінка занижена (0,26). Найчастіше (67%) вони, як правило, програють сутичку.

Отже, дзюдоїсти цих двох груп поводяться на змаганнях по-різному:

1-а група - при невдалому виступі хочуть відігратися в наступному (пояснюють свої досягнення гарною підготовленістю до змагання і наявними у них можливостями);

2-а група не відчувають бажання зустрічатися з суперником (пояснюють свої невдачі зовнішніми обставинами, у випадках невдалого результату вони вдаються до аналізу своєї підготовленості).

Інший аспект відносини дзюдоїстів до спортивної діяльності-спрямованість відносини на тренувальну і змагальну діяльність. Були сформовані дві групи: перша - з спрямованістю відносини на тренувальну діяльність; друга - з вираженою спрямованістю відносини на змагальну

діяльність. Враховувався масштаб змагання і рівень спортивної кваліфікації суперника.

В результаті виявлено значні відмінності в результативності змагальної діяльності дзюдоїстів з неоднаковою спрямованістю відношення до тренувальної або змагальної діяльності. Виявлена тенденція характерна при виступі дзюдоїстів на всіх реєстрованих нами змаганнях. Згідно з проведеним аналізом, спрямованість відносини дзюдоїстів на змагальну діяльність впливає на результативність. Це положення підтвердилося при визначенні взаємозв'язку між характером ставлення до занять спортом і результативністю змагальної діяльності дзюдоїстів.

Коефіцієнт результативності спортсменів визначався в сутичці з противником однаковою спортивною підготовленості (кваліфікації). У групі спортсменів з другими і першими спортивними розрядами, коефіцієнти кореляції склали $r = 0,21$ і $r = 0,56$ ($P < 0,05$) відповідно. У другій групі спортсменів високої спортивної кваліфікації - $r = 0,59$ ($P < 0,05$) і $r = 0,83$ ($P < 0,01$) відповідно.

Підводячи підсумок проведеного аналізу, можна сказати про неоднозначне вплив характеру відносини дзюдоїстів до занять спортом на результативність їх змагальної діяльності. Найбільша значимість відношення до змагальної діяльності характерна для дзюдоїстів високої кваліфікації

Таким чином, ставлення дзюдоїстів до занять спортом як складність самовиховання включає в себе орієнтацію на досягнення успіху і уникнення невдачі, на тренувальну і змагальну діяльність, орієнтація на духовні і матеріальні потреби, соціальний побут і поповнення спеціальних знань, а також інтерес до спорту .

Змагальний період з багаторазовим участю спортсменів в змаганнях характеризується високої фізичної та психічної навантаженнями. Беручи участь в змаганнях, спортсмени не завжди досягають поставлених цілей, що може позначатися на їх самопочутті, активності, настрої, ставлення до змагань, тренувань.

Зростання спортивних результатів і нестабільність їх прояви викликають суб'єктивні переживання по відношенню до спортивної діяльності і перегляд своїх установок до занять спортом. У зв'язку з цим збільшується і знання індивідуальних особливостей особистості дзюдоїстів, їх психологічних і фізичних можливостей, важливих для результативності та надійності спортсменів в змагальній діяльності.

Після аналізу літературних джерел не було виявлено доведених фактів, які свідчать про вплив результативності змагальної діяльності в єдиноборствах на формування і збереження позитивного ставлення до занять спортом в змагальному періоді. Питання полягає також в тому, який характер цього впливу на спортсменів різної кваліфікації: переможців, призерів змагань і які є такими.

Ми припустили, що результати, виявлені спортсменами на змаганнях, вплинули на прояв відношення до спортивної діяльності. При цьому характер цього впливу, в свою чергу, може залежати результатів участі в змаганнях і від кваліфікації спортсмена.

В ході вивчення характеру ставлення до занять спортом ми визнали такі орієнтації: на тренувальну діяльність; змагальну діяльність; уникнення невдачі; досягнення успіху; досягнення високих результатів; задоволення матеріальних потреб; задоволення духовних потреб (самоствердження); соціальний побут; відсутність больових відчуттів; поповнення спеціальних знань; накопичення відомостей про ворога; відсутність психогенних впливів. Вивчення характеру ставлення до занять дзюдо здійснювалося до і після змагання (табл. 3.8).

Динаміка характеру ставлення до занять спортом у юних дзюдоїстів (табл. 3.8) характеризується наступним. У процесі участі юних дзюдоїстів в змаганнях проявляється посилення деяких компонентів відносини: орієнтації спортсменів на тренувальну і змагальну діяльність; орієнтації на уникнення невдачі; прагнення дзюдоїстів до демонстрації високих результатів; орієнтації на отримання відомостей про ймовірних суперників, на відсутність

більшових відчуттів і психогенних впливів.

Орієнтація на уникнення невдачі перед змаганням посилюється, після змагання - послаблюється. Мабуть, участь в змаганні не супроводжується досягненням успіху, і в результаті цього відбувається посилення орієнтації на уникнення невдачі. При аналізі індивідуальних результатів ставлення до занять спортом і результативності змагальної діяльності юних дзюдоїстів це підтвердилося.

Розглянемо прояв ставлення до занять спортом у юних дзюдо-ревінь в процесі участі в змаганні. У деяких випадках спостерігається посилення показників ставлення після змагання.

Таблиця 3.8

Активно-дієві відносини юних дзюдоїстів низької кваліфікації до спортивної діяльності, бали

Досліджуваний показник	Перше змагання	Друге змагання	Третє змагання
1. Ставлення до тренування	5,3 ± 0,5 5,9 ± 0,6	5,6 ± 0,6 6,0 ± 0,6	5,8 ± 0,6+ 6,5 ± 0,7+
2. Ставлення до змагання	6,3 ± 0,6 5,8 ± 0,6	7,3 ± 0,7 7,2 ± 0,7	7,7 ± 0,8+ 7,6 ± 0,8+
3. Орієнтація на досягнення успіху	6,4 ± 0,6 6,7 ± 0,6	5,8 ± 0,6 6,1 ± 0,6	6,5 ± 0,6 6,6 ± 0,67
4. Орієнтація на уникнення невдачі	4,1 ± 0,4 5,3 ± 0,4	4,6 ± 0,5 5,4 ± 0,4	4,9 ± 0,5+ 5,0 ± 0,3
5. Прагнення до досягнення високих результатів	38,2 ± 3,2 39,5 ± 4,0	41,6 ± 4,1 47,6 ± 5,0	46,9 ± 4,2 + 49,8 ± 5,0 +
6. Орієнтація на духовні потреби (К1)	3,8 ± 0,4 3,7 ± 0,3	3,6 ± 0,3 3,8 ± 0,3	3,6 ± 0,3 3,7 ± 0,3
7. Орієнтація на матеріальні потреби (К2)	3,1 ± 0,2 3,2 ± 0,3	3,2 ± 0,3 3,1 ± 0,3	3,3 ± 0,3 3,2 ± 0,3
8. Орієнтація на соціальний побут (К3)	3,7 ± 0,5 3,8 ± 0,5	4,1 ± 0,4 4,1 ± 0,4	4,3 ± 0,4+ 4,2 ± 0,4
9. Орієнтація на поповнення спеціальних знань (К4)	2,1 ± 0,2 2,3 ± 0,2	2,2 ± 0,2 2,6 ± 0,2	2,7 ± 0,2+ 3,1 ± 0,3+
10. Орієнтація на відсутність більшових відчуттів (К5)	3,1 ± 0,33 3,5 ± 0,3	3,5 ± 0,35 3,7 ± 0,37	3,7 ± 0,4+ 3,9 ± 0,4

11. Орієнтація на накопичення відомостей про ворога (К6)	2,4 ± 0,3 2,6 ± 0,3	2,7 ± 0,3 2,8 ± 0,24	3,2 ± 0,3+ 3,4 ± 0,3+
12. Орієнтація на відсутність психогенних впливів (К7)	2,5 ± 0,3 2,8 ± 0,3	2,8 ± 0,3 3,1 ± 0,3	3,3 ± 0,3+ 3,7 ± 0,3+

Примітка: верхній ряд чисел відображає ставлення до змагання; нижні ряди чисел - після змагання.

У змагальному періоді у дзюдоїстів спостерігається посилення спрямованості на тренувальний процес, на досягнення успіху, на прагнення до високих результатів. Це обумовлюється, по-видимому, успішним виступом спортсменів на змаганнях (заняття призових місць). У юних дзюдоїстів відзначається посилення орієнтації на відсутність больових відчуттів і психогенних впливів, які мають місце при проведенні поєдинків.

Розглянемо динаміку ставлення до спортивної діяльності у дзюдоїстів високої кваліфікації (табл. 3.9).

Таблиця 3.9

Активно-дієві відносини до спортивної діяльності у дзюдоїстів високої кваліфікації, бали

Досліджуваний показник	Перше змагання	Друге змагання	Третє змагання
1. Ставлення до тренування	6,5 ± 0,6 6,8 ± 0,7	6,6 ± 0,66 7,0 ± 0,8	6,9 ± 0,6+ 7,3 ± 0,8+
2. Ставлення до змагання	7,2 ± 0,7 7,7 ± 0,7	7,6 ± 0,7 8,1 ± 0,8	7,9 ± 0,8+ 8,6 ± 0,8+
3. Орієнтація на досягнення успіху	7,4 ± 0,7 7,6 ± 0,7	7,8 ± 0,8 8,1 ± 0,8	8,4 ± 0,8+ 8,6 ± 0,7+
4. Орієнтація на уникнення невдачі	4,6 ± 0,4 4,6 ± 0,5	3,9 ± 0,3 4,2 ± 0,5	3,9 ± 0,3- 4,0 ± 0,5-
5. Прагнення до досягнення високих результатів	56,8 ± 6,4 58,4 ± 6,0	59,8 ± 6,3 60,5 ± 6,0	63,7 ± 6,3+ 63,8 ± 6,2+
6. Орієнтація на духовні потреби (К1)	4,1 ± 0,3 3,6 ± 0,3	4,4 ± 0,3 4,5 ± 0,4	4,9 ± 0,4+ 4,8 ± 0,4+
7. Орієнтація на матеріальні потреби (К2)	4,3 ± 0,36 4,2 ± 0,34	4,2 ± 0,42 4,3 ± 0,4	4,3 ± 0,4 4,6 ± 0,55
8. Орієнтація на соціальний побут (К3)	4,2 ± 0,4 4,0 ± 0,4	4,3 ± 0,41 4,5 ± 0,45	4,3 ± 0,42 4,6 ± 0,45
9. Орієнтація на поповнення спеціальних знань (К4)	2,4 ± 0,2 2,6 ± 0,23	2,7 ± 0,27 2,9 ± 0,28	3,3 ± 0,3+ 3,5 ± 0,36+

10. Орієнтація на відсутність больових відчуттів (K5)	3,0 ± 0,3	3,7 ± 0,36	3,9 ± 0,39+
	3,4 ± 0,3	3,7 ± 0,37	4,4 ± 0,4+
11. Орієнтація на накопичення відомостей про ворога (K6)	3,2 ± 0,3	3,6 ± 0,36	3,8 ± 0,35+
	3,9 ± 0,38	3,9 ± 0,38	3,8 ± 0,45
12. Орієнтація на відсутність психогенних впливів (K7)	3,9 ± 0,37	3,6 ± 0,3	3,8 ± 0,36
	3,7 ± 0,37	4,3 ± 0,4	4,0 ± 0,4

Примітка: верхній ряд чисел відображає ставлення до змагання; нижні ряди чисел - після змагання.

При аналізі середньо групових результатів відносини дзюдоїстів до спортивної діяльності з'ясовується, що участь спортсменів у змаганнях не викликає у них істотних змін щодо: у одних спортсменів воно може посилюватися, у інших - послаблюватися, а в середньому по групі - залишатися без змін.

З метою перевірки цього положення нами був проведений аналіз індивідуальних проявів ставлення до спортивної діяльності висококваліфікованих дзюдоїстів. Було вибрано дві групи: першу групу в складі шість осіб склали спортсмени, у яких спостерігалися виражені показники активно-дійового ставлення до спортивної діяльності; другу в складі чотирьох чоловік-дзюдоїсти з низькими показниками відношення до спортивної діяльності в змагальному періоді.

Проведений порівняльний аналіз підтвердив наше припущення. Посилення складових відношення до спортивної діяльності протягом змагального періоду (тренувальної, змагальної, прагнення до досягнення високих результатів) спостерігалось у дзюдоїстів, завойовують призові місця на змаганнях. У решти дзюдоїстів зазначалося ослаблення перерахованих складових відносини.

Аналізуючи прояв відношення до спортивної діяльності до і після змагання, слід зазначити, що після змагання відзначається посилення спрямованості на тренувальну і змагальну діяльність. Зміни показників в табл. 3.9 виділені напівжирним шрифтом. Мабуть, проведені аналізи виступу дзюдоїстів на змаганнях виявили недоліки в підготовленості спортсменів, що

і послужило посилення спрямованості відношення до тренувальної та змагальної діяльності. Решта складових відношення до спортивної діяльності не змінилися: минуле виступ не внесло якихось змін в відношення. В цьому проявляється стійкість ставлення до спортивної діяльності дзюдоїстів високої кваліфікації.

Таблиця 3.10

Динаміка результативності змагальної діяльності дзюдоїстів (коефіцієнт)

Дзюдоїсти	Перше змагання	Друге змагання	Третє змагання
Високої кваліфікації	0,47	0,44	0,48
Низької кваліфікації	0,25	0,32	0,35

При аналізі результативності змагальної діяльності дзюдоїстів виявлені незначні її зміни за участю в трьох змаганнях (табл. 3.10). Так, у дзюдоїстів високої кваліфікації результативність змагальної діяльності істотно вище, ніж у дзюдоїстів низької кваліфікації.

Ставлення дзюдоїстів до занять спортом і результативність їх змагальної діяльності взаємопов'язані (як було показано вище). Можна говорити, що не успішність або успішність виступу спортсмена на змаганнях позначається на його ставлення до спорту і викликає різні суб'єктивні переживання.

При визначенні відношення до спортивної діяльності середньо групових показників результативності змагальної діяльності.

Використовуються середньо групові значення для обчислення коефіцієнта Фішера, ми не визначили істотних змін вимірюваних показників в змагальному періоді. Тому ми зробили припущення, що на ставлення до спортивної діяльності впливають і результативність техніко-тактичних дій і кінцевий результат участі в змагань - зайняте місце (табл. 3.11-3.12).

Таблиця 3.11

**Вплив результативності змагальної діяльності на активно-дієві ставлення до занять спортом у дзюдоїстів низької кваліфікації
(коефіцієнт Фішера)**

Досліджуваний показник	Перше змагання	Друге змагання	Третє змагання
1. Ставлення до тренування	Ғрас = 3,6 Ғкр =4,5	Ғрас = 4,3 Ғкр =4,4	Ғрас = 5,5 Ғкр =4,4
2. Ставлення до змагання	Ғрас = 6,5 Ғкр =3,6	Ғрас = 6,6 Ғкр =3,6	Ғрас = 6,7 Ғкр =4,1
3. Орієнтація на досягнення успіху	Ғрас = 4,6 Ғкр =4,5	Ғрас = 3,9 Ғкр =4,1	Ғрас = 4,3 Ғкр =4,5
4. Орієнтація на уникнення невдачі	Ғрас = 5,5 Ғкр =4,3	Ғрас = 5,9 Ғкр =4,3	Ғрас = 6,8 Ғкр =5,2
5. Прагнення до досягнення високих результатів	Ғрас = 3,6 Ғкр =4,7	Ғрас = 3,8 Ғкр =4,1	Ғрас = 3,3 Ғкр =5,1
6. Орієнтація на духовні потреби (К1)	Ғрас = 4,4 Ғкр =3,6	Ғрас = 4,3 Ғкр =3,7	Ғрас = 4,7 Ғкр =4,1
7. Орієнтація на матеріальні потреби (К2)	Ғрас = 3,7 Ғкр =4,6	Ғрас = 3,3 Ғкр =4,5	Ғрас = 4,2 Ғкр =4,7
8. Орієнтація на соціальний побут (К3)	Ғрас =2,3 Ғкр =3,6	Ғрас = 3,3 Ғкр =3,7	Ғрас = 3,1 Ғкр =4,3
9. Орієнтація на поповнення спеціальних знань (К4)	Ғрас = 3,7 Ғкр =4,6	Ғрас = 5,9 Ғкр =4,5	Ғрас =7,4 Ғкр =4,3
10. Орієнтація на відсутність больових відчуттів (К5)	Ғрас = 3,6 Ғкр =6,5	Ғрас = 2,8 Ғкр =7,1	Ғрас = 3,8 Ғкр =6,6
11. Орієнтація на накопичення відомостей про ворога (К6)	Ғрас = 3,0 Ғкр =4,9	Ғрас = 4,5 Ғкр =5,2	Ғрас = 4,3 Ғкр =5,5
12. Орієнтація на відсутність психогенних впливів (К7)	Ғрас = 2,3 Ғкр =4,4	Ғрас = 3,5 Ғкр =4,7	Ғрас = 3,8 Ғкр =4,2

Таблиця 3.12

Вплив результативності змагальної діяльності на активно-дієві відносини до спортивної діяльності дзюдоїстів високої кваліфікації (коефіцієнт Фішера)

Досліджуваний показник	Перше змагання	Друге змагання	Третє змагання
1. Ставлення до тренування	F_{рас} = 5,6 F_{кр} = 2,8	F_{рас} = 5,7 F_{кр} = 3,7	F_{рас} = 5,6 F_{кр} = 3,8
2. Ставлення до змагання	F_{рас} = 6,2 F_{кр} = 4,6	F_{рас} = 6,5 F_{кр} = 4,4	F_{рас} = 7,0 + F_{кр} = 5,2
3. Орієнтація на досягнення успіху	F_{рас} = 6,4 F_{кр} = 4,7	F_{рас} = 8,3 F_{кр} = 5,5	F_{рас} = 9,5 + F_{кр} = 4,7
4. Орієнтація на уникнення невдачі	F _{рас} = 3,6 F _{кр} = 4,0	F _{рас} = 3,6 F _{кр} = 4,2	F _{рас} = 3,7 F _{кр} = 5,1
5. Прагнення до досягнення високих результатів	F_{рас} = 9,6 F_{кр} = 4,6	F_{рас} = 11,9 F_{кр} = 5,5	F_{рас} = 12,7 + F_{кр} = 5,7
6. Орієнтація на духовні потреби (К1)	F_{рас} = 4,4 F_{кр} = 3,6	F_{рас} = 5,7 F_{кр} = 3,8	F_{рас} = 5,9 + F_{кр} = 3,8
7. Орієнтація на матеріальні потреби (К2)	F _{рас} = 4,3 F _{кр} = 4,8	F _{рас} = 3,6 F _{кр} = 4,7	F _{рас} = 4,4 F _{кр} = 4,8
8. Орієнтація на соціальний побут (К3)	F _{рас} = 3,3 F _{кр} = 3,5	F _{рас} = 3,4 F _{кр} = 3,9	F _{рас} = 3,6 F _{кр} = 4,3
9. Орієнтація на поповнення спеціальних знань (К4)	F_{рас} = 3,9 F_{кр} = 2,6	F_{рас} = 6,6 F_{кр} = 3,8	F_{рас} = 9,8 + F_{кр} = 5,4
10. Орієнтація на відсутність больових відчуттів (К5)	F_{рас} = 5,3 F_{кр} = 4,3	F_{рас} = 5,5 F_{кр} = 4,3	F_{рас} = 7,8 + F_{кр} = 6,7
11. Орієнтація на накопичення відомостей про ворога (К6)	F_{рас} = 5,0 F_{кр} = 4,4	F_{рас} = 5,5 F_{кр} = 4,5	F_{рас} = 7,6 + F_{кр} = 5,5
12. Орієнтація на відсутність психогенних впливів (К7)	F_{рас} = 5,5 F_{кр} = 4,2	F_{рас} = 5,4 F_{кр} = 4,3	F_{рас} = 5,4 F_{кр} = 4,2

З усіх спостережуваних дзюдоїстів (30 осіб) в однойгруппе билі 10 борців - переможців і призерів; в іншій групі - 13 спортсменів, які не займали призових місць. Суттєва відмінність впливу результативності змагальної діяльності на ставлення до спортивної діяльності цих груп було доведено проведення дисперсійного аналізу за Фішером (табл. 3.12).

Згідно з даними табл. 3.13 проглядається тенденція впливу

результативності змагальної діяльності - в 29 розкладках з 36 (в табл. Виділені напівжирним шрифтом) - на компоненти ставлення до спортивної діяльності, за винятком семи випадків (не виділені в табл.). Підвищується вплив результатів змагальної діяльності на ставлення до спортивної діяльності (11 з 12 складових відносини). Орієнтація спортсменів високої кваліфікації на матеріальні потреби і соціальний є провідним компонентом у ставленні до спортивної діяльності.

Таблиця 3.13

Вплив результативності змагальної діяльності на активно-дієві відносини до спортивної діяльності у дзюдоїстів-переможців змагань (коефіцієнт Фішера)

Досліджуваний показник	Перше змагання	Друге змагання	Третє змагання
1. Ставлення до тренування	Frac = 8,6 Fkr = 4,2	Frac = 7,3 Fkr = 5,2	Frac = 9,7+ Fkr = 5,6
2. Ставлення до змагання	Frac = 9,1 Fkr = 6,4	Frac = 12,1 Fkr = 5,4	Frac = 10,7 + Fkr = 6,1
3. Орієнтація на досягнення успіху	Frac = 8,4 Fkr = 4,4	Frac = 9,5 Fkr = 5,1	Frac = 14,6 + Fkr = 7,5
4. Орієнтація на уникнення невдачі	Frac = 3,5 Fkr = 4,1	Frac = 4,7 Fkr = 4,0	Frac = 5,8+ Fkr = 5,6
5. Прагнення до досягнення високих результатів	Frac = 13,2 Fkr = 4,2	Frac = 12,5 Fkr = 6,4	Frac = 15,3 + Fkr = 5,7
6. Орієнтація на духовні потреби (K1)	Frac = 5,6 Fkr = 4,4	Frac = 5,5 Fkr = 3,5	Frac = 4,8 Fkr = 4,0
7. Орієнтація на матеріальні потреби (K2)	Frac = 3,6 Fkr = 4,6	Frac = 4,2 Fkr = 4,1	Frac = 4,6+ Fkr = 4,7
8. Орієнтація на соціальний побут (K3)	Frac = 3,7 Fkr = 3,8	Frac = 3,9 Fkr = 3,6	Frac = 4,1+ Fkr = 4,5
9. Орієнтація на поповнення спеціальних знань (K4)	Frac = 5,8 Fkr = 4,4	Frac = 7,7 Fkr = 4,6	Frac = 8,8 + Fkr = 5,4
10. Орієнтація на відсутність больових відчуттів (K5)	Frac = 3,5 Fkr = 4,2	Frac = 4,5 Fkr = 4,0	Frac = 5,9+ Fkr = 3,4
11. Орієнтація на накопичення відомостей про ворога (K6)	Frac = 5,4 Fkr = 3,1	Frac = 7,8 Fkr = 4,2	Frac = 12,0 + Fkr = 5,4
12. Орієнтація на відсутність психогенних впливів (K7)	Frac = 4,9 Fkr = 3,6	Frac = 6,3 Fkr = 3,6	Frac = 7,5+ Fkr = 4,5

У спортсменів, які не посідали призових місць на змаганнях, не виявлено істотного впливу результативності змагальної діяльності на ставлення до спортивної діяльності не виявлено (встановлено в семи випадках з 36).

Для спортсменів високої кваліфікації характерно ослаблення орієнтації на уникнення невдачі, що можна вважати позитивним моментом. Неоднозначний вплив на ставлення до тренувальної та змагальної діяльності надає участь дзюдоїстів в змаганнях. Найчастіше спостерігається його зміцнення (особливо для борців з високою класифікацією).

Виступ дзюдоїстів на змаганнях, що супроводжується перемогою, заняттям призового місця, підсилює позитивне ставлення до спортивної діяльності; невдалі виступи - не роблять.

3.2. Педагогічні чинники, що впливають на формування активно-дієвого відносини дзюдоїстів до спортивної діяльності

Виявивши фактори, що впливають на ставлення дзюдоїстів до спортивної діяльності в період передзмагання, ми зможемо ефективніше управляти збереженням активно-дійового ставлення до спортивної діяльності.

Для цих цілей ми сформували анкету і провели опитування серед 100 юних дзюдоїстів. Результати опитування - ряд факторів представлені в табл. 3.14.

Таблиця 3.14

Фактори, що впливають на ставлення дзюдоїстів до змагання при підготовці до нього

№	Фактори	%
1	Позитивний емоційний фон на заняттях при підготовці до змагань а) підвищує бажання тренуватися б) відволікає від занять в) не впливає	100 — —

2	Присутність тренера на змаганнях а) так, важливо б) не надто важливо в) не має значення	78 22 1
3	Позитивне ставлення батьків і близьких до занять боротьбою а) так б) іноді в) немає	65 33 2
4	Проведення аналізу результатів змагальної діяльності а) так, важливо б) не надто важливо в) не має значення	60 40 -
5	Моральна і емоційна підтримка тренера мотивує юних дзюдоїстів до виконання тренувального навантаження а) так б) іноді в) немає	70 30 -
6	Вплив необ'єктивного суддівства на мотивацію спортсмена а) так, знижує мотивацію б) іноді в) немає	45 33 22
7	Присутність тренера на татамі під час тренування а) так, важливо б) не надто важливо в) не має значення	100 - -
8	Постановка завдань і мети на дане змагання є значущим а) так б) іноді в) немає	80 20 -
9	Ознайомлення з планом тренувальних занять на весь етап передзмагання а) дуже важливо б) не надто важливо в) не має значення	60 40 -
10	Інформація про майбутнього супротивника перед виходом на сутичку а) так б) іноді в) немає	32 40 28
11	Знижує мотивацію невиконання поставлених перед змаганням завдань а) так, дуже б) не надто	50 45

	в) не впливають	5
12	Успішне просування основних суперників у підгрупі під час виступу на змаганнях а) мотивує до досягнення перемоги в змаганнях б) послаблює мотивацію, викликає невпевненість в) не впливає	35 15 50
13	Складні відносини з тренером при підготовці до змагання а) підвищують мотивацію спортсмена б) послаблюють мотивацію спортсмена в) не впливають	– 65 35
14	Почуття готовності до змагань а) підвищує мотивацію спортсмена б) послаблює мотивацію спортсмена в) не впливає	70 20 10
15	Одноманітність тренувань а) підвищує мотивацію спортсмена б) робить негативний вплив в) не впливає	– 80 20
16	Перед участю в змаганнях ознайомлення з суддівськими протоколами і учасниками є важливим а) так б) іноді в) немає	20 30 50
17	Складні, що не склалися відносини з товаришами по команді а) підвищують мотивацію спортсмена б) послаблюють мотивацію спортсмена в) не впливають	– 35 65
18	Сприятливий психологічний клімат на тренувальних заняттях сприяє підвищенню рівня мотивації а) так б) іноді в) немає	100 – –
19	Невдалий виступ на змаганнях а) підвищує мотивацію спортсмена б) послаблює мотивацію спортсмена в) не впливає	36 44 20
20	Вдалий виступ в попередніх змаганнях а) мотивує спортсмена до досягнення перемоги б) послаблює мотивацію спортсмена в) не впливає	100 – –

21	Матеріальне стимулювання а) підвищує мотивацію спортсмена б) послаблює мотивацію спортсмена в) не впливає	100 — —
22	Підвищує мотивацію спортсмена спільна (тренер і спортсмен) постановка мети на дане змагання а) так б) іноді в) немає	70 — 30
23	Проведення відповідальних змагань в рідному місті а) підвищує мотивацію спортсмена б) знижує мотивацію спортсмена в) не впливає	100 — —

Для більшості юних дзюдоїстів (77%) важливо присутність тренера на змаганнях, для інших спортсменів це не настільки суттєво. Для 60% борців - юних дзюдоїстів необхідно позитивне ставлення рідних і близьких до занять боротьбою, хоча не всім батькам подобається шлях, обраний юним спортсменом. Позитивне ставлення батьків до занять спортом сприятливо відіб'ється на ставленні спортсмена до тренувань.

Аналіз результатів змагальної діяльності борців є невід'ємною частиною тренувального процесу в змагальному періоді: для 92% юних дзюдоїстів важливо проведення такого аналізу. У 45% юних дзюдоїстів необ'єктивне суддівство послаблює відношення до змагання, у 25% ослаблення ставлення до занять спортом відбувається рідко. Спортсмени часто стикаються з необ'єктивним суддівством, тому тренеру необхідно навчити вихованця долати цю проблему.

Для більшості опитаних дзюдоїстів (80%) важливим є ознайомлення з планом тренувальних занять на весь етап передзмагання. Згідно представленого тренером плану передзмагання, спортсмен самостійно складає на наступний день свій «мікроплан», в якому борець планує, які прийоми йому необхідно відпрацювати, вдосконалити і спробувати на тренуваннях.

Для 30% опитаних дзюдоїстів важливою є інформація про ймовірних

суперників: їх фізична, тактична, психологічна підготовленість. Для 40% ця інформація не у всіх поєдинках важлива, 30% опитаних не цікавлять такі дані. Для борців важливо знати, що собою являє ймовірний суперник, така інформація дозволяє будувати власну тактику поєдинку з конкретним суперником. Отримані низькі результати свідчать про нерозуміння юних дзюдоїстів необхідної для них інформації про суперників або про зайву впевненості борців, або про тренерську помилку.

У 50% опитаних спортсменів під час передзмагання істотний вплив на ослаблення відношення до змагань надають отримані в сутичках травми, які не дозволяють підготуватися до виступу.

Чи не склалися стосунки з тренером послаблюють відношення до змагання у 35% борців, на 65% - не впливають. Якщо тренер і спортсмен не знаходять спільної мови, то це може призводити до незадоволеності спілкуванням з тренером, розростання конфлікту і виходу з колективу, спорту. Тому тренер і спортсмен повинні бути рівноправними союзниками в спортивному вдосконаленні своїх вихованців. Формується при підготовці до виступу почуття готовності підвищує орієнтацію на змагальну діяльність у більшості (70%) дзюдоїстів.

Негативний вплив на ставлення до тренувальної та змагальної діяльності у 80% спортсменів під час підготовки до виступу надає одноманітність, монотонність занять, тому перед тренером стоїть завдання урізноманітнити тренування.

Чи не склалися відносини з товаришами по команді у 35% опитаних впливають негативно на ставлення до тренувальної та змагальної діяльності. Перед тренером поставлено завдання створення такої обстановки в команді, при якій будуть підтримуватися дружні, сприятливі взаємини між спортсменами.

3.3. Зміст методики формування активно-дієвого відносини дзюдоїстів 12-13 років до спортивної діяльності

Формування активно-дієвого відносини юних дзюдоїстів до спортивної діяльності засновано на принципах фізичного виховання:

1. Принцип формування відносини на основі освоєння цінностей боротьби дзюдо. Складовою даного принципу є взаємозв'язок мотивів занять спортом юних дзюдоїстів, освоєння ними комплексу спеціальних знань про спортивному тренуванні і змагальної діяльності.

2. Принцип відповідності змісту і особливостей спортивної діяльності мотивів й потребам юних дзюдоїстів. Реалізація цього принципу полягає в напрямку дзюдоїстів до самостійного вибору фізичних вправ відповідно до інтересів і підготовленістю.

3. Принцип стимулювання діяльності дзюдоїстів системою оцінювання, основою якої є оцінка діяльності спортсменів (тренувальної, змагальної).

При виборі змісту, напрямків, змісту, засобів і методів формування ставлення юних дзюдоїстів до спортивної діяльності ми спиралися на відомі в теорії фізичного виховання і спортивної психології положення [12, 15, 32, 54, 89], а також на отримані нами результати.

1. Вплив сприятливих міжособистісних взаємин в спортивному колективі на зміцнення і збереження відносини юних спортсменів до занять.

2. На етапі початкової спортивної спеціалізації в структурі ставлення до занять спортом у дзюдоїстів значимо місце результативною мотивацією, спрямованою на досягнення успіху.

3. Вплив самооцінки спортсменом своєї підготовленості на постановку цілей і прагнення до їх досягнення.

4. Сприятливий педагогічне співробітництво тренера і спортсмена, його позитивний вплив на формування і збереження активно- дієвого відносини юних спортсменів до занять спортом.

5. Вплив позитивних емоцій на результати виконуваної діяльності.

6. Вплив результативності змагальної діяльності юних дзюдоїстів на ставлення до занять спортом

Результати педагогічного експерименту і оцінка ефективності методики формування ставлення дзюдоїстів 12-13 років до спортивної діяльності. Для перевірки ефективності розробленої нами методики формування ставлення дзюдоїстів до спортивної діяльності на етапі початкової спортивної спеціалізації був проведений річний педагогічний експеримент, в якому взяли участь дві групи юних спортсменів-дзюдоїстів у віці 12-13 років: контрольна і експериментальна в кількості 12 чоловік у кожній групі. Дзюдоїсти займалися спортом в середньому три роки. Дзюдоїсти брали участь в п'яти змаганнях в процесі експерименту. Ставлення дзюдоїстів до спортивної діяльності фіксувалося на декількох етапах: спочатку передзмагального етапу; після втягує, ударного, відновного мікроциклів; за день до змагання; після минулого змагання (протягом 7 днів). Результативність змагальної діяльності дзюдоїстів визначалася за методикою А.П. Шуміліна. Фіксувалося місце, зайняте дзюдоїстами в змаганнях.

Заняття з дзюдоїстами експериментальної групи проводилися за розробленою нами методикою. У методиці виділено дві частини роботи зі спортсменами: перша частина роботи після спортивного змагання, друга - Перед змаганням. Заняття в контрольній групі проходили у відповідності до змісту програми дитячо-юнацьких спортивних шкіл.

При аналізі даних, отриманих спочатку педагогічного експерименту, відзначається низький ступінь вираженості орієнтації спортсменів обох груп на духовні і матеріальні потреби; низькі показники сформованості інтересу до спорту. Переважною орієнтацією в ставленні до занять спортом виступає спрямованість на тренувальну діяльність слабка вираженість орієнтації на досягнення успіху.

У структурі ставлення до спортивної діяльності істотні зміни в вираженості всіх компонентів відбулися до закінчення експерименту у дзюдоїстів експериментальної групи завдяки проведеній з ними роботі:

підвищення орієнтації на духовні потреби; поповнення спеціальних знань ($P < 0,05$); накопичення відомостей про ймовірних суперників ($P < 0,05$); відсутність психогенних впливів і больових відчуттів ($P < 0,05$). Несуттєві були зміни в контрольній групі.

До закінчення педагогічного експерименту відзначаються позитивні зміни у ставленні юних дзюдоїстів до тренувальної та змагальної діяльності (рис. 3.2).

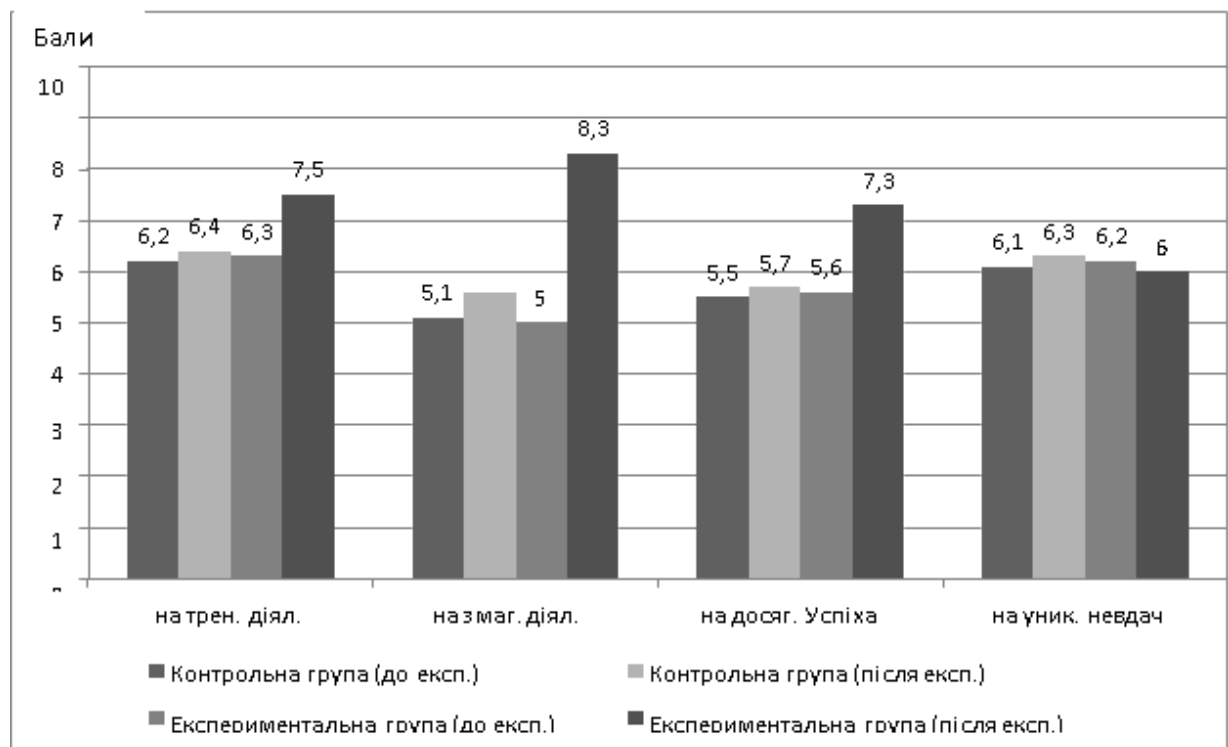


Рис. 3.2. Спрямованість відношення до тренувальної та змагальної діяльності у спортсменів спочатку і наприкінці педагогічного експерименту, бали

У спортсменів експериментальної групи зміцнилася спрямованість на тренувальну ($P < 0,01$) і змагальну ($P < 0,001$) діяльність. Змагальна діяльність стала більш значущою і привабливою, що характерно для дзюдоїстів високої кваліфікації. Подібні результати були отримані при дослідженні мотивації висококваліфікованих дзюдоїстів.

Важливою умовою для спортсмена в боротьбі за перемогу є те, що у

дзюдоїстів експериментальної групи проявляється посилення орієнтація на досягнення успіху. У вихованців контрольної групи не виявлено позитивних змін в спрямованості відношення до тренувальної та змагальної діяльності.

На початку експерименту мале число спортсменів ставило на перші чотири місця основні кольори: синій, зелений, оранжево-червоний, світло-жовтий, - символізують впевненість, спокій, наполегливість, силу волі перед змаганням і свідчать про наявність у дзюдоїстів активно-дійового ставлення до змагальної діяльності.

В кінці експерименту велика частина дзюдоїстів ставила на перші позиції синій, зелений і помаранчеві кольори, які свідчать про позитивні зміни в структурі відносини спортсменів до змагань. Ставлення дзюдоїстів до майбутнього змагання визначалося за допомогою методики Ю. Л. Ханіна (рис. 3.3).

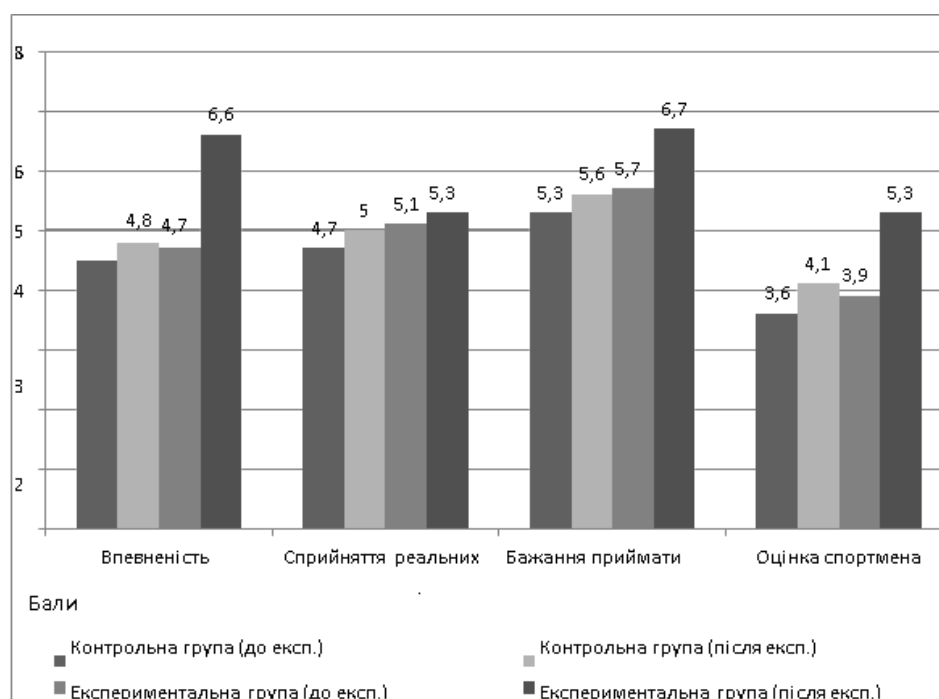


Рис. 3.3. Ставлення дзюдоїстів до майбутнього змагання на початку і в кінці експерименту

Результати, наведені на рис. 3.3, характеризують відношення дзюдоїстів до майбутнього змагання як активно-дійове, що сприяє підвищенню результатів виступу на змаганні, що відображено на рис. 3.4.

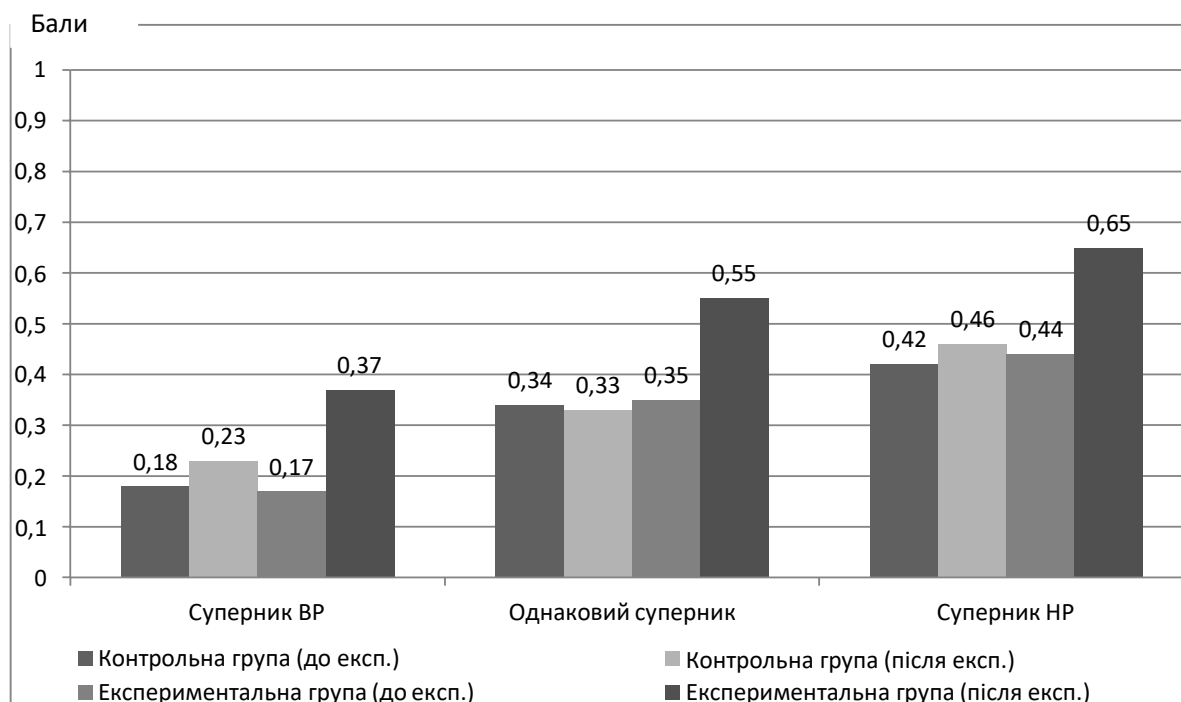


Рис. 3.4. Результативність змагальної діяльності дзюдоїстів контрольної і експериментальної груп, коефіцієнт

Результативність змагальної діяльності дзюдоїстів контрольної і експериментальної груп на початку педагогічного експерименту не розрізнялася. В експериментальній групі відбулося значне підвищення результативності змагальної діяльності відбулося до закінчення експерименту.

Участь дзюдоїстів в змаганнях показало, що в експериментальній групі призових місць було 43 (з 60 можливих), в контрольній - 27. Це стало можливим завдяки прагненню дзюдоїстів до досягнення високих результатів: в експериментальній групі - з 43,5 бали (середній рівень) до 67 балів (високий рівень), в контрольній групі - з 46,2 бали (середній рівень) до 50,7 бали (середній рівень) (табл. 3.15)

Таблиця 3.15

Приріст показників дзюдоїстів експериментальної і контрольної груп в процесі педагогічного експерименту

№	Показники	Початок експерименту	Кінець експерименту	P
1	Прагнення до досягнення високих результатів у змаганні, бали	43,5± 4,6	67,0± 7,2	<0,01
		46,2± 4,8	50,7± 5,3	<0,05
		P> 0,05	P< 0,01	
2	Потреба в досягненні, бали	16,3 ±2,4	21,4± 2,6	<0,01
		17,6± 2,5	18,1± 2,4	>0,05
		P> 0,05	P< 0,05	
3	Отримання призових місць на змаганнях	—	43	

Дослідження ставлення дзюдоїстів до спортивної діяльності в змагальному періоді показало наступне.

На ставлення до тренувального процесу у юних дзюдоїстів впливають психоемоційні (самопочуття, активність, настрій) і соціально-психологічні фактори (задоволеність тренувальним процесом, відносини з товаришами по групі і тренером). На відношення до змагального процесу - психоемоційні фактори. У дзюдоїстів високої кваліфікації на ставлення до тренувальної та змагальної діяльності впливають тільки психоемоційні фактори.

На відношення дзюдоїстів до тренувальної та змагальної діяльності після змагального етапу впливає результативність змагальної діяльності, місце, зайняте в змаганні, особистісні особливості спортсменів (самооцінка, характер, мотиви). Ставлення дзюдоїстів, які беруть участь в змаганні, до тренувальної діяльності посилюється на четвертому занятті; до змагальної діяльності на шостому занятті.

У юних дзюдоїстів відношення до тренувальної та змагальної діяльності виступають як незалежні характеристики. З підвищенням

спортивної кваліфікації зв'язок між ними посилюється. У спортсменів високої кваліфікації ці види відносин взаємопов'язані.

У структурі відносини дзюдоїстів до спортивної діяльності з підвищенням рівня спортивної майстерності знижується спрямованість на тренувальний процес і підвищується спрямованість на змагальну діяльність.

На основі результатів проведеного дослідження та аналізу спеціальної літератури нами розроблена методика формування активно-дієвого відносини юних дзюдоїстів до занять спортом.

Робота по формуванню у юних дзюдоїстів активно-дійового ставлення до спортивної діяльності проводилась на передзмагальному і після змагальних етапах.

Підсумки проведеного педагогічного експерименту свідчать про значне підвищення реєстрованих показників, що характеризують відношення дзюдоїстів до тренувальної та змагальної діяльності та результати участі в змаганнях.

ОБГОВОРЕННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ДОСЛІДЖЕНЬ

В ході дослідження було виявлено, що при підготовці дзюдоїстів основна увага приділяється питанням фізичної, технічної, тактичної підготовки спортсменів і в меншій мірі - вивчення і формування відносини спортсмена до різних аспектів спортивної діяльності, її взаємозв'язку з змагальними результатами.

У літературних джерелах відображені специфічні особливості мотивації спортсменів з урахуванням виду спорту та спортивної кваліфікації. Деякі автори пропонують практичні рекомендації, кошти, методи формування спортивної мотивації у спортсменів різної кваліфікації. Для їх використання при формуванні активно-дієвого відносини у юних дзюдоїстів для занять спортом в змагальному періоді необхідна їх переробка.

В літературі не знайшли відображення наступних аспектів: вивчення динаміки ставлення до занять спортом у юних дзюдоїстів при підготовці до змагань, в процесі змагання, на післязмагальному етапі, в перехідному періоді. Цілком очевидно, що характер ставлення до занять спортом на різних відрізках спортивної підготовки матиме істотні відмінності.

Звісно ж важливим виявлення чинників, що впливають на формування і збереження у юних дзюдоїстів відношення до тренувальної та змагальної діяльності в змагальному періоді. Знання цих факторів буде необхідною умовою для теоретичного обґрунтування методики формування і збереження активно-дієвого відносини юних дзюдоїстів до тренувальної та змагальної діяльності.

У плані формування активно-дієвого відносини у юних дзюдоїстів до спортивної діяльності є важливим взаємозв'язок його з індивідуально-психологічними особливостями особистості (характером, самооцінкою і ін.), А також з результатами виступу їх на змаганнях. Дозволу виявлених прогалин, що мають безпосереднє практичне значення при підготовці юних дзюдоїстів, і присвячене дане дослідження.

Дослідження ставлення дзюдоїстів до спортивної діяльності в змагальному періоді показало наступне.

На ставлення до тренувального процесу у юних дзюдоїстів впливають психоемоційні (самопочуття, активність, настрій) і соціально-психологічні фактори (задоволеність тренувальним процесом, відносини з товаришами по групі і тренером). На відношення до змагального процесу - психоемоційні фактори. У дзюдоїстів високої кваліфікації на ставлення до тренувальної та змагальної діяльності впливають тільки психоемоційні фактори.

На відношення дзюдоїстів до тренувальної та змагальної діяльності на післязмагальному етапі впливає результативність змагальної діяльності, місце, зайняте в змаганні, особистісні особливості спортсменів (самооцінка, характер, мотиви). Ставлення дзюдоїстів, які беруть участь в змаганні, до тренувальної діяльності посилюється на четвертому занятті; до змагальної діяльності - на шостому занятті.

У юних дзюдоїстів відношення до тренувальної та змагальної діяльності виступають як незалежні характеристики. З підвищенням спортивної кваліфікації зв'язок між ними посилюється. У спортсменів високої кваліфікації ці види відносин взаємопов'язані.

У структурі відносини дзюдоїстів до спортивної діяльності з підвищенням рівня спортивної майстерності підвищується спрямованість на змагальну діяльність і знижується спрямованість на тренувальний процес.

На основі результатів проведеного дослідження та аналізу спеціальної літератури нами розроблена методика формування активно-дієвого відносини юних дзюдоїстів до занять спортом. Робота по формуванню у юних дзюдоїстів активно-дійового ставлення до спортивної діяльності проводилась на передзмагальному і післязмагальних етапах.

Підсумки проведеного педагогічного експерименту свідчать про значне підвищення реєстрованих показників, що характеризують відношення дзюдоїстів до тренувальної та змагальної діяльності та результати участі в змаганнях.

ВИСНОВКИ

1. Огляд науково-методичної літератури, опитування тренерів викладачів, попередній аналіз наповнюваності навчально-тренувальних груп початкової спортивної підготовки дітей з різних видів спорту, в тому числі по дзюдо, показав, що великий відсоток дітей (до 50%) вже на даному етапі занять спортом йдуть зі спортивних секцій. Анкетування і опитування дітей та їх батьків показав, що у дітей недостатньо сформовані активно-дієві відносини на заняття спортом. На перших етапах спортивних занять тренери-викладачі цієї важливої психолого-педагогічному аспекту не приділяють належної уваги. Для вирішення цієї педагогічної проблеми розроблена методика формування активно-дієвого відносини дзюдоїстів 12-13 років до спортивної діяльності.

2. Розроблено методику формування активно-дієвого відносини дзюдоїстів 12-13 років до спортивної діяльності, що включає наступні функціональні етапи: 1-й етап - оцінка вихідного рівня сформованості активно-дієвого відносини у дітей; 2-й етап - підбір засобів, методів і форм формування активно-дійового ставлення дітей 12-13 років до спортивних занять дзюдо; 3-й етап - реалізація методики формування активно-дійового ставлення дітей до занять спортом; 4-й етап - контроль і корекція результатів формування активно-дієвого відносини дзюдоїстів 12-13 років до спортивної діяльності.

3. Виявлено фактори, що впливають на ефективність формування активно-дієвого відносини дзюдоїстів 12-13 років: позитивний емоційний фон займаються в навчально-тренувальному процесі, облік індивідуальних фізичних здібностей дітей, педагогічне співробітництво тренер спортсмен, перспективне планування навчально тренувального процесу, аналіз результатів змагальної діяльності, формування сприятливих взаємин між спортсменами в навчально-тренувальній групі. Тренерам-викладачам необхідно враховувати дані фактори при формуванні активно- дієвого

ставлення дітей до занять спортом.

4. Впровадження розробленої методики в навчально-тренувальний процес юних дзюдоїстів 12-13 років в змагальному періоді дозволило сформувати у них активно-дійове ставлення до занять спортом, що виразилося в наступному:

- підвищення результативності змагальної діяльності юних дзюдоїстів з 0,37 до 0,65 бали;
- посилення орієнтації на змагальну діяльність з 7,6 до 8,3 бали;
- посилення орієнтації на досягнення успіху з 6,3 до 7,3 бали;
- посилення орієнтації на задоволення духовних і матеріальних потреб, на соціальний побут, на поповнення спеціальних знань, на накопичення відомостей про майбутніх суперників, на відсутність психогенних впливів ($P < 0,05$).

Отримані позитивні результати дозволяють рекомендувати запропоновану нами методику в практику підготовки юних дзюдоїстів, а також, в інші види спорту.

ПРАКТИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ

Дослідження активно-дієвого відносини дзюдоїстів до занять спортом дозволяє сформулювати наступні рекомендації для тренерів, які працюють з юними дзюдоїстами.

1. Важливо систематичне вивчення характеру відносини юних дзюдоїстів до занять спортом, у тому числі виявлення наступних показників: відношення до тренувальної діяльності; ставлення до змагальної діяльності; спрямованість на досягнення успіху і уникнення невдачі в змагальній діяльності; вираженість прагнення до досягнення високих спортивних результатів; мотивація занять спортом.

2. На основі результатів вивчення ставлення юних дзюдоїстів до занять спортом і факторів, що впливають на ставлення до спорту, розробляється програма управління формуванням активно-дійового ставлення до тренувальної та змагальної діяльності.

3. На передзмагальному етапі необхідно забезпечити готовність (техніко-тактичну, фізичну, психологічну) юних дзюдоїстів до змагання, що сприятиме успішному виступу на змаганні і збереженню активно-дійового ставлення до занять спортом. Для цього рекомендуються тренінги мотивації досягнення і особистісної причинності, тренінг активізації розумової діяльності.

4. На післязмагальному етапі проводиться систематичний аналіз змагальної діяльності з використанням мотиваційних тренінгів за допомогою причинних схем і внутрішньої мотивації. Виявляється динаміка психоемоційного стану за допомогою опитувальника Ю.Я. Кисельова.

5. Необхідне створення і підтримання сприятливих міжособистісних відносин у спортивній групі.

6. Важливо виявлення актуальних потреб у юних дзюдоїстів і розробка програми для їх задоволення в процесі занять спортом.

ПОСИЛАНИЯ

1. Аванесян, Г. М. Психологические факторы совершенствования физической работоспособности борцов / Г. М. Аванесян // Спортивный психолог. – Москва, 2003. – № 1. – С. 6–9.
2. Аккуин, А. Д. Методика повышения надёжности выполнения технических действий дзюдоистов в условиях соревновательной деятельности / А. Д. Аккуин // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. - 2017. - № 8 (150). - С. 7-11.
3. Алексеев, А. В. Преодолей себя: психическая подготовка в спорте / А. В. Алексеев. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2006. – 351 с.
4. Антохин, А. В. Программирование ментальной тренировки в спорте / А. В. Антохин, И. А. Родионова, А. В. Родионов // Психологические технологии в физическом воспитании и спорте : материалы межрегион. симп. по спорт. психологии. – Омск : СибГУФК, 2004. – С. 55–57.
5. Антохин, А. В. Проявления психофизиологических свойств в состоянии и деятельности спортсменов-единоборцев / А. В. Антохин, А. В. Родионов // Спортивный психолог. – 2007. – № 1. – С. 79–82.
6. Артёмова, Л. В. Психологическая подготовка юного спортсмена / Л. В. Артёмова, А. В. Попова // Преподаватель года 2017: сборник статей Международного научно-практического конкурса. - 2017. - С. 157-160.
7. Ахметов, С. М. Формирование мотивации к физкультурно-спортивной деятельности подростков-сирот 11-13 лет в процессе занятий дзюдо / С. М. Ахметов, И. Г. Павельев // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. - 2014. - № 9 (115). - С. 7-11.
8. Ашкинази, С. М. Педагогические условия, правила и факторы эффективного обучения рукопашному бою / С. М. Ашкинази // Теория и практика физической культуры. – 2014. – № 9. – С. 15–18.
9. Бабушкин, Г. Д. Влияние результативности соревновательной деятельности дзюдоистов на спортивную мотивацию / Г. Д. Бабушкин, А. П.

Шумилин, Е. Г. Бабушкин // Психопедагогика в правоохранительных органах. - 2012. - № 1 (48). - С. 83-88.

10. Бабушкин, Е. Г. Исследование мотивации спортивной деятельности у борцов греко-римского стиля различной квалификации / Е. Г. Бабушкин, Д. В. Кудрявцев // Физическая культура и спорт в жизни студенческой молодежи: материалы научно-практической конференции с международным участием, посвященной 70-летию победы в Великой Отечественной войне [Электронный ресурс] / ФГБОУ ВПО "Омский государственный институт сервиса". - 2015. - С. 2.

11. Багадирова, С. К. Генезис мотивов спортивной деятельности на этапах многолетней подготовки (на примере дзюдо) / С. К. Багадирова // Интегративный подход к психологии человека и социальному взаимодействию: сборник научных трудов / Адыгейский государственный университет, Кафедра психологии; редкол.: С. К. Багадирова (отв. ред.). - Майкоп, 2015. - С. 104-109.

12. Балашова, В. Ф. Роль тренера в психологической подготовке спортсмена / В. Ф. Балашова, Е. Ю. Борисов // Психологическая культура и психологическое здоровье личности в современных социокультурных условиях : региональная научно-практическая конференция / отв. ред.: В. Е. Якунин, Е. А. Денисова, В. В. Пантелеева. - 2015. - С. 3-8.

13. Батурин, Н.А. Психология успеха и неудачи в спортивной деятельности: учеб. пособие / Н.А. Батурин. – Челябинск: ЧГИФК, 1988. – 86 с.

14. Белов, Н. А. Исследование мотивации спортивной деятельности / Н. А. Белова, О. О. Белова // Личность в меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие. - 2014. - № 4 (7). - С. 66-73.

15. Близневский А.А. Анализ отношения юных дзюдоистов к тренировочной и спортивной деятельности / А.А. Близневский, М.Д. Кудрявцев, А. Г. Левицкий // Научно-теоретический журнал Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – Санкт-Петербург: № 6 (136) - 2016. – С.

239-242.

16. Бобровский, А. В. Управление спортивной мотивацией борцов высокой квалификации на этапе непосредственной подготовки к соревнованиям (на примере дзюдо): автореф. дис. ... канд. пед. наук / Бобровский А. В. – Омск, 2005. – 24 с.

17. Богданова, М. В. Использование психодиагностики в работе тренера детской спортивной школы / М. В. Богданова, В. Р. Малкин // Рудиковские чтения : материалы IX международной научно-практической конференции психологов физической культуры и спорта. - 2013. - С. 115-118.

18. Болдырева, В. Б. Развитие координационных способностей юношей 13–14 лет, занимающихся дзюдо / В. Б. Болдырева, А. А. Головков, А. Н. Татаринцев // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. - 2013. - № 7 (123). - С. 207-210.

19. Вакарев, Е. С. Мотивация спортивной деятельности: психологические подходы и классификации / Е. С. Вакарев, О. В. Коломиец // Научные исследования и разработки 2016: сборник материалов IX Международной научно-практической конференции. - 2016. - С. 177-182.

20. Венглярский, Г.Б. Управление специальной подготовленностью дзюдоистов высших разрядов на предсоревновательном этапе тренировки: автореф. дисс. ... канд. пед. наук / Г.Б. Венглярский. – Киев, 1981. – 24 с.

21. Вершинин, М. А. Использование индивидуализированного подхода в процессе технической подготовки юных высококвалифицированных дзюдоистов / М. А. Вершинин, Д. Л. Новиков // Физическое воспитание и спортивная тренировка. - 2014. - № 1 (7). - С. 9-13.

22. Власова, Е. Н. Особенности мотивации занятий спортивной деятельностью / Е. Н. Власова // Вестник Хакасского государственного университета им. Н. Ф. Катанова. - 2015. - № 12. - С. 116-120.

23. Воронов, И. А. Восточно-азиатская психотелесная теория личности в отечественной системе: автореф. дис. ... д-ра психол. наук / Воронов И. А. – Санкт- Петербург, 2005. – 50 с.

24. Габов, М. В. Влияние сбивающих факторов на соревновательную деятельность квалифицированных борцов / М. В. Габов, Ю. Г. Мартемьянов, Д. А. Зинкевич // Теория и практика физической культуры. – 2007. – № 10. – С. 15–16.
25. Гасанов, Р. Г. Повышение технико-тактической подготовки юных дзюдоистов с учетом динамических ситуаций соревновательной деятельности / Р. Г. Гасанов, Ч. Т. Иванков, А. В. Сафoshин // Наука и школа. - 2015. - № 1. - С. 135-141.
26. Горбачев, С. С. Психологические факторы формирования готовности боксера к поединку / С. С. Горбачев, Т. И. Гайдалов // Материалы междунар. науч. конф. психологов физич. культуры и спорта. – Москва : РГУФК, 2006. – С. 89–91.
27. Горбунов, Г. Д. Современная практика психологической подготовки спортсмена / Г. Д. Горбунов. – Санкт-Петербург : Питер, 2003. – 386 с.
28. Горская, Г. Б. Опережающая постановка задач как фактор эффективности психологического сопровождения подготовки спортсменов / Г. Б. Горская // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско- преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. - 2016. - Т. 1. - С. 185-187.
29. Григорьева, И. В. Формирование психологической подготовки спортсменов к соревнованиям / И. В. Григорьева, Е. Г. Волкова, Е. Ю. Кузнецов // Воронежский научно-технический Вестник. - 2015. - Т. 4, № 2-2 (12). - С. 27-30.
30. Гусейнов, Э. А. Исследование психологических особенностей формирования самооценки личности спортсменов в период соревновательной деятельности / Э. А. Гусейнов // Материалы междунар. науч. конф. психологов физич. культуры и спорта. – М.: РГУФК, 2006. – С. 107–109.
31. Даржай, К. В. Проблемы мотивации спортсменов в спортивной

деятельности / К. В. Даржай // Теоретические и методологические проблемы современной педагогики и психологии : сборник статей по итогам Международной научно-практической конференции : в 3 частях. - 2017. - Ч. 1. - С. 135- 137.

32. Дашкевич, О. В. Соотношение различных мотивов на определенном этапе развития учащихся / О. В. Дашкевич, В. А. Зобков // Спортсмен как субъект деятельности. – Омск: ОГИФК, 1993. – С. 5–6.

33. Дворкин, В. М. Методика отбора детей в спортивные секции по дзюдо / В. М. Дворкин // Физическое воспитание, спорт, физическая реабилитация и рекреация в высших учебных заведениях: проблемы и перспективы развития : V Международная электронная научно-практическая конференция [Электронный ресурс]. - 2015. - С. 31-34.

34. Дворкин, В. М. Оптимизация системы спортивного отбора детей в группы начальной подготовки по дзюдо / В. М. Дворкин // Физическая культура, спорт и туризм. Интеграционные процессы науки и практики : материалы VII международной научно-практической конференции / под ред. В. С. Макеевой ; Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования "Государственный университет - учебно-научно-производственный комплекс". - 2015. - С. 440-444.

35. Дементьева, И. М. Самоуправление как составляющая психологической подготовки спортсменов подросткового возраста / И. М. Дементьева, Г. Г. Кравченко // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. - 2015. - Т. 17. - С. 79-83.

36. Джемакулов, А. Д. Психологическая подготовка юных дзюдоистов / А. Д. Джемакулов // Развитие современного образования: теория, методика и практика. - 2016. - № 4 (10). - С. 283-287.

37. Дрожалкин, В. А. Спортивная мотивация как ведущий фактор результативности в спортивно-соревновательной деятельности / В. А. Дрожалкин // Современные научные исследования и инновации. - 2015. - № 4-5 (48).

С. 161-163.

38. Еганов, А. В. Разработка методики самооценки двигательных координационных способностей спортсменов, занимающихся спортивными видами ударных единоборств / А. В. Еганов, В. С. Быков, В. Ю. Кокин // Наука ЮУрГУ : материалы 67-й научной конференции. - 2015. - С. 1452- 1456.

39. Еганов, А. В. Теория и методика спортивной тренировки дзюдоистов / А. В. Еганов - Москва, 2014.

40. Еганов, А. В. Технология разработки методики оценки соревновательной деятельности дзюдоистов высокой квалификации / А. В. Еганов, О. А. Сиротин // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. - 2013. - Т. 28, № 3 (28). - С. 34-41.

41. Елизаров, В. Л. Социально-психологические и организационно-методические проблемы подготовки юных спортсменов / В. Л. Елизаров // Социальная политика и социология. - 2013. - № 4-1 (96). - С. 66-73.

42. Елисеев, Е. В. Предсоревновательная подготовка борцов-самбистов высокой квалификации : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Елисеев Е. В. – Москва, 2001. – 23 с.

43. Ефимов, О. М. Об упрочении мотивации занятий по плаванию с детьми младшего школьного возраста / О. М. Ефимов // Плавание: ежегодник. – Москва, 1981. – Вып. 1. – С. 15–18.

44. Завьялов, А. И. Современные тенденции развития вольной борьбы / А. И. Завьялов, Д. Г. Миндиашвили ; Красноярский государственный педагогический университет им. В. П. Астафьева. - Красноярск, 2016. - 236 с.

45. Завьялов, Д. А. Теория и практика формирования ключевой двигательной компетентности в спортивной борьбе: автореф. дис. д-ра пед. наук / Завьялов Д. А. – Красноярск, 2006. – 56 с.

46. Зебзеев, В. В. Особенности подготовки дзюдоистов-юниоров разных стилей ведения соревновательного поединка / В. В. Зебзеев, О. С. Зданович // Вестник Челябинского государственного университета. - 2013. - №

26 (317). - С. 38-46.

47. Игуменов, В. М. Анализ факторов подготовки спортсменов-единоборцев высокого класса / Игуменов В. М. // Теория и практика физической культуры. - 2015. - № 12. - С. 64-67.

48. Ильина, Н. Л. Динамика мотивации на протяжении спортивной карьеры : дис. ... канд. пед. наук / Ильина Н. Л. – Санкт-Петербург, 1998. – 21 с.

49. Илясова, Н. В. Психологическая подготовка юных спортсменов-дзюдоистов на основе дифференцированного подхода / Н. В. Илясова // Спортивный психолог. - 2014. - № 1 (32). - С. 59-62.

50. Канатов, А. В. Формирование спортивной мотивации у юных баскетболистов на этапе углубленной специализации : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Канатов А. В. – Красноярск, 2005. – 22 с.

51. Кимейша, Б. В. Мотивы занятий тяжелой атлетикой у спортсменов различной квалификации и возраста / Б. В. Кимейша // Психологические аспекты учебной и спортивной деятельности : сб. науч. тр. – Омск : ОГИФК, 1990. – С. 87–93.

52. Киселев, Ю. Я. Победы! Размышления и советы психолога спорта / Ю. Я. Киселев. – Москва : Физкультура и спорт, 2002. – 326 с.

53. Клещев, В. Н. Формирование готовности к ведению боя с представителями различных типов соперников / В. Н. Клещев, П. В. Галочкин // Материалы VI Международной научно-практической конференции по психологии спорта и физической культуры «Рудиковские чтения». – Москва, 2010. – С. 279–281.

54. Клименко, А. А. Приложения теории деятельности к учебно-тренировочному процессу на этапах начальной подготовки дзюдоистов / А. А. Клименко, А. А. Русанов // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология. - 2017. - № 2 (198). - С. 130-140.

55. Коблев, Я. К. Система многолетней подготовки спортсменов международного класса в борьбе дзюдо : автореф. дис. ... д-ра пед. наук /

Коблев Я. К. – Москва, 1990. – 40 с.

56. Коваленко, А. В. Динамика мотивации на протяжении спортивной карьеры в бобслее / А. В. Коваленко // Материалы междунар. науч. конф. психологов физич. культуры и спорта «Рудиковские чтения». – Москва, 2007. – С. 64.

57. Ковальчук, В. И. Индивидуализация специальной психологической подготовки в спортивной борьбе / В. И. Ковальчук // Материалы VI Международной научно-практической конференции по психологии спорта и физической культуры «Рудиковские чтения». – Москва, 2010. – С. 286–288.

58. Ковальчук, В. И. Психологические особенности подготовки квалифицированных боксеров / В. И. Ковальчук, М. В. Аветесян // Материалы IX Международной научно-практической конференции по психологии спорта и физической культуры «Рудиковские чтения». – Москва, 2013. – С. 130–133.

59. Колесников, И. С. Особенности мотивации школьников к занятиям физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельностью // И. С. Колесникова, Е. В. Кетриш // Проблемы качества физкультурно-оздоровительной и здоровьесберегающей деятельности образовательных организаций : сборник статей 7-й Международной научно-практической конференции. - 2017. - С. 213-220.

60. Коновалова, Ю. Б. Психологическая подготовка и сопровождение спортсменов в процессе подготовки к олимпийским играм / Ю. Б. Коновалова // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации. - 2016. - Т. 1, № 1. - С. 104-106.

61. Константинов, Д. В. Проблема мотивации в физкультурно-спортивной деятельности: философский аспект / Д. В. Константинов // Научные труды Сибирского государственного университета физической культуры и спорта. - 2014. - Т. 19. - № 19. - С. 170-174.

62. Коптев, О. В. Двигательная активность дзюдоистов на соревнованиях / О. В. Коптев // Ученые записки университета им. П. Ф.

Лесгафта. - 2015. - № 9 (127). - С. 116-120.

63. Костюченко, Е. А. Психологическая подготовка спортсмена к соревнованиям / Е. А. Костюченко, И. В. Новгородова, С. В. Блохин // Исследование различных направлений развития психологии и педагогики : сборник статей международной научно-практической конференции : в 3 частях. - 2017. - Ч. 2. - С. 49-51.

64. Крылов А. А. Некоторые проблемы психологии спорта в современном мире / А. А. Крылов // Вестник Балтийской академии. – Санкт-Петербург, 1997. – Вып. 14. – С. 40–44.

65. Кудрявцев М. Д. Об актуальности разработки современного подхода к развитию физических качеств юных дзюдоистов / Мещеряков В. С., Глубокий В. А., Дворкин В. М., Кудрявцев М. Д. // Проблемы современного педагогического образования. Серия: Педагогика и психология. – Сборник научных трудов: – Ялта: РИО ГПА, 2018 - Выпуск 59, часть 2. - С. 228-230.

66. Кудрявцев М.Д. Управление спортивной мотивацией у юных дзюдоистов на предсоревновательном этапе подготовки / Кудрявцев М.Д., Близневский А. А. // Единоборства №3 // Научный журнал. – Харьков: ХГАФК, 2017. – С. 18 – 22.

67. Кудрявцев М. Д. Дзюдо как вид спорта, способствующий формированию положительного отношения к спортивной деятельности / Близневский А.А., Кудрявцев М.Д., Галимова А.Г., Галимов Г.Я. // Единоборства №2 (8). Научный журнал. – Харьков: ХГАФК, 2018. – С. 19-29.

68. Кудрявцев М. Д. Формирование активно - действенного отношения к спортивной деятельности юных дзюдоистов 12-13 лет в соревновательном периоде / А. А. Близневский, М. Д. Кудрявцев, С. С. Ермаков, В. Ягайло // ArchivesofBudo. – Польша, 2016, Том 12, Выпуск 1. – С. 101 – 115.

69. Курочко, Е. И. Подготовка квалифицированных борцов : метод. пособие / Е. И. Курочко, А. А. Семкин. – Минск : [б.и.], 1984. – 96 с.

70. Лавринец, Е. А. Особенности мотивации занятий спортивной

деятельностью / Е. А. Лавринец, Е. Н. Власова // Профессионализация личности: теоретические и прикладные проблемы психологии, профессионального образования и экономики : материалы заочной научно-практической конференции. - 2015. - С. 91-99.

71. Лагунова, Л. В. Основные аспекты формирования мотивации к спортивной деятельности / Л. В. Лагунова, И. Ю. Лапиныш // Концепции фундаментальных и прикладных научных исследований : сборник статей международной научно-практической конференции : в 4 частях. - 2017. - Ч. 4. - С. 187-191.

72. Малкин, В. Р. Психотехнологии в спорте / В. Р. Малкин, Л. Н. Рогалева : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по программе магистратуры "Психологическое сопровождение физической культуры и спорта" по направлению подготовки 034300 "Физическая культура" / науч. ред. В. Н. Люберцев. - Екатеринбург, 2013. - 96 с.

73. Мартыненко, А. Н. Развитие решительности у борцов – самбистов на этапе начальной спортивной специализации: дис. ... канд. пед. наук / Мартыненко А. Н. – Омск, 2003. – 158 с.

74. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта / Л. П. Матвеев. – Москва: Воениздат, 1997. – 304 с.

75. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учебник для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлению 032100 - "Физическая культура" и по специальности 032101 - "Физическая культура и спорт" / Л. П. Матвеев. - Изд. 5-е, испр. и доп. - Москва, 2010. - 340 с.

76. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры: учеб. пособие / Л. П. Матвеев. – Москва: Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.

77. Мохаммед, Э.М. Управление процессом психологической подготовки квалифицированных спортсменов: автореф. дисс. ... канд. пед. наук / Э.М. Мохаммед. – Киев, 1981. – 20 с.

78. Нестеров, В. А. Мотивационно-эмоциональный аспект

двигательной активности детей дошкольного возраста : учеб. пособие / В. А. Нестеров, И. М. Воротилкина, В. Е. Могилев. – Хабаровск : ХГИФК, 1998. – 52 с.

79. Николаев, А. Н. Методика изучения предстартовых состояний спортсменов / А. Н. Николаев // Психологические основы педагогической деятельности: материалы 4-й межвуз. науч. конф. / СПбГАФК им. П. Ф. Лесгафта. – Санкт-Петербург, 2001. – С. 81–84.

80. Новоселов, Е. А. Психологическая подготовка спортсменов / Е. А. Новоселова // Инновационные условия развития науки и образования в межкультурном взаимодействии: комплексный подход: материалы II международной научно- практической конференции. - 2015. - С. 163-165.

81. Одинцов, Д.В. Психолого-педагогические аспекты оценки и самооценки готовности в спортивных единоборствах / Д. В. Одинцов // Материалы междунар. науч. конф. психологов физич. культуры и спорта. – Москва : РГУФК, 2006. – С. 211–213.

82. Омеляненко, В. И. Экспресс-метод психологической подготовки спортсменов / В. И. Омеляненко // Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта. - 2014. - № 6. - С. 37-41.

83. Платонов, В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В. Н. Платонов. – Москва : Советский спорт, 2005. – 820 с.

84. Платонова, М. И. Динамика мотивации спортивной деятельности борцов юниоров в процессе учебно-тренировочных сборов / М. И. Платонова, В. В. Находкин // Актуальные проблемы развития личности в онтогенезе : материалы IV Всероссийской научно–практической конференции. - 2015. - С. 159-161.

85. Попова М. В. Психологическое сопровождение при формировании состояния готовности к поединку борцов-юниоров вольного стиля / М. В. Попова // Материалы VI Международной научно-практической конференции по психологии спорта и физической культуры «Рудиковские

чтения». – Москва, 2010. – С . 222–225.

86. Предсоревновательная подготовка дзюдоистов: метод. рекомендация для студентов по организации, планированию, методике, тренировке, средствам контроля и восстановления / сост. О. А. Сиротин. – Челябинск : [б.и.], 1989. – 23 с.

87. Психологическая подготовка спортсменов к соревнованиям // Психолого-педагогические аспекты физической культуры студентов: учебное пособие / В. И. Григорьев, В. П. Демеш, Н. П. Лузик, Ю. М. Пахомов. - Санкт-Петербург, 2016. - Гл. VIII. - С. 104-123.

88. Родыгина, Ю. К. Методологические подходы к изучению деятельности в экстремальных условиях / Ю. К. Родыгина // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – Санкт-Петербург, 2008. – № 6. – С. 109–112.

89. Рюмина, Т. В. Мотивация физкультурно-спортивной деятельности / Т. В. Рюмина, М. А. Терехова // Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. - 2014. - № 11-2. - С. 212-215.

90. Семенов, А. Н. Текущее управление предсоревновательной подготовкой высококвалифицированных дзюдоистов : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Семенов А. Н. – Москва, 1994. – 23 с.

91. Сиротин, О. А. Психолого-педагогические основы индивидуализации спортивной тренировки дзюдоистов : дис. ... д-ра пед. наук / Сиротин О. А. – Москва, 1996. – 315 с.

92. Сопов, В. Ф. Структура и содержание психологического обеспечения подготовки высококвалифицированных спортсменов / В. Ф. Сопов // Спортивный психолог. - 2016. - № 1 (40). - С. 37-40.

93. Станков, А. Г. Индивидуализация подготовки борцов: дзюдо, самбо, вольная и классическая борьба / А. Г. Станков. – Москва : [б.и.], 1995. – 240 с.

94. Трутнев, П. В. Экспериментальное обоснование повышения работоспособности дзюдоистов высокой квалификации перед

соревнованиями : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Трутнев П. В. – Красноярск, 2006. – 24 с.

95. Туманян, Г. С. Спортивная борьба. Кн. II. Кинезиология и психология / Г. С. Туманян. – Москва : Физкультура и спорт, 1998. – 280 с.

96. Уляева, Г. Г. Психологическая подготовка спортсмена в ДЮСШ / Г. Г. Уляева, Б. Б. Раднагуруев, Л. Г. Уляева // Инновационные технологии в спорте и физическом воспитании подрастающего поколения : материалы научно-практической конференции с международным участием / Московский городской педагогический университет, Педагогический институт физической культуры и спорта. - 2013. - С. 294-297.

97. Уэйнберг, Р. С. Основы психологии спорта и физической культуры / Р. С. Уэйнберг, Д. Гоулд. – Киев : Олимпийская литература, 1998. – 336 с.

98. Филиппов, С. С. Спортивная тренировка в боксе как объект информационного обеспечения / С. С. Филиппов, В. А. Таймазов // Теория и практика физической культуры. – 1999. – № 1. – С. 36–38.

99. Филиппова, Е. Н. Предсоревновательная психологическая подготовка юных спортсменов / Е. Н. Филиппова, А. А. Шамаева // Стратегические направления развития науки, образования, технологий: сборник научных трудов по материалам Международной научно-практической конференции. В 4-х частях / под ред. Е. П. Ткачевой. - 2017. - Ч. 4 - С. 142-145.

100. Шашков, М. В. Актуализация акме-психологических компонентов готовности юного боксера к соревновательной деятельности / М. В. Шашков // Вестник КГУ им. Н. А. Некрасова. Серия «Акмеология образования». – 2011. Т. 17, № 1. – С. 105–109.

101. Шумилин, А. П. Взаимосвязь результативности соревновательной деятельности дзюдоистов со спортивной мотивацией / Г. Д. Бабушкин // Психопедагогика в правоохранительных органах. – 2007. – № 1. – С. 15–19.

102. Apter, M. J. The Experience of Motivation. The Theory of Psychologi-

cal Reversals / M. J. Apter. – N.Y., 1982. – 294 p.

103. Barbuto, W. S. Motivation sources inventory: Development and Validation of new scales to measure an integrative taxonomy of motivation. Psychological Reports / W. S. Barbuto, R. W. Scholl. – 1998. – 82 p.

104. Butt, D. S. Psychology of Sport. The behavior, motivation, personality and performance of athletes / D. S. Butt. – N. Y., 1987. – P. 56–65.

105. Csikszentmihalyi, M. The dynamics of intrinsic motivation: a study of adolescents / M. Csikszentmihalyi // Research on motivation in education. – N. Y., 1989. – Vol. 3. – P. 45–71.

106. Kim, Ch. Perceived Motivational Factors Related to initial participation and Persistence in Taekwondo : Unpublished dissertation / Ch. Kim / University of New Mexico. – New Mexico, 1991. – 69 p.