

ВПЛИВ МОТИВАЦІЇ НА РЕЗУЛЬТАТИВНІСТЬ СПОРТСМЕНІВ У ТАНЦЮВАЛЬНИХ ВИДАХ СПОРТУ

Тетяна Мошенська, ст.викладач

Ірина Павлова, здобувач першого (бакалаврського) рівня вищої освіти

*Харківська державна академія фізичної культури
Харків, Україна*

Вступ. Танцювальні види спорту, такі як акробатичний рок-н-рол, спортивна аеробіка, брейкінг і черлідінг, належать до складно-координаційних видів спорту, що вимагають високого рівня фізичної, технічної та психологічної готовності. Сьогодні від спортсменів вимагається виконання складних елементів спорту, тренування з високою інтенсивністю та досягнення стабільних результатів у змаганнях. У цьому контексті стимулювання до спортивної діяльності є критичним компонентом успіху. Дослідження теорії та методів спорту показали, що мотивація визначає ставлення спортсмена до тренувань, працездатність та результативність. Мотивація є одним із провідних чинників, що визначають ефективність тренувальної діяльності та досягнення високих спортивних результатів[3]. Визначаються внутрішня мотивація, що включає саморозвиток, та зовнішня мотивація, що викликається через тренера, команду та змагальну діяльність. Хоча спортсмени танцювальних видів спорту взаємодіють з партнером, командна згуртованість та їх емоційна стабільність залишаються важливими факторами, що впливають на результативність, мало досліджень було проведено щодо мотиваційних особливостей цієї групи. Стійкий інтерес до занять спортом формується за умов наявності внутрішніх і зовнішніх стимулів, що підтримують активність спортсмена[1]. Це вказує на важливість таких досліджень.

Мета дослідження: визначення впливу мотивації на результативність спортсменів, які займаються танцювальними видами спорту.

Матеріали та методи дослідження. У ході дослідження використовувався аналіз і узагальнення даних науково-методичної літератури, засобів масової інформації та інтернет-ресурсів, педагогічне спостереження. Для досягнення поставленої мети було проведено анкетування, в якому взяли участь 30 спортсменів віком 14 - 15 років, які займаються акробатичним рок-н-ролом, черлідінгом та спортивною аеробікою.

Результати дослідження та обговорення. Мотиваційні пріоритети визначалися за допомогою анкетування, яке включало питання щодо причин залучення до занять спортом, ставлення до тренувань та прагнення досягати високих спортивних результатів. Отримані результати підлягали процентному аналізу. У підлітковому віці формування мотивації до занять фізичною культурою і спортом залежить від умов навчально-тренувального процесу та впливу соціального оточення[2]. Анкетування широко використовується для визначення мотиваційних пріоритетів спортсменів та оцінки їх ставлення до тренувальної діяльності[4]. Учасниками були 30 осіб віком 14-15 років, які

займаються акробатичним рок-н-ролом, черлідінгом та спортивною аеробікою. Під час вивчення питання, та на основі аналізу даних науково-методичної літератури з'ясовано мотиваційні пріоритети та фактори, які безпосередньо впливають на участь у спорті та ефективність тренувань. Аналіз результатів показав, що багато спортсменів займаються спортом через мотивацію. Близько 40% згадали цей мотив. Це свідчить про поширену внутрішню мотивацію, яка пов'язана з бажанням підвищити свої навички, освоїти нові аспекти та покращити результати. Для спортсменів танцювальних видів спорту характерним є переважання мотивів самовдосконалення та прагнення до підвищення рівня майстерності[4].

Важливим фактором є також те, що тренер і команда допомагають один одному. Такий мотив зазначили 27% спортсменів. Це підтверджує, що для таких видів спорту важливими є відносини спортсменів з тренером, а також психологічний клімат у команді. Загалом 20% осіб, зазначили своє бажання перемагати та досягати високих результатів у змаганнях. Це свідчить про зосередженість на високому рівні змагальної мотивації. Цей результат супроводжується підвищеною відповідальністю під час тренувань і стимулює внутрішню мотивацію до вдосконалення. 7% спортсменів обрали соціальне визнання як основний мотив. Ще 6% назвали альтернативні мотиви для участі у спорті, такі як інтерес до танців та/або керівництво батьків. Порівняльне дослідження показує, що якщо спортсмен займається акробатичним рок-н-ролом, його взаємодія з партнером може мати великий вплив, оскільки більшість частин потребують координації. Згуртованість команди також має більше значення в черлідінгу та спортивній аеробіці, що впливає на синхронізацію виступу та загальний досвід виступу. У складно-координаційних видах спорту важливе значення має психологічна сумісність спортсменів та узгодженість їхніх дій[3]. Ці висновки показали, що мотивація безпосередньо впливає на ефективність тренувань, стабільність виступу та успішність результатів у спорті.

Важливість внутрішньої мотивації у більшості спортсменів також була позитивною, вона забезпечує довготривалий інтерес до спорту та стійкість до фізичного та психологічного стресу. Тому, щоб покращити ефективність планування та підвищити спортивні результати спортсменів віком 14-15 років, мотиваційні пріоритети студентів, враховуючи вік та особливості спорту, мають бути сформовані відповідно до особливих потреб спортсмена.

Висновки роботи свідчать про те, що мотивація є важливим чинником ефективності тренувального процесу та результативності спортсменів у танцювальних видах спорту. Найбільш поширеним мотиваційним пріоритетом є самовдосконалення. Що свідчить про переважання внутрішньої мотивації, на яку звернули увагу більшість спортсменів віком 14-15 років, які прагнуть покращити себе та підвищити свій рівень майстерності. Зовнішні впливи також значно впливають на це і визначаються підтримкою тренера, підтримкою команди та прагненням досягти успіху на змаганнях. Поєднання внутрішніх і зовнішніх мотивів забезпечує найбільш ефективну спортивну діяльність і сприяє збереженню інтересу до тренувань[1].

Мотивація в складно-координаційних видах спорту виявилася суттєво пов'язаною з характеристиками діяльності: в акробатичному рок-н-ролі взаємодія з партнером має величезне значення; так само, як і в черлідінгу та спортивній аеробіці, потрібна командна згуртованість. Дані показали важливість цілеспрямованого структурування мотиваційних пріоритетів у процесі тренувань спортсменів для створення середовища, яке підвищує ефективність підготовки та спортивні результати. Формування мотивації повинно здійснюватися з урахуванням специфіки виду спорту та індивідуальних потреб.

Список використаної літератури.

1. Багас, О. П., Кузяков, Я. В., & Рибалко, Я. О. (2024). Мотивація як умова високих результатів у спортивній діяльності. Педагогічна Академія: наукові записки, (12). <https://pedagogical-academy.com/index.php/journal/article/view/433>
2. Круцевич, Т. Ю., Марченко, О. Ю., Дєдх, М. О., Сучасні підходи до формування індивідуальної фізичної культури учнівської молоді в процесі фізичного виховання. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2022. № 2. С. 66-75. <https://reposit.uni-sport.edu.ua/handle/787878787/6017>
3. Платонов, В. М. (2021). Сучасна система спортивного тренування. <https://reposit.uni-sport.edu.ua/bitstreams/502d624d-cf23-49f0-b4ad-a77d4dcec961/download>
4. Хаустова А. С. Формування мотиваційних пріоритетів у спортсменів в танцювальному спорті : кваліфікаційна робота на здобуття освітнього ступеня «магістр» : спец. 017 «Фізична культура і спорт» / А. С. Савченко ; ЧНУ ім. Петра Могили . – Миколаїв, 2023. – 86 с. <https://krs.chmnu.edu.ua/jspui/handle/123456789/2616>