

УДК 796.08

**МОТИВАЦИЯ СТУДЕНТОВ БЕЛОРУССКО-РОССИЙСКОГО УНИВЕРСИТЕТА  
К ЗАНЯТИЯМ ДЗЮДО И САМБО****Н. А. Перец**доцент кафедры физического воспитания и спорта  
ГУ ВПО «Белорусско-Российский университет», г. Могилёв, РБ

*В статье представлены результаты эксперимента по выявлению первичных мотивов и их изменению в процессе обучения в группах спортивного совершенствования по дзюдо и самбо студентов Белорусско-Российского университета с применением специальной методики, позволяющей сформировать устойчивую потребность систематических занятий борьбой.*

**Ключевые слова.** Мотивация, дзюдо, самбо, методика, тренировка.

**Введение**

Проблема с набором в группы спортивной борьбы в Белорусско-Российском университете (далее – БРУ) с каждым годом становится все острее. В 70-е–80-е годы прошлого века провести отбор в группы спортивного совершенствования было достаточно легко: из большого количества желающих заниматься дзюдо и самбо выбирались самые подготовленные и способные, готовые повышать свое спортивное мастерство, участвовать в соревнованиях. Предпочтение отдавалось тем, кто уже занимался дзюдо, самбо или другими видами борьбы в ДЮСШ. За время учебы многие из занимающихся становились призерами областных и республиканских соревнований, получали спортивные разряды. С конца 90-х гг. ситуация стала меняться в худшую сторону, и в настоящее время очень проблематично набрать достаточное количество студентов и удержать их после первого года обучения в секции.

Причин сложившейся ситуации может быть несколько. Это и демографическая ситуация в стране (с каждым годом количество студентов уменьшается), и падение интереса к дзюдо и самбо в связи с появлением новых видов и течений восточных единоборств, и ухудшение состояния здоровья молодых людей. Компьютеризация, малоподвижный образ жизни, отсутствие привычки заниматься физической культурой и спортом, вредные привычки приводят к тому, что все большее количество первокурсников приходят в вуз с низким уровнем общей физической подготовки, без опыта занятий в спортивных секциях и поэтому не могут полноценно заниматься на курсе спортивного совершенствования. Кроме того, поскольку БРУ – технический вуз, то подавляющее большинство студентов сегодня нацелено на учебу, получение специальности, а не на достижение спортивных результатов.

На протяжении двух последних десятилетий сложилась следующая тенденция: к концу учебного года секцию дзюдо и самбо покидают от 70 до 80% студентов, занимающихся в группах начальной подготовки.

Так, например, в 2010–2011 учебном году из 34 человек к концу года осталось всего 8 студентов, что составило 23,5%. Значительный процент бросивших занятия борьбой после первого года обучения заставляет задуматься и совершенствовать методы отбора, методику проведения занятий с начинающими дзюдоистами, а также особое внимание уделять мотивации студентов. На наш взгляд, мотивация студентов наряду с физической подготовленностью должна стать одним из важнейших критериев при наборе в секции дзюдо и самбо.

Мотивация – это состояние, которое побуждает человека совершать действия, направленные на удовлетворение своих потребностей. Мотивация представляет собой не только ключевую характеристику субъекта и ведет к назначенной цели, но и оказывает влияние на целый ряд процессов в спортивной деятельности. Существенной особенностью является прямое воздействие на спортивный результат: спортсмен, мотивированный определенным образом и имеющий определенную выраженность этой мотивации, сможет достигнуть поставленной цели [1]–[4]. Особым значением обладает необходимость знания тренером мотивации каждого спортсмена, т. к. это способствует успешной подготовке в тренировочном процессе и достижению высоких результатов.

**Целью** нашего исследования является выявление начальных мотивов студентов БРУ к занятиям дзюдо и самбо для использования этих данных в организации учебно-тренировочного процесса начинающих дзюдоистов, самбистов.

Изучение начальных мотивов к занятиям борьбой дзюдо и самбо студентов БРУ ориентировано на снижение отсева из секций после первого года обучения. С этой целью и был проведен эксперимент, в ходе которого путем изменения методики обучения сделана попытка найти способы воздействия на начинающих спортсменов для формирования их мотивации на длительные занятия и достижение спортивных результатов в избранном виде спорта.

Для реализации поставленной цели в ходе эксперимента решались следующие задачи:

- Раскрыть причинно-следственные связи формирования мотивации к длительным занятиям дзюдо и самбо.
- В зависимости от мотивации, разработать практические рекомендации по планированию средств и методов проведения учебно-тренировочных занятий с начинающими борцами-студентами.

**Методы исследования.** В процессе проведения педагогического эксперимента для решения поставленных задач использовались следующие методы [5], [6]:

- Метод теоретического анализа.
- Метод педагогического наблюдения.
- Метод социального опроса (анкетирование).
- Метод математической статистики.

*Содержание эксперимента:*

- Разработка анкеты персонального опроса студентов по мотивации к занятиям дзюдо и самбо.
- Укомплектование двух групп с мотивацией на спортивные достижения и с внешними мотивами навязанного характера (2011–2012 учебный год).
- Укомплектование контрольной и экспериментальной групп с внешними мотивами навязанного характера (2012–2013 учебный год).
- Составление учебной программы для контрольной группы.
- Составление учебной программы для экспериментальной группы.
- Обсуждение результатов эксперимента.
- Выводы и рекомендации по итогам эксперимента.

#### **Результаты исследования и их обсуждение**

Для оценки состояния вопроса в начале 2011–2012 и 2012–2013 учебных годов нами было проведено персональное очное анкетирование по специально разработанной анкете, которое является методом получения информации путем письменных ответов респондентов на стандартные вопросы.

В анкетировании принимали участие студенты первых курсов БРУ строительного, машиностроительного, автомеханического и электротехнического факультетов, пожелавшие заниматься на специализации дзюдо в учебное время либо на курсе спортивного совершенствования дзюдо и самбо.

Образец анкеты представлен в таблице 1.

Таблица 1 – Анкета «Что побудило меня записаться в секцию дзюдо?»

Варианты ответов (выбрать один из вариантов)	
1. Хочу заниматься борьбой и принимать участие в соревнованиях	
2. Хочу продолжить традиции семьи (борьбой занимались отец, брат и т. д.)	
3. Нравится дзюдо, хочу быть похожим на сильнейших дзюдоистов	
4. Хочу самосовершенствоваться и стать смелее и увереннее в сложных ситуациях	
5. В детстве обижали в школе, хочу стать не хуже других в группе	
6. Хочу научиться приемам самообороны	
7. В секцию пошли друзья, знакомые и я также	
8. По сравнению с уроками физической культуры, борьба более гармонично влияет на развитие физических и моральных качеств	
9. Хочу научиться приемам борьбы и одновременно получить зачет	
10. Желаю выполнить норматив мастера спорта	

В ходе анализа ответов студентов на вопрос анкеты «Что побудило меня записаться в секцию дзюдо?» были выделены основные группы начальных мотивов: внешние мотивы-стимулы, внутренние мотивы-стимулы и смыслообразующие мотивы.

К внешним мотивам-стимулам отнесены ответы респондентов, в которых подчеркивается внешний характер принятия решения: пригласили в секцию, пошел за компанию, хочу быть не хуже других, научиться приемам самообороны. Сюда же можно отнести желание одновременно получить зачет и научиться приемам дзюдо и самбо.

Внутренние мотивы-стимулы и смыслообразующие мотивы принадлежат к области личной инициативы. Респонденты этой группы объясняют свое увлечение борьбой доводами в виде достижения спортивных результатов: добиваться успехов в выбранном виде спорта, участвовать в соревнованиях, получить спортивный разряд, стать сильнее, смелее, решительнее, получить возможность совершенствоваться физически и духовно.

В этой группе мотивов на первое место выходит ориентация на личностное развитие занимающихся и их способность к психологическому самосовершенствованию, что является определяющим критерием и необходимым условием физического совершенства.

Результаты анкетирования представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Данные анкет опроса студентов 1 курсов Белорусско-Российского университета в 2011–2012 уч. году

Место ответов в зависимости от значимости	Мотивы-стимулы	Количество ответов	
		общее	в %
1	Наряду с получением зачета хочу научиться приемам борьбы	31	30,7
2	Хочу научиться приемам самообороны	20	19,8
3–4	Хочу заниматься борьбой и принимать участие в соревнованиях	10	9,9
3–4	Хочу самосовершенствоваться, стать сильнее, смелее и увереннее в сложных ситуациях	10	9,9
5–6	По сравнению с уроками физической культуры борьба более гармонично влияет на развитие физических и моральных качеств	8	7,9
5–6	В секцию пошли друзья, знакомые и я также	8	7,9
7	Нравится дзюдо. Хочу быть похожим на сильнейших дзюдоистов	6	5,9
8–9	Часто обижали в школе и на улице, хочу быть не слабее других в группе	3	3
8–9	Хочу продолжить спортивные традиции семьи	3	3
10	Желаю выполнить норматив мастера спорта	2	2
Общее количество респондентов		101	

Анкетирование показало, что большинство студентов заинтересовано в получении зачета параллельно с занятиями спортивной борьбой (30,7%) и хотят научиться приемам самообороны (19,8%). Первокурсников с внутренней и смыслообразующей мотивацией значительно меньше. Например, хотят участвовать в соревнованиях 9,9% опрошенных, продолжить спортивные традиции семьи 3%, а получить спортивный разряд всего 2% респондентов.

В зависимости от начальных мотивов были укомплектованы 2 группы по 17 человек в каждой.

В первую группу вошли студенты с личностной мотивацией, ориентированной на спортивные достижения, желающие выполнить нормативы КМС, МС, продолжающие семейные традиции, а также ранее занимавшиеся каким-либо видом спортивной борьбы.

Вторая группа состояла из 17 студентов с внешними мотивами навязанного характера: пошли друзья, и я также, хочу научиться приемам самообороны, не хочу быть слабее других. Основную часть этой группы составили студенты с актуальным мотивом – одновременно получить зачет и попробовать свои силы в занятиях дзюдо и самбо.

В течение 2011–2012 учебного года в обеих группах занятия проводились три раза в неделю по традиционной методике работы в группах спортивного совершенствования, т. е. техническая, психологическая, общая и специальная физическая подготовка были направлены на достижение спортивного результата в конечном итоге. Такая интенсивная работа требует от спортсменов полной отдачи и высокого уровня общей и специальной физической подготовки, а также психологической устойчивости. Во втором семестре студенты должны были принять участие в соревнованиях внутри секции и в личном первенстве университета, а также сдать технический экзамен.

К окончанию второго семестра в первой группе осталось 13 человек, отсеяв – 4 чел. (23,5%), во второй осталось 6 чел., отсеяв – 11 чел. (64,7%).

Со студентами, желающими уйти из секции, проводились индивидуальные беседы, в которых были выявлены следующие *причины* потери интереса к занятиям спортивной борьбой:

- Недостаточная общая физическая подготовка. Проблемы со здоровьем.
- Страх получить травму и неуверенность в своих силах.
- Нежелание или боязнь участвовать в соревнованиях.
- Несоответствие своих возможностей уровню собственных желаний и требований тренера.
- Потеря интереса к занятиям после освоения приемов самообороны.
- Однообразие технических приемов.
- Сложность получения зачета.

Был сделан предварительный *вывод*, что методика проведения занятий, ориентированная на достижение спортивных результатов и обязательное участие в соревнованиях, эффективна для студентов с внутренней мотивацией и не подходит для студентов с навязанными мотивами внешнего характера.

В 2012–2013 гг. эксперимент продолжился.

Результаты анкетирования, проведенного в начале учебного года, представлены в таблице 3.

Таблица 3 – Данные анкет опроса 1 курса студентов Белорусско-Российского университета в 2012–2013 уч. году

Место ответов в зависимости от значимости	Мотивы-стимулы	Количество ответов	
		общее	в %
1	Наряду с получением зачета, хочу научиться приемам борьбы	35	33
2	Хочу научиться приемам самообороны, чтобы защитить себя и своих близких	21	19,8
3	В секцию пошли друзья, знакомые и я также	14	13,2
4	Хочу самосовершенствоваться, стать сильнее, смелее и увереннее в сложных ситуациях	8	7,6
5-6	Хочу заниматься борьбой и принимать участие в соревнованиях	7	6,6
5-6	По сравнению с уроками физкультуры борьба более гармонично влияет на развитие физических и моральных качеств	7	6,6
7	Нравится дзюдо. Хочу быть похожим на сильнейших дзюдоистов	6	5,7
8	Часто обижали в школе и на улице, хочу быть не слабее других в группе	5	4,7
9	Желаю выполнить норматив мастера спорта	2	1,9
10	Хочу продолжить спортивные традиции семьи	1	0,9
Общее количество респондентов		106	

Анализ результатов опроса показал, что наиболее распространенным мотивом снова оказался «хочу получить зачет и одновременно научиться приемам борьбы» (33% респондентов), 19,8% первокурсников хотят научиться приемам самообороны. Значительно больше оказалось тех, кто пришел за компанию (13,2% против 7,9% в прошлом году). Количество студентов с внутренними мотивами-стимулами уменьшилось по сравнению с предыдущим опросом: хотят участвовать в соревнованиях 6,6%, получить спортивный разряд 1,9%, продолжить спортивные традиции семьи 0,9% опрошенных.

По результатам анкетирования были укомплектованы две группы по 17 человек в каждой, обе с внешними мотивами навязанного характера.

Группа № 1 – контрольная, занятия в которой проводились по традиционной методике, три раза в неделю, с основной направленностью на спортивный результат.

Группа № 2 – экспериментальная. Была разработана специальная программа с использованием рекомендаций отечественных и зарубежных специалистов по дзюдо и самбо [7, 6–10, 193–201], [8, 707–708, 716–723]. Занятия в секции дзюдо рассматриваются как система физического и духовного воспитания, которое зависит от личного сознания и силы воли каждого. Участие в соревнованиях желательно, но не обязательно для получения зачета. В конце учебного года каждый по желанию может получить техническую квалификацию (пояс), по результатам сдачи технического комплекса.

Тренировки также проводились три раза в неделю, но два занятия посвящались изучению техники спортивного дзюдо и общей физической подготовке, а третье – обучению приемам самообороны от простых до более сложных (прикладное применение приемов спортивной борьбы против захватов за одежду, руки, туловище, против ударов руками и ногами, защита от ударов ножом, освоение бросков через спину и через бедро, задержание и конвоирование, способы самообороны в замкнутом пространстве – лифт, автомобиль, лестничная площадка).

В связи с тем, что многие из студентов пришли в секцию с низким уровнем общей физической подготовки, а некоторые и с ослабленным здоровьем, было принято решение проводить тренировки в щадящем режиме с постепенным увеличением интенсивности в течение года. Использовался индивидуальный подход к каждому студенту в зависимости от его уровня подготовки и первичных мотивов.

Способные и желающие принимали участие в соревнованиях (таких было 3–5 человек – около 25%), остальные просто тренировались, улучшали свою физическую форму, укрепляли здоровье, занимаясь с интересом и пользой для себя.

Особое внимание уделялось психологической работе со студентами. В течение всего учебного года проводились общие и индивидуальные беседы, при помощи которых формировался и поддерживался устойчивый интерес к дзюдо как к системе совершенствования духа и тела, происходило постепенное изменение первичных внешних мотивов.

В контрольной группе из 17 человек к концу года осталось 7 чел., отсеяв 10 чел. (58,8%). В экспериментальной группе из 17 осталось 15, отсеяв 2 чел. (11,8%).

Результаты эксперимента за два года работы представлены на рисунках 1, 2.



Рисунок 1 – Диаграмма «Количество студентов в группах спортивного совершенствования в 2011–2012 уч. году»

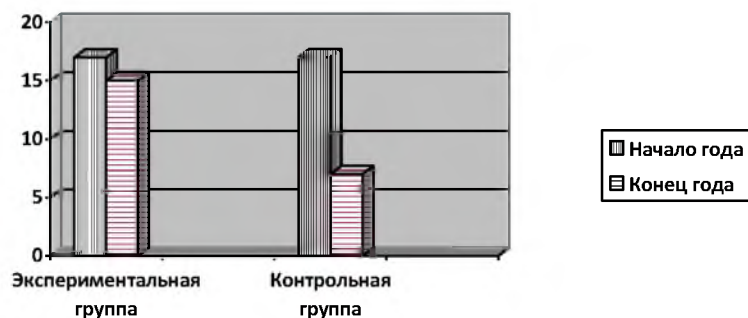


Рисунок 2 – Диаграмма «Количество студентов в группах спортивного совершенствования в 2012–2013 уч. году»

Как видно из диаграмм, в группах с внешними мотивами навязанного характера, занимавшихся по традиционной системе, и в 2011–2012 гг., и в 2012–2013 гг. процент отсева приблизительно одинаков и достаточно высок. В экспериментальной группе процент отсева небольшой и сопоставим с процентом отсева в группе с внутренними и смыслообразующими мотивами-стимулами.

#### Выводы и рекомендации

Результаты педагогического эксперимента позволили сделать следующие *выводы*:

- Большинство студентов БРУ приходят в секцию дзюдо и самбо не ради достижения спортивного результата, они мотивированы на овладение определенными умениями и навыками, занимаются для того, чтобы научиться чему-то новому, совершенствоваться как физически, так и духовно, освоить приемы самообороны для защиты себя и своих близких. Важным стимулом является возможность параллельно получить зачет по физической культуре.
- Традиционная методика подготовки в группах спортивного совершенствования по дзюдо и самбо, направленная прежде всего на достижение спортивных результатов, неэффективна при работе со студентами, имеющими первичные мотивы случайного или навязанного характера.
- Использование специально разработанной программы в группах с внешними мотивами позволяет значительно уменьшить отток студентов из секции после первого года обучения, формирует устойчивый интерес к длительным занятиям борьбой, способствует изменению мотивации в сторону физического и духовного совершенствования и достижения в будущем спортивных результатов.

Исходя из вышесказанного, мы предлагаем следующие *рекомендации*:

- Для выявления первичных мотивов в начале учебного года проводить персональное анкетирование студентов, желающих заниматься дзюдо и самбо.
- При отборе в группу спортивного совершенствования желательно отдавать предпочтение студентам, не только физически одаренным, но и имеющим мотивацию, ориентированную на длительные занятия дзюдо и на достижение спортивного результата. В этом случае занятия проводятся по традиционной методике.
- Со студентами, имеющими первичные мотивы случайного или навязанного характера, проводить тренировки в щадящем режиме с учетом индивидуальных особенностей физической и психологической подготовленности с включением в занятия материала прикладного характера.
- Предоставлять возможность занимающимся получить техническую квалификацию (пояс) по результатам сдачи технического комплекса. Не настаивать на участии в соревнованиях.
- Формировать у занимающихся дзюдо и самбо соответствующие физкультурные знания, на основе которых создаются практические умения и навыки, способствующие устойчивой потребности к регулярным занятиям борьбой.
- Уделять особое внимание психологической подготовке. Добиваться постепенного изменения мотивации на личностно-ориентированную для самосовершенствования и достижения спортивных результатов.

*Литература*

1. Иванников, В. А. Психологические механизмы волевой регуляции / В. А. Иванников. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : изд-во УРАО, 1998. – 198 с.
2. Леонтьев, А. Н. Деятельность. Сознание. Личность / А. Н. Леонтьев. – Иркутск : Политиздат, 1975. – 188 с.
3. Леонтьев, А. Н. Лекции по общей психологии / А. Н. Леонтьев. – М. : Смысл, 2000. – 256 с.
4. Насиновская, Е. Н. Методы изучения мотивации личности : учеб.-метод. пособие / Е. Н. Насиновская. – Москва : изд-во МГУ, 1988. – 80 с.
5. Наталов, Г. Г. Теория физического воспитания / Г. Г. Наталов. – Алма-Ата : Казахский ИФК, 1976. – 62 с.
6. Сидоров, А. А. Педагогика спорта : учеб. для студентов вузов / А. А. Сидоров. – М. : Дрофа, 2000. – 320 с.
7. Станков, Г. А. Индивидуализация подготовки борцов / А. Г. Станков, В. П. Климин, И. А. Письменский. – М. : Физкультура и спорт, 1984 – 240 с.
8. Дзюдо. Система и борьба / Ю. А. Шулика [и др.]. – Ростов н/Д : Феникс, 2006. – 800 с.

*Summary*

The article deals with the results of the experiment conducted to find out the primary motives and their changes in the process of training in judo and sambo sporting perfection groups of the students of the Belarusian-Russian University with the use of a special method leading to formation of a constant need for systematic wrestling training.

*Поступила в редакцию 11.04.14*