

причиной данной проблемы является недостаточный уровень инновационной активности ведущих организаций ФКиС, в которых идет подготовка спортсменов различного уровня, включая спорт высших достижений, в части внедрения маркетинговых инноваций;

данная проблема усугубляет финансовое положение организаций ФКиС, в которых идет подготовка пятиборцев, и не позволяет реализовать весь имеющийся потенциал для привлечения потенциальных потребителей, пользующихся платными услугами;

для решения вышеперечисленных проблем организациям предложены практические рекомендации, направленные на совершенствование их бренда и ценовой стратегии – как составляющих маркетинговой инновационной деятельности.

#### Литература

1. Бондарь, А.В. Макроэкономика: учеб. пособие для студентов экономических специальностей ВУЗов / А.В. Бондарь. – Минск: БГЭУ, 2009. – 415с.
2. Додонов, О.В. Классификация инноваций в спорте / О.В. Додонов: сб. материалов Международной юбилейной научно-практической конференции, посвящённой 90-летию Гомельского государственного университета имени Франциска Скорины (Гомель, 19-20 ноября 2020г.): материалы: в 3ч. Ч. 1/Гомельский гос. ун-т им. Ф. Скорины; редкол.: С.А. Хахомов (гл. ред) [и др.]. – Гомель: ГГУ им. Ф. Скорины, 2020. – С. 124–127.
3. О физической культуре и спорте [Электронный ресурс]: Закон РБ, 4 янв. 2014г., №125-3: принят Палатой представителей 5 дек. 2013г.: одоб. Советом РБ 19 дек. 2013г.: ред. от 09.01.2018г. – Режим доступа: [https://kodeksyby.com/zakon\\_rb\\_o\\_fizicheskoy\\_kulture\\_i\\_sporte,htm](https://kodeksyby.com/zakon_rb_o_fizicheskoy_kulture_i_sporte,htm). – Дата доступа: 11.10.2023.
4. Современное пятиборье: Правила программы соревнований [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.krugosvet.ru/search/node>. – Дата доступа: 11.10.2023.
5. Руководство Осло. Рекомендации по сбору и анализу данных по инновациям: 4-е изд. – Москва: Организация экономического сотрудничества и развития, 2018. – 107с.

УДК 796.42

## ИССЛЕДОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ МОТИВАЦИИ ЛЕГКОАТЛЕТОВ К ТРЕНИРОВОЧНОМУ ПРОЦЕССУ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ НА ПРИМЕРЕ ВОЛГОГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ

**К.С. Ермакова, Н.Ю. Петров, А.С. Мартюшев**

*Волгоградская государственная академия физической культуры,  
Российская Федерация*

e-mail: petrov-yu@mail.ru

**Аннотация.** В статье представлены данные анкетирования спортсменов Волгоградской области, на основании которого были выявлены основные проблемы мотивации легкоатлетов и предложены наиболее эффективные пути поддержания и повышения мотивации легкоатлетов к тренировочному процессу.

**Ключевые слова:** мотивация, тренировочный процесс, легкоатлеты.

## STUDY OF THE PROBLEM OF MOTIVATING ATHLETES TO THE TRAINING PROCESS IN MODERN CONDITIONS ON EXAMPLE OF THE VOLGOGRAD REGION

**K.S. Ermakova, N.Y. Petrov, A.S. Martyushev**

*The Volgograd State Physical Education Academy, Volgograd, Russian Federation*

**Abstract.** The article presents data of questionnaires of athletes Volgograd region, on the basis of which the main problems of motivation of athletes were identified and the most effective ways of maintaining and increasing the motivation of athletes to the training process were proposed.

**Keywords:** motivation, training process, track and field athletes.

Мотивация в спорте – это то, что побуждает спортсмена к достижению высоких результатов и улучшению своих навыков. Мотивация является ключевым фактором успеха в спорте. Мотивированные спортсмены более трудолюбивы и настойчивы в достижении своих целей. Такие люди готовы к трудностям и не сдаются при первых неудачах.

Несмотря на то, что данная проблема в разные годы рассматривалась многими учеными [1-5], в настоящее время она вновь приобретает особое значение. За последний период времени спортивная жизнь многих российских и белорусских спортсменов, в том числе и легкоатлетов, изменилась. Такие события как пандемия COVID-19, захлестнувшая весь мир в 2019 году и ставшая целым испытанием для профессиональных спортсменов и их карьеры; специальная военная операция, повлекшая за собой отстранение многих спортсменов от международных соревнований; допинг скандалы; отношения МОК с Россией; оставили отпечаток на отечественных спортсменах, тренерах и спортивных организациях.

Отсутствие надлежащих условий для тренировок также может серьезно подорвать мотивацию спортсменов.

Все это в сумме определяет актуальность темы исследования и говорит о значимости данной проблематики для практики спорта в целом и легкой атлетики в частности.

*Цель исследования* – определить наиболее эффективные пути поддержания и повышения мотивации легкоатлетов к тренировочному процессу в современных условиях.

*Задачи исследования:*

1. Выявить основные проблемы мотивации легкоатлетов к тренировочному процессу в современных условиях: причины занятий легкой атлетикой, причины завершения спортивной карьеры.

2. Выделить основные пути поддержания и повышения мотивации легкоатлетов к тренировочному процессу.

**Материал и методы:** анализ и обобщение данных научно-методической литературы, анкетирование.

**Результаты и их обсуждение.** В ходе проведенного анкетирования было опрошено 62 спортсмена-легкоатлета Волгоградской области в возрасте от 14 до 25 лет, имеющих спортивные разряды от первого юношеского до мастера спорта (МС). Опрашивались две категории спортсменов: действующие атлеты и спортсмены, завершившие карьеру.

Нами были выявлены основные причины занятия спортом легкоатлетами различных специализаций:

– спортсменов занимающихся коротким спринтом мотивирует больше всего выполнение спортивного разряда, самореализация, поддержка тренера и членов семьи, привязанность к спортивному социуму, желание доказать, что ты чего-то стоишь;

– четырехсотметровиков отличает «спортивный фанатизм», желание доказать, что ты чего-то стоишь, самореализация, расширение круга общения, привязанность к спортивному социуму, выполнение спортивного разряда, поддержка тренера и членов семьи. Варианты ответа такие как: влияние кумиров, пример родителей и много свободного времени не были отмечены ни разу;

– бегуны на средние дистанции находят мотивацию в расширении круга общения, привязанности к спортивному социуму, спортивном фанатизме, желании доказать, что ты чего-то стоишь, самореализации. Варианты ответа такие как: много свободного времени и влияние окружающих не были отмечены;

– высотники: самореализация, ответственность перед тренером/близкими и спортивный фанатизм. Варианты ответа такие как: зависть спортивного успеха других, влияние кумиров, пример родителей, влияние окружения не были отмечены ни разу;

– тройной прыжок: выполнение спортивного разряда, доказать, что ты чего-то стоишь, самореализация, привязанность к спортивному социуму и денежный интерес. Такие варианты ответа как: ответственность перед тренером/близкими, много свободного времени, зависть спортивного успеха других, влияние кумиров, влияние окружения и пример родителей не были отмечены ни разу;

– многоборцы: выполнение спортивного разряда, поддержка тренера и членов семьи, самореализация и привязанность к спортивному социуму. Варианты ответа такие как: много свободного времени, зависть спортивного успеха других, влияние кумиров не были отмечены ни разу.

– метатели молота: выполнения спортивного разряда, самореализация, привязанность к спортивному социуму, спортивный фанатизм. Так как число представителей этой специализация самое маленькое из опрошенных остальные предложенные варианты ответов были не отмечены.

– метатели диска: спортивный фанатизм, поддержка тренера и семьи, самореализация, расширения круга общения, привязанность к спортивному социуму, выполнение спортивного разряда и денежный интерес. Такие варианты ответа как: ответственность перед тренером/близкими, много свободного времени, зависть спортивного успеха других, желание доказать, что ты чего-то стоишь, влияние кумиров, пример родителей и влияние окружения не были отмечены ни разу.

– метатели копья: самореализация, выполнения спортивного разряда, расширение круга общения. Так как это специализация одна из наименьших все остальные предложенные варианты не были отмечены.

– толкатели ядра: выполнение спортивного разряда, поддержка тренера и членов семьи, желание доказать, что ты чего-то можешь, денежный интерес и привязанность к спортивному социуму. Такие варианты ответа как: расширение круга общения, самореализация, ответственность перед тренером/близкими, спортивный фанатизм, много свободного времени, зависть спортивного успеха других, влияние кумиров, пример родителей, влияние окружения не были отмечены.

Из полученных данных можно сделать вывод о том, что преобладающее большинство спортсменов-легкоатлетов ищут причины занятий легкой атлетикой, или же мотивируют себя желанием реализовать в спорте (68,8%), выполнить спортивный разряд (66,7%), многие объясняют занятия легкой атлетикой привязанностью к спортивному социуму (68,8%), а также желанием доказать, что чего-то стоят (58,4%), большей половиной атлетов движет спортивный фанатизм (56,3%), порядка 40% занимающихся находят мотивацию в поддержке тренера и членов семьи. Всего на данном этапе исследования нами было выявлено пятнадцать основных причин занятий легкой атлетикой спортсменами Волгоградской области в возрасте от 14 до 25 лет (Таблица 1).

Таблица 1

Основные причины занятий легкой атлетикой спортсменами Волгоградской области

№	Основные причины	Число Спортсменов	Число спортсменов, %
1.	Выполнение спортивного разряда	32	66,7
2.	Денежный интерес	16	33,3
3.	Привязанность к спортивному социуму	33	68,8
4.	Расширение круга общения	24	50
5.	Самореализация	33	68,8
6.	Ответственность перед тренером/близкими	15	31,3
7.	Спортивный фанатизм	27	56,3
8.	Много свободного времени	4	8,3
9.	Зависть спортивного успеха других	4	8,3
10.	Желание доказать, что ты чего-то стоишь	28	58,4

11.	Влияние кумиров	3	6,3
12.	Поддержка тренера	21	43,8
13.	Поддержка членов семьи	19	39,6
14.	Пример родителей	6	12,5
15.	Влияние окружения	5	10,4

Самореализация имеет большое значение для мотивации спортсменов, так как она позволяет им осознать свой потенциал и достигать высоких результатов. Когда спортсмен чувствует, что он находится на пути к реализации своих личных целей и стремлений, он находится в состоянии энтузиазма и мотивированности. Кроме того, успешное достижение маленьких целей, которые тесно связаны с конечной целью, помогает спортсменам поддерживать постоянную мотивацию и сокращать путь к желаемому результату.

Спортивный социум также имеет значительное влияние на мотивацию легкоатлетов. Он создает благоприятную атмосферу для развития и достижения высоких результатов, обеспечивает спортсменам поддержку, вдохновение и конкуренцию, а также предоставляет им необходимые условия для тренировок, соревнований и общения.

Поддержка близких и друзей может оказаться решающим фактором в достижении успеха в спорте. Ведь когда человек берется за осуществление своих мечтаний, ему необходима мощная душевная поддержка, которую можно получить только от родных и близких людей. Именно они верят в успех спортсмена, помогают ему не утрачивать веру в себя и свои возможности.

Огромную роль в спортивном процессе играют тренеры. Они не просто руководят тренировками, но и являются наставниками и психологами. Важно, чтобы тренер мог наладить контакт с каждым спортсменом, изучив особенности его характера и психологические особенности личности спортсмена. Тренер должен быть настоящим лидером, способным мотивировать и поддерживать спортсмена в трудные моменты. Ведь только благодаря своей профессиональной работе тренер помогает спортсмену расти как профессионал и как личность.

Желание атлетов доказать окружающим, что они чего-то стоят тесно пересекается с желанием выполнить спортивный разряд. В настоящее время произошли изменения в нормативах по легкой атлетике. Они будут действовать с 2023 по 2025 год.

Почти на всех дистанциях от 60 метров до марафона усложнились нормативы для мастеров спорта и мастеров спорта международного класса. А нормативы для 1-3 разрядов наоборот стали меньше. Данные факты следует учитывать в процессе формирования спортивной мотивации легкоатлетов.

При решении первой задачи исследования также немаловажно было посмотреть видят ли спортсмены пользу от занятий легкой атлетикой. Проведенное анкетирование показало, что спортсмены (в основном массовых разрядов) видят пользу от занятий легкой атлетикой в укреплении здоровья (23,1%), самореализации и саморазвитии (12,6%), стоит отметить, что 16,7% опрошенных атлетов не видят пользы от профессионального занятия легкой атлетикой (Таблица 2).

Стоит отметить, что соревновательная обстановка является важным фактором в осуществлении высокой мотивации у спортсменов. Во время соревнований у спортсменов появляется внутренний стимул для достижения лучших результатов. Они готовы проявить максимальные усилия, чтобы победить своих соперников и доказать свою состоятельность на спортивной арене. Кроме того, соревновательная обстановка позволяет спортсменам постигнуть и преодолеть свои лимиты, выйти за рамки привычных методов и попробовать что-то новое, что может помочь им достичь необычных результатов. Таким образом, соревновательная среда помогает спортсменам не только улучшить свои достижения, но и стать сильнее и более уверенными в своих способностях.

Таблица 2  
Мнение спортсменов о пользе занятий легкой атлетикой

№	Ответы респондентов	Число спортсменов	Число спортсменов, %
1.	Нет	8	16,7
2.	Самореализация, саморазвитие, улучшение своих возможностей	6	12,6
3.	Здоровый образ жизни, укрепление здоровья	11	23,1
4.	Развитие всех групп мышц, всестороннее развитие	4	8,4
5.	Достижение результатов	1	2,1
6.	Новые знакомства, возможность путешествовать	3	6,3
7.	Нравится соревновательная атмосфера	1	2,1
8.	Развитие физических и морально-волевых качеств	3	6,3
9.	Физическое совершенствование и воспитание характера	2	4,2
10.	Отвлечение от проблем с последующим их решением, снижение стресса, целеустремленность, чувство бодрости на весь день	2	4,2
11.	Привязанность к спортивному социуму	1	2,1
12.	Смена деятельности, яркие эмоции	2	4,2
13.	Хорошая физическая подготовка	2	4,2
14.	Карьерный рост	1	2,1
15.	Дисциплина	2	4,2
16.	Спортивная фигура	3	6,3

На вопрос о продолжительности спортивной карьеры были получены следующие ответы, они были обобщены и представлены на рисунке 1.

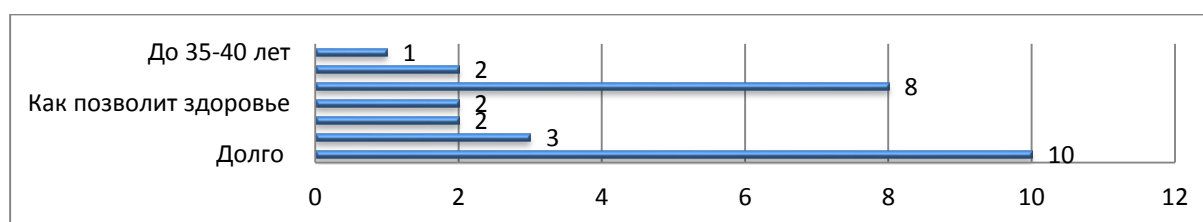


Рисунок 1 – Результаты опроса на тему «Продолжительность спортивной карьеры»

Из приведенных данных мы можем заметить, что чаще всего спортсмены указывали возрастные рамки 26-30, так же ответ «долго» и до окончания учебы в академии. Помимо этого были представлены варианты ответа: пока есть результат; пока есть желание; как позволит здоровье; до 35-40 лет; всю жизнь, но уже не профессионально, для себя, для поддержания здоровья и формы.

В связи с тем, что на мотивацию спортсменов влияет социум. Спортивная культура и социальный контекст, влияют на мотивационную направленность и психологическое благополучие спортсменов, исходя из установок, ожиданий и ценностей, присутствующих в данной культуре. В анкету был добавлен вопрос об окружении спортсменов. Данные показали, что большую часть, а это около 80% окружение спортсменов легкоатлетов составляют такие же спортсмены. Лишь некоторые отметили, что в их окружении около 10-20% спортсменов. Такой результат говорит о том, что спортсмены большую часть времени находятся среди мотивированного окружения, близкого им по духу, здоровая конкуренция и поддержка коллег может поддерживать мотивацию в течение длительного времени. Однако если оценить результат под другим углом, можно также сказать, что спортсмены большую часть времени проводят с людьми, посвященными тому же делу, поэтому у них могут возникать проблемы со сменой рабочей деятельности и настроя на отдых.

Профессиональная спортивная деятельность непредсказуема, многие негативные факторы, которые влияют на спортсменов, могут заставить его потерять мотивацию к тренировочному процессу. Негативные факторы, которые могут влиять на мотивацию спортсменов, включают чувство неуверенности и не успешности, изнурение и переутомление, конфликты в команде и отрицательное влияние внешнего давления и ожиданий. Именно поэтому в анкетировании был задан вопрос о том, посещали ли спортсмена мысли об уходе из спорта. Большинство легкоатлетов ответили, что данные мысли их не посещали, однако есть и другие варианты (Рисунок 2).

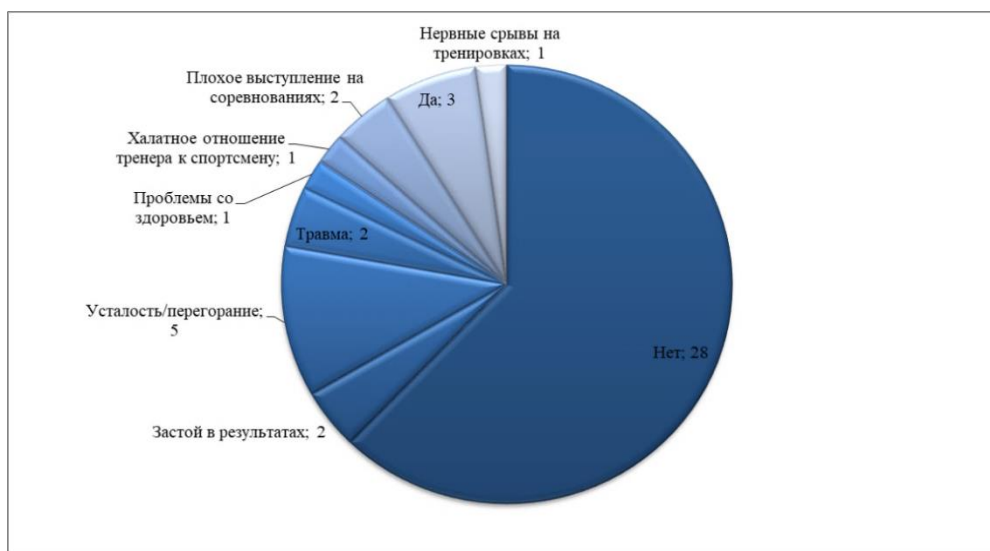


Рисунок 2 – Результаты опроса на тему «Посещали ли Вас мысли об уходе из спорта?»

По результатам заключительного вопроса данной категории анкетированных о том собираются ли они после завершения спортивной карьеры связывать свою жизнь со спортом, большинство ответило «скорее всего, да» (Рисунок 3).

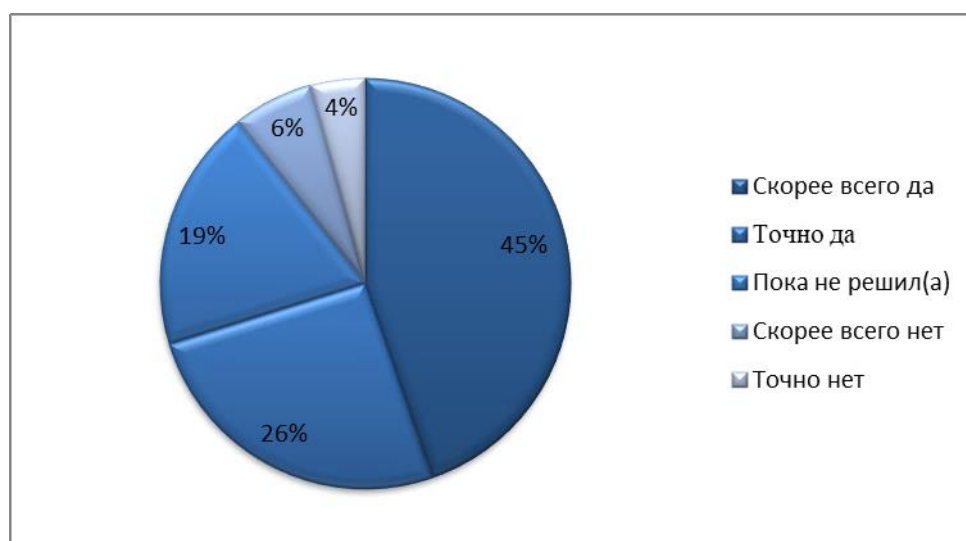


Рисунок 3 – Результаты опроса на тему «Собираетесь ли Вы после завершения спортивной карьеры связывать жизнь со спортом?»

Для полноты полученных результатов исследования нами было принято решение провести анкетирование спортсменов-легкоатлетов закончивших спортивную карьеру.

В данную категорию в основном вошли атлеты в возрасте 19-21 год. Что косвенно свидетельствует о том, что возможно данным спортсменам не хватило именно мотивации, для того, что бы достигнуть результата в своем виде спорта.

Короткий спринт (28,6%), бег на средние дистанции (28,6%) и прыжки в длину (21,4%) оказались наибольшими из специализаций. Бег на длинные дистанции, тройной прыжок, многоборье толкание ядра, метание диска и метание молота не были отмечены.

На рисунке 4 видно, что большинство атлетов закончили профессиональную спортивную деятельность с массовыми разрядами, не раскрыв в полной мере свой спортивный потенциал. При этом большинство из спортсменов тренировались на протяжении 7-10 лет и 3-5 лет.

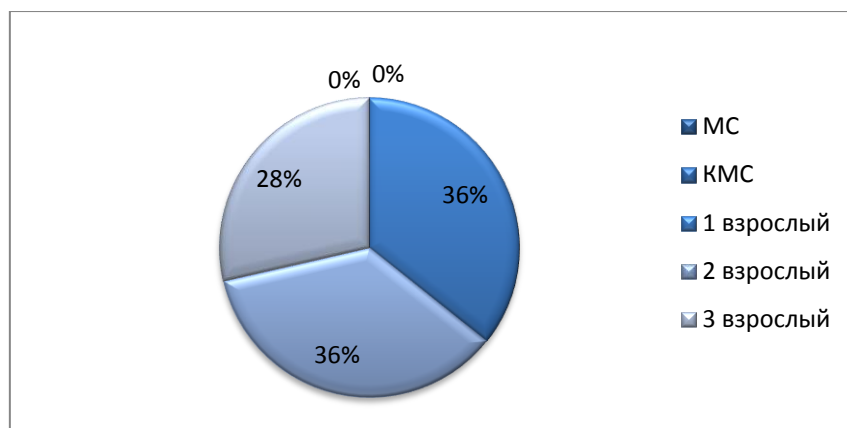


Рисунок 4 – Результаты опроса на тему «Какой спортивный разряд Вам присвоен на момент завершения карьеры?»

В ходе работы нами были выявлены основные причины завершения спортивной карьеры легкоатлетами Волгоградской области (Таблица 3).

Таблица 3  
Основные причины завершения спортивной карьеры легкоатлетами Волгоградской области

№	Основные причины	Число спортсменов	Число спортсменов, %
1.	Ухудшение взаимоотношений с тренером	3	21,4
2.	Низкий финансовый доход	2	14,2
3.	Неблагоприятные тренировочные условия	2	14,2
4.	Переезд в другой город	3	21,4
5.	Потеря интереса/желания	4	28,6
6.	Работа	2	14,2
7.	Травма, болезнь	11	78,5
8.	Учеба стала требовать больше времени	2	14,2

Рассматривая причины завершения профессиональной спортивной карьеры легкоатлетов принявших участие в анкетировании можно отметить, что те, кто занимался коротким спринтом, чаще заканчивали из-за ухудшения взаимоотношений с тренером, переезда в другой город, низкого денежного дохода и полученной травмы. В беге на средние дистанции из-за: потери интереса/желания к тренировочной деятельности, появления работы, учебы, плохого денежного дохода, неблагоприятных тренировочных условий. В длинном спринте как причины ухода отмечались: полученные травмы. В прыжках в длину: полученная травма, потеря интереса к занятиям, неблагоприятные

тренировочные условия, ухудшение взаимоотношений с тренером, переезд в другой город. В прыжках в высоту была отмечена учеба, как причина ухода.

Так к основным причинам завершения спортивной карьеры в легкой атлетике относятся: полученные травмы, потеря интереса и желания к занятиям, конфликт с тренером, переезд в другой город.

**Заключение.** В процессе исследования были выявлены основные проблемы мотивации легкоатлетов к тренировочному процессу в современных условиях: причины занятий легкой атлетикой, причины завершения спортивной карьеры.

К основным мотивационным причинам продолжать заниматься легкой атлетикой следует отнести: желание реализоваться в спорте; выполнить спортивный разряд; привязанность к спортивному социуму; желание доказать, что чего-то стоишь; спортивный фанатизм; поддержка тренера и членов семьи.

К основным причинам завершения спортивной карьеры в легкой атлетике следует отнести: полученные травмы; потеря интереса и желания к занятиям; конфликты с тренером; переезд в другой город; неблагоприятные условия тренировок.

Также нами были предложены основные пути поддержания и повышения мотивации легкоатлетов к тренировочному процессу:

- правильное установление целей, спортсмен должен четко понимать чего он хочет достигнуть в своей спортивной карьере и направлять усилия на достижение конечного результата;

- улучшение психологического состояния, спортсмен должен уметь контролировать свои эмоции, быть уверенным в своих силах и находиться в полном психологическом равновесии;

- мотивация через близких, временами мотивация может возрастать в результате поддержки близких людей;

- спортсмен должен постоянно заниматься самосовершенствованием, в том числе совершенствованием техники, выработке собственной соревновательной тактики, повышения физических качеств, улучшать профессиональную квалификацию, расширять круг своих знакомств;

- оценка своих успехов, спортсмен должен регулярно оценивать свои успехи, чтобы понять, насколько близко он находится к достижению своих целей;

- профилактика травматизма и своевременное медицинское обследование, поможет избежать лишних травм и вызванных вследствие этого негативных психологических и эмоциональных последствий;

- необходимо акцентировать внимание на доверительных отношениях тренера и спортсмена, причем этот процесс должен быть двусторонним, тренеру необходимо чаще интересоваться тем, что происходит в жизни спортсмена, оказывать посильную помощь и поддержку в случае необходимости, а спортсмену не бояться обращаться к тренеру за советами и помощью.

#### Литература

1. Ильин, Е.П. Психология спорта. – СПб.: Питер, 2012. – 352 с.: ил. – (Серия «Мастера психологии»)
2. Ильинский, С.В. Особенности мотивации спортсменов в различных видах спорта / С.В. Ильинский // Вестник Самарской гуманитарной академии – 2013. – № 1(13). – С. 1-10.
3. Кузьмин, Е.Б. Взаимосвязь спортивной мотивации со свойствами личности спортсмена/ Е.Б. Кузьмин // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. 2008. Т. 1. № 6. С. 155-160.
4. Намазов, А.К. Проблема мотивации спортсменов / А.К. Намазов // Здоровье основа человеческого потенциала проблемы и пути их решения – 2016. – С. 430-432.
5. Шаболтас, А.В. Мотивы занятия спортом высших достижений в юношеском возрасте : автореф ... дис. канд. психол. наук / Шаболтас А.В. – СПб., 1998. – 18 с.