

**Мотивация занятий спортом****Попова Галина Игоревна***студентка**Иркутский государственный университет, Иркутск, Россия**E-mail: [Slezinka\\_@mail.ru](mailto:Slezinka_@mail.ru)*

Спорт занимает большое место в жизни современного общества. Он не только обеспечивает всестороннее физическое развитие человека, но и содействует воспитанию его морально-волевых качеств. Виды спорта многообразны, но все они требуют участие в спортивных соревнованиях и систематической тренировки, предъявляют высочайшие требования к волевым качествам спортсмена, требуют постоянного преодоления трудностей объективного и субъективного характера.

Чем отличается спортивная деятельность от множества других видов деятельности человека? Специфика спорта – в высочайшей мотивации, позволяющей подвергать себя многолетним ежедневным физическим и психическим нагрузкам с целью достижения победы на соревнованиях. Благодаря этой мотивации, имеющей очень сложную динамику, спорт стал великолепной естественной лабораторией человеческих возможностей. В основе возникновения этой мотивации – сопоставление своих результатов с достижениями других спортсменов, включенность спортсмена и команды в многовековые достижения физической культуры, ежедневное проникновение в таинства человеческого организма, природы и техники, возможность реализации своих способностей и самоутверждения, а также познание мира, обеспечение дальнейших жизненных перспектив: личностных, материальных, образовательных. Со временем мотивация занятий спортом у человека меняется вместе с изменением его личности и ценностей. Поэтому целью нашего исследования является изучение динамики спортивной мотивации и выявление факторов, влияющих на нее. Исследование по типу гипотезы является констатирующим, по организации – лонгитюдное (используются диагностические материалы курсовой работы 2-го курса).

Актуальность данной проблемы определяется высокой значимостью спортивной мотивации в спортивном совершенствовании, достижении высоких результатов в спорте. Практика работы со спортсменами показывает, что на этапе углубленной спортивной специализации (14-17 лет) происходит большой отсев из тренировочных групп. Как показали исследования, основной причиной отсева в спорте является ослабление спортивной мотивации. В этой связи очень важным является выявление динамики спортивной мотивации у спортсменов и факторов, влияющие на сохранение (изменение) мотивов.

В решении проблемы, рассматриваемой в нашей работе, чрезвычайно актуален вопрос создания психологической службы в сфере спорта. Это вопрос первостепенной социальной важности, и он во многом определяет всю практическую линию перспективного развития психологии спорта. Использование методик диагностики спортивной мотивации спортсменов на этапе углубленной спортивной специализации, проведение тренингов с применением упражнений, разработанных нами мероприятий, поддерживающих высокую мотивацию занятий спортом (см. приложение) является крайне необходимым в вопросе сохранения мотивации на данном этапе спортивного развития. Создание психологической службы в спорте - это прежде всего соответствующая ориентация научных исследований, всей психолого-практической работы в спорте на определенной основе. Безусловно, это вопрос будущего, но уже сегодня необходимо создавать соответствующие предпосылки для построения системы психологической службы спорта.