

СПОРТНА ПЕДАГОГИКА

МОТИВАЦИЯТА КАТО ОПРЕДЕЛЯЩ ФАКТОР НА ВОЛЕВИТЕ УСИЛИЯ ПРИ СТУДЕНТИ В ЗАНИМАНИЯТА ПО ФУТБОЛ

Асен Атанасов

MOTIVATION AS A CRUCIAL FACTOR OF STUDENTS' EFFORTS OF WILL WHEN TRAINING FOOTBALL

Asen Atanasov

Abstract: *Motivation is mastermind of every person's activities and behavior when aiming to achieve certain goals. Overcoming a particular situation requires efforts of will with different intensity, and the determining factor is realizing the need of successful performance of sport training activity. The purpose of the study is to establish how much motivation for achievements affects the intensity and effectiveness of efforts of will when performing a standard physical activity.*

Key words: *motivation, moving cause, will, efforts of will.*

В процеса на обучението обект на педагогическите въздействия е отделната личност, като особеностите на дейността на личността зависят от нейната мотивация.

Същността на термина „мотивация“ най-общо може да се определи като относително устойчиво и продължително функционално психическо състояние, произтичащо от осъзнати подбуди, намерения, потребности и стремежи (Бъчваров, 2005). Мотивацията в спорта е субектно психологическо битие, което – в зависимост от това как отразява спортната действителност и върху основата на какви потребности – стимулира количествено и качествено активността, дейността и поведението (Попов, 1999).

Мотивацията е двигателят на всяка дейност и поведение на личността, насочени към постигане на определени цели. При формирането на мотивационно поведение влияние оказват външните (борба за материални, нематериални награди) и вътрешни (убеждения, потребности за социална реализация в спорта) подбуди.

Мотивацията и мотивът са взаимосвързани, но мотивът има много по-тясно значение. Заради него се осъществява конкретната дейност. В основата на мотивите на човешкото поведение са потребностите и свързаните с тях интереси, стремежи и др. Те са психическата основа на човешките действия и постъпки (Ценева, 1989).

В съвременното висше образование повече от всякога е необходимо да се мотивират и насърчават младите хора. Успехът в спортната и учебната дейност се определя до голяма степен от активността на студента. В основата на мотивационната структура на личността водещи са образователните, спортните и социалните мотиви.

Всеки човек има индивидуално ниво на оптимална мотивация, осигуряващо най-добрата реализация на неговите възможности за даден момент. Тази реализация в голяма степен зависи и от волевите възможности на отделния индивид.

Мотивите, приведени в действие, не са нищо друго освен цели. А целите, приведени в действие под формата на воля, са резултатите на съответната спортна дейност и на реализираното поведение в спорта (Попов, 1988).

Волята е сложен психичен процес на съзнателно регулиране на действията, породени от дадена потребност, съпроводени с борба на мотивите, вземане на решения и преодоляване на определени трудности в името на поставената цел (Трифонов, 1996).

Волята се проявява в действия, чиито основен показател и критерий е волевото усилие, насочено към преодоляване на препятствие с определена трудност. Характерно за волевите усилия в спортните игри е, че те са разнообразни и променливи по интензивност. Друга особеност е, че имат колективен и индивидуален характер (Първанов, 1976).

За преодоляването на дадена ситуация се изразходват различни по сила и интензивност волеви усилия, като определящо е осъзнаването на необходимостта от успешно изпълнение на учебно-спортната дейност, свързана с преодоляване на трудности. Необходимо е да се отбележи, че проявата на волеви усилия зависи и от индивидуалните особености на студента (ниво на двигателни умения за извършване на специфична спортна дейност, възраст, спортен стаж и др.) и се благоприятства от определени емоционални състояния – увереност, готовност, мобилизация и др., възникващи въз основа на съответната мотивация за постижение.

Може да се предположи, че значение има и до каква степен извършваната учебно-спортна дейност се приема като важна и необходима.

Целта на изследването е да се установи доколко мотивацията за постижение влияе върху силата и ефективността на волевите усилия при изпълнение на стандартна двигателна дейност.

Методика

Спортнопедагогическият експеримент проведехме със студенти от СА „Д. А. Ценов“ през месец октомври 2017 г., общият брой на изследваните лица е 32 студенти (мъже), разделени в две групи:

- Експериментална група (ЕГ) – футбол (16 човека);
- Контролна група (КГ) – футбол (16 човека).

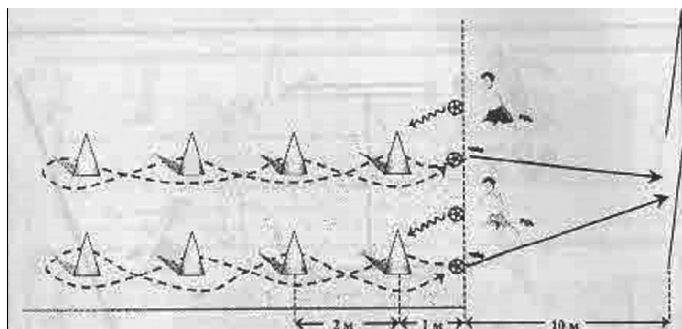
В началото на изследвания период двете групи изпълниха стандартна двигателна дейност без специални указания и изисквания. Часовете по футбол протичаха съобразно утвърдената учебна програма. Трябва да подчертаем, че при ЕГ формирането на мотивация за постижение се осъществяваше посредством минилекции от по 10–15 мин. в началото на всяко занимание. Давани бяха теоретични знания относно социалната значимост на спорта, ползата от физическата активност, необходимостта от овладяването на нови знания, умения и навици, пояснява се предимството от успешното покриване на семестриалните нормативи с възможно най-висок резултат. Следователно конкретният мотив щеше да бъде осъзнатата лична необходимост от получаването на по-висока оценка по физическо възпитание и спорт. На Контролната група бе обяснено, че след покриване на тестовия контрол получават в студентската книжка „зачита се“.

За установяване резултатите от експеримента е използвана тестова батерия, съдържаща следните показатели:

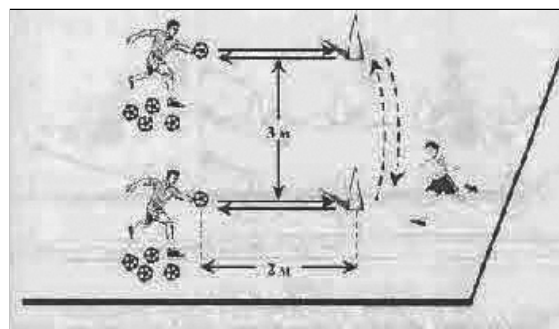
Описание на тестовете:

1. *Тест за волеви усилия „шпагат“* (Стоянов, 2005) – студентът изпълнява последователно 10 шпагата с избран от него способ зад стойките, отстоящи на 3 м една от друга. Десетте топки (по пет от двете страни) се подават от две помощни лица. Изпълнява се един опит с максимална интензивност. Отчита се времето в секунди за изпълнение на шпагатите (фиг. 1.).

2. *Комбиниран тест „слалом“* (Стоянов, 2005) – изпълняващият след старта обхожда стойките и стреля във вратата по неподвижна топка, след което с другата топка води между стойките, отстоящи на 2 м една от друга и стреля във вратата по движеща се топка. Засича се времето от старта до нанасяне на втория удар във вратата. За неточно попадение към времето се добавя по 0,5 сек. Може да се изпълнява и по двойки – състезателно (фиг. 2.).



Фиг. 1.



Фиг. 2.

3. *Въпросник за диагностика на мотивацията за постижения на А. Мехрабиан* (Ценева, 1989) – използва се за диагностика на два устойчиви мотива: мотив за стремеж към успех и мотив за избягване на неуспех, като се оценява кой от двата мотива доминира у анкетирания. Въпросникът има две форми, като ние използвахме „вариант А“ – мъжки.

Анализ на резултатите

Статистическата достоверност на разликите и прираста във всяка от групите е установена с помощта на t-критерия на Стюдънт за зависими извадки (критична стойност – при $k=n-1=15$ и $a=0,05$ е равна на 2,12 и $a=0,01$ е равна на 2,92).

За сравняване на ефекта, постигнат в ЕГ и КГ, е анализиран прирастът на резултатите по всеки показател между началното и крайното тестиране. Статистическата достоверност на разликите е проверена с помощта на t-критерия на Стюдънт за независими извадки (критична стойност при $k=n_1+n_2-2=30$ и $a=0,05$ е равна на 2,04 и $a=0,01$ е равна на 3,65).

Съществуват различни методики за измерване на мотивацията за постижения, като една от тях е тази, предложена от А. Мехрабиан. Трябва да се отбележи, че мотивацията на изследваните студенти от двете групи при първото измерване е доминирана от желанието да се избегне неуспехът ($x_{кт}=155,0$; $x_{ст}=156,56$). При повторното попълване на формата всички студенти бележат подобрене с необходимата достоверност. Сравнителният анализ за независими извадки показва незначителни различия между групите в началото. В края на изследвания период разликата между групите и между прирастите се доказва с необходимата гаранционна вероятност ($P(t)=100\%$). Внимание заслужава резултатът в ЕГ ($x_2=173,94$), който показва, че мотивацията е насочена към определен краен резултат, доминирана е от желанието за успех. Проведеният лекционен курс в началото на всеки час е повлиял непосредствено върху мотивацията на студентите от ЕГ.

Таблица 1. Сравнителен анализ на резултатите от теста „мотивация за постижение“

Показател / Група	n	I изследване		II изследване		Прираст		Статистическа значимост	
		X ₁	S ₁	X ₂	S ₂	d	d%	temp	P(t)
Контролна	16	155,00	5,35	161,63	6,49	6,63	4,27	3,42	99,62
Експериментална	16	156,56	4,63	173,94	4,88	17,38	11,10	11,7	100,00
Разлика	d	-1,563		-12,313		-10,750			
Статистическа значимост	temp	0,88		6,07		4,40			
	P(t)	61,56		100,00		99,99			

При изпълнение на специализирания тест за волеви усилия в условията на нулева мотивация (I изследване) не установихме значими различия между групите в началото на експеримента ($P(t)=44,58\%$). Това осигурява коректност при старта на експеримента. В края на въздействието (II изследване), при изпълнение в условията на мотивация за постижение са отбелязани значително подобри резултати в ЕГ ($x_2=22,34$), подкрепени статистически ($P(t)=99,73\%$). Различията в прираста на измененията на средната стойност в ЕГ е $-0,33$ сек., а този в КГ е $-0,04$ сек., са съществени в полза на ЕГ ($P(t)=99,99\%$). Сравнявайки началните и крайните резултати, анализът на табл. 2. показва, че и

при двете групи се наблюдава прираст, но е значителен и подкрепен с необходимата статистическа достоверност само в ЕГ.

Таблица 2. Сравнителен анализ на резултатите от теста за волеви усилия „шпагат“

Показател Група	n	I изследване		II изследване		Прираст		Статистическа значимост	
		X ₁	S ₁	X ₂	S ₂	d	d%	temp	P(t)
Контролна	16	22,74	0,35	22,71	0,28	-0,04	-0,15	1,31	79,02
Експериментална	16	22,66	0,37	22,34	0,35	-0,33	-1,44	5,58	99,99
Разлика	d	0,076		0,367		0,291			
Статистическа значимост	temp	0,60		3,27		4,53			
	P(t)	44,58		99,73		99,99			

В табл. 3. са представени резултатите от обработката на данните от комбиниран тест „слалом“. Можем да обобщим, че при първото тестиране (при нулева мотивация) средните стойности на изследваните групи не се различават съществено $x_{\text{ст}}=15,13$; $x_{\text{кр}}=15,15$. В края на наблюдавания период, при второто тестиране (при мотивация за постижение) разликата между групите е значителна ($P(t)=99,90\%$) в полза на ЕГ. Установените разлики в стойностите на прираста в отделните групи са значими и статистически подкрепени. При сравнителния анализ за зависими извадки разликата между двете стойности в ЕГ е достоверна ($P(t)=99,99\%$). Промяната в КГ е незначителна.

След направения анализ на резултатите от двата двигателни теста можем да обобщим, че успоредно с повишаване на мотивационната значимост се увеличават и волевите усилия. Те се изразяват в мобилизацията на физическите и психическите сили за постигане на по-добър спортен резултат, който може да се разглежда като материализиране на човешката мотивация.

Таблица 3. Сравнителен анализ на резултатите от комбиниран тест „слалом“

Показател Група	n	I изследване		II изследване		Прираст		Статистическа значимост	
		X ₁	S ₁	X ₂	S ₂	d	d%	temp	P(t)
Контролна	16	15,15	0,17	15,10	0,11	-0,05	-0,34	1,92	92,63
Експериментална	16	15,13	0,14	14,94	0,14	-0,19	-1,23	5,45	99,99
Разлика	d	0,025		0,159		0,134			
Статистическа значимост	temp	0,46		3,66		3,09			
	P(t)	35,05		99,90		99,57			

Изводи

1. Експерименталните данни потвърждават факта, че групата в условията на допълнителна мотивация е демонстрирала по-голяма ефективност на изпълняваните действия.

2. Наличието на оценка, кредити по предмета „Физическо възпитание и спорт“ предизвиква по-голям интерес и стремеж за по-високи постижения при изпълнение на нормативите. С основание можем да твърдим, че мотивацията в дадения случай зависи от значимостта на дисциплината в учебния процес на студентите.

3. Формирането на мотиви за системно занимание със спорт, постигане на максимални постижения в семестриалните нормативи, има решаващо значение за проявата на максимални волеви усилия.

4. Подходът с микролекции в началото на всяко занимание обогатява учебното съдържание на дисциплината по посока на целенасоченото формиране на мотиви за спортна дейност. Това би имало отношение както към повишаване на пряката ефективност на учебния процес, така и към възпитаването на така необходимите волеви способности за последваща реализация на личността.

ЛИТЕРАТУРА

Бъчваров, М. (2005). Тематичен речник по спортология. София: НСА-ПРЕС. // **Bachvarov (2005).** *Tematichen rechnik po sportologia.* Sofia: NSA-PRES, .

Днев, Ст. (2018). Футболът в училище – варианти за обучение. Монография. В. Търново: Ай анд Би. – ISBN: 978-619-7281-39-2. // **Denev, St. (2018).** *Futbolat v uchilishte – varianti za obuchenie.* Monografia. V. Tarnovo: I&B. – ISBN 978-619-7281-39-2.

Днев, Ст., М. Алексиева (2013). Интереси и мотивация при деца с интелектуални затруднения относно практикуването на играта футбол. Юбилейна международна научна конференция ВТУ „Св. св. Кирил и Методий“, сборник 50 години ВТУ, с. 545–551. – ISBN 978-619-208-001-3 // **Denev, St., M. Aleksieva (2013).** *Interesi i motivaciia pri deca s intelektualni zatrudneniia относно praktikuvaneto na igrata futbol.* Iubilejna mezhdunarodna nauchna konferencia VTU „Sv. sv. Kiril i Metodij“, sbornik 50 godini VTU. – ISBN 978-619-208-001-3.

Попов, Н. (1988) *Факторът мотивация във физическата култура и спорта.* София: ЕЦНПКФКС. // **Popov, N. (1988).** *Faktorat motivacia vav fizicheskata kultura I sporta.* Sofia: ECNPKFKS.

Попов, Н. (1999). *Спорт за хората, мотивация, подбор.* София: НСА. // **Popov, N. (1999).** *Sport za horata, motivacia, podbor.* Sofia: NSA.

Първанов, Б. (1976). *Психологични проблеми на спортните игри.* София: МИФ. // **Parvanov, B (1976).** *Psihologichni problem na sportnite igri.* Sofia: MIF.

Сираков, И., С. Беломъжева-Димитрова (2017). Проучване мнението на състезатели по ориентиране относно мястото на техническите тренировки и техния анализ в процеса на тренировка. – Сборник трудове от Международна научна конференция „Педагогическото образование – традиции и съвременност“. Велико Търново, 2017. – ISSN:2534-9317. // **Sirakov, I., S. Belomazheva-Dimitrova (2017).** *Prouchvane mnenieto na sastezатели po orientirane относно miastoto na tehniческите trenirovki I tehniia analiz v procesa na trenirovka.* – Sbornik trudove ot Mezhdunarodna nauchna konferencia „Pedagogiisko obrazovanie – tradicii i savremennost“. V. Tarnovo, 2017. – ISSN: 2534-9317.

Стоянов, С. (2005). *Учебна програма по футбол за деца и юноши.* София: НСА-ПРЕС. // **Stoianov, S. (2005).** *Uchebna programa po futbol za deca i iunoshi.* Sofia: NSA-PRES.

Трифонов, Тр. (1996). *Обща психология.* София: ИК Памет. // **Trifonov, Tr. (1996).** *Obshta psihologia,* Sofia: IK Pamet.

Ценева, Е. (1989). *Научни трудове на ВИФ – книга IV.* София: ЕЦНПКФКС. // **Ceneva, E. (1989).** *Nauchni trudove na VIF – kniga IV.* Sofia: ECNPKFKS.