

Мотивація молоді до занять боксом*Волинський національний університет імені Лесі Українки (м. Луцьк)*

Постановка проблеми. Структурна реформа національної системи вищої освіти, що спрямована на забезпечення мобільності, працевлаштування й конкурентоспроможності фахівців, модернізацію освітньої діяльності в контексті європейських вимог, передбачає створення умов, за яких значна кількість людей, скориставшись усіма цінностями і надбаннями національної системи освіти й науки, зможе бути мобільною на ринку праці. Сьогодні однією з найважливіших проблем є навчання студентів орієнтуватися в сучасному професійному середовищі, забезпечення їх усебічного розвитку і професійно-конкурентної майстерності [7].

Ряд авторів відзначають важливу роль фізкультурно-спортивної орієнтації молоді. Сутність такої орієнтації полягає в тому, щоб з урахуванням індивідуальних особливостей студента підібрати оптимальний для його можливостей вид фізичної активності. Як зазначають науковці [4, 6], фізкультурно-спортивна орієнтація значною мірою залежить від того, наскільки людина може пристосуватися до певного виду фізичної діяльності в силу своїх анатомічних, фізіологічних та психологічних особливостей. Ще в XVI ст. Ф. Бекон відзначив, що щасливі ті, чия “природа” перебуває в гармонії з їх заняттями. Тому перед тим, який вид занять вибрати для себе, людина повинна визначити, до чого схильна її “природа”.

Причини реформування освітньої діяльності стосуються не лише вдосконалення змісту освіти, упровадження новітніх педагогічних технологій і відповідного психологічного супроводу, а, насамперед, радикальної зміни всієї сукупності суспільних відносин відповідного типу розвитку.

Адаптуючи університетську освіту до принципів Болонської системи, викладач повинен не нав'язувати своє мірило вищих цінностей студентам, а збуджувати їхній інтерес до цих цінностей [3].

Виклад основного матеріалу роботи. Останніми роками серед молоді значно зросла популярність боксу. Це зумовлено об'єктивними причинами і, насамперед, спортивними досягненнями видатних боксерів України, зростанням їх популярності в Україні, позитивним впливом на молодь, а також активізацією процесів комерціалізації та професіоналізації спорту вищих досягнень, появою нових джерел фінансування, збільшенням прибутків професійних спортсменів.

Дані науково-методичної літератури засвідчують, що одним із провідних факторів професійної спрямованості в процесі навчання студентів є формування мотивації. Від того, яка мотивація у них сформована, залежить виховання ідеалів, освітніх орієнтацій, світоглядних цінностей фізкультурно-спортивної професії, активності в оволодінні нею [1; 5]. Отже, тільки позитивно сформована мотивація може забезпечити активне використання освітніх технологій для базових професійних умінь.

Мета дослідження – висвітлення мотивації молоді, зокрема студентів, до занять боксом.

Слід розрізняти два терміни – “мотив” та “мотивація”.

Мотивація – це фактори й процеси, які спонукають людину до дії в різних ситуаціях. У нашому випадку – це особливий стан особи студента, який формується в результаті співвідношення своїх потреб та можливостей із предметом спортивної діяльності, що слугує основою для постановки і здійснення цілей, спрямованих на досягнення максимально можливого на даний момент спортивного результату.

Мотив – це психічне явище, яке спонукає до певної діяльності, у тому числі й спортивної. Дослідження мотивів означає аналіз причин, від яких залежить ступінь активності людини на шляху досягнення поставленої мети.

Звичайно, мотиви не регулюють поведінку повністю і не виступають у яскраво вираженій ієрархії, тому і в регуляції фізкультурної активності структура мотивів досить варіативна. Можна виділити такі загальні високо значимі цінності, як функціональний зміст самої діяльності, тобто фізичне “Я”, волевільності, які виражають найбільш поширений стереотип поглядів на діяльність, її загальноновизнані функції. Значимість цих ціннісних аспектів вивчалася багатьма дослідниками серед різних груп молоді. Існує ще одна група цінностей (матеріальні, соціальні визнання, самоактуалізація і, зокрема, авторитет), значимість яких більш варіативна та явно зростає з підвищенням майстерності.

Одним із головних мотивів занять боксом є зростання фізичних якостей, що має місце лише за тієї умови, коли збільшення тренувальних навантажень відбувається прогресивно (поетапно), тобто не різко.

Студентам, які займаються боксом, подібно до елітних спортсменів, слід збільшувати тренувальні навантаження для того, щоб покращити фізичні можливості. Різниця все ж таки є в тому, що перші припиняють підвищення навантаження, а інколи й самі заняття боксом, коли досягають бажаного результату, в той час, як еліта (ті, хто займається боксом професійно, в тому числі й спортсмени-аматори високого рівня) продовжує збільшувати навантаження до тих пір, поки не досягне максимального результату.

Психічна стійкість під час занять боксом розглядається як одна з цілей занять. Вагомою причиною є також покращення координації та техніки рухів, розвиток витривалості. У багатьох спортсменів серед мотивів розвитку фізичних якостей головним є розвиток сили. Такі тренування є складовою частиною більшості занять, оскільки на кожному занятті в дію вступає значна кількість м'язів для підвищення силових можливостей. Для того, щоб тренувати окремі групи м'язів, необхідна багаторазова зміна статичної та динамічної роботи. Підвищення силових можливостей може бути досягнуте за рахунок стомлення м'язів. Стомлення настає незалежно від того, яким було навантаження. Різниця лише в типі волокон, які забезпечують роботу. При тривалій роботі з великою кількістю повторень тренуються повільні м'язові волокна. Крім того, важливу роль відіграє також режим тренування м'язів. Слід зазначити, що тренування сили повинно починатися зі звичайної розминки і закінчуватися вправами на розтягнення.

Одним із мотивів занять боксом є оздоровчий вплив тренувань. Сьогодні у молоді дещо змінилася тенденція до моди. Не так давно модним вважалося паління, вживання алкоголю, наркотиків, а тепер модно бути здоровим.

Видатний педагог А. С. Макаренко наголошував на вагомому впливі на вихованців особистості вчителя (наставника, тренера). Тому одним із мотивів занять студентів боксом є особистість викладача-тренера, для якого важливими є такі якості, як відданість своїй справі, особисті досягнення у цьому виді спорту, а також підтягнутість, акуратність, спритність і краса рухів, упевненість у собі, вміння правильно показати й доступно пояснити виконання тієї чи іншої рухової дії [5].

В. Гете зазначав: "Ті, у кого ми вчимося, по праву носять ім'я наших учителів, проте не кожний, хто нас учить, заслуговує на це ім'я".

Моральне "Я" педагога має бути емоційне й захоплююче для вихованців, щоб і їм захотілося стати такими ж. Безсумнівно, вони оберуть собі предмет для наслідування, тому що молоді властиве наслідування. На відміну від наслідування малої дитини, у студентів воно носить вибірковий характер: вони наслідують те, що їм сподобалося, що здалось яскравим, виявилось на тлі буденності. Яскравими й достойними мають стати для юнаків моральні якості, моральні дії та справи. Захопити собою – це захопити і своїми переконаннями.

Важливим є також уміння показати на практиці ті навички, якими повинен оволодіти сам спортсмен. Завдяки цьому у вихованців виникає бажання бути схожими на тренера, наслідувати його манеру ходіння, характер рухів, манеру розмовляти. Отже, тренер повинен постійно контролювати себе в тому, що і як він говорить, як поступає в тих чи інших обставинах. Молоді люди дуже спостережливі та чутливі до будь-яких проявів лицемірства. Якщо тренер закликає до здорового способу життя, а сам дозволяє собі палити, вживати алкоголь, то всі його слова і намагання бути авторитетом та особистістю в очах його підопічних будуть марними. Своє ставлення до нього як учні, так і студенти переносять і на вид спорту, який він викладає. Питанню формування у студентів позитивного ставлення до свого предмета надавали великого значення видатні педагоги С. Т. Шацький та В. О. Сухомлинський.

Із розвитком професійного боксу, активізацією процесів комерціалізації і професіоналізації спорту вищих досягнень, появою нових джерел фінансування, збільшенням прибутків професійних спортсменів відкрилися нові перспективи і для боксерів-аматорів: будеш гарно виступати – матимеш змогу продовжувати кар'єру на новому й більш високооплачуваному поприщі. Тепер професійний бокс дає можливість легально заробляти непогані кошти.

Зростанню популярності боксу серед молоді сприяли досягнення видатних українських боксерів на професійному ринзі. Справжній прорив до Європи здійснили брати Кличко. Перемігши на Олімпіаді в Атланті у 1996 році, Володимир Кличко прийняв пропозицію німецького промоутера Клауса Пітера Коля з компанії Universum BOX Promotion і переїхав із братом до Гамбурга.

Висновки. Найбільш поширеними мотивами у студентів до занять боксом є загальна фізична підготовка, розвиток фізичних та психологічних якостей, зміцнення здоров'я, самовдосконалення, намагання пізнати своє "Я".

Для досягнення поставленої мети кожен спортсмен повинен пам'ятати про систематичність відвідування занять, відданість цій справі, мати велике терпіння.

Література

1. Бернс Р. Развитие Я: Концепция и воспитание.– М.: Педагогика, 1986.– С. 50–64.
2. Київський телеграф / Від 11.12.2006.– С. 6.
3. Краснобаєва Т., Галайдук М., Краснобаєв В. Формування освітніх орієнтацій сучасної студентської молоді // Молода спортивна наука України.– Л.: НВФ "Укр. технології", 2006.– Вип. 10.– Т. 3.– С. 419–423.
4. Кушнір В. Н. Мотивация молодежи // Гонг.– № 6.– 1993.– С. 3–5.
5. Макаренко А. С. Воспитание в семье и школе.– М.: Педагогика, 1957.– Т. 7.– С. 136–149.
6. Огуренков Е. А. Мотивация до занять боксом // Ринг.– № 1.– 2007.– С. 4–6.
7. Щуркова Н. Е. Беседы с тренером о воспитании.– М.: ФиС, 1973.– 160 с.

Анотації

У статті проаналізовано мотивацію видатних спортсменів, а також молоді, зокрема студентів, до занять боксом.

Ключові слова: аматори, мотивація, тренер, розминка, сила удару, техніка, тренування.

В статті проаналізовано мотивацію відомих спортсменів, а також молоді, в частині студентів, до занять боксом.

Ключевые слова: аматоры, мотивация, тренер, разминка, сила удара, техника, тренировка.

Motivation of famous sportsmen and young people, specifically students to go on boxing is analyzed in the article.

Key words: amateurs, motivation, coach, warm-up, hitting (striking) power, technique, practice.