

Психологически аспект спортивной деятельности.

Фирсов Михаил Николаевич.

Астраханский государственный университет.

Психологическая структура спортивной деятельности включает в себя потребности, мотивы, которые отвечают той или иной потребности, средства (действия и операции), с помощью которых достигаются цели и эмоционально-волевой компонент. Рассмотрим каждое из этих звеньев отдельно. Эмоция функционирует на основе нужды и потребности. Ее нельзя отрывать от потребности, а потребность обнаруживается, прежде всего, в эмоциональных всплесках. Недаром в психологии возник термин потребность - эмоциональная сфера. [Давыдов В.В.2003]. Потребности ощущение человеком нужды в чем либо (нарушение равновесия с окружающей средой.). В комплекс потребностей спортивной деятельности входят: потребность в деятельности, активности, потребность в движении, потребность в реализации рефлексов цели и свободы, потребность в соперничестве, соревновании, самоутверждении, ! потребность быть в группе, принадлежать определенному социальному кругу, общаться, потребность в новых впечатлениях и др. [Стамбулова Н.Б., 1999]. Мотивы побуждение к определенной активности, к удовлетворению активности определенным образом. Мотив это то в чем конкретизируется потребность в данных условиях и на что направлена деятельность, т.е. предмет деятельности или действенный мотив. Действенный мотив и есть та общая цель, которая способна удовлетворить в определенное время и место. Цели. Как было сказано, существует, действенный мотив, который и является общей целью, способной удовлетворить потребность. Однако, достижение общей цели не всегда получается осуществить напрямую. Непосредственная реализация действенного мотива относится только к потребностям низшего уровня (по Маслоу). Потребности роста достигаются через постановку целого ряда частных, тренировочных и соревновательных целей (рекордах, занятых местах, полученных титулах, квалификации и т.д.), кот! орые в сумме составляют общую цель (действенный мотив). Воля. В процес се достижения намеченной цели проявляются волевые действия. Воля всегда связана с реализацией намеченного пути достижения цели, а сам путь намечается в процессе решения перцептивных, мнемических, креативных и прочих задач. [Давыдов В.В. 2003]. Еще одна направленность сдерживание собственного эмоционального состояния. В этом и состоит эмоционально-волевой компонент. Основные характеристики воли (по А.Н. Леонтьеву): действия в условиях выбора, основанного на принятии решения и при наличии препятствий. Описанные А.Н. Леонтьевым три рода волевых явлений действие, недействие и упругость как нельзя лучше подходят к характеристике спортсмена, находящегося в сложных соревновательных ситуациях. Средства. После процесса осознания потребности и поиска предмета удовлетворения ее (действенный мотив) человек предпринимает попытку удовлетворить потребность, достичь общую цель с помощью имеющихся у него средств. К этим средствам относятся действия (двигательные и умственные) и оп! ерации. Человеческая деятельность не существует иначе как в форме действия или цепи действий [Леонтьев А.Н. 1975]. В спорте действиями называют приемы, физические упражнения. Операции способы, условия выполнения и разновидности действий. Операции являются образующими действий.

Чтобы картина стала более ясной, попробуем посмотреть на все это с помощью примера. У спортсмена существует потребность в самоутверждении. Реализовать эту потребность можно по-разному, но одним из действенных мотивов выступает победа на соревновании. Для победы необходимо достичь несколько второстепенных целей, таких как непосредственное участие в этих соревнованиях, победа в отдельных играх, забросить как можно больше мячей и т.д. Поставленные цели достигаются с помощью действий и операций (ведение, передачи, броски+), но так как игра происходит при постоянном противодействии противника, то все действия выполняются разными способами,

разновидностями и условиями. Действие бросок мяча в кор! зину; Способ одной рукой от головы; Разновидность с отклонением туловища назад; Условия в прыжке после остановки; со средней дистанции.

Исходя из сказанного, можно сделать вывод, что спортивная деятельность имеет свою структуру, которая сходна с другими видами деятельности (трудовой, учебной+), но и имеет свои особенности, заключающиеся в более выраженной эмоционально-волевой окраски всех структурных элементов.