**ГЕНДЕРНЫЕ ОСОБЕННОСТИ МОТИВАЦИИ ЗАНЯТИЙ ТЯЖЕЛОЙ АТЛЕТИКОЙ ПОДРОСТКОВ**

Георгадзе Юрий Михайлович

МБУ ДО «СШ №1»

Каплин Павел Евгеньевич

МБОУ "СОШ №20 им. А.А. Хмелевского"

**Аннотация:** в статье рассматриваются гендерные особенности мотивации подростков, занимающихся тяжелой атлетикой. Представлены результаты эксперимента.

**Abstract:** the article examines the gender characteristics of the motivation of adolescents engaged in weightlifting. The results of the experiment are presented.

Актуальной проблемой психологии спорта, в контексте которой проводится исследование, является анализ закономерностей повышения успешности спортивной деятельности и конкретных действий через оптимизацию компонентов саморегуляции действий, оптимизацию психологической структуры спортивной тактики и техники, формирование значимых для спортивной деятельности черт личности. Сегодня, в силу ряда объективных причин, одним из недостаточно исследованных и, в то же время, исключительно актуальных аспектов психологической подготовки является проблема мотивации занятий тяжелой атлетикой подростков разного пола. В условиях современного спорта результат в большей мере зависит от мотивации атлетами достижения поставленных задач. В то же время такой аспект психологической подготовки, как мотивация их деятельности, является малоизученным, что определяет актуальность нашего исследования.

Цель исследования: гендерные особенности мотивации занятий тяжелой атлетикой подростков.

Объект исследования: мотивация подростков занимающихся тяжелой атлетикой в СШ.

Предмет исследования: гендерные особенности мотивации подростков, занимающихся тяжелой атлетикой.

Гипотеза исследования: гендер выступает фактором, определяющим структуру мотивации занятий тяжелой атлетикой подростков.

Задачи исследования.

1. Провести теоретический анализ литературы по теме работы.

2. Разработать методический блок исследования.

3. Установить гендерные особенности мотивации занятий тяжелой атлетикой подростков.

В исследовании принимали участия 60 штангистов подросткового возраста обучающиеся в СШ-1, 30 мальчиков и 30 девочек. Половина всех испытуемых имеют спортивные разряды и звания.

Методологической и теоретической основой послужили труды: Т.Т. Джамгаров, А.Ц. Пуни, П.С. Горулев, Ю.М. Орлова, Е.П. Ильина - раскрывающие сущность явлений индивидуально-психологических особенностей и мотивации в современной психологии, а также их значимость для спортивной деятельности.

Результаты исследования могут быть использованы в практической деятельности психологами, тренерами, чья профессиональная деятельность связана с психологией спорта, спортсменов.

Как и в любом виде спорта, в тяжелой атлетике мотивационная составляющая превалирует над всем остальным, спросите любого начинающего спортсмена или спортсменку кому из них не хочется славы, а ведь за ней приходят известность, признание и конечно же материальная сторона, призовые к слову и не малые на профессиональных турнирах. К сожалению, в России эта составляющая тяжелой атлетике практически отсутствует, лишь в последние 10 лет появились реально работающая система премирования атлетов разных возрастных групп. Но кто думает о таких высотах только придя в зал и только взяв штангу в руки в начале своего долгого и длинного спортивного пути. Совершенно понятно, что в самом начале мотивацией является не слава и признание, а желание самосовершенствования, физического развития и становления человека как личности, и всё это даёт человеку спорт в первую очередь. Главный вывод нашей работы это то, что на каждом этапе занятия спортом человеку свойственна разная мотивационная составляющая от просто укрепления здоровья и физической силы до высочайших достижений, больших почётных званий и рекордов. И это свойственно подросткам как мужского, так и женского пола. В ходе нашей работы было опрошено 60 подростков мужского и женского пола, занимающихся тяжелой атлетикой.

Основываясь на проделанной нами работе, мы можем сделать следующие выводы:

1.Проведя анализ литературы по теме работы, можно сказать, что работа в направлении мотивации подростков занимает важную роль. Проблема мотивации подросткового возраста, как гендерным особенностям мотивации недостаточно раскрыты в трудах отечественных, так и зарубежных ученых. Опираясь на труды ведущих психологов, мы провели анализ особенностей мотивации подростков мужского и женского пола.

2. У подростков мужского пола выделяется такая мотивационная составляющая как эстетическое удовольствие, что называется себя показать с лучшей стороны, что вполне свойственно мужчинам и определенно им природой и потребность в острых ощущениях.  У подростков женского пола выделяется мотивационная составляющая, потребность в одобрении их действий со стороны окружающих.

3. Но как это не парадоксально по отношению к тяжелой атлетике уровень мотивации у девочек немного выше чем у мальчиков. Это связана с более быстрым прогрессом, как в освоении технических элементов, так и физическом развитии. Результативность тренировочных мероприятий в подростковом возрасте у девочек выше чем у мальчиков. Но как для одних так и для других первоначальной мотивацией к занятием тяжелой атлетикой является эстетическая сторона человека, что вызвана современной тенденцией здорового образа жизни.

**СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Бабушкин, Г.Д. Психология спорта [Текст]: учебник для вузов / Г.Д. Бабушкин, В.Н. Смоленцева. – Омск: СибГАФК, 2015. - 85с.
2. Батурин, Н.А. Психология успеха и неудач в спортивной деятельности [Текст]: учеб. пособие для студ. вузов / Н. А. Батурин Психология в спорте.- Омск: Сфера, 2008. -195с.
3. Боришевский, М.И. Влияние позиции подростков на саморегуляцию поведения [Текст] / М.И. Боришевский// Вопросы психологии. - 2010. - №5(12). - С. 40-48 с.
4. Волков, И.П. Практикум по спортивной психологии [Текст] / И.П. Волков. - СПб.: Питер, 2012. - 254с.
5. Генов, Ф.П. Психологические особенности мобилизационной готовности спортсмена [Текст] / Ф.П.Генов. - М.: Физкультура и спорт, 2011. - 280с.
6. Горбунов, Г. Д. Психопедагогика спорта [Текст] / Г. Д. Горбунов. - М.: ФиС, 2006. - 110с.
7. Горулев, П.С. Женская тяжелая атлетика: проблемы и перспективы [Текст] / П.С. Горулев, Э.Р. Румянцева. – М.: Теория и практика физической культуры, 2004. - 199с.