

но и голову человека. Качественная психологическая помощь способна значительно сократить количество людей с РПП, а это значит, что количество смертей тоже уменьшится.

Список литературы

1. Большой энциклопедический словарь медицинских терминов [Текст]: более 100 тысяч терминов / под ред. Э.Г. Улумбекова; [сост.: Белова Л.А. и др.]. – Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2012. – 2242 с.
2. Против веса и здравого смысла: откуда берутся и к чему приводят расстройства пищевого поведения [Электронный ресурс]: журнал «НОЖ». URL: <https://knife.media/eating-disorders-sucks/> (дата обращения: 13.01.2020).

СПОРТИВНАЯ МОТИВАЦИЯ В ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ

Дмитриева И.С., Рогалева Л.Н.

*ФГБОУ «Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма – ГЦОЛИФК», Москва,
e-mail: rectorat@rgufk.ru*

В данной статье представлено исследование по проблеме мотивов занятия спортом в легкой атлетике и факторов завершения спортивной карьеры спортсменов в возрасте 16-18 лет. В ней проведено исследование на легкоатлетах в возрасте 16-18 лет, выявлены особенности мотивации в этом возрасте и доминирующие мотивы в зависимости от уровня спортивных достижений, пола и стажа занятий спортом.

Актуальность исследования. Мотивация к занятиям спортом выступает главным фактором тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов, обеспечивающим ее успешность [2,3]. При этом согласно Е.А. Дергач критическим этапом ухода из спорта является возраст 16-18 лет.

Цель исследования заключалась в изучении мотивов занятия спортом спортсменов легкоатлетов в возрасте 16-18 лет.

Организация исследования. Приняли участие 12 легкоатлетов 16-18 лет МБУ СШ «Юность» г. Екатеринбург. Уровень спортивных достижений от первого взрослого разряда до кандидата в мастера спорта.

Методы: Методика «Мотивы занятий спортом» А.В. Шаболтас [3]. Полученные данные подверглись математической обработке методом корреляционного анализа.

Выводы. Мотивация спортсменов в период 16-18 лет имеет свои особенности и требует внимания со стороны тренера, в силу ее снижения и возможности ухода из спорта талантливых молодых легкоатлетов.

Согласно полученным исследованиям актуальными мотивами спортсменов в данный возрастной период являются мотивы достижения успеха, подготовки к будущей профессиональной деятельности и гражданско-патриотические.

Наиболее тесные взаимосвязи выявлены между мотивами достижения успеха, физиче-

ского совершенства, эмоционального удовольствия и гражданско-патриотическим мотивом.

Полученные результаты указывают на необходимость ориентации спортсменов легкоатлетов на обучение в ВУЗе, а также важность целенаправленной работы тренера по формированию условий способствующих усилению актуальных мотивов спортивной деятельности, от которых будет зависеть продолжительность занятий легкой атлетикой.

Список литературы

1. Дергач Е.А. Уход из спорта: причины и особенности: монография. Красноярск: Сиб. федерал. ун-т., 2012. 176 с.
2. Галкина Ю.А. Исследование мотивации достижения у спортсменов, занимающихся лёгкой атлетикой // Молодёжь Сибири – науке России: Международная научно-практическая конференция (Красноярск, 25 марта 2014 г.). Красноярск: Издательство Сибирского федерального университета 2014. С. 79-82.
3. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы. СПб.: Питер, 2006. 512 с.
4. Мнацаканян Б.Х., Сопов В.Ф. Специфические факторы демотивации в группах возрастных периодов // Мат. XIII Межд. научно-практической конференции психологов физической культуры и спорта «Рудиковские чтения» (Москва, 10 июня 2017 г.). Москва: Издательство РГУФКСМИТ 2017. С. 210-213.
5. Пилоян Р.А. Мотивация спортивной деятельности. М.: Физкультура и спорт, 1984. 103 с.

ПРОБЛЕМА МОТИВАЦИИ В ЗАРУБЕЖНОЙ ПСИХОЛОГИИ СПОРТА

¹Рогалева Л.Н., ¹Вичужанин Р.А.,
¹Дубинкина Ю.А., ²Палжигит Г.Т.

*¹Уральский Федеральный университет,
Екатеринбург, e-mail: l.n.rogaleva@urfu.ru;
²Казахский Национальный Университет
им. Аль-Фараби, Алматы*

Изучение мотивации человека в психологии началось достаточно давно, но как отмечают многие авторы данная проблема имеет много противоречий. Одним из противоречий изучения мотивации является различие в определениях и понятиях используемых психологии для таких терминов как мотив, мотивация, потребности.

Мотивацию следует рассматривать как источник активности, систему факторов, детерминирующих поведение и деятельность человека.

Мотивация является не только стержневой характеристикой личности спортсмена, но и фактором, который влияет на характер протекания процессов спортивной деятельности и спортивный результат [2].

Поэтому изучение мотивации должно стать необходимым условием управления деятельностью спортсменов.

Мотивация спортивной деятельности являются отправной точкой начала спортивной деятельности, без нее спортивная деятельность не может осуществляться.

На протяжении спортивной карьеры может меняться как роль конкретных мотивов спортсменов, так и доминирование этих мотивов,

так же может и меняться мотивация спортсменов в целом.

Ф. Хоппе писал о стремлении к достижению успеха или о мотиве достижения успеха [20], Д. Макклелланд говорил, что стремление добиваться успеха в различных видах деятельности, это устойчивая потребность индивида [1].

Мотив стремления к успеху рассматривают как стремление к переживанию удовольствия и гордости при достижении желаемого результата. Мотив избегания неудач, рассматривают, как тенденцию отвечать чувством стыда и унижения на переживаемую неудачу.

Авторы по разному рассматривают стремление к успеху и избегание неудач. Д. Аткинсон говорит, что это разные полюса мотива достижения, когда человек стремится к успеху он не испытывает страх перед неудачей, а если он стремится избежать неудачи, то у него слабо выражен мотив достижения успеха [1].

Другие говорят, что стремление к успеху может сочетаться и со страхом неудачи, особенно если неудача приводит к тяжелым последствиям. Есть данные, что между стремлением к успеху и избеганием неудач может быть положительная связь. Речь идет о превосходстве у одного субъекта стремления к успеху или избеганию неудач при наличии обоих этих мотивов.

Личности, ориентированные на успех выбирают задачи средней трудности, они уверены в успехе задуманного, они всегда в поиске информации, решительны в ситуациях неопределенности, могут взять на себя ответственность, проявляют настойчивость при достижении цели, уровень притязаний в соответствии с исходом ситуации. Задачи, которые кажутся им очень легкими, не принесут им чувства удовлетворения и успеха, а при выборе слишком трудных задач – возрастает вероятность неуспеха, поэтому они не выбирают ни те, ни другие. При выборе задач средней тяжести успех или неудача становятся равновероятными, исход зависит только от усилий, приложенных человеком.

Личности со склонностью избегания неудачи собирают информацию о возможности неудачи при достижении результата. Они берутся за решение очень легких задач, где гарантирован успех и за решение трудных, тогда неудача не будет восприниматься как личный неуспех.

Теория самодетерминации – это социальная когнитивная теория мотивации и личности человека, которая дифференцирует мотивацию с точки зрения автономности и контроля. Теория самодетерминации или самоопределения предполагает, что развитие происходит через активность человека, а так же благодаря внутренней мотивации. Чтобы эти процессы действовали эффективно, должны удовлетворяться доминирующие психологические потребности человека. В качестве таких психологических

потребностей авторы выделили – потребность в компетентности, потребность в автономии и потребность в значимых отношениях с другими людьми [2].

– Важность автономии отражает степень, в которой люди чувствуют себя волевыми и ответственными за свое поведение.

– Важность в компетентности касается степени, в которой люди могут проявить свои способности.

– Важность значимых отношений с другими людьми – это то, в какой степени люди чувствуют связь с другими в своей социальной среде.

Таким образом, в теории самодетерминации выделено три основные психологические потребности, необходимые для оптимального развития и функционирования человека, а именно автономность, компетентность и значимые отношения.

Авторы теории самодетерминации три основных типа мотивации, которые по-разному будут влиять на поведение человека.

Внутренняя мотивация – это процесс деятельности, который связан с переживаниями радости и получения удовольствия, практически без внешнего стимулирования или вознаграждения, в то время как внешняя мотивация – это деятельность, которая осуществляется под влиянием внешних факторов и стимулов, таких как получение вознаграждений или избегание наказаний.

Например, спортсмен может стремиться перейти в более успешную спортивную команду, чтобы увеличить свои шансы на выигрыш призов (внешняя мотивация) или потому, что он ставит новые цели и мотивирован на преодоление трудностей и достижение более высоких результатов (внутренняя мотивация).

Кроме внешней и внутренней мотивации выделяется еще и амотивация, под которой понимают отсутствие желания или намерения выполнять деятельность.

Внешняя мотивация может быть разбита на различные категории. Это внешнее регулирование, когда поведение контролируется внешними стимулами, такими как награды или наказания, бессознательное регулирование, опосредованное установками родителей, когда идет ориентация в поведении на внешние источники неодобрения или подкрепления с внешней стороны, либо осознанная ориентация в поведении на личные привилегии или выгоды от деятельности. Эти мотивационные состояния могут оказывать различное влияние на цели, аффекты и поведение человека.

Проведенные исследования в рамках спортивной деятельности доказывают, что внешние награды могут при определенных обстоятельствах снижать внутреннюю мотивацию. Например, исследование студентов-спортсменов выявило, что те кто получали спортивные сти-

пендии, имели более низкий уровень внутренней мотивации, чем те, которые не получали стипендий. Изменения в сторону внешней мотивации происходит в силу того, что стипендия часто может восприниматься как контроль за поведением спортсменов, а это ведет к снижению у них чувство независимости или автономии и, как следствие, снижает их внутреннюю мотивацию [3].

Кроме того есть исследования доказывающие, что положительная / отрицательная обратная связь, конкуренция (фокус на выигрыш) и целевые ориентации также могут влиять на автономное поведение (внутренняя мотивация)

за счет их влияния на основные психологические потребности.

Так, если идет внешний контроль со стороны тренера, то у спортсмена не формируется уверенность в себе, что ведет к психологическому истощению в молодежном спорте.

Список литературы

1. Гошек В.Г. Успех как мотивационный фактор спортивной деятельности / В.Г. Гошек // Психология и современный спорт. – 1973. – № 8. – С. 28-32.
2. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2006. – 512 с.
3. Ильин Е.П. Психология спорта: учебник / Е.П. Ильин, Ю.Я. Киселев, В.К. Сафонов. – Санкт-Петербург: ЛГУ, 1989. – 96 с.

Сельскохозяйственные науки

ПРИМЕНЕНИЕ ЭЛЕКТРОННО-ИОННОЙ ОБРАБОТКИ В ТЕХНОЛОГИЧЕСКОМ ПРОЦЕССЕ ПРОИЗВОДСТВА ЖЕЛЕ ИЗ ОБЛЕПИХИ

Вимба В.О., Осипова М.В.

*Университет имени Ярослава Мудрого,
Великий Новгород, e-mail: vita.vimba@mail.ru*

Актуальной тенденцией является создание экологически чистых и качественных продуктов питания, произведенных из натуральных ингредиентов, соответствующих международным стандартам и требованиям качества, без консервантов и других добавок. Отмечен интерес потребителей к продукции местного производства, обусловленный желанием покупателей знать место происхождения основного сырья.

Желе относится к фруктово-ягодным сахаристым кондитерским изделиям. В отличие от большинства продуктов кондитерского производства они обладают более высокой биологической ценностью: для их производства используется сырье, богатое витаминами, минеральными веществами. В натуральном желе два ингредиента – плодовой сок и студнеобразователь. Продукт получают путем уваривания ингредиентов [1].

В настоящее время особое место в исследованиях занимает изучение биологически активных компонентов растительного сырья и непосредственно их воздействия на организм человека. Известно исследование по изучению химического состава плодов облепихи крушиновидной: они являются ценным сырьем для обогащения продуктов питания биологически активными веществами.

Поскольку здоровое питание подразумевает за собой исключение из готовой продукции консервантов, то следует уделить внимание обработке готового продукта от развивающихся в нем по мере хранения микроорганизмов.

Известна высокая эффективность плазменной обработки в экспериментах по обеззараживанию сыра, ветчины, овощей, фруктов от патогенных микроорганизмов. Этот метод считается эффективным в области инактивации кишечной палочки, сальмонеллы, листерии. При этом негативного влияния не оказывается на физико-химические и органолептические показатели продукта [2].

Одним из перспективных направлений считается изучение влияния низкочастотного ультразвука, озono-воздушной смеси на возбудителей. Бактерицидное действие озона связано с его высоким окислительным потенциалом и легкостью его прохождения через оболочки микроорганизмов. Действие заключается в том, что органические кислоты микробной клетки окисляются, что приводит ее к постепенной гибели [3]. Например, для обеззараживания воздуха известен способ создания ионов воздуха, посредством облучения воздуха потоком электронов газового разряда с высокой напряженностью электрического поля с использованием люстры тлеющего разряда Чижевского.

Предлагаемая нами электронно-ионная обработка (ЭИО) имеет ряд преимуществ по сравнению с другими факторами воздействия, такими как меньшая энергоемкость, дешевизна, экологичность и многие другие. В работах ряда авторов приводятся сведения по исследованию влияния электронно-ионной обработки на жизнедеятельность микроорганизмов, показывающие только положительные эффекты использования в области активации и инактивации микроорганизмов. ЭИО – это обработка материалов энергетическими потоками электронов, ионов, плазмы, нейтральных атомов. В результате воздействия таких потоков можно оказать влияние на физико-химические, механические, свойства обрабатываемых объектов исследования, а также контролировать параметры исходных и модифицированных веществ [4].

Нами проводятся исследования по выявлению влияния ЭИО на жизнедеятельность микроорганизмов, развивающихся в желе. Результаты