

## Зміни мотивації спортсменів циклічних видів спорту у багаторічній підготовці

*Фролова Людмила Сергіївна<sup>1</sup>, Каленіченко Олексій Володимирович<sup>2</sup>,  
Дудник Інна Олександрівна<sup>3</sup>*

Опубліковано	Секція	УДК
30.06.2025	Освіта/Педагогіка	796.4:159.96

DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.15826316>

**Анотація.** У процесі багаторічної підготовки домінування мотивів може варіюватись, що визначає спрямованість діяльності спортсмена. Мета: встановити відмінності мотивації спортсменів циклічних видів спорту з можливістю прогнозування зміни показників при набутті досвіду. Досліджувались представники циклічних видів спорту різних етапів багаторічної підготовки. Вивчалась орієнтованість спортсменів на досягнення успіху та уникнення невдач, загальна вмотивованість діяльністю та структура мотивів. Проведено порівняльний аналіз орієнтованості мотивації та мотивів етапів багаторічної підготовки. Визначена динаміка вмотивованості у річному циклі підготовки та відсоткова частка мотивів вікових груп. Встановлено домінування орієнтованості на досягнення успіху. Виявлено неоднаковий характер зміни вмотивованості в залежності від досвіду спортсменів та варіативність мотивів у процесі вдосконалення.

**Ключові слова:** спортсмени, етапи спортивної підготовки, вмотивованість діяльністю, досягнення результату, уникнення невдач, структура мотивації.

### Changes in motivation of cyclic sports athletes in long-term training

**Annotation.** It is known that sports motivation, as a person's personal factor, characterizes one of the aspects of the psychological state of the athlete and his behavior in different specific situations. In the process of long-term sports preparation of the dominance of the motives that are included in the structure of motivation, it can vary, which determines the orientation of the athlete's activity. The focus on success or avoidance of failure demonstrates models of behavior of the athlete, which shapes the preconditions for the level of sports harassment. According to available scientific information, different sports can

<sup>1</sup> кандидатка наук з фізичного виховання і спорту, доцентка, Заслужена тренерка України, доцентка кафедри спортивних дисциплін, Черкаський національний університет імені Богдана Хмельницького, м. Черкаси, Україна, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0763-7509>

<sup>2</sup> кандидат біологічних наук, доцент, завідувач кафедри спортивних дисциплін, Черкаський національний університет імені Богдана Хмельницького, м. Черкаси, Україна, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1863-7109>

<sup>3</sup> кандидатка педагогічних наук, доцентка, доцентка кафедри спортивних дисциплін, Черкаський національний університет імені Богдана Хмельницького, м. Черкаси, Україна, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3150-8387>

demonstrate different motivation, which is related to the specifics of the activity. Equally significant is the differences in motivation in terms of age and experience of athletes. Therefore, the purpose of our gender was to identify the differences in the motivation of athletes of cyclic sports of different stages of long-term training with the possibility of predicting changes in indicators when gaining experience. Representatives of cyclic sports of different stages of many years of training in the total number of 112 people are involved in the studies. The orientation of athletes to succeed and avoid failure, the overall motivation and the structure of motives were studied. Testing of athletes and a comparative analysis of the orientation of the motivation and motives of the stages of initial, preliminary basic, specialized basic preparation and preparation for higher achievements. The dynamics of motivation in the annual training cycle and the percentage of the motifs of athletes of different stages of many years of improvement were determined. The dominance of success at all stages of many years of preparation has been dominated. The unequal nature of the change in motivation, depending on the experience of athletes, is revealed. It has been found that representatives of cyclic sports are characterized by external motivation to confirm the variability of motives in the process of gaining sports skills.

**Keywords:** athletes, stages of sports training, motivation by activity, achievement of results, avoidance of failures, motivation structure.

### Вступ

*Постановка проблеми.* Вважається, що сила мотивації спонукає спортсменів наближати потреби спортивного результату до можливостей його досягнути [1]. Як особистісний чинник людини, спортивна мотивація характеризує одну із сторін психологічного стану спортсмена та його поведінку у різних конкретних ситуаціях [2]. Формування спортивної мотивації здійснюється тривало й складно з причини багаторічної етапної підготовки, де у кожній віковій категорії чи кваліфікації є свій максимальний результат [3]. Тому, для спортсмена важливо, які спонукання утворюють його мотиваційну сферу, оскільки їх вплив на етапах вікового розвитку неоднаковий [4]. Отже, ми говоримо про важливий компонент підготовленості спортсмена, що визначає позитивну самосвідомість особистості у ситуації досягнення [5]. Між успішною спортивною діяльністю і психічною рівновагою мотивація виступає опосередкованим чинником впливу, але це не зменшує її значимість для результату [6]. Важливо розуміти, що цей компонент є ще і змінним чинником впливу на змагальні здобутки, тому при вивченні особливостей прояву мотивації спортсмена можна прогнозувати поведінку і ступінь готовності досягати успіху [7]. При цьому спостереження взаємодії мотивації та ситуативних факторів в динаміці їх формування є важливою інформацією про спонукання до систематичних тренувань та очікування змагальних результатів [2].

*Аналіз останніх досліджень і публікацій.* Мотивація як фактор впливу на спортивний результат вивчається у різних аспектах вирішення проблеми. Одним із напрямків дослідження є вивчення співвідношення мотивації досягнення успіху та мотивації уникнення невдач, оскільки на думку М. J. Schmid, В. Charbonnet, А. Conzelmann, С. Zuber [8], є два орієнтири у спортивній діяльності. Проведені дослідження Г. Коробейніковим, К. Мазманянком, Л. Коняєвою, Г. Россохою, К. Медведчуком [1] показали, що наявність у спортсменів оптимальних рівнів цих видів дозволить знизити напруження регуляторних систем з відповідною побудовою адекватної стратегії поведінки. Домінування мотивації успіху може спричинити негативні психологічні стани, що заважатимуть спортсмену змагатись [1]. Дані науковців підтверджуються і у дослідженнях Н. Баламутової і І. Курила [3], де констатується факт впливу надмірної мотивації досягнення успіху на інтенсивність напруження сил і поведінки в екстремальних умовах змагальної діяльності. При цьому, у різних видах спорту переважають різні мотиваційні моделі поведінки спортсменів, на що впливають змінні

акценти мотивів [8]. Якщо розглядати різні види спорту, то можемо звернутись до ряду досліджень, що демонструють домінування внутрішніх або зовнішніх чинників мотивації, в залежності від спортивної спеціалізації. Значимість зовнішньої мотивації спортсмена для створення стабільного психічного стану, що сприятиме успіху, стала результатом досліджень Р. В. Михайлова [9], R. B. Sheehan, M. P. Herring and M. J. Campbell [10], А. Перепелиці, Є. Фокіної, В. Ковальчук [11]. Р. В. Михайлов [9] пов'язує індивідуально-типологічні властивості із зовнішньою мотивацією, що формує організованість на досягнення успіху з широким комунікативним підґрунтям. А. Перепелиця, Є. Фокіна, В. Ковальчук [11] доводять домінування базисних та спонукальних підстав мотивації спортсменів, серед яких зовнішні чинники мали високий та середній рівень прояву. У той же час, R. B. Sheehan, M. P. Herring and M. J. Campbell [10], на підставі отриманих даних у ході досліджень, попереджають про негативні наслідки надання переваги зовнішній мотивації через додаткове напруження, що підсилюватиме тривожність. Хоча автори вказують на тісний зв'язок між базисними підставами мотивації та успішністю діяльності, посиляючись здебільшого на внутрішні мотиви [10].

На значимість внутрішньої мотивації вказують такі автори як J. Moradi, A. Bahrami, A. Dana [12], P. F. Dragos [13], Mariya A. Yukhymenko-Lescroart [14], B. J. Almagro, P. Sáenz-López, S. Fierro-Suero, C. Conde [7]. Із усіх мотивів, що визначались у досліджуваного контингенту, P. F. Dragos [13] визначив найбільш важливими для спортивного успіху статус та значимість спортсмена у колективі, прагнення досягати результату і мотивація тренування. На думку автора статті, внутрішня мотивація, до якої відносяться вказані мотиви, є прямим впливом на результат спортсмена [13]. За твердженням Mariya A. Yukhymenko-Lescroart [14], внутрішня мотивація не може мати примусового спонукування. Її вплив зростає, коли у процесі тренування та змагань задовольняються основні психологічні потреби спортсмена [14]. На цьому наполягають і автори B. J. Almagro, P. Sáenz-López, S. Fierro-Suero, C. Conde [7], висновком дослідження яких є рекомендації задовольняти потреби спортсмена для прогностично позитивного підкріплення внутрішньої мотивації. У той же час J. Moradi, A. Bahrami, A. Dana [12] зауважують, що мотиваційні пріоритети можуть змінюватись в залежності не тільки від ситуації, але й від віку, статі, досвіду. Дослідження мотивації спортсменів у віковому розвитку авторів B. J. Almagro, P. Sáenz-López, S. Fierro-Suero, C. Conde [7] стосувались групи футболістів від 14 до 35 років, де з набуттям досвіду, поряд з внутрішніми мотивами, більш значимою стає і зовнішня мотивація діяльності. Також є дослідження на легкоатлетах авторів L. Rogaleva, A. Kim & Khon Natalya [15], де із збільшенням досвіду зростає вплив зовнішніх мотивів, що спонукають до спортивного результату, на противагу фізичній досконалості в юному віці. Проте переважають дослідження, які виконано на дорослому контингенті молодих або елітних спортсменів. Стосовно спортивної спеціалізації досліджуваних, то ряд робіт, серед яких публікації Г. Коробейнікова, К. Мазманянка, Л. Коняєвої, Г. Россохи, К. Медведчука [1], І. М. Пивоварчик [5], Р. В. Михайлова [9], розкривають особливості мотивації на досягнення цілей спортсменів різних видів боротьби, у більшості високої кваліфікації. Робота B. J. Almagro, P. Sáenz-López, S. Fierro-Suero, C. Conde [7] з дослідження мотивації футболістів за результатами вказує на зв'язок внутрішньої мотивації з потребами особистісно-командного характеру. Робота R. B. Sheehan, M. P. Herring and M. J. Campbell [10] з дослідження дорослих спортсменів груп футболу, баскетболу, хокею, регбі, демонструє негативні наслідки надмірного контролю та регулювання мотивації. У той же час робота Mariya A. Yukhymenko-Lescroart [14], виконана на студентках представниць легкої атлетики, навпаки рекомендує регулювати мотивацію, але через академічну ідентичність і сприйняту цінність занять. Робота L. Rogaleva, A. Kim & Khon Natalya [15] відкриває особливості формування мотивації у легкій атлетиці, де довгострокові цілі

породжують зміну мотивів і формування мотивації самореалізації у професійній майстерності. Також є дослідження, пов'язані із порівнянням мотивів спортсменів командних та індивідуальних видів спорту. Так, M. J. Schmid, B. Charbonnet, A. Conzelmann, C. Zuber [8] провели порівняння мотивації представників індивідуальних та командних видів спорту, визначивши кластери орієнтованих спортсменів на досягнення та невдачі. Автори вказують, що чим вища орієнтованість на досягнення, тим вища продуктивність. При цьому зауважують, що мотиваційні змінні у групах видів спорту можуть бути неоднаковими. Дослідження А. Перепелиці, Є. Фокіної, В. Ковальчук [11] на контингенті спортсменів ігрових видів спорту, легкої атлетики та вільної боротьби показали, що вищі спонукальні підстави формування мотивації досягнень у легкоатлетів, в базисні підстави вищі у борців. Наявність спонукальних та базисних підстав у представників ігрових видів спорту не вирізняла їх з поміж легкоатлетів та борців. Дослідження J. Moradi, A. Bahrami, A. Dana [12], проведені на групах командних видів спорту (баскетбол, волейбол, футбол, гандбол) та єдиноборств, де зовнішні мотиви притаманні ігровикам, а внутрішні мотиви – представникам тхеквондо та кунг-фу.

Таким чином, з аналізу останніх досліджень можна зробити висновок, що проблема мотивації спортсменів залишається актуальною та повинна мати вирішення через розгляд різних аспектів. Оскільки мало відомо про можливості прояву мотивації спортсменів у процесі багаторічного вдосконалення, де кожний етап пов'язаний із цілеспрямованим досягненням спортивного результату, наші дослідження можуть доповнити дані про варіативність мотивів та орієнтованість мотивації у циклічних видах спорту.

Тому, метою даної статті є встановити відмінності мотивації спортсменів циклічних видів спорту різних етапів багаторічної підготовки з можливістю прогнозування зміни показників при набутті досвіду.

*Завдання статті:*

1. Проаналізувати стан вивченості проблеми спортивної мотивації за останніми публікаціями.
2. Визначити відмінності орієнтованості мотивації, вмотивованості діяльністю та мотивів представників циклічних видів спорту різних етапів багаторічної підготовки.
3. З'ясувати прогностичну варіативність мотивації представників циклічних видів спорту у процесі багаторічної підготовки.

*Методи та учасники дослідження:* використано теоретичний аналіз останніх публікацій, тестування за опитувальниками Т. Елерса, А. А. Реана, та методикою А. В. Шаболтаса, методи математичної статистики. У дослідженнях взяли участь представники циклічних видів спорту різних етапів багаторічної підготовки у загальній кількості 112 осіб.

### Результати

Дослідження спортсменів циклічних видів спорту, здійснені за спрямованістю на досягнення успіху та уникнення невдач, показали рівень мотивації на різних етапах підготовки (табл. 1).

Порівнюючи показники видів мотивації на початковому етапі та етапі попередньої базової підготовки можемо вказати на відсутність різниці показників за рівнем прояву обох досліджуваних видів мотивації ( $p > 0,05$ ). Тільки на етапі спеціалізованої базової підготовки з'являються розбіжності у показниках. На цьому етапі виявлено вищий на 2,93 бали ( $p < 0,05$ ) рівень мотивації досягнення успіху, порівняно із мотивацією уникнення невдач. Розгляд наступного етапу підготовки до вищих досягнень вказав теж на різний рівень видів мотивації. Домінуючим видом мотивації, як і на попередньому етапі, була мотивація досягнення успіху. Її перевага, порівняно із показниками мотивації уникнення невдач, становила 5,56 балів ( $p < 0,05$ ).

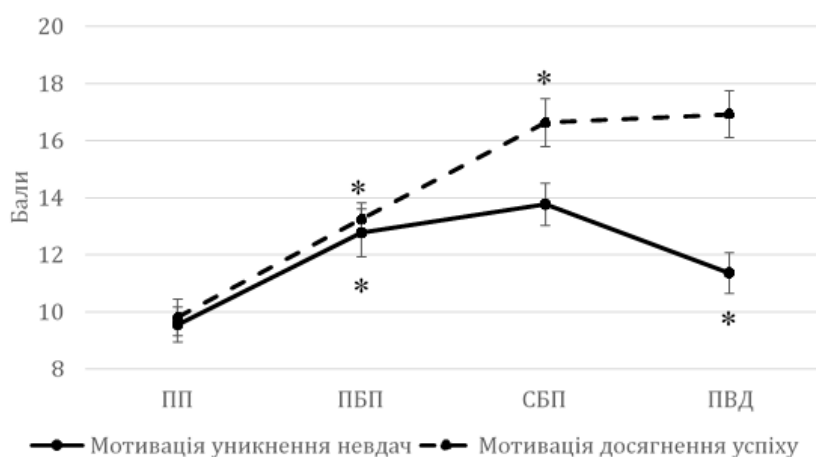
Таблиця 1

**Порівняння показників видів мотивації спортсменів циклічних видів спорту на етапах підготовки (бали)**

Показники	Етапи багаторічного спортивного вдосконалення			
	Початкової підготовки, вік 7-10 років (n=30)	Попередньої базової підготовки, вік 11-13 років (n=46)	Спеціалізованої базової підготовки, вік 14-16 років (n=22)	Підготовки до вищих досягнень, вік 17-19 років (n=14)
Мотивація уникнення невдач	9,55±0,61	12,77±0,83	13,77±0,74	11,36±0,71
Мотивація досягнення успіху	9,81±0,64	13,25±0,56	16,63±0,84*	16,92±0,82*

Примітка: \* $p < 0,05$  – порівняно з показниками мотивації уникнення невдач

Розглядаючи графік показників мотивації впродовж багаторічного спортивного вдосконалення, можна говорити про перспективу зміни в залежності від етапу підготовки (рис. 1).



**Рис. 1 – Зміни видів мотивації спортсменів у процесі багаторічної підготовки: ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПВД – етап підготовки до вищих досягнень; \* $p < 0,05$  – порівняно із показниками попереднього етапу**

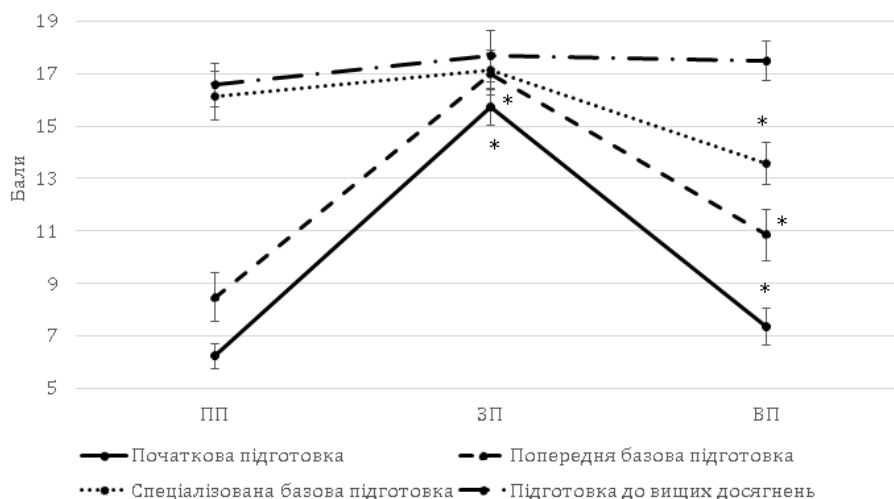
Показники мотивації досягнення успіху від етапу початкової підготовки до етапу попередньої базової підготовки ймовірно можуть зрости на 3,44 бали ( $p < 0,05$ ). Від етапу попередньої базової підготовки до етапу спеціалізованої базової підготовки можна очікувати зміни показників в межах 3,38 балів ( $p < 0,05$ ). Проте, від етапу спеціалізованої базової підготовки до етапу підготовки до вищих досягнень ймовірність істотної зміни рівня мотивації досягнення успіху виявилась низькою ( $p > 0,05$ ).

Щодо мотивації уникнення невдач, то від етапу початкової підготовки до етапу попередньої базової підготовки є можливості підвищення рівня на 3,22 бали ( $p < 0,05$ ). Від етапу попередньої базової підготовки до етапу спеціалізованої базової підготовки ймовірність зміни показників була низька ( $p > 0,05$ ). Але від етапу спеціалізованої базової підготовки до етапу підготовки до вищих досягнень з'являються можливості зміни

рівня, проте регресивного характеру, тобто можна очікувати зниження показників в межах 2,41 бали ( $p < 0,05$ ).

З огляду на наявну різницю показників між етапами підготовки, можна розглядати можливість зміни мотивації досягнення успіху як поступовість зростання до етапу спеціалізованої базової підготовки і подальшу стабілізацію на досягнутому рівні. Динаміку мотивації досягнення успіху можна охарактеризувати як перспективу поступового зростання. Активні зміни мотивації уникнення невдач притаманні етапу попередньої базової підготовки з наступною стабілізацією на етапі спеціалізованої базової підготовки. На відміну від мотивації досягнення успіху, рівень мотивації уникнення невдач на етап підготовки до вищих досягнень може стрімко знижуватись. І таку динаміку можна характеризувати як хвилеподібну з прогресивним і регресивним вектором.

Результатом процесу формування мотивації є вмотивованість діяльністю, яка характеризує активність спортсмена у досягненні результату. Дослідження вмотивованості діяльністю впродовж річного циклу тренування спортсменів циклічних видів спорту показали хвилеподібну динаміку показників на етапах початкової та попередньої базової підготовки з тенденціями прогресивного розвитку до змагального періоду та регресивного – до відновного періоду (рис. 2).



**Рис. 2. Динаміка рівня вмотивованості діяльністю у річному циклі тренування спортсменів різних етапів багаторічної підготовки: ПП – підготовчий період; ЗП – змагальний період; ВП – відновний період; \* $p < 0,05$  – порівняно із попереднім періодом річного циклу тренування**

Коливання вмотивованості у річній підготовці відносно вихідного рівня на початковому етапі були близько 60% ( $p < 0,05$ ), а на етапі попередньої базової підготовки – близько 40% ( $p < 0,05$ ). На етапі спеціалізованої базової підготовки вмотивованість спортсменів була стабільно високою у діапазоні підготовчо-змагального періоду річного циклу із стрімким зниженням показників до відновного періоду на 21% ( $p < 0,05$ ). Для етапу підготовки до вищих досягнень характерна стабільність високого рівня вмотивованості впродовж усього річного циклу підготовки.

Загальна структура мотивації спортсменів може включати декілька мотивів. Дослідження зміни мотивів, що входять до структури мотивації діяльності спортсменів впродовж багаторічної спортивної підготовки показали, що рівень їх прояву залежить від етапу підготовки (табл. 2).

**Порівняння мотивів діяльності спортсменів циклічних видів спорту у процесі багаторічної підготовки (бали)**

Показники	Етапи багаторічної спортивної підготовки			
	Початкової підготовки, вік 7-10 років (n=30)	Попередньої базової підготовки, вік 11-13 років (n=46)	Спеціалізованої базової підготовки, вік 14-16 років (n=22)	Підготовки до вищих досягнень, вік 17-19 років (n=14)
Мотив емоційного задоволення	6,15±0,71	4,78±0,54*	4,25±0,72	2,47±0,99*
Мотив соціального самоствердження	3,46±0,92	2,14±0,65	5,48±0,74*	7,88±0,93*
Мотив фізичного самоствердження	8,42±0,86	6,47±0,97*	5,77±0,65	5,61±0,78
Соціально-емоційний мотив	5,27±0,74	6,19±0,73	6,92±0,71	8,96±0,98*
Соціально-моральний мотив	2,75±0,79	8,48±0,81*	7,42±0,89	5,44±0,72*

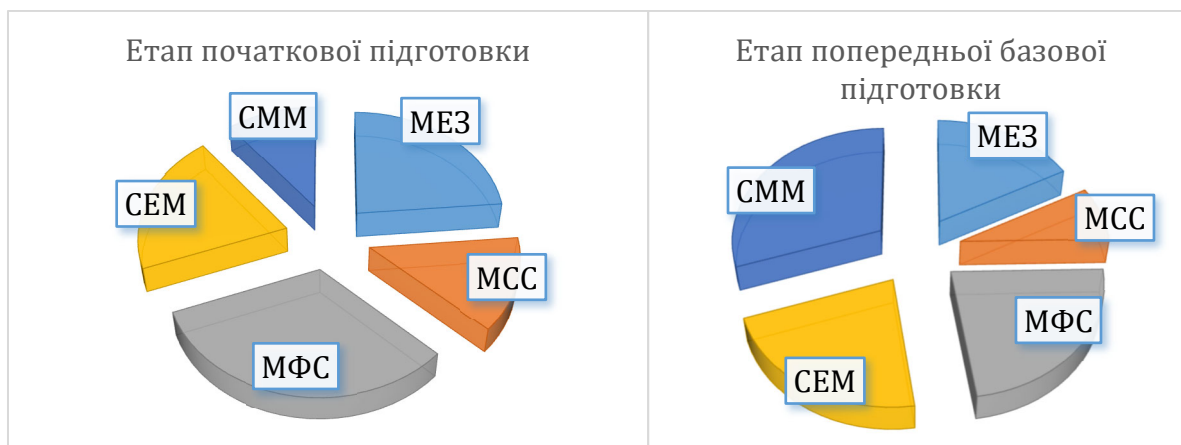
Примітка: \* $p < 0,05$  – порівняно з попереднім етапом підготовки

Мотив емоційного задоволення у процесі багаторічної спортивної підготовки вказує на тенденції поступового зниження рівня впливу на діяльність. Найвищі показники зафіксовано на початковому етапі підготовки, де бажання отримувати радість від рухових занять для юних спортсменів більш значиме. На етапі попередньої базової підготовки можна очікувати зниження рівня прояву мотиву емоційного задоволення ( $p < 0,05$ ) із тенденцією стабілізації на етапі спеціалізованої базової підготовки ( $p > 0,05$ ). Проте, у подальшому тренуванні на етапі підготовки до вищих досягнень можна очікувати суттєве зниження впливу ( $p < 0,05$ ). Регресивні процеси прояву мотиву емоційного задоволення у багаторічній підготовці можуть сягати 60%. Тенденції регресивних процесів характерні також і для мотиву фізичного самоствердження у діапазоні від початкової до попередньої базової підготовки, де зниження впливу на діяльність була на рівні 23% ( $p < 0,05$ ) з подальшою стабілізацією прояву.

У ході дослідження виявлено також тенденції прогресивної динаміки, які спостерігались у прояві мотивів соціального ствердження, соціально-емоційних та соціально-моральних мотивів. Відмінність динаміки цих мотивів у різних можливостях активного зростання показників. Мотив соціального самоствердження може мати два піки зростання впливу, на етапах спеціалізованої базової підготовки та підготовки до вищих досягнень із зміною показників відносно вихідних даних на 127% ( $p < 0,05$ ). Соціально-емоційний мотив може мати один пік зростання впливу на етапі підготовки до вищих досягнень із зміною показників відносно вихідних даних на 70% ( $p < 0,05$ ). Один пік зростання впливу може бути прогнозовано з соціально-морального мотиву на етапі попередньої базової підготовки майже на 200% ( $p < 0,05$ ) відносно початкового етапу з наступною стабілізацією показників на етапі спеціалізованої базової підготовки. Але, на відміну від попередньо описаних мотивів, можна прогнозувати зниження впливу соціально-морального мотиву на етапі підготовки до вищих досягнень на 40% ( $p < 0,05$ ).

Аналіз долі мотивів у загальній структурі мотивації діяльності на етапі початкової підготовки показав, що найбільша частка припадала на мотив фізичного самоствердження (МФД) – 32% (рис. 3). Менший відсоток припадав на частку мотиву емоційного задоволення (МЕЗ) та соціально-емоційного мотиву (СЕМ), відповідно 24%

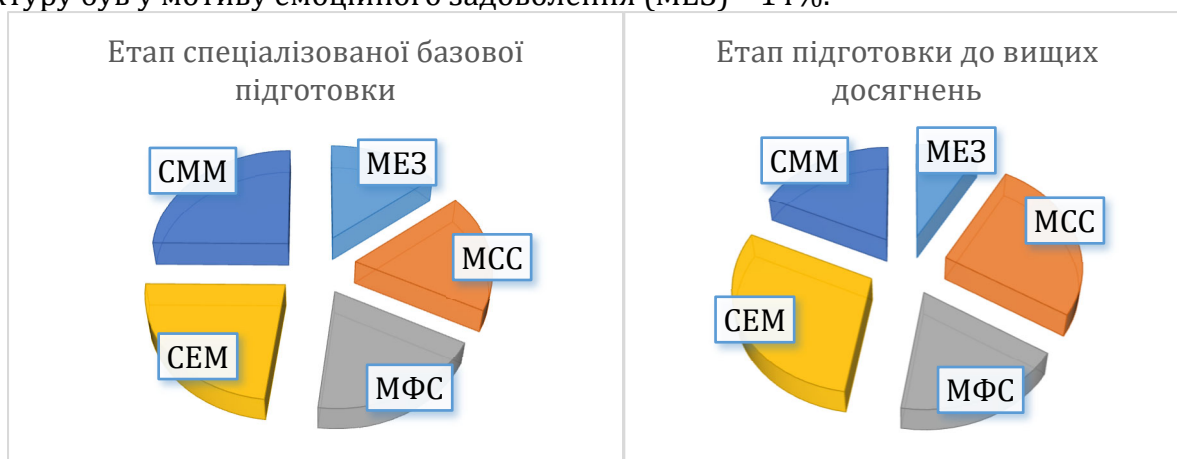
та 20%. Найнижча частка виявилась у мотиву соціального самоствердження (МСС) та соціально-морального мотиву (СММ), відповідно 13% та 11%.



**Рис. 3. Відсоткова частка мотивів у загальній структурі мотивації діяльності спортсменів етапів початкової та попередньої базової підготовки: МЕЗ – мотив емоційного задоволення; МСС – мотив соціального самоствердження; МФС – мотив фізичного самоствердження; СЕМ – соціально-емоційний мотив; СММ – соціально-моральний мотив**

Аналіз долі мотивів у загальній структурі мотивації діяльності на етапі попередньої базової підготовки показав, що найбільша частка припадала на соціально-моральний мотив (СММ) – 32% (рис. 3). Менша частка була у мотиву фізичного самоствердження (МФС) та соціально-емоційного мотиву (СЕМ), відповідно 23% і 22%. Дещо нижча частка у мотиву емоційного задоволення (МЕЗ) – 17%, а найнижчий показник у мотиву соціального самоствердження (МСС) – 8%.

Аналіз долі мотивів у загальній структурі мотивації діяльності на етапі спеціалізованої базової підготовки показав, що найбільша частка припадала на два мотиви: соціально-моральний мотив (СММ) – 23% і соціально-емоційний мотив (СЕМ) – 25% (рис. 4). Менша частка виявилась у мотивів фізичного та соціального самоствердження (МФС, МСС) – по 19% на кожний. Найнижчий вклад у загальну структуру був у мотиву емоційного задоволення (МЕЗ) – 14%.



**Рис. 4. Відсоткова частка мотивів у загальній структурі мотивації діяльності спортсменів етапів спеціалізованої базової підготовки та підготовки до вищих досягнень: МЕЗ – мотив емоційного задоволення; МСС – мотив соціального самоствердження; МФС – мотив фізичного самоствердження; СЕМ – соціально-емоційний мотив; СММ – соціально-моральний мотив**

Аналіз долі мотивів у загальній структурі мотивації діяльності на етапі підготовки до вищих досягнень показав, що найбільша частка припадала на два мотиви: соціально-емоційний мотив (СЕМ) – 30% і мотив соціального самоствердження (МСС) – 26% (рис. 4). Менша частка структури загальної мотивації спортсменів припадала на мотив фізичного самовдосконалення (МФС) та соціально-моральний мотив (СММ) – по 18% на кожний. Найнижчий показник виявився у мотиву емоційного задоволення (МЕЗ), де частка складала 8%.

### Висновки

1. Дослідження спортсменів циклічних видів спорту показали переважання мотивації досягнення успіху над мотивацією уникнення невдач на усіх етапах багаторічного спортивного вдосконалення. Встановлено, що частка мотивації досягнення успіху з підвищенням майстерності у ході багаторічної підготовки може потенційно зростати, а частка мотивації уникнення невдач – знижуватись. За характером зміни мотивації досягнення успіху у процесі багаторічної спортивної підготовки виявлено тенденції зростання рівня прояву на етапах попередньої і спеціалізованої базової підготовки. А динаміку показників мотивації уникнення невдач у процесі багаторічної підготовки можна характеризувати як прогресивно-регресивні зміни з максимальним проявом на етапі попередньої базової підготовки.
2. Встановлено, що вмотивованість діяльністю впродовж річного циклу підготовки мала різний вихідний рівень, в залежності від етапу підготовки, а також неоднаковий характер динаміки. Для етапів початкової та попередньої базової підготовки характерна відсутність стабільної вмотивованості, на що вказували зростання та зниження мотивації, в залежності від періоду річного циклу підготовки. Для спеціалізованої базової підготовки характерним був початково високий рівень вмотивованості із зниженням мотивації у відновному періоді. Найбільш стабільною і високого рівня була вмотивованість у спортсменів етапу підготовки до вищих досягнень.
3. Дослідження мотивів загальної структури мотивації спортсменів показали, що вони можуть мати як прогресивну, так і регресивну динаміку впливу у процесі багаторічної підготовки. Динаміка мотивів емоційного задоволення та фізичного самоствердження у процесі багаторічного тренування вказує на тенденції зниження впливу. Також виявлено, що частка кожного мотиву у загальній структурі мотивації змінюється в залежності від етапу підготовки. Найбільш стабільним для спортсменів циклічних видів спорту виявився соціально-емоційний мотив.
4. У ході дослідження виявлено особливості та складність структури мотивації спортсменів циклічних видів спорту, на яку можуть впливати різні мотиви, у тому числі із позитивною і негативною динамікою. Тому перспективи подальших досліджень можуть стосуватись порівняльного аналізу мотивації та мотивів спортсменів різних груп видів спорту для встановлення особливостей формування вмотивованої діяльності у процесі багаторічної спортивної підготовки.

### Список використаних джерел

1. Коробейніков Г., Мазманянк К., Коняєва Л., Россоха Г., Медведчук К. Вивчення особливостей мотивації та психофізіологічного стану спортсменів високої кваліфікації (на прикладі спортивної боротьби). *Молода спортивна наука України*. 2008. Т.1. С. 155-160. URL: <https://repository.ldufk.edu.ua/server/api/core/bitstreams/f413932f-7274-436f-bdf3-035fa6b8d9e5/content>

2. Панчук А. П., Панчук І. В., Бутенко Т. В., Семенович С. В., Шелюк В. О. Особливості мотивації у спортивному тренуванні. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. 2024. Вип. 2 (174). С. 123-127. DOI:[https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.2\(174\).28](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.2(174).28)
3. Баламутова Н., Курило І. Формування мотивації в спорті. *Освіта збереже Україну!* : матеріали III Всеукраїнських Прокопенківських читань, (м. Харків, 10 черв. 2024 р.). Харків, 2024. С. 37–42. URL: <https://dspace.hnpu.edu.ua/handle/123456789/17789>
4. Хуртенко О. В., Бортун Б. О. Структурні особливості формування мотивації до занять спортом у студентів. *Теорія і практика сучасної психології*. 2019. № 2, Т. 1. С. 119-123. URL: <https://ela.kpi.ua/server/api/core/bitstreams/862f4b14-eb06-41eb-8364-c20dd3ce19c7/content>
5. Пивоварчик І. М. Психологічні особливості мотивації досягнень (на прикладі спортсменок і психологинь юнацького віку). *Габітус. Психологія особистості*. 2020. Вип. 17. С. 109-115. DOI: <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2020.17.19>
6. Singh A., Kaur Arora M. & Boruah B. The role of the six factors model of athletic mental energy in mediating athletes' well-being in competitive sports. *Scientific Reports*. 2024. 14:2974. URL: <https://doi.org/10.1038/s41598-024-53065-5>
7. Almagro B. J., Sáenz-López P., Fierro-Suero S., Conde C. Perceived Performance, Intrinsic Motivation and Adherence in Athletes. *Int J Environ Res Public Health*. 2020.17(24):9441. doi: 10.3390/ijerph17249441
8. Schmid M. J., Charbonnet B., Conzelmann A., Zuber C. More Success With the Optimal Motivational Pattern? A Prospective Longitudinal Study of Young Athletes in Individual Sports. *Front Psychol*. 2021. 11:606272. doi: 10.3389/fpsyg.2020.606272
9. Михайлов Р. В. Психологічні особливості мотивації спортивної діяльності спортсменів-дзюдоїстів. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. 2021. Вип. 10 (141). С. 85-90. DOI: 10.31392/NPU-nc.series15.2021.10(141).19
10. Sheehan R. B., Herring M. P. and Campbell M. J. Associations Between Motivation and Mental Health in Sport: A Test of the Hierarchical Model of Intrinsic and Extrinsic Motivation. *Front. Psychol*. 2018. 9:707. doi: 10.3389/fpsyg.2018.00707
11. Перепелиця А., Фокіна Є., Ковальчук В. Мотивація як фактор впливу в спортивній діяльності. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2022. 4:89–94. DOI: 10.32652/tmfvs.2022.4.89–94
12. Moradi J., Bahrami A., Dana A. Motivation for Participation in Sports Based on Athletes in Team and Individual Sports. *Physical Culture and Sport. Studies and Research*. 2019. 85(10):2478. doi: 10.2478/pcssr-2020-0002
13. Dragos P. F. Study regarding the role of motivation in the sport performance activities. *Balt J Health Phys Act*. 2014. 6(1):48-55. doi: 10.2478/bjha-2014-0006
14. Yukhymenko-Lescroart Mariya A. The role of passion for sport in college student-athletes' motivation and effort in academics and athletics. *International Journal of Educational Research Open*. 2021. Vol. 2: 100055. doi.org/10.1016/j.ijedro.2021.100055
15. Rogaleva L., Kim A. & Natalya Khon. Motivation of Athletes in Athletics at the Different Stages of the Sports Career. 2018. Doi: 10.2991/ceed-18.2018.6.