DOI 10.24412/2541-9056-2022-122-86-97

УДК 316.3

ОЖИДАНИЯ КАК ФАКТОР МОТИВАЦИИ СПОРТСМЕНА

А.С. Стоянов, К.Г. Спицына

Статья поступила в редакцию 14 января 2022 г.

В данной статье рассматривается и анализируется проблема влияния ожиданий на формирование мотивации у спортсменов. На основе исследования, которое выполнялось с помощью анкетирования, сделаны выводы о том, что ожидания в большинстве случаев положительно влияют на мотивацию спортсменов. Отмечается также высокая взаимосвязь личных и социальных ожиданий. Сформированы основные предложения в целях повышения уровня мотивации среди спортсменов. Статья подготовлена в рамках планового изучения учебной дисциплины «Методы и методология социологических исследований».

Ключевые слова: *ожидания, мотивация, социологическое исследование, личные ожидания, социальные ожидания.*

EXPECTATIONS AS A FACTOR IN MOTIVATING AN ATHLETE

A.S. Stoyanov, K.G. Spitsyna

This article examines and analyzes the problem of the influence of expectations on the formation of motivation of athletes. The research was carried out using a questionnaire. On its basis it was concluded that expectations in most cases have a positive effect on the motivation of athletes. There is also a high correlation between personal and social expectations. The main proposals have been formed in order to increase the level of motivation among athletes. The article was prepared within the framework of a planned study of the academic discipline "Methods and Methodology of Sociological Research".

Key words: *expectations, motivation, case study, personal expectations, social expectations.*

Актуальность темы исследования обусловлена важностью вопроса влияния ожиданий на мотивацию. Формирование адекватных ожиданий имеет важное значение для спортсменов, так как от них зависит настрой спортсмена перед соревнованиями и его дальнейшая мотивация в спортивной карьере. А

мотивация, в свою очередь, – один из самых важных факторов, определяющих успешность в спорте.

В связи с вышеизложенным возникает актуальный вопрос: как различные ожидания отражаются на мотивации спортсменов?

Объект исследования – мотивация спортсмена.

Предмет исследования – ожидания как фактор мотивации спортсмена.

Цель исследования – изучение личных и социальных ожиданий в качестве факторов мотивации спортсмена.

Вопросами понимания мотивации и её формирования занимаются многие учёные. Авторы [13; 14] отмечают, что мотивация – это существенный компонент спортивного поведения, влияющий на характер всех процессов и ведущий спортсмена к поставленной цели.

Говоря о мотивации, важно отметить, что она складывается из множества факторов. По мнению Г.Б. Горской [4; 5], И.И. Царегородцева [11] и С.В. Ильинского [6], существуют непосредственные мотивы спортивной деятельности и опосредованные. Вследствие этого в спорте реализуется и преодолевается природа потребностей, а поведение спортсменов строится в зависимости от личных и общественных ожиданий. В начале своего пути в спорте человек замотивирован лично, но позже на его мотивацию начинают оказывать влияние различные факторы, и далее создается мотивационный климат, исходя из сформированных у спортсмена ожиданий. М.В. Попова [8], В.М. Мельников и И.А. Юров [7] отмечают, что в процессе подготовки к соревнованиям личные ожидания могут быть завышенными или заниженными, но всё же основной тенденцией остаётся – стремление добиваться успеха и избегать неудач.

Я.Ю. Чернявская [12] и другие авторы [1-3] считают, что среди спортивных ожиданий превалирует перфекционизм. Вместе с тем в своих трудах Е.И. Берилова [1] и А.С. Стоянов [9; 10] отмечают, что социальные ожидания – компоненты системы регуляции социального поведения, и именно они оказывают влияние на формирование установок у спортсменов.

Данные получены методом анкетирования, с помощью которого удалось выяснить и провести анализ влияния ожиданий спортсменов на их мотивацию. Онлайн-анкетирование проводилось в ноябре 2021 года с помощью рассылки через Google-формы, при ответах сохранялся принцип анонимности. Доступная стихийная выборка составила 208 человек с ограничениями, характерными для данных онлайн-опросов с точки зрения их внешней (External validity), внутренней (Internal validity) и конструктной (Construct validity) валидности, где по последним двум она может быть даже выше, чем в оффлайн-опросе[4], что

[4] Девятко И.Ф. Онлайн-исследования и методология социальных наук: новые горизонты, новые (и не столь новые) трудности // Онлайн-исследования в России 2.0. – М.: РИЦ «Северо-Восток», 2010. – С. 18.

совершенно оправдано в подобных исследованиях. Были опрошены респонденты с основным признаком – спортсмены, занимающиеся различными видами спорта, отобранные в случайном порядке.

Представляются необходимыми дальнейшие исследования, выполненные на вариативных в социально-демографическом плане выборках. В то же время исследования ожиданий вследствие их субъективности ближе к качественной социологии, что значительно смягчает требования к выборке. Данный онлайн-опрос по своим характеристикам ближе к формализованному интервью, преследующему цели качественного исследования ожиданий с дальнейшим социологическим анализом полученных данных.

Анкета состояла из 30 вопросов. В опросе приняли участие респонденты разных возрастных категорий. Наибольшая доля опрошенных пришлась на возраст 17-20 лет – 47,1%, когда респонденты уже обладают сформированным опытом в спортивной сфере. От 21 и старше – 27,4%, от 13 до 16 лет – 25,5%. Большинство респондентов являются жителями Московской области (53,4%) и Москвы (32,2%), а также других городов (14,4%).

Результаты исследования

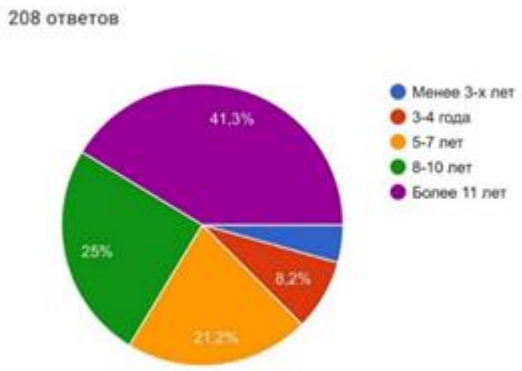

Рисунок 1 – Сколько лет вы в спорте?

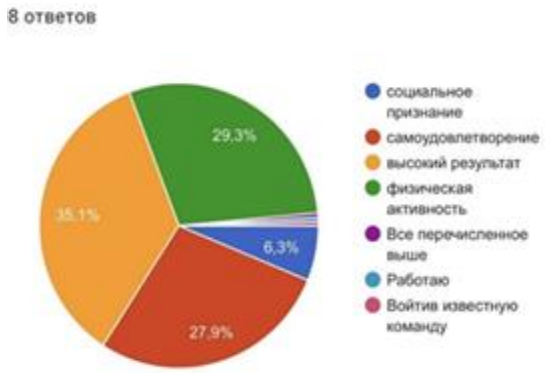

Рисунок 2 – Каковы ваши ожидания от спортивной деятельности?

На вопрос «Сколько лет Вы в спорте?» (см.: Рис. 1) респонденты ответили следующим образом. Большинство (41,3%) занимаются спортом более 11 лет и 25% опрошенных – 8-10 лет, что говорит о более осознанном подходе к рассматриваемому опросу и наличии весьма широкого кругозора и жизненного опыта. Также стаж спортсменов влияет на формирование более адекватных ожиданий, что в дальнейшем положительно отразится на их мотивации.

Вместе с тем у каждого человека свои ожидания от спортивной деятельности

(см.: Рис. 2). Ожидания от спортивной деятельности – это фактор мотивации. Для большинства (35,1%) спортсменов в приоритете высокий результат – это говорит о том, что для них важно самосовершенствоваться в спорте, что означает направленность на себя. Физическая активность является ожиданием у 29,3%. Самоудовлетворение – у 27,9%, то есть для многих в приоритете личные ожидания. Популярным ответом также является социальное признание (6,3%). В зависимости от характера ожиданий у спортсменов формируется мотивация. На их мотивацию оказывает большое влияние тренер, родители и т.д. Тренер играет значительную роль в развитии спортсмена, поэтому его ожидания влияют на спортсмена и на его настроенность на предстоящие соревнования (см.: Рис. 3).

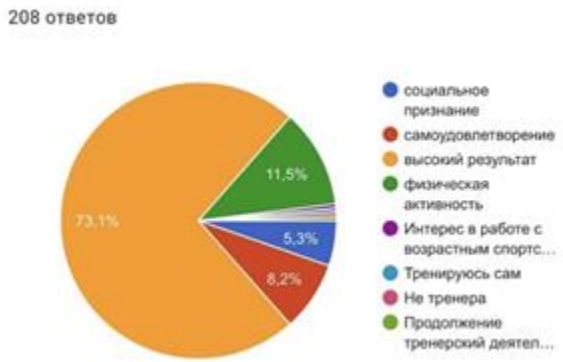

Рисунок 3 – Каковы ожидания от вашей спортивной деятельности вашего тренера?

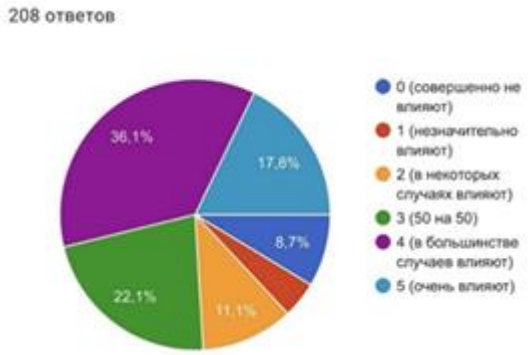

Рисунок 4 – Как сильно влияют на вас ожидания тренера?

Большинство опрошенных спортсменов считают, что тренер ожидает от них высокого результата (73,1%), что мотивирует спортсмена на большие достижения, однако может привести к завышенным ожиданиям перед стартом и их несовпадением с реальностью, что, в свою очередь, может отрицательно сказаться на мотивации в дальнейшем. Вместе с тем существенная часть опрошенных думают, что для тренера важна их физическая активность (11,5%), их самоудовлетворение (8,2%) и социальное признание (5,3%). Возможно, что результатом такой оценки могут являться наставления тренера перед соревнованиями и на тренировках именно на улучшение результата. Данные наставления перед стартом отражаются на мотивации спортсмена и на формировании его личных ожиданий.

Однако не для всех спортсменов одинаково важны ожидания тренера (см.: Рис. 4). Как показывает опрос, больше половины (53,9%) опрошенных спортсменов (в большинстве случаев –

36,1% и очень влияют – 17,8%) считают, что ожидания тренера существенно влияют на их мотивацию. Это говорит о том, что тренер играет важную роль в жизни и успехе/неудаче спортсмена, что является одним из видов социальных ожиданий. Однако 46,1% опрошенных заявляют, что ожидания тренера особенно их не волнуют, из чего можно сделать вывод, что для некоторых спортсменов в приоритете личные ожидания, и мотивация в большей степени формируется из них. Однако тренер может являться положительным примером, наставником, поэтому спортсмену стоит прислушиваться к его пожеланиям не только перед самим стартом, но и в процессе тренировочной деятельности, отчего ожидания от предстоящих соревнований могут меняться и сказываться на мотивации спортсмена.

При этом сформированные ожидания из-за влияния многих факторов, в том числе и ожиданий тренера, не всегда могут совпадать с реальностью (см.: Рис. 5).

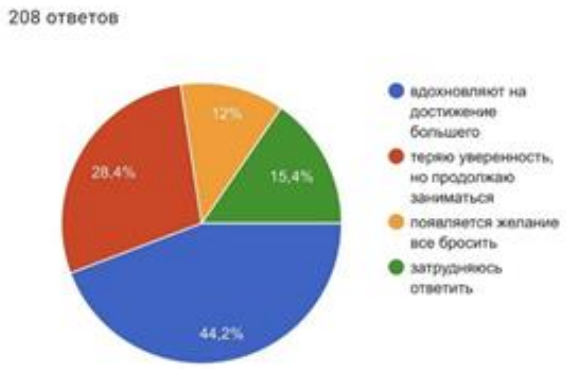

Рисунок 5 – Какое влияние оказывает на вас НЕСОВПАДЕНИЕ ожидаемого результата с реальностью?

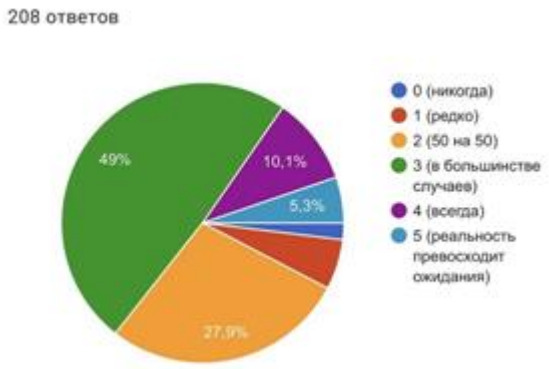

Рисунок 6 – часто ли ваши ожидания перед стартом становятся реальностью?

Почти половина спортсменов (44,2%) заявляют, что несовпадение ожидаемого результата с реальностью настраивает их на работу над собой и дальнейшие тренировки, что говорит о стойкости спортсменов перед неудачами и сложностями. Однако большое число опрошенных (28,4%) теряют уверенность в себе. У (15,4%) возникает желание уйти из спорта. Из этого можно сделать вывод, что спортсмены делятся на два лагеря: одних трудности вдохновляют на достижение большего результата, и в этом случае из-за нереализованных ожиданий их мотивация не страдает, другим не хватает мотивации продолжать заниматься спортом из-за неудач.

Здесь важно обратить внимание на то, как часто происходит несовпадение ожидаемого результата с реальностью (см.: Рис. 6). 49% ответили, что в большинстве случаев их ожидания становятся реальностью. Это говорит о влиянии таких факторов как адекватная оценка

своих возможностей, хорошая физическая и психологическая подготовка спортсмена, влияние социального окружения (тренер, родители) и мотивация. 27,9% отвечают, что иногда ожидания становятся реальностью, возможно, что результатом такой оценки могут являться трудности, которые испытывает спортсмен в процессе подготовки к соревнованиям, и может завышать или занижать свои ожидания, что позже не всегда положительно сказывается на мотивации. Интересно, что у 15,4% наблюдается положительное развитие мотивации – ожидания всегда (10,1%) становятся реальностью, а у 5,3% реальность превосходит ожидания.

Также необходимо выяснить, как влияют на спортсменов завышенные ожидания (см.: Рис. 7).

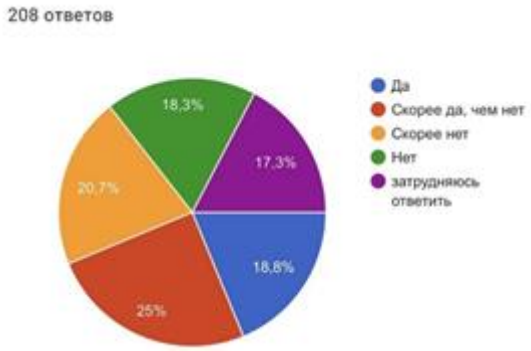

Рисунок 7 – Положительно ли на вас влияют завышенные ожидания?

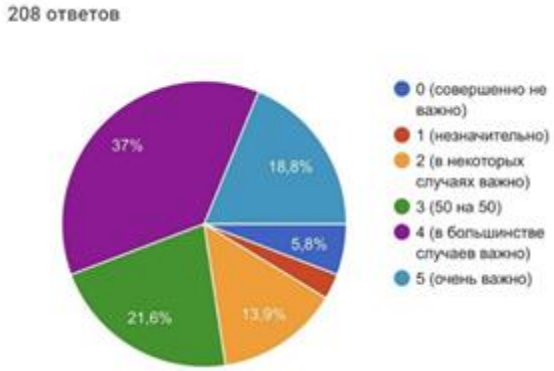

Рисунок 8 – Для вас важно совпадение личных ожиданий с реальностью на соревнованиях?

43,8% опрошенных отмечают, что завышенные ожидания положительно влияют на них, то есть спортсмены мотивируют себя на достижение лучших результатов. Но 39% спортсменов считают, что завышенные ожидания не несут в себе ничего положительного, и из-за них может страдать мотивация. Однако стоит отметить, что совпадение личных ожиданий с реальностью значительно лучше влияют на мотивацию спортсменов.

Исходя из этого возникает вопрос, насколько важно для спортсмена совпадение ЛИЧНЫХ ожиданий с реальностью (см. Рис.: 8). Большинство участников опроса (55,8%) ответили, что совпадение личных ожиданий с реальностью на соревнованиях играет большую роль в их спортивной жизни, это говорит о том, что спортсмен настроен на реализацию своих личных ожиданий. Данное положение напрямую связано с мотивацией, так как личные ожидания в большей степени отражают состояние спортсменов перед стартом. Но 44,2% опрошенных отметили, что превращение в реальность личных ожиданий не

играет важной роли. Возможно, что результатом такой оценки могут являться социальные ожидания, не менее важные, так как от своего социального окружения спортсмен получает эмоциональную подпитку, положительную энергию своих болельщиков и обретает «спортивную злость» благодаря соперникам. То есть *социальные ожидания практически с одинаковой силой наряду и в сравнении с личными ожиданиями влияют на мотивацию спортсмена*.

Говоря о личных ожиданиях, нельзя упускать важность для спортсмена совпадения социальных ожиданий с реальностью (см.: Рис. 9).

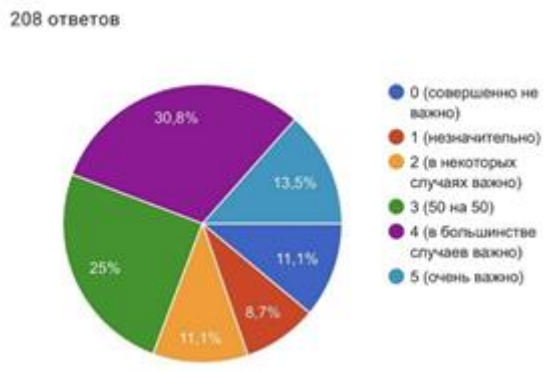

Рисунок 9 – Для вас важны совпадения социальных ожиданий (тренера, родителей и т.п.) с реальностью на соревнованиях?

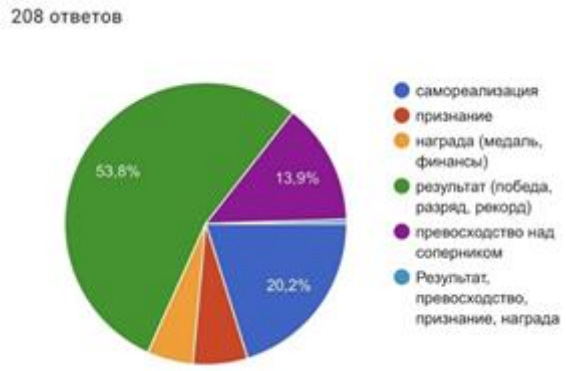

Рисунок 10 – Какие ожидания от соревнований для вас важнее?

Для 44,3% совпадение социальных ожиданий с реальностью на соревнованиях играет значительную роль, что указывает на то, что социальное окружение и его ожидания влияют на мотивацию спортсмена перед стартом. Но большинство опрошенных (55,7%) говорят о том, что социальные ожидания не всегда волнуют спортсменов перед стартом, возможно, это связано с тем, что окружению трудно адекватно оценить состояние и возможности спортсмена на соревнованиях. Из чего можно сделать вывод, что мотивация складывается из многих факторов и зависит от личного восприятия этих факторов. Однако как личные, так и социальные ожидания могут быть различными: кто-то настроен на социальное признание, кто-то на результат и т.д.

Рассмотрим, какие ожидания от соревнований у спортсменов в приоритете (см.: Рис. 10). Основное ожидание для опрошенных спортсменов (53,8%) – результат. Из этого следует, что ожидание победы, рекорда или присвоение нового разряда – т.е. оформление ожиданий в символ совпадения результата с ожиданием – формализация и фиксация совпадения в общепринятом числовом измерении (кг, сек., км/ч и т.п.), и только затем (разряд, кубок, медаль и т.п.) мо-

тивируют спортсменов больше всего. Ожидая высокого результата, спортсмены могут столкнуться с переоценкой своих ожиданий, на что может влиять окружение, психоэмоциональное состояние спортсмена. Однако также выделяются ожидания, связанные с самореализацией (20,2%) и превосходством над соперником (13,9%). Возможно, что результатом такой оценки является желание выделиться, проявить себя, что отражается на мотивации по-разному: кто-то теряет интерес, кто-то мотивируется ещё сильнее.

Но также важно понять, какое влияние оказывают на спортсмена нереализованные личные завышенные ожидания (см.: Рис. 11).

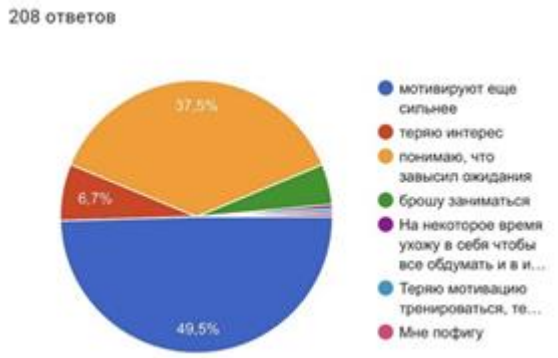

Рисунок 11 – Как отражаются на вас нереализованные личные завышенные ожидания результата соревнований?

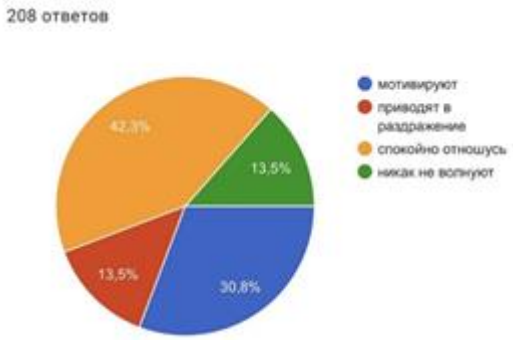

Рисунок 12 – Как отражаются на вас социальные завышенные ожидания (тренера, родителей и т.п.) от результата соревнования?

Большинство опрошенных (49,5%) отметили, что нереализованные завышенные ожидания мотивируют на достижение большего результата. Многие спортсмены (37,5%) понимают, что завысили его, но не сдаются, а идут дальше, что свидетельствует о том, что большинство (87,0%) адекватно реагируют на несоответствие ожиданий с реальностью. Адекватные ожидания усиливают мотивацию спортсмена, так как совпадение ожиданий с реальностью является самым важным фактором в спортивной жизни человека.

Но и у социального окружения могут формироваться завышенные ожидания в отношении выступления на соревнованиях и влиять на мотивацию спортсмена (см.: Рис. 12). 42,3% опрошенных спокойно относятся к социальным завышенным ожиданиям и 13,5% спортсменов они никак не волнуют. То есть для этих спортсменов важнее их личные ожидания. 30,8% опрошенных мотивируют завышенные социальные ожидания, что говорит о нормальной реакции спортсменов. 13,5% опрошенных отметили, что завышенные ожидания окружающих приводят их в раздражение, что говорит нам не только о сильном

влиянии социального окружения на спортсмена, но и отсутствии понимания первыми внутреннего напряжения спортсмена и огромной эмоциональной нагрузки от нереализованных ожиданий результата соревнований. Другими словами, при неудаче спортсмен рискует здоровьем, а окружение рискует получить негативные эмоции, что явно не является равнозначным риском.

Обобщая анализ личных и социальных ожиданий, можно прийти к выводу, что все ожидания в совокупности отражаются на психоэмоциональном состоянии спортсмена и на его мотивации. Особенно нереализованные ожидания влияют на устойчивость психики и стабильность мотивации в карьере спортсмена.

В ходе проведённого исследования было выявлено, что большинство опрошенных спортсменов (59,6%) не формируют завышенных ожиданий благодаря личным установкам и благоприятному воздействию социального окружения, которое играет важную роль в жизни спортсменов и формирует определённые ожидания. Поэтому в целом можно оценить уровень адекватного настроя спортсмена перед стартом как высокий, что положительно отразится на дальнейшей мотивации. Многие из спортсменов (44,2%) позитивно настроены на достижение успеха, и даже неоправданные ожидания положительно влияют на их мотивацию и настраивают спортсменов на дальнейшую работу.

Результаты проведённого исследования свидетельствуют о том, что личные ожидания играют ключевую роль в мотивации для 55,7% опрошенных, а социальные – для 44,3%. Это подтверждает, что в большинстве случаев спортсмен всё же настроен на свои ощущения и ожидания перед стартом, он может правильно оценить своё состояние и возможности. По итогам нашего опроса выяснилось, что в большинстве случаев у 64,4% спортсменов ожидания становятся реальностью и почти половина опрошенных заявляют о том, что практически никогда не завышают своих ожиданий. Однако 35% спортсменов на соревнованиях не всегда реализуют свои ожидания, но это не подрывает их мотивацию, а наоборот, заставляет двигаться дальше.

Также можно отметить реакцию спортсменов на социальные ожидания. Часто случается так, что ожидания окружающих могут быть завышены, но, к счастью, 55,8% опрошенных спокойно реагируют на существование этих ожиданий, и они незначительно влияют на мотивацию перед соревнованиями. Однако личные и социальные ожидания взаимосвязаны и могут влиять на мотивацию спортсменов как положительно, так и отрицательно.

В качестве положительного момента отметим, что для 32,3% опрошенных спортсменов спорт – это самореализация, а не способ заработка. То есть спортсменов мотивирует сам процесс занятия спортом и самосовершенствование. Но 30,3% спортсменов уверены, что спорт и бизнес взаимосвязаны.

Учитывая результаты проведённого исследования, в целях повышения уровня мотивации среди спортсменов считаем, что необходимо:

- уделять большое внимание влиянию социального окружения на спортсмена, так как в 50% случаев именно у социального окружения возникают завышенные ожидания от выступления спортсмена;
- формировать у спортсмена адекватную самооценку, что в дальнейшем поможет ему правильно оценить себя и свои силы на соревнованиях;
- стимулировать формирование ожиданий спортсменов, соответствующих реальности, различными способами (выезд на сборы, поездки на соревнования различного уровня).

Список литературы

1. **Берилова Е.И., Босенко Ю.М., Распопова А.С.** Особенности взаимосвязи перфекционизма и личностной зрелости у спортсменов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2020. – №. 8 (186). – С. 340-343.
2. **Босенко Ю.М., Распопова А.С.** Взаимосвязь перфекционизма и психической устойчивости спортсменов // Рудиковские чтения: материалы XIII Международной научно-практической конференции психологов физической культуры и спорта (11-12 мая 2017 г.) / под общей ред. Ю.В. Байковского, А.В. Вощинина. – М.: РГУФКСМиТ, 2017. – С. 116-120.
3. **Воронкина Л.В.** Исследование самооценки спортсменов в связи с постановкой ближайших и перспективных соревновательных результатов // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения. – 2016. – №. 50-2. – С. 103-107.
4. **Горская Г.Б.** Мотивационная регуляция деятельности спортсменов в спорте высших достижений: теория и практика реализации // Вестник Псковского государственного университета. Серия: Психолого-педагогические науки. – 2017. – №. 5. – С. 27-39.
5. **Горская Г.Б.** Мотивационный климат как психологический регулятор деятельности спортсменов // Физическая культура, спорт, наука и практика. – 2016. – №. 4. – С. 85-91.
6. **Ильинский С.В.** Особенности мотивации спортсменов в различных видах спорта // Вестник Самарской гуманитарной академии. Серия: Психология. – 2013. – №. 1. – С. 75-84.
7. **Мельников В.М., Юров И.А.** Экспериментальное исследование тревоги у спортсменов в зависимости от мотивации (закон Йеркса-Додсона в спорте) // Спортивный психолог. – 2016. – №. 2. – С. 70-74.
8. **Попова М.В.** Из опыта психологического сопровождения формирования психической готовности к соревнованию спортсменов, занимающихся мас-рестлингом // Актуальные вопросы развития и научно-методического обеспечения национальных видов спорта и народных игр Республики Саха (Якутия). – 2017. – С. 278-282.
9. **Стоянов А.С., Адаева Е.С.** Ожидания как фактор потребительской лояльности к фармацевтическому препарату: бренд vs дженерик (на примере ибупрофена) // Социальные аспекты здоровья населения [сетевое издание]. – 2021. – № 67(4). С. 14. – URL: file:///C:/Users/123/Downloads/ozhidaniya-kak-faktor-potrebitelskoy-loyalnosti-k-farmatsevticheskomu-preparatu-brend-vs-dzhenerik-na-primere-ibuprofena.pdf.
DOI: 10.21045/2071-5021-2021-67-4-14
10. **Стоянов А.С., Пеканова Е.А.** Гастрономические ожидания курсантов Академии гражданской защиты

МЧС России // Вестник Сургутского государственного педагогического университета. – 2021. – № 2. – С. 135–148. DOI 10.26105/SSPU.2021.71.2.012

11. Царегородцев И.И. Мотивация спортсменов в ходе тренировочного процесса // Современные спортивные технологии. (Актуальные вопросы подготовки спортивного резерва). – 2018. – С. 237-243.

12. Чернявская Я.Ю. Возрастные особенности взаимосвязи перфекционизма и личностных свойств у гимнасток // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации. – 2016. – Т. 1. – №. 1. – С. 243-246.

13. Чухрова М.Г. Чухров А.С., Пронин С.В., Тошмирзаева Г.Э.К. Самооценка и самоотношение как факторы, формирующие мотивацию спортивной деятельности при аддикции упражнений // Материалы Всероссийской научно-практической конференции «Наука и социум». – Автономная некоммерческая организация дополнительного профессионального образования «Сибирский институт практической психологии, педагогики и социальной работы». – 2018. – С. 204-220.

14. Эргашев К.Т. Мотивация спортивной деятельности // Вестник филиала федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Российский государственный социальный университет» в г. Ош Киргизской Республики. – 2019. – №. 2. – С. 92-96.

References

1. Berilova Ye.I., Bosenko YU.M., Raspopova A.S. Osobennosti vzaimosvyazi perfektsionizma i lichnostnoy zrelosti u sportsmenov // Uchenyye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta. – 2020. – №. 8 (186). – S. 340-343.

2. Bosenko YU.M., Raspopova A.S. Vzaimosvyaz' perfektsionizma i psikhicheskoy ustoychivosti sportsmenov // Rudikovskiye chteniya: materialy XIII Mezhdunarodnoy nauchno-prakticheskoy konferentsii psikhologov fizicheskoy kul'tury i sporta (11-12 maya 2017 g.) / pod obshchey red. YU.V. Baykovskogo, A.V. Voshchinina. – M.: RGUFKSMiT, 2017. – S. 116-120.

3. Voronkina L.V. Issledovaniye samootsenki sportsmenov v svyazi s postanovkoy blizhayshikh i perspektivnykh sorevnovatel'nykh rezul'tatov // Psikhologiya i pedagogika: metodika i problemy prakticheskogo primeneniya. – 2016. – №. 50-2. – S. 103-107.

4. Gorskaya G.B. Motivatsionnaya regulyatsiya deyatel'nosti sportsmenov v sporte vysshikh dostizheniy: teoriya i praktika realizatsii // Vestnik Pskovskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Psikhologo-pedagogicheskiye nauki. – 2017. – №. 5. – S. 27-39.

5. Gorskaya G.B. Motivatsionnyy klimat kak psikhologicheskiy regulyator deyatel'nosti sportsmenov // Fizicheskaya kul'tura, sport, nauka i praktika. – 2016. – №. 4. – S. 85-91.

6. Il'inskiy S.V. Osobennosti motivatsii sportsmenov v razlichnykh vidakh sporta // Vestnik Samarskoy gumanitarnoy akademii. Seriya: Psikhologiya. – 2013. – №. 1. – S. 75-84.

7. Mel'nikov V.M., Yurov I.A. Eksperimental'noye issledovaniye trevogi u sportsmenov v zavisimosti ot motivatsii (zakon Yyerksa-Dodsona v sporte) // Sportivnyy psikholog. – 2016. – №. 2. – S. 70-74.

8. Popova M.V. Iz opyta psikhologicheskogo soprovozhdeniya formirovaniya psikhicheskoy gotovnosti k sorevnovaniyu sportsmenov, zanimayushchikhsya mas-restlingom // Aktual'nyye voprosy razvitiya i nauchno-metodicheskogo obespecheniya natsional'nykh vidov sporta i narodnykh igr Respubliki Sakha (Yakutiya). – 2017. – S. 278-282.

9. Stoyanov A.S., Adayeva Ye.S. Ozhidaniya kak faktor potrebitel'skoy loyal'nosti k farmatsevticheskomu preparatu: brend vs dzhenerik (na primere ibuprofena) // Sotsial'nyye aspekty zdorov'ya naseleniya [setevoye izdaniye]. – 2021. – № 67(4). S. 14. – URL: file:///C:/Users/123/Downloads/ozhidaniya-kak-faktor-potrebitelskoy-loyalnosti-k-farmatsevticheskomu-preparatu-brend-vs-dzhenerik-na-primere-ibuprofena.pdf.

DOI: 10.21045/2071-5021-2021-67-4-14

10.Stoyanov A.S., Pekanova Ye.A. Gastronomicheskiye ozhidaniya kursantov Akademii grazhdanskoy zashchity MCHS Rossii // Vestnik Surgutskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta. – 2021. – № 2. – S. 135–148. DOI 10.26105/SSPU.2021.71.2.012

11.Tsaregorodtsev I.I. Motivatsiya sportsmenov v khode trenirovochnogo protsessa // Sovremennyye sportivnyye tekhnologii. (Aktual'nyye voprosy podgotovki sportivnogo rezerva). – 2018. – S. 237-243.

12.Chernyavskaya Ya.Yu. Vozrastnyye osobennosti vzaimosvyazi perfektsionizma i lichnostnykh svoystv u gimnastok // Resursy konkurentosposobnosti sportsmenov: teoriya i praktika realizatsii. – 2016. – T. 1. – №. 1. – S. 243-246.

13.Chukhrova M.G. Chukhrov A.S., Pronin S.V., Toshmirzayeva G.E.K. Samootsenka i samootnosheniye kak faktory, formiruyushchiye motivatsiyu sportivnoy deyatel'nosti pri addiktsii uprazhneniy // Materialy Vserossiyskoy nauchno-prakticheskoy konferentsii «Nauka i sotsium». – Avtonomnaya nekommercheskaya organizatsiya dopolnitel'nogo professional'nogo obrazovaniya «Sibirskiy institut prakticheskoy psikhologii, pedagogiki i sotsial'noy raboty». – 2018. – S. 204-220.

14.Ergashev K.T. Motivatsiya sportivnoy deyatel'nosti // Vestnik filiala federal'nogo gosudarstvennogo byudzhetnogo obrazovatel'nogo uchrezhdeniya vysshego obrazovaniya «Rossiyskiy gosudarstvennyy sotsial'nyy universitet» v g. Osh Kirgizskoy Respubliki. – 2019. – №. 2. – S. 92-96.

Для ссылки: **Стоянов А.С., Спицына К.Г.** Ожидания как фактор мотивации спортсмена // Гуманитарные исследования Центральной России. – 2022. – №1 (22). – С. 86-97.

DOI 10.24412/2541-9056-2022-122-86-97