

от 31 марта 2015 г. № 385 ч. 1 п. 10 : с изм. от 26.07.2016 г. Приказ МВД России № 419.

2. Примерная программа профессионального обучения (профессиональной подготовки) лиц рядового и младшего начальствующего состава, впервые принимаемых на службу в органы внутренних дел (на базе общего среднего и (или) среднего профессионального (неюридического) образования) по профессии «Полицейский», утвержденная ДГСК МВД России 24 декабря 2013 г.

3. Рабочая программа профессионального обучения (профессиональной подготовки) лиц рядового и младшего начальствующего состава, впервые принимаемых на службу в органы внутренних дел (на базе общего среднего и (или) среднего профессионального (неюридического) образования) по профессии «Полицейский», утвержденная научным советом Санкт-Петербургского университета МВД России, протокол № 1 от 30 сентября 2014 г.

**УДК 377.6; 378**

*Э. Луне, И. Звирбулис  
E. Lipe, I. Zvirbulis*

*Колледж государственной полиции Латвии*

## **СПОРТИВНАЯ МОТИВАЦИЯ КАДЕТОВ И СТИЛЬ ЛИДЕРСТВА ПЕДАГОГОВ КОЛЛЕДЖА ГОСУДАРСТВЕННОЙ ПОЛИЦИИ ЛАТВИИ**

### **SPORTS MOTIVATION OF CADETS AND STYLE OF LEADERSHIP OF TRAINERS OF STATE POLICE COLLEGE OF LATVIA**

***Аннотация.** В данной статье с помощью теории самодетерминации сделана попытка выяснить причины, по которым кадеты Колледжа государственной полиции Латвии занимаются физической активностью, а также как трансформационное лидерство тренера косвенно оказывает влияние на спортивные достижения посредством внутренней мотивации.*

***Summary.** In this article Self-determination theory can be utilized to help understand why cadets of State Police College of Latvia engage in physical activity and if they intend to exercise in the future. Also which transformational leadership of trainers affects sports performance indirectly, through the mediating effects of intrinsic motivation.*

***Ключевые слова:** самодетерминация, спортивная мотивация, трансформационное лидерство тренера.*

***Keywords:** self-determination, sports motivation, transformational leadership of trainer.*

Для большинства работников полиции исполнение служебных обязанностей связано с повышенными факторами риска. Нередко только хорошая физи-

ческая подготовка, владение специальными приемами борьбы, молниеносная и адекватная реакция в нестандартной ситуации способствуют задержанию правонарушителей, а также оберегают сотрудников полиции от получения угрожающих здоровью или жизни телесных повреждений.

Первый шаг на пути в карьере сотрудника полиции в Латвии – это поступление в Колледж государственной полиции на программу профессионального образования «Работа полиции». В течение года ученик осваивает основы работы полиции и может продолжить службу в подразделениях полиции правопорядка.

Первым экзаменом при поступлении в Колледж государственной полиции для абитуриентов является тест на уровень физической подготовки, во время которого проверяются основные физические качества – сила, скорость и выносливость. Проанализировав результаты тестов физической подготовки, можно сделать вывод, что большое число рефлектантов физически не готово для службы в полиции (таблица 1).

Таблица 1

Год	Подали документы	Принимали участие в тестах физической подготовки	Успешно сдали тесты физической подготовки	Количество успешно сдавших тесты %
2012	282	237	167	70,5
2013	547	416	238	57,2
2014	536	480	280	58,3
2015	487	446	245	54,9
2016	601	502	249	49,6
<b>Итого:</b>	<b>2453</b>	<b>2081</b>	<b>1179</b>	<b>58,1</b>

Положительно оценивается тот факт, что каждый год возрастает число лиц, которые хотят связать свою жизнь со службой в полиции, но также наблюдается и негативная тенденция: количество лиц, успешно сдавших физические тесты, уменьшается каждый год – с 70,5 % в 2012 году до 49,6 % в 2016 году. Таким образом, в этом году больше половины не выдержали экзамены по физической подготовке, несмотря на то, что требования Кабинета министров, на основе которых оценивается физическая подготовка поступающих, с 2013 года были снижены.

Лица, которые поступили в Колледж государственной полиции, в основном недавно окончили среднюю школу и не всегда осознают роль физической и специальной подготовки в работе полиции, особенно если занятиям спорта в средней школе уделялось минимальное внимание. Таким образом, в процессе обучения кадетов важную роль занимает развитие уверенности в том, что необходимо себя совершенствовать как в физическом, так и психологическом ас-

пектах. Во время учебного процесса, консультаций, тренировок и соревнований педагоги должны развивать мотивацию кадетов заниматься спортом и физически себя совершенствовать, развивая личные качества, что обеспечило бы соответствующую требованиям подготовку работников полиции. Это, конечно, не легкий процесс и зависит от профессионализма, стиля работы педагога, а также от других педагогических и психологических факторов.

Цель этой статьи заключается в том, чтобы синтезировать исследование, относящееся к студентам и их физической активности, с целью идентификации стратегий, которые обладают потенциалом повысить интерес к занятиям по физической подготовке, а также проверить модель, в которой трансформационное лидерство тренера косвенно оказывает влияние на спортивные достижения посредством внутренней мотивации, то есть внутренняя мотивация исследуется в определенном межличностном контексте стратегии трансформационного влияния.

Теория самодетерминации (англ. Self-Determination Theory) служит основой для исследования мотивов для занятия физической активностью. Деси и Райан [1] разработали теорию самодетерминации для того, чтобы исследовать, как различные виды мотивации ведут к различной степени самодетерминации. Внутренняя и внешняя мотивация создают континуум, который различает личную самодетерминацию [2, 3, с. 142–169]. Наряду с этим континуумом одной из крайностей является отсутствие мотивации заниматься, другой же крайностью является внутренняя мотивация – мотивация заниматься для себя или для удовольствия, которое получают от занятий. Уровень внешней мотивации находится между отсутствием мотивации и внутренней мотивацией.

Внутренняя мотивация – высший уровень самодетерминации. Для того чтобы быть внутренне мотивированным, человек должен находить физическую активность интересной или доставляющей удовольствие [1; 4, с. 227–268; 3, с. 142–169]. Индивиды, которые занимаются для получения удовольствия от физической активности, – это те, которые мотивированы внутренне. Им нравится доводить себя до предела своих физических возможностей. Внутренне мотивированные индивиды делают упражнения не для достижения результатов. Скорее всего, занятия физической активностью являются их самоцелью.

Внешняя мотивация по своей природе имеет много аспектов и подразделяется на четыре типа или уровня регуляции: внешняя регуляция, интроецированная регуляция, идентифицированная регуляция и интегрированная регуляция. Внешняя регуляция находится в самом низу континуума, близкого к мотивации. На этом уровне регуляции, мотивация появляется исключительно из-за поощрения или стремления избежать наказания. На следующем уровне, уровне интроецированной мотивации, действие более интернализованное, но все пока связано с внешними причинами. Действие становится значимым, но индивид

делает его из-за вины или обязанности, а не по собственному выбору и желанию [1].

Идентифицированная регуляция возникает тогда, когда индивиды сами выбирают и решают принять участие в физической активности, так как начинают понимать ее значение и чувствуют, что она важна. Индивиды, которые попадают в эту категорию, занимаются потому, что они ценят пользу от активности. На этом уровне индивид приближается к тому, чтобы стать более самостоятельным и приближается к автономному уровню [5, с. 1–23; 4, с. 227–268]. Высшая форма внешней мотивации и более близкая к внутренней мотивации – это интегрированная регуляция. Обе очень похожи, но индивиды, которые занимаются физической активностью на уровне интегрированной регуляции, не делают это во имя активности, а вместо этого, регулируют свою активность так, чтобы достичь результата, например улучшить или приобрести физическую форму.

Внешняя мотивация помогает понять причины, по которым люди добровольно занимаются физической активностью без какого-либо видимого удовольствия [6, с. 30–43]. Этот континуум показывает, как индивид может чувствовать себя достаточно самостоятельным при выполнении упражнений, но он внешне мотивирован выполнять их с целью улучшить внешний вид, обрести физическую форму или потерять вес [7, с. 349–362]. Таблица 2 иллюстрирует континуум самодетерминации, как индивид прогрессирует от отсутствия мотивации к внутренней мотивации посредством внешней мотивации [5, с. 1–23; 4, с. 227–268] (таблица 2).

Таблица 2 – Континуум самодетерминации

Регулирование поведения при выполнении упражнения					
Отсутствие мотивации	Внешняя мотивация				Внутренняя мотивация
	Внешняя регуляция	Интроецированная регуляция	Идентифицированная регуляция	Интегрированная регуляция	
недостаточно мотивации или нет мотивации пытаться выполнить	контролируют поощрением или угрозами	уклонение от вины или чтобы угождать другим	мотивация на результат и успех – действие по выбору	оценивает активность по отношению к цели	принимает участие для удовольствия и ради самой активности

По тому, как индивид продвигается по континууму к высшему уровню самодетерминации и внутренней мотивации, Е. Деси и Р. Райан [1] определили три важных психологических потребности, которые способствуют более интернализированным формам самодетерминации [5, с. 1–23; 2; 4, с. 227–268]. Этими

потребностями являются автономность или независимость, компетентность и связанность.

Автономность – это независимость самостоятельно выбирать форму поведения или физическую активность [8, с. 68–84]. Мотивы независимой физической активности – это причины, по которым индивиды принимают участие в повышенной физической активности [7, с. 349–362, 9, с. 477–489, 10, с. 81–91]. Индивиды должны чувствовать, что контролируют они, а не их.

Компетентность – это вера в то, что человек способен достичь или получить желаемый результат [11, с. 267–276]. Индивиды должны воспринимать свои действия с точки зрения самодетерминации (автономии) для того, чтобы повлиять на компетентность и интернализировать мотивацию.

П. Уилсон [10, с. 81–91] обнаружил, что регуляция упражнений отличается между мотивационными выводами мужчин и женщин в колледже. У женщин интроецированная регуляция сильнее, чем у мужчин. Однако, идентифицированная регуляция была признана самым важным показателем активности среди обоих полов. Это исследование не противоречит предыдущим, которые представили доказательства, что регуляции активности могут различаться в показателях мотивационных выводов как для мужчин, так и для женщин [12, с. 124–146; 9, с. 477–489].

Теорию трансформационного лидерства создал Б. Басс [13] и привлек значительное внимание к ней [13]. Трансформационным лидерам присущи определенные качества, такие как приверженность идеалам, поведение как пример, забота о каждом подчиненном. Также они вдохновляют последователей, формулируя перспективы и ставя цели, стимулируя их интеллектуально думать о проблемах, используя для их решения инновации. Исследование показало, что трансформационное лидерство ассоциируется с повышенным исполнением в различных условиях труда, таких как морские силы [14, с. 975–995] и в командах кадетов Воздушных сил [15, с. 171–184].

На данный момент модель трансформационного лидерства вызвала интерес организаций, использование этой модели получило бы более широкое распространение при возможности использования ее и в других областях. Ведется полемика о значимости трансформационного лидерства в области спорта [16].

П. Челладурай и С. Салех [17, с. 34–45] показали, что социальная поддержка тренеров, направленная на повышение уровня благосостояния спортсменов (что перекликается с индивидуализированным восприятием), предопределяла производительность и результативность.

Есть несколько причин говорить о связи между трансформационным лидерством и внутренней мотивацией. Р. Руан, В. Мимс и Р. Костнер [18, с. 736–750] предположили, что контролирующий аспект посредством награды снижает внутреннюю мотивацию. Однако результаты исследований показывают, что

стиль лидерства, который является поддерживающим и способствует автономности, который перекликается с трансформационным лидерством, повышает внутреннюю мотивацию [19, с. 133–148; 20, с. 707–721].

Ученые всего мира осознают проблему недостатка физической активности среди молодых людей. В Эстонии ученые [21, с. 5–19] изучали намерение быть физически активными после окончания высшей школы и отношение к внутренней мотивации. Они выяснили, что намерения студентов высшей школы быть активными, мотивация испытать азарт, достичь результатов, были предвестниками физической активности. Эта информация может помочь практикам, преподающим физическую культуру, структурировать урок так, чтобы способствовать автономной мотивации для физической активности на протяжении всей жизни [21, с. 5–19].

### **Список основных источников**

1. Deci, E. L., & Ryan, R. M. Intrinsic motivation and self-determination in human behavior / E. L. Deci, R. M. Ryan. – New York : Plenum, 1985.
2. Carron, A. V. The psychology of physical activity / A. V. Carron, H. A. Hausenblas, P. A. Estabrooks. – St. Louis, MO : McGraw-Hill, 2003.
3. Vallerand, R. J. An integrative analysis of intrinsic and Extrinsic motivation in sport / R. J. Vallerand, G. F. Losier // Journal of Applied Sport Psychology. – 11. – 1999.
4. Deci, E. L. The ‘what’ and ‘why’ of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior / E. L. Deci, R. M. Ryan // Psychological Inquiry. – 11. – 2000.
5. Biddle, S. J. H. Motivation and perceptions of control: Tracing its development and plotting its future in exercise and sport psychology / S. J. H. Biddle // Journal of Sport and Exercise Psychology. – 21. – 1999.
6. Wilson, P. M. The relationship between exercise motives and physical self-esteem in female exercise participants: An application of self-determination theory / P. M. Wilson, W. M. Rodgers // Journal of Applied Biobehavioral Research. – 7. – 2002.
7. Mullan, E. Variations in self-determination across the stages of change for exercise in adults / E. Mullan, D. Markland // Motivation and Emotion. – 21. – 1997. – P. 349–362.
8. Levesque, C. Autonomy and competence in German and American university students: A comparative study based on selfdetermination theory / C. Levesque [and etc.] // Journal of Educational Psychology. – 96. – 2004.
9. Ingledew, D. K. Exercise motives and stages of change / D. K. Ingledew, D. Markland, A. Medley // Journal of Health Psychology. – 3. – 1998.
10. Wilson, P. M. Relationships between exercise regulations and motivational consequences in university students / P. M. Wilson // Research Quarterly for Exercise and Sport. – 75. – 2004.
11. Ferrer-Caja, E. Predictors of intrinsic motivation among adolescent students in physical education / E. Ferrer-Caja, M. R. Weiss // Research Quarterly for Exercise and Sport. – 71. – 2000.
12. Frederick, C. Differences in motivation for sport and exercise and their relations with participation and mental health / C. Frederick, R. Ryan // Journal of Sport Behavior. – 16 (3). – 1993.

13. Bass, B. M. Leadership and performance beyond expectations / B. M. Bass. – New York, NY : Free Press, 1985.
14. Yammarino, F. J. Transformational leadership and multiple levels of analysis / B. M. Bass // Human Relations. – 43. – 1990.
15. Clover, W. H. Transformational leaders: Team performance, leadership ratings, and firsthand impressions / Eds. K. E. Clark, M. B. Clark // Measures of leadership. – West Orange, NJ: Leadership Library of America, Inc. – 1990. – P. 171–184.
16. Murray, M. C. Leadership effectiveness. / M. C. Murray, B. L. Mann ; In J. M. Williams (Ed.) // Applied sport psychology. – Mountain View, CA : Mayfield. – 1998. – P. 92–114.
17. Chelladurai, P. Dimensions of leader behavior in sports: Development of a leadership scale / P. Chelladurai, S. D. Saleh // Journal of Sport Psychology, 2. – 1980.
18. Ryan, R. M. Relation of reward contingency and interpersonal context to intrinsic motivation: A review and test using cognitive evaluation theory / R. M. Ryan, V. Mims, R. Koestner // Journal of Personality and Social Psychology. – 45. – 1983.
19. Kanungo, R. N. Ethical leadership in three dimensions / R. N. Kanungo, M. Mendonça // Journal of Human Values. – 4. – 1998.
20. Richer, S. F. Supervisors' interactional styles and subordinates' intrinsic and extrinsic motivation / S. F. Richer, R. J. Vallerand // Journal of Social Psychology. – 135. – 1995.
21. Hein, V. Intention to be physically active after school graduation and its relationship to three types of intrinsic motivation / V. Hein, M. Muur, A. Koka // European Physical Education Review. – 10. – 2004.

УДК 79-053.67

*P. B. Налобин  
R. V. Nalobin*

*Сибирский государственный университет  
физической культуры и спорта (Россия)*

**МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ  
ВОЕННОСЛУЖАЩИХ, ПРОХОДЯЩИХ  
ВОЕННУЮ СЛУЖБУ ПО ПРИЗЫВУ  
В ЗЕНИТНЫХ РАКЕТНЫХ ВОЙСКАХ  
ПРОТИВОВОЗДУШНОЙ ОБОРОНЫ (ПВО)**

**MORPHOLOGICAL AND FUNCTIONAL FEATURES  
OF MILITARY MEN, UNDERGOING MILITARY SERVICE  
IN THE AIR DEFENSE MISSILE FORCES**

*Аннотация. В статье представлены типологические особенности военнослужащих по призыву зенитных ракетных войск ПВО. Проведен сравнительный анализ уровня физической подготовленности военнослужащих и функционального состояния их кардиореспираторной системы при различных типах конституции.*