

## Uticaj motivacije na sport

Vrsta: Seminarski Ċ Broj strana: 19 Ċ Nivo: Visoka poslovna škola strukovnih studija, Leskovac

### UVOD

Motivacija je nesumnjivo jedno od centralnih pitanja psihologije sporta uopšte, a posebno vrhunskog. Motivacija je svakako jedna od najznačajnijih komponenti u strukturi ličnosti i zato se smatra važnijom od ostalih faktora za objašnjenje socijalnog ponašanja. Motivacija unutar psihološke nauke gotovo da predstavlja najsloženije područje, budući da motivacioni procesi uključuju niz ostalih psihičkih procesa. Motivacija ili psiholoska priprema u sportu je po misljenju stručnjaka još uvek nedovoljno istražena oblast, a konkretno u našoj zemlji, oblast koja je tek stidljivo zagrebanda po površini.

Da bi se neko bavio sportom, pored opšteg uslova da mora biti fizički sposoban, takođe je veoma važno da na psihološkom planu bude stabilna osoba.

Kao što je neophodno svakodnevno održavati fizičku kondiciju, isto tako sportistima je neophodno da u svakom trenutku obnavljaju i jačaju svoj motivacioni aspect.

U ovom izlaganju videćemo šta je to motivacija, da li je ona zaista toliko važna za uspeh jednog sportiste, koji su to faktori koji utiču na motivaciju i na koji način pronaći i oživeti tu unutrašnju snagu koja može učiniti da osoba koja se bavi sportom nadmaši svoje prave mogućnosti.

### 2. POJAM MOTIVACIJE

Motivacija potiče od latinske reci movere što znači pokretati.

Poznato je da je motivacija jedan o najjaćih pokretaća čoveka. Ako nema motivacije, ne postoji ni volja ni želja za određenom delatnošću. Ponekad motivacija može biti toliko jaka da čoveka drži aktivnim veoma dug vremenski period, i to ka jednom jedinom cilju, Međutim, ako nema motivacije, svaki cilj kome težimo može postati nedostižan.

Postoji mnogo definicija motivacije. Jedna od njih glasi:

„motivacija je psihićki proces koji pokreće organizam na aktivnost, usmerava aktivnost u određenom pravcu i reguliše vreme trajanja aktivnosti.“

#### 2.1. MOTIVACIJA I MOTIV

Reći „motiv“ i „motivacija“ su psihološkog porekla koji govore o unutrašnjim pokretaćkim snagama ljudskog ponašanja. To bi bilo zajednićko za jedan i za drugi pojam. Međutim postoje izvesne razlike između ovih pojmova. Tako se pod pojmom motiva podrazumeva unutrašnji ljudski faktor koji (kako kaže dr Vljako Petković u svojoj Sociologiji rada) pokreće, usmerava, održava i obustavlja ljudsku aktivnost. U uskoj vezi sa motivima je i motivacija. Pod motivacijom (kako kaže Nikola Rot u svojoj studiji Psihologija ličnosti) podrazumevamo proces svesnog pokretanja i usmeravanja aktivnosti čoveka radi postizanja određenog cilja. Svaki proces motivacije poćinje sa određenim potrebama i završava se nakon njihovog zadovoljenja. Međutim, stalno zadovoljavanje potreba može stimulisati čoveka da preterano stice poverenje u sebe, i tada praktićno motivi dominiraju nad njime i poćinju upravljati njime. No često se desava i obrnuto – neuspeh u zadovoljavanju motiva može da „razočara“ čoveka, da gubi poverenje u samog sebe, pasivizira se, postaje nemoćan i na kraju se predaje stihiji.

**----- OSTATAK TEKSTA NIJE PRIKAZAN. CEO RAD MOŹETE  
PREUZETI NA SAJTU. -----**

[www.maturskiradovi.net](http://www.maturskiradovi.net)

MOŽETE NAS KONTAKTIRATI NA E-MAIL: [maturskiradovi.net@gmail.com](mailto:maturskiradovi.net@gmail.com)