

УДК 159.9  
ББК 75.14.01  
С 32

Издательство «СПОРТ» –  
член Международной ассоциации издателей  
спортивной литературы (WSPA)

Художник А.Ю. Литвиненко

**Серова Л. К.**  
**С 32 Мотивация в спортивной деятельности.** Монография. – М.: Спорт, 2020. – 144 с. (Библиотечка спортивного врача и психолога)

ISBN 978-5-907225-38-1

В книге дано понятие мотива, мотивации, рассмотрены этапы многолетней подготовки спортсменов, раскрываются особенности мотивации спортсменов в каждом из этих этапов. Приводятся результаты научных исследований в этой области, даются рекомендации по коррекции и по повышению уровня мотивации у спортсменов.

Данное издание предназначено для юных и профессиональных спортсменов, тренеров, учителей школ, преподавателей вузов, школьных психологов и психологов сборных команд по различным видам спорта.

**УДК 159.9**  
**ББК 75.14.01**

**ISBN 978-5-907225-38-1**

© Серова Л. К., текст, 2020  
© Издательство «Спорт»,  
издание, 2020

## ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение .....	3
ГЛАВА 1. Понятие мотива, мотивации .....	4
ГЛАВА 2. Этапы многолетней подготовки спортсменов .....	11
ГЛАВА 3. Мотивация юных спортсменов на этапе предварительной подготовки .....	24
ГЛАВА 4. Мотивация на этапе начальной спортивной специализации .....	38
ГЛАВА 5. Мотивация подростков на этапе углубленной специализации .....	61
ГЛАВА 6. Мотивация спортсменов на этапе спортивного совершенствования .....	77
ГЛАВА 7. Мотивация спортсменов на этапе завершения спортивной карьеры .....	87
Заключение .....	99
Литература .....	100
Приложения .....	103