

1. Встановлені значущі психологічні якості і властивості, впливають на становлення спортивної майстерності баскетболістів. На різних етапах їх спортивного вдосконалення, що є важливими для кожної кваліфікаційної групи баскетболістів.

2. На різних етапах спортивного вдосконалення виявлені значущі психологічні якості і властивості достатньо відмінні, змушує планувати підготовку спортсменів з врахуванням проявів і особливостей основних психологічних параметрів, що забезпечують ефективність змагальної діяльності баскетболістів різної кваліфікації.

The data obtained in the process of conducting our experiments demonstrate the relevance of the experiment, the results of which gave the opportunity to define a set of the main psychological factors (on the level of psychic processes and personal characteristics), ensuring psychic stability and mobilized readiness under the extraordinary conditions in the sports activity, as well as on various stages of perfecting sporting skills.

MOTYWACJA SPORTOWA A LĘK NIEPEŁNOSPRAWNYCH SZERMIERZY

ANNA KUK

Akademia Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego w Warszawie

Cel badań i pytania badawcze

Kto nie dąży do rzeczy niemożliwych nigdy ich nie osiągnie ...

To przesłanie wydaje się niezmiernie aktualne w odniesieniu do życia osób niepełnosprawnych fizycznie. Osoby te w ostatnich latach "wyszły z cienia" (Nowicki, 1998). Coraz częściej realizują się w pracy, uprawiają sport na wysokim poziomie, żyją w zgodzie z sobą. Aimee Mullins - pomimo amputacji nóg poniżej kolan została mistrzynią Paraolimpiady w Atlancie '96, a także pracuje jako modelka (Ruggieri, 1999). Co wpływa na zachowanie ludzi sukcesu? Motywacja osiągnięć!

Proces motywacyjny to proces regulacji, sterujący czynnościami człowieka tak, aby doprowadziły one do wykonania określonego efektu (Reykowski, 1992). Motywację osiągnięć charakteryzują następujące cechy: stawianie sobie coraz wyższych wymagań, ujmowanie rzeczywistości w kategoriach sukces - niepowodzenie, staranie się o osiągnięcie i przekraczanie standardów.

Lęk jest grupą reakcji emocjonalnych na bodźce działające głównie z wewnątrz organizmu, o przykrym i uporczywym zabarwieniu. Lęk jako stan jest rozumiany przez Spielberga jako zmienny stan emocjonalny, charakteryzujący się przeżywaniem napięcia. Natomiast lęk jako cecha, wg Spielberga, to względnie stała skłonność do przeżywania stanów lękowych (Siek, 1983).

Poszukiwano odpowiedzi na następujące pytania badawcze:

1. Jaki jest poziom motywacji sportowej wśród badanych szermierzy na wózkach?
2. Czy istnieją różnice w nasileniu motywacji osiągnięć w grupach zawodników o zróżnicowanym stażu sportowym?
3. Czy istnieją różnice między kobietami i mężczyznami w poziomie motywacji sportowej?
4. Jaki jest poziom lęku badanych osób niepełnosprawnych?
5. Czy istnieją związki między motywacją osiągnięć i lękiem osób niepełnosprawnych?

Osoby badane i techniki badawcze

Badaniami objęto 54 osoby niepełnosprawne fizycznie - paraplegików i tetraplegików uprawiających szermierkę na wózkach w tym 37 mężczyzn i 17 kobiet w wieku od 21 do 58 lat (średnia wieku to 30 lat). Zawodnicy trenują szermierkę na wózkach w Integracyjnym Klubie Sportowym w Warszawie. Średnia stażu zawodniczego wynosi 2 lata.

Do pomiaru motywacji sportowej wykorzystano Kwestionariusz Orientacji Sportowej D.L. Gill i T.F. Deetera (SOQ) oraz Kwestionariusz Percepcji Sukcesu G.C. Robertsa i G. Balague (KPS) w opracowaniu M. Krawczyńskiego (por. Gill, Deeter, 1988). W celu określenia lęku badanych posłużono się Inwentarzem Stanu i Cechy Lęku (STAI) Ch.D. Spielberga.

Kwestionariusz Orientacji Sportowej jest eksperymentalną wersją amerykańskiego narzędzia The Sport Orientation Questionnaire. Zawiera 25 stwierdzeń podzielonych na trzy podskale:

1. Współzawodniczenie - charakteryzuje motyw współzawodniczenia jako pragnienie działania i samo to działanie dla osiągnięcia sukcesu sportowego w sytuacjach stwarzających szanse na taki sukces. Dotyczy potrzeby uczestnictwa w sytuacjach szans na osiągnięcia sportowe, starania się o sukces, doskonalenia umiejętności, gotowości współzawodnictwa;
2. Motywacja Zwycięzania - określa pragnienie zwycięstwa w interpersonalnej rywalizacji w sporcie;
3. Motywacja celu - charakteryzuje potrzebę osiągania celów osobistych w sporcie.

Za pomocą Kwestionariusza Percepcji Sukcesu badano następujące wskaźniki motywacyjne:

1. Orientację na mistrzostwo - określa koncentrację na podniesieniu umiejętności własnych, osiągnięcie doskonałości w wykonywaniu czynności sportowych, nastawienie na wynik;
2. Orientację na wsółzawodnictwo - dotyczy pozytywnej oceny własnych zachowań, nastawienia na rywalizację z innymi, porównywania się z innymi w sytuacjach walki sportowej.

W Inwentarzu Stanu i Cechy Lęku (STAI) Ch.D. Spielberger wyróżnia dwie skale, na które składa się po 20 twierdzeń. Przy pomocy pierwszej z nich ocenia się lęk jako stan aktualny, czyli taki stan, w jakim znajduje się jednostka w chwili badania. Druga skala przeznaczona jest do pomiaru lęku jako cechy tzn. względnie stałej dyspozycji do przeżywania stanów lękowych.

Wyniki badań

Przy użyciu pakietu statystycznego SPSS do analizy statystycznej zastosowano testy nieparametryczne: analizę wariancji Kruskala-Wallisa, Mann'a-Whitney'a U, a także analizę korelacji Spearmana oraz test t-Studenta.

W tabeli 1 zamieszczono średnie i odchylenia standardowe wyników badanej grupy (N=54) w zakresie motywacji sportowej.

Uzyskane wyniki nie odbiegają od wyników przeciętnych w grupie studentów AWF (Kuk, 1998). Nieco wyższy od przeciętnych wyników jest jedynie poziom współzawodniczenia. Oznacza to, że badani niepełnosprawni szermierze są, w porównaniu z populacją studentów, nieco bardziej nastawieni na sukces i bardziej starający się o osiągnięcie sukcesu.

Aby wykryć zróżnicowanie motywacji sportowej w zależności od czasu uprawiania dyscypliny badaną grupę podzielono na trzy podgrupy ze względu na staż zawodniczy. Grupa I (N=16) obejmuje zawodników uprawiających szermierkę nie dłużej niż 2 miesiące, grupę II (N=29) tworzą osoby trenujące od pół roku do 2 lat, szermierze o stażu zawodniczym od 3 do 5 lat stanowią grupę III (N=9).

W tabeli 2 zawarto wyniki w zakresie motywacji sportowej zróżnicowanej w zależności od stażu zawodniczego.

Zawodnicy najdłużej uprawiający szermierkę na wózkach przejawiają najsilniejszą motywację osiągnąć w porównaniu do kolegów z mniejszym stażem. Jednak nie ujawniono istotnych statystycznych różnic. Porównanie średnich grupy I i II przy pomocy testu t-Studenta również nie wykazało istotnych statystycznie różnic.

Tabela 3 przedstawia wyniki motywacji osiągnąć zawodników w zależności od płci.

Płeć okazała się czynnikiem istotnie różnicującym motywację zawodników. Mężczyźni są silniej niż kobiety zmotywowani na osiągnięcie celu. Oznacza to, iż posiadają silniejszą potrzebę osiągania celów osobistych w sporcie.

Tabela 4 obrazuje dane na temat średnich wyników lęku zawodników.

Porównując powyższe wyniki z uzyskiwanymi przez studentów AWF można zaobserwować, iż sytuują się one na poziomie średnim.

Tabela 5 obrazuje dane dotyczące związków motywacji osiągnięć i lęku niepełnosprawnych szermierzy.

W celu określenia zależności zachodzących pomiędzy motywacją osiągnięć a lękiem niepełnosprawnych zawodników obliczono współczynniki korelacji Spearmana. Współzawodniczenie koreluje ujemnie z lękiem-cechą. Oznacza to, że wzrost tendencji współzawodniczenia idzie w parze ze spadkiem lęku-cechy. Motywacja celu jest skorelowana ujemnie z lękiem-cechą. Motywacja zwyciężania, orientacja na współzawodnictwo i mistrzostwo wykazuje brak istotnych statystycznie korelacji z lękiem badanych zawodników.

Wnioski i dyskusja

Uzyskane w badaniach wyniki pozwalają na sformułowanie następujących wniosków:

1. Niepełnosprawni szermierze ujawniają w zasadzie przeciętny poziom nasilenia motywacji sportowej i lęku.
2. Motywacja sportowa niepełnosprawnych szermierzy nie wykazuje zróżnicowania w zależności od stażu sportowego.
3. Jedynie motywacja celu wykazuje zróżnicowanie ze względu na płeć. Mężczyźni są silniej zmotywowani do osiągania celów w sporcie niż kobiety.
4. Żaden wskaźnik motywacyjny nie jest dodatnio skorelowany z lękiem jako cechą i stanem.
5. Współzawodniczenie i motywacja celu są ujemnie skorelowane z lękiem-cechą.

Wydaje się, iż sytuacja sportowa jest sytuacją wzorcową dla pojawienia się motywacji osiągnięć, dlatego z dużym zainteresowaniem podjęto badania osobowości niepełnosprawnych osób.

Czy osoba rozpoczynająca uprawianie szermierki na wózkach posiada silniejszą motywację sportową niż ktoś trenujący przez dłuższy czas? Z porównania wyników badań juniorów i seniorów uprawiających lekką atletykę wynika, że seniorzy charakteryzowali się nieprzypadkowo wyższą potrzebą osiągnięć (Rychta, Wysocka, 1988). Wyniki wyżej opisanych badań nie dały odpowiedzi na postawione pytanie. Chyba warto szukać odpowiedzi przeglądając sukcesy zawodników kadry polskiej przygotowującej się do Paralimpiady w Sydney 2000. Prawdopodobnie motywacja tej elitarnej grupy sportowców będzie dużo wyższa.

W świetle uzyskanych wyników, wyraźnie pokazujących silną motywację u mężczyzn należałoby zapytać: czyżby kobiety uprawiające szermierkę skupiały się na potrzebie osiągania celów osobistych poza sportem?

Pozytywnie zadziwia fakt, iż badani nie przejawiali wysokiego nasilenia lęku. Wydawałoby się, iż jako osoby niepełnosprawne będą przeżywały silny lęk. Być może jest to zjawisko charakterystyczne tylko dla osób uprawiających sport. Przyszłe badania pokażą jaki lęk przeżywają inwalidzi nie uprawiający sportu.

Król (cyt. za Mroczyński 1993) wykazała, iż sportowcy w porównaniu do osób nie uprawiających sportu, przejawiają większe natężenie motywacji osiągnięć oraz większą nadzieję na sukces i niższą obawę przed niepowodzeniem.

Czy osoba ciągle przeżywająca silny lęk chętnie podejmuje współzawodnictwo, koncentruje się na pragnieniu zwycięstwa w rywalizacji, osiągania celów osobistych w sporcie, jest zorientowana na współzawodnictwo i mistrzostwo? Okazuje się, iż im większe jest współzawodniczenie oraz motywacja celu tym mniejsze jest nasilenie lęku jako stałej cechy osobowości. Lazarevic Havelka i Bacananca (cyt. za Mroczyński 1993) zauważyły występujące ujemne związki między nasileniem motywacji osiągnięć a neurotyzmem i lękiem.

Zauważono wyraźną konieczność kontynuowania prac badawczych m.in. nad motywacją osiągnięć sportowych niepełnosprawnych zawodników.

BIBLIOGRAFIA

1. Gill D.L., T.E. Deeter (1988), *Development of the sport Orientation Questionnaire. Research Quarterly for Exercise and Sport*, 59, 3, 191-202.
2. Kuk A. (1998), *Wybrane cechy osobowości studentów wychowanków fizycznego a ważność celu i wysiłek w działaniach celowych. W: Kultura Fizyczna* nr 11-12, 13-16.
3. Mroczyński Z. (1993), *Sport i motywacja osiągnięć w akademickiej edukacji Wychowania Fizycznego. Gdańsk, Wyd. AWF.*
4. Nowicki T. (1998), *Wyjście z cienia. Nasz Dziennik*, 4-5.04, 12.
5. Reykowski J. (1992), *Procesy emocjonalne, motywacja, osobowość*. Warszawa, PWN.
6. Ruggieri M. (1999), *Szyk czy szok. ELLE*, nr 1, 46-50.
7. Rychta T., Wysocka T. (1988), *Wybrane zmienne osobowościowe zawodników i zawodniczek lekkiej atletyki. Wych. Fiz. i Sport*, 1, 107-127.
8. Siek S. (1983), *Wybrane metody badania osobowości. Warszawa, ATK*, 301-312.

Tab. 1. Składowe motywacji osiągnięć zawodników uprawiających szermierkę na wózkach (N=54)

CECHA	SREDNIA x	ODCHYLENIE STANDARDOWE s
Współzawodniczenie	57.70	8.27

Motywacja zwycięzania	22,19	4,56
Motywacja celu	24,07	4,62
Motywacja na mistrzostwo	24,54	3,45
Motywacja na współzawodnictwo	21,28	4,94

Tab. 2. Motywacja osiągnięć zawodników uprawiających szermierkę w zależności od...

Zmienna	Grupa IN-16		Grupa II		Grupa III		X*	p
	x	s	N=29		N=9			
			x	s	x	s		
Motywowanie	51,43	10,18	55,41	7,67	58,22	3,63	3,9769	n.i.
Motywacja celu	24,00	5,07	23,89	4,73	24,77	3,73	0,2241	n.i.
Motywacja	22,43	5,15	21,41	4,64	24,22	2,43	2,5143	n.i.
Motywacja na mistrzostwo	24,18	4,03	24,68	3,25	24,66	3,27	0,0800	n.i.
Motywacja na współzawodnictwo	20,62	5,26	21,03	4,69	23,22	5,19	2,4114	n.i.

* - wartość testu Kruskala-Wallis

Tab. 3. Motywacja osiągnięć zawodników uprawiających szermierkę w zależności od...

Zmienna	Mężczyźni=37		Kobiety N=17		U	p
	x	s	x			
				s		
Motywowanie	54,27	6,29	51,29	10,87	243	n.i.
Motywacja celu	24,94	4,40	22,17	4,62	207,5	0,0457
Motywacja zwycięzania	22,02	4,29	22,52	5,23	281	n.i.
Motywacja na mistrzostwo	24,40	3,43	24,82	3,55	286,5	n.i.
Motywacja na współzawodnictwo	21,37	5,00	21,05	4,91	314	n.i.

ZMIENNA	SREDNIA	ODCHYLENIE STANDARDOWE
Lęk jako stan	36,61	8,26
Lęk jako cecha	41,19	7,93

Tab. 4. Lęk niepełnosprawnych szermierzy (N=54)

Tab. 5. Korelacje motywacji osiągnięć i lęku zawodników uprawiających szermierkę na wózkach (N=54)

ZMIENNA	LĘK JAKO STAN	LĘK JAKO CECHA
Współzawodniczenie	-0,1402	-0,3254 *
Motywacja celu	-0,0969	-0,2916 *
Motywacja zwycięzania	0,0428	0,0662
Orientacja na mistrzostwo	-0,1422	-0,0702
Orientacja na współzawodnictwo	-0,1455	-0,0395

* poziom istotności $p \leq 0,05$

РЕАЛІЗАЦІЯ 3-Х ОЧКОВОГО КИДКА В СУЧАСНОМУ БАСКЕТБОЛІ ЛІДІЯ СЛАСТЬОН

Харківський державний інститут фізичної культури

У 1984 р. у м. Мюнхені на XII конгресі ФІБА були прийняті зміни в правилах гри. Найбільш значущим нововведенням, на думку фахівців, була поява 3-х очкового кидка.

Відтоді минуло 14 років, однак актуальність проблеми реалізації в сучасному баскетболі підкреслюється фахівцями і тренерами.

Проведені дослідження (Спортивные игры, N4, 1986) і зіставлення статистичних даних тих років з сучасними показниками свідчать про наявність актуальності проблеми реалізації 3-х очкових кидків.