

LIETUVOS KŪNO KULTŪROS AKADEMIJA

UGDYMAS • KŪNO KULTŪRA • SPORTAS

5 (59)
2005

ISSN 1392-5644

Žurnalas „Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas“ leidžiamas nuo 1968 m.
(ankstesnis pavadinimas — mokslo darbai „Kūno kultūra“)

Redaktorių kolegija

Prof. habil. dr. Eugenija Adaškevičienė
(Klaipėdos universitetas)

Prof. dr. Herman Van Coppenolle
(Leveno katalikiškasis universitetas, Belgija)

Prof. habil. dr. Alina Gailiūnienė
(Lietuvos kūno kultūros akademija)

Prof. dr. Uldis Gravitis
(Latvijos sporto pedagogikos akademija)

Prof. habil. dr. Elvyra Grinienė
(Lietuvos kūno kultūros akademija)

Prof. dr. Anthony C. Hackney
(Šiaurės Karolinos universitetas, JAV)

Prof. dr. Adrianne E. Hardman
(Loughborough universitetas, Didžioji Britanija)

Doc. dr. Irayda Jakušvaitė
(Kauno medicinos universitetas)

Prof. habil. dr. Janas Jaščaninas
(Lietuvos kūno kultūros akademija, Ščecino universitetas, Lenkija)

Prof. habil. dr. Kęstutis Kardelis
(Lietuvos kūno kultūros akademija)

Prof. habil. dr. Aleksandras Kriščiūnas
(Kauno medicinos universitetas)

Dr. Dalia Mickevičienė — *atsakingoji sekretorė*
(Lietuvos kūno kultūros akademija)

Prof. dr. Dragan Milanović
(Zagrebo universitetas, Kroatija)

Prof. habil. dr. Kęstutis Miškinis
(Lietuvos kūno kultūros akademija)

Prof. habil. dr. Kazimieras Muckus
(Lietuvos kūno kultūros akademija)

Prof. habil. dr. Jonas Poderys — *vyr. redaktoriaus pavaduotojas*
(Lietuvos kūno kultūros akademija)

Prof. habil. dr. Antonin Rychtecky
(Prahos Karlo universitetas)

Prof. habil. dr. Juozas Saplingskas
(Vilniaus universitetas)

Prof. habil. dr. Antanas Skarbalius
(Lietuvos kūno kultūros akademija)

Prof. habil. dr. Juozas Skernevičius
(Vilniaus pedagoginis universitetas)

Prof. habil. dr. Albertas Skurvydas
(Lietuvos kūno kultūros akademija)

Prof. habil. dr. Henryk Sozanski
(Varšuvos kūno kultūros akademija, Lenkija)

Prof. habil. dr. Stanislovas Stonkus — *vyr. redaktorius*
(Lietuvos kūno kultūros akademija)

Prof. habil. dr. Juozas Uzdila
(Vilniaus pedagoginis universitetas)

Prof. Dr. Habil. Atko Meeme Viru
(Tartu universitetas, Estija)

Viršelio dailininkas Gediminas Pempė
Redaktorės V. Žymantienė ir A. Lileikienė

© Lietuvos kūno kultūros akademija, 2005

Leidžia LIETUVOS KŪNO KULTŪROS AKADEMIJA

Sporto g. 6, LT-44221 Kaunas
Tel. +370 37 30 26 36
Faks. +370 37 20 45 15
Elektr. paštas zurnalas@lkka.lt
Interneto svetainė zurnalas.lkka.lt/

2005 12 01. 10,5 sp.l. Tiražas 200 egz. Užsakymas 5-692.
Spaustuvė „MORKŪNAS ir Ko“, Draugystės g. 17, LT-51229 Kaunas.

TURINYS

Algirdas Čepulėnas, Arvydas Stasiulis, Jonas Poderys LIETUVOS OLIMPINĖS SLIDINĖJIMO RINKTINĖS KANDIDATŲ TRENIRUOTĖS KRŪVIAI, FIZINIO DARBINGUMO, FUNKCINIŲ GALIŲ IR PSICHOEMOCINĖS BŪSENOS KAITA PER TREČIUS OLIMPINIO CIKLO METUS Physical Loads Applied to the Candidates for Lithuanian Olympic Skiing Team, the Fluctuation of Physical Efficiency, Functional Power and Psychoemotional State during the Third Olympic Cycle Year	3
Stanislav Dadelo ANALYSIS OF FACTORS DETERMINING THE COMPETENCE OF GUARDS Apsaugos darbuotojų kompetenciją lemiančių veiksnių analizė.	13
Adomas Drazdauskas, Vida Ivaškienė, Saulius Kavaliauskas BŪSIMŲJŲ SPORTO PEDAGOGŲ POŽIŪRIS Į DOPINGO VARTOJIMĄ ŠIUOLAIKINIAME SPORTE The Attitude of Would-Be Sport Pedagogues to Dope Usage in Present-Day Sport	19
Gracijus Girdauskas, Birutė Girdauskienė, Rimas Kazakevičius 13–15 METŲ LEDO RITULININKŲ BENDROJO FIZINIO PARENGTUMO KAITA PER METINIUS CIKLUS Changes in Overall Physical Fitness of Ice-Hockey Players Aged 13–15 Years during Annual Cycles	28
Laimutė Kardelienė, Ona Laima Gudzinevičiūtė, Ligita Mykolaitienė COMPETENCE OF WOULD-BE SPECIALISTS OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS: URGENT PROBLEMS OF STUDYING LANGUAGE FOR SPECIAL PURPOSES Būsimųjų kūno kultūros ir sporto specialistų kompetencija: specialybės kalbos studijų aktualijos.	34
Jolanta Kovalenkoviėnė, Irena Leliūgienė BUVUSIŲ VAIKŲ GLOBOS ĮSTAIGŲ AUKLĖTINIŲ SOCIALINĖ ADAPTACIJA PROFESINĖJE MOKYKLOJE Social Adaptation of Children's Home Ex-Inmates in Vocational School	41
Aurelija Kuzmienė, Irena Čikotienė, Kęstutis Kardelis VEIKSNIAI, LEMIANTYS LKKA STUDENTŲ MOTYVACIJĄ MOKYTI UŽSIENIO KALBŲ Factors Determining Students' Foreign Language Learning Motivation at Lithuanian Academy of Physical Education	54
Romualdas Malinauskas, Gintaras Bukauskas 15–18 METŲ KREPŠININKŲ IR IMTYNININKŲ POŽIŪRIS Į TRENERĮ BEI JO POVEIKĮ SPORTININKŲ ĮKVĖPIMO BŪSENAI The 15–18-Year-Old Basketball Players and Wrestlers' Perceptions of Their Coach and His / Her Influence Upon Their State of Flow	62
Antanas Skarbalius 2004 METŲ EUROPOS ČEMPIONATO RANKININKŲ KŪNO KOMPOZICIJOS, VARŽYBINĖS PATIRTIES, AMŽIAUS RODIKLIŲ SAŠAJA SU SPORTINIAIS REZULTATAIS The Interaction Between the Indices of Body Composition, Competitive Experience, Age of Handball Players and Their Sports Results in Men's European Handball/2004	69
Šarūnas Šniras UGDYMO PROGRAMOS POVEIKIS KREPŠINĮ ŽAIDŽIANČIŲ MOKSLEIVIŲ VARŽYBINIAMS SOCIALINIAMS ĮGŪDŽIAMS The Impact of Training Program on Competitive Social Skills of Basketball-Playing Schoolchildren	75
Lina Vaisetaitė, Rūta Sargautytė SKAUSMAS SPORTE: SKAUSMO SUVOKIMO IR JO ĮVEIKOS STRATEGIJŲ RYŠYS Pain in Sport: The Correlation between Pain Perception and the Strategies of Coping with Pain	82

LITHUANIAN ACADEMY OF PHYSICAL EDUCATION EDUCATION • PHYSICAL TRAINING • SPORT

5 (59) 2005

ISSN 1392–5644

Journal „Education. Physical Training. Sport“ has been published since 1968
(the former title — selected papers „Kūno kultūra“ /Physical Training/)

Editorial Board

- Prof. Dr. Habil. Eugenija Adaškevičienė
(Klaipėda University, Lithuania)
- Prof. Dr. Herman Van Coppenolle
(Catholic University of Leuven, Belgium)
- Prof. Dr. Habil. Alina Gailiūnienė
(Lithuanian Academy of Physical Education)
- Prof. Dr. Uldis Gravitis
(Latvian Academy of Sport Education)
- Prof. Dr. Habil. Elvyra Griniene
(Lithuanian Academy of Physical Education)
- Prof. Dr. Anthony C. Hackney
(The North Carolina University, USA)
- Prof. Dr. Adrianne E. Hardman
(Loughborough University, United Kingdom)
- Assoc. Prof. Dr. Irayda Jakušvaitė
(Kaunas University of Medicine, Lithuania)
- Prof. Dr. Habil. Janas Jaščaninas
(Lithuanian Academy of Physical Education, Szczecin University, Poland)
- Prof. Dr. Habil. Kęstutis Kardelis
(Lithuanian Academy of Physical Education)
- Prof. Dr. Habil. Aleksandras Kriščiūnas
(Kaunas University of Medicine, Lithuania)
- Dr. Dalia Mickevičienė — *Executive Secretary*
(Lithuanian Academy of Physical Education)
- Prof. Dr. Dragan Milanović
(Zagreb University, Croatia)
- Prof. Dr. Habil. Kęstutis Miškinis
(Lithuanian Academy of Physical Education)
- Prof. Dr. Habil. Kazimieras Muckus
(Lithuanian Academy of Physical Education)
- Prof. Dr. Habil. Jonas Poderys — *Associate Editor-in-Chief*
(Lithuanian Academy of Physical Education)
- Prof. Dr. Habil. Antonin Rychtecky
(Charles University in Prague)
- Prof. Dr. Habil. Juozas Saplinskas
(Vilnius University, Lithuania)
- Prof. Dr. Habil. Antanas Skarbalius
(Lithuanian Academy of Physical Education)
- Prof. Dr. Habil. Juozas Skernevičius
(Vilnius Pedagogical University, Lithuania)
- Prof. Dr. Habil. Albertas Skurvydas
(Lithuanian Academy of Physical Education)
- Prof. Dr. Habil. Henryk Sozanski
(Academy of Physical Education in Warsaw, Poland)
- Prof. Dr. Habil. Stanislovas Stonkus — *Editor-in-Chief*
(Lithuanian Academy of Physical Education)
- Prof. Dr. Habil. Juozas Uzdila
(Vilnius Pedagogical University, Lithuania)
- Prof. Dr. Habil. Atko Meeme Viru
(Tartu University, Estonia)

CONTENTS

- Algirdas Čepulėnas, Arvydas Stasiulis, Jonas Poderys
LIETUVOS OLIMPINĖS SLIDINĖJIMO RINKTINĖS KANDIDATŲ TRENIRUOTĖS
KRŪVIAI, FIZINIO DARBINGUMO, FUNKCINIŲ GALIŲ IR PSICHOEMOCINĖS
BŪSENOS KAITA PER TREČIUS OLIMPINIO CIKLO METUS
Physical Loads Applied to the Candidates for Lithuanian Olympic Skiing Team, the Fluctuation of
Physical Efficiency, Functional Power and Psychoemotional State during the Third Olympic Cycle Year 3
- Stanislav Dadelo
ANALYSIS OF FACTORS DETERMINING THE COMPETENCE OF GUARDS
Apsaugos darbuotojų kompetencijų lemiančių veiksnių analizė 13
- Adomas Drazdauskas, Vida Ivaškiene, Saulius Kavaliauskas
BŪSIMŪJŲ SPORTO PEDAGOGŲ POŽIŪRIS Į DOPINGO VARTOJIMĄ ŠIUOLAIKINIAME
SPORTE
The Attitude of Would-Be Sport Pedagogues to Dope Usage in Present-Day Sport 19
- Gracijus Girdauskas, Birutė Girdauskienė, Rimas Kazakevičius
13–15 METŲ LEDO RITULININKŲ BENDROJO FIZINIO PARENGTUMO KAITA PER
METINIUS CIKLUS
Changes in Overall Physical Fitness of Ice-Hockey Players Aged 13–15 Years during Annual Cycles 28
- Laimutė Kardelienė, Ona Laima Gudzinevičiūtė, Ligita Mykolaitienė
COMPETENCE OF WOULD-BE SPECIALISTS OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS:
URGENT PROBLEMS OF STUDYING LANGUAGE FOR SPECIAL PURPOSES
Būsimųjų kūno kultūros ir sporto specialistų kompetencija: specialybės kalbos studijų aktualijos 34
- Jolanta Kovalenkoviene, Irena Leliūgienė
BUVUSIŲ VAIKŲ GLOBOS ĮSTAIGŲ AUKLĖTINIŲ SOCIALINĖ ADAPTACIJA
PROFESINĖJE MOKYKLOJE
Social Adaptation of Children's Home Ex-Inmates in Vocational School 41
- Aurelija Kuzmienė, Irena Čikotienė, Kęstutis Kardelis
VEIKSNIAI, LEMIANTY S LKKA STUDENTŲ MOTYVACIJĄ MOKYTIS UŽSIENIO KALBŲ
Factors Determining Students' Foreign Language Learning Motivation at Lithuanian Academy of
Physical Education 54
- Romualdas Malinauskas, Gintaras Bukauskas
15–18 METŲ KREPŠININKŲ IR IMTYNININKŲ POŽIŪRIS Į TRENERĮ BEI JO POVEIKĮ
SPORTININKŲ ĮKVĖPIMO BŪSENAI
The 15–18-Year-Old Basketball Players and Wrestlers' Perceptions of
Their Coach and His / Her Influence Upon Their State of Flow 62
- Antanas Skarbalius
2004 METŲ EUROPOS ČEMPIONATO RANKININKŲ KŪNO KOMPOZICIJOS,
VARŽYBINĖS PATIRTIES, AMŽIAUS RODIKLIŲ ŠAŠAJA SU SPORTINIAIS REZULTATAIS
The Interaction Between the Indices of Body Composition, Competitive Experience, Age of
Handball Players and Their Sports Results in Men's European Handball 2004 69
- Šarūnas Šniras
UGDYMO PROGRAMOS POVEIKIS KREPŠINĮ ŽAIDŽIANČIŲ MOKSLEIVIŲ
VARŽYBINIAMS SOCIALINIAMS ĮGŪDŽIAMS
The Impact of Training Program on Competitive Social Skills of Basketball-Playing Schoolchildren 75
- Lina Vaisetaite, Rūta Sargautytė
SKAUSMAS SPORTE: SKAUSMO SUVOKIMO IR JO ĮVEIKOS STRATEGIJŲ RYŠYS
Pain in Sport: The Correlation between Pain Perception and the Strategies of Coping with Pain 82

The cover has been designed by Gediminas Pempė
Editors V. Zymantienė and A. Lileikienė

Published by
LITHUANIAN ACADEMY OF PHYSICAL EDUCATION

Sporto str. 6, LT-44221 Kaunas, Lithuania
Phone +370 37 30 26 36
Fax +370 37 20 45 15
E-mail zurnalas@lkka.lt Home page zurnalas.lkka.lt/en/moksl/ukks/

LIETUVOS OLIMPINĖS SLIDINĖJIMO RINKTINĖS KANDIDATŲ TRENIRUOTĖS KRŪVIAI, FIZINIO DARBINGUMO, FUNKCINIŲ GALIŲ IR PSICHOEMOCINĖS BŪSENOS KAITA PER TREČIUS OLIMPINIO CIKLO METUS

Algirdas Čepulėnas, Arvydas Stasiulis, Jonas Poderys
Lietuvos kūno kultūros akademija, Kaunas, Lietuva

Algirdas Čepulėnas. Socialinių mokslų (edukologijos) habilituotas daktaras. Sporto technologijų katedros vedėjas, e. profesorius pareigas. Mokslinių tyrimų kryptis — sportininkų rengimo valdymo modeliavimas.

SANTRAUKA

Treniruotės vyksmo kryptingumas ir jo valdymas atsižvelgiant į slidininkų organizmo adaptacijos prie fizinių krūvių individualius ypatumus — labai svarbūs veiksniai, lemiantys sportinio rengimo efektyvumą.

Tyrimo tikslas — išnagrinėti Lietuvos slidinėjimo olimpinės rinktinės kandidatų fizinius krūvius, nustatyti fizinio darbingumo, funkcinių galių, psichoemocinės būsenos kaitos ypatumus trečiais olimpinio ciklo metais. Tyrimo objektas — slidininkų lenktynininkų, besirengiančių dalyvauti 2006 m. Turino olimpinėse žiemos žaidynėse, treniruotės krūviai, fizinio darbingumo, kojų raumenų galingumo, dujų apykaitos, kvėpavimo, širdies susitraukimų dažnio, psichoemocinės būsenos, vestibulinės funkcijos rodikliai ir jų kaita per 2004—2005 metų rengimo ciklą.

Slidininkai tris kartus buvo tiriami Lietuvos kūno kultūros akademijos (LKKA) Žmogaus motorikos ir Kineziologijos laboratorijoje.

Atliekant nenutrūkstamą nuosekliai didinamą fizinių krūvių велоergometru „Monark“, dujų analizatoriumi „Oxycon Mobile“ buvo registruojama: plaučių ventiliacija, kvėpavimo dažnis, deguonies suvartojimas, deguonies pulsas, kvėpavimo koeficientas, deguonies suvartojimas 1 W atliekamo darbo. Nustatytos aerobinio ir anaerobinio slenksčio ir kritinio intensyvumo ribos. Kineziologijos laboratorijoje iširta kojų raumenų susitraukimo galingumas ir ištvėmė, vestibulinė funkcija ir psichoemocinė būseną.

Slidininkų ciklinių pratimų (bėgimo, slydimo būdų imitavimo, važiavimo riedslidėmis, slidinėjimo) krūvis per 2004—2005 metų treniruotės ciklą siekė: slidininkės I. T. — 7313,5 km, slidininkų A. N. — 7138 km, M. S. — 6274 km. Slidininkų deguonies suvartojimo (VO_2) ir širdies susitraukimų dažnio ties anaerobinės apykaitos slenksčio riba reikšmės artimos šių rodiklių reikšmėms, pasiekus kritinio intensyvumo ribą, ir tai rodo didelį jų aerobinių galių talpumą. Deguonies suvartojimas procentais nuo VO_{2max} ties anaerobinio slenksčio riba atitinka didelio meistriškumo ištvėmė sportininkų modelinius rodiklius: I. T. — 89,49%, A. N. — 81,1%, M. S. — 84,0% VO_{2max} . Slidininkų maksimaliojo deguonies suvartojimo rodikliai daug mažesni negu elito slidininkų modeliniai rodikliai. Tikslinga per treniravimo vyksmą taikyti daugiau fizinių krūvių, skatinančių VO_{2max} didėjimą. Slidininkų vestibulinės funkcijos rodikliai varžybų laikotarpio pabaigoje buvo geresni negu parengiamuoju laikotarpiu. Psichoemocinės būsenos rodiklių kaita reiškiasi individualiais požymiais.

Raktažodžiai: olimpinis ciklas, fizinis krūvis, fizinis darbingumas, funkcinis pajėgumas, anaerobinis slenkstis, širdies susitraukimų dažnis.

IVADAS

Slidininkų lenktynininkų sportinius rezultatus lemia genetiniai gebėjimai, biologinis amžius, treniravimo stažas, judamieji gebėjimai, treniravimo krūviai ir organizmo adaptacija prie sportinio rengimo krūvių (Eisenman et al., 1989; Hottenrott, Urban, 1998; Раменская, 2000; Hoff et al., 2002; Millet et al., 2003).

Keičiantis slidinėjimo lenktynių varžybų programoms, tobulėjant treniravimo metodologijai, atsigavimo priemonėms ir metodams pasaulio čempionatuose ir olimpinėse žiemos žaidynėse,

iškyla nauji uždaviniai gerinant didelio meistriškumo slidininkų rengimą. Reikia vis geriau pažinti slidininko organizmo adaptacijos eigą ir jos ypatumus (Milašius, 1997; Osteras et al., 2002; Welde et al., 2003). Dėl tobulesnio slidinėjimo inventorius, naujų slidžių tepimo ir slidinėjimo trasų rengimo technologijų labai padidėjo slidininkų varžybiniai greičiai įveikiant įvairius nuotolius ir sutrumpėjo nuotolių įveikimo laikas. Šiuolaikinės slidinėjimo lenktynės reikalauja didelio aerobinio darbo galingumo, gebėjimo

dirbti mišrioje aerobinėje-anaerobinėje energijos gamybos zonoje ir raumenų susitraukimų galinumo ištvėmės (Komi, Norman, 1987; Raavola-lainen et al., 1991; Gaskill et al., 1999; Баталов, 2000; Раменская, 2000; Mahood et al., 2001; Osteras et al., 2002).

Slidininkams, dalyvaujantiems sprinto lenktynėse, labai svarbūs darbo galinumo ir darbo ištvėmės rodikliai gaminant energiją anaerobiniu glikolitinu būdu (Rusko, 2003 a). Treniravimo vyksmo modeliavimas ir valdymas atsižvelgiant į organizmo adaptacijos prie fizinių krūvių individualius ypatumus yra labai svarbūs veiksniai, lemiantys sportinio rengimo efektyvumą (Платонов, 1997; Bompa, 1999; Čepulėnas, 2001; Raslanas, 2001; Верхошанский, 2005).

Darome prielaidą, kad ištyrus ir gerai išanalizavus Lietuvos olimpinės slidinėjimo rinktinės kandidatų rengimo programą, fizinio darbingumo ir organizmo funkcinio pajėgumo kaitą trečiais olimpinio ciklo metais galima sėkmingai koreguoti slidininkų rengimą per ketvirtus (paskutinius) olimpinio ciklo metus.

Tyrimo tikslas — išnagrinėti Lietuvos slidinėjimo olimpinės rinktinės kandidatų fizinius krūvius, ištirti fizinio darbingumo, funkcinį galių ir psichoemocinės būsenos kaitos ypatumus trečiais olimpinio ciklo metais.

Tyrimo objektas — slidininkų, kandidatų dalyvauti 2006 m. Turino olimpinėse žiemos žaidynėse, fiziniai krūviai, fizinio darbingumo, kojų raumenų susitraukimo galinumo, kvėpavimo bei dujų apykaitos, širdies susitraukimų dažnio, psichoemocinės būsenos, vestibulinės funkcijos rodikliai ir jų kaita.

TYRIMO METODIKA IR ORGANIZAVIMAS

Taikyti šie metodai: mokslo darbų studijos, slidininkų rengimo ir varžybų dokumentų, individualių treniruotės dienynų analizė, testavimas.

Trečiais olimpinio ciklo metais, per 2004—2005 metų rengimo ciklą, buvo tiriama Lietuvos olimpinės slidinėjimo lenktynių rinktinės kandidatai I. Terentjeva (I. T.), A. Novoselskis (A. N.), M. Strolia (M. S.), kurie rengiasi dalyvauti 2006 m. XX olimpinėse žiemos žaidynėse Turine. Slidininkų amžius 2005 m. varžybų laikotarpiu: I. T. — 21, A. N. — 20, M. S. — 19 metų.

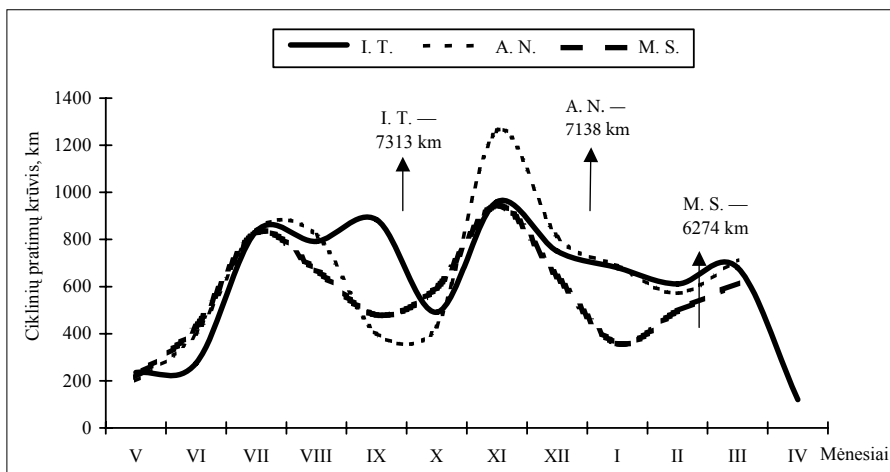
Slidininkų išplėstinis tyrimas buvo atliktas tris kartus. Lietuvos kūno kultūros akademijos

Žmogaus motorikos laboratorijoje nustatyti fizinio darbingumo, kvėpavimo, dujų apykaitos, širdies susitraukimų dažnio rodikliai atliekant nenutrūkstamą nuosekliai didinamą fizinių krūvių veloergometru „Monark“. Mynimo dažnis — 70 aps. / min. Darbo metu nešiojamuoju dujų analizatoriumi „Oxycon Mobile“ (Vokietija) nenutrūkstamai buvo registruojama: plaučių ventiliacija, kvėpavimo dažnis, deguonies suvartojimas (VO₂), deguonies pulsas, kvėpavimo koeficientas, deguonies suvartojimas 1 W atliekamo darbo. Visų tyrimų metu širdies susitraukimų dažnis (ŠSD) registruojamas ir įrašinėjamas į atmintį pulso matuokliu „Polar AccuRex-Plus“. Fizinis krūvis buvo didinamas, kol pasiekama kritinio intensyvumo riba. Nustatytos aerobinio ir anaerobinio slenksčio bei kritinio intensyvumo ribos ir darbo galinumo, deguonies suvartojimo, širdies susitraukimų dažnio, plaučių ventiliacijos rodikliai ties šiomis ribomis. Baigus fizinių krūvių po 4 minučių buvo imamas kapiliarinis kraujo mėginys iš piršto ir nustatoma laktato koncentracija naudojant modifikuotą analizatorių „Eksan-G“.

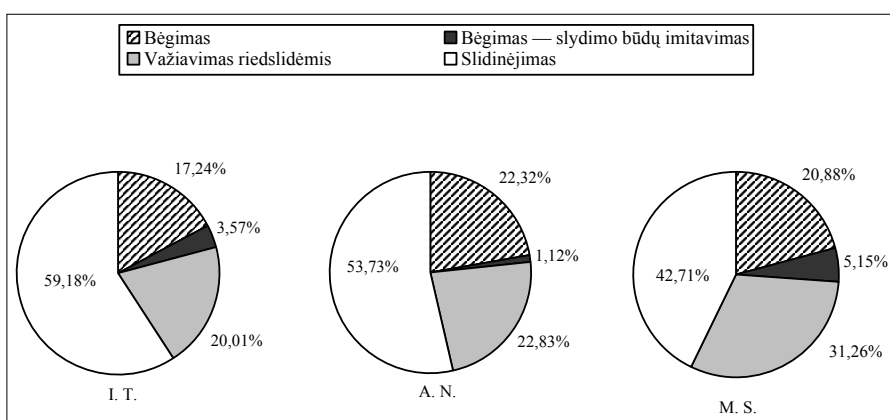
LKKA Kineziologijos laboratorijoje buvo nustatytas slidininkų kojų raumenų susitraukimo galinumas atliekant šuolius ant kontaktinės platformos su kompiuterine įranga pagal C. Bosco (1999) metodiką. Kojų raumenų ištvėmei nustatyti slidininkai atliko 30 s šuoliavimo testą. Šuoliai buvo atliekami maksimaliomis pastangomis pasispiriant abiem kojom, rankas laikant ant liemens ir nusileidžiant ant žemės 90° kampu. Prieš 30 s šuolių testą, baigus jį ir per dvi atsigavimo minutes buvo registruojamas širdies susitraukimų dažnis ir arterinis kraujospūdis. Vestibulinė funkcija tirta sukamaisiais mėginiais, o psichoemocinė būseną — naudojant miokinetinį Mizo-Lopeso psichodiagnostikos testą (Jasiūnas ir kt., 1997). Visi rodikliai buvo registruojami ir vertinami specialiomis kompiuterinėmis programomis, sukurtomis LKKA Kineziologijos laboratorijoje.

REZULTATAI

Slidininkų sportinis rengimas per 2004—2005 metų ciklą vyko pagal Lietuvos tautinio olimpinio komiteto Vykdomojo komiteto bei Kūno kultūros ir sporto departamento prie Lietuvos Respublikos Vyriausybės patvirtintą *Lietuvos sportininkų rengimo ir dalyvavimo XX žiemos olimpinėse žaidynėse programą „Turinas 2006“* (2003).



1 pav. Lietuvos olimpinės slidinėjimo rinktinės kandidatų ciklinių pratimų krūvio kaita per 2004 / 2005 metų rengimo ciklą



2 pav. Lietuvos olimpinės slidinėjimo rinktinės kandidatų ciklinių pratimų krūvio skirstinys (%) pagal treniruotės priemones per 2004 / 2005 metų rengimo ciklą

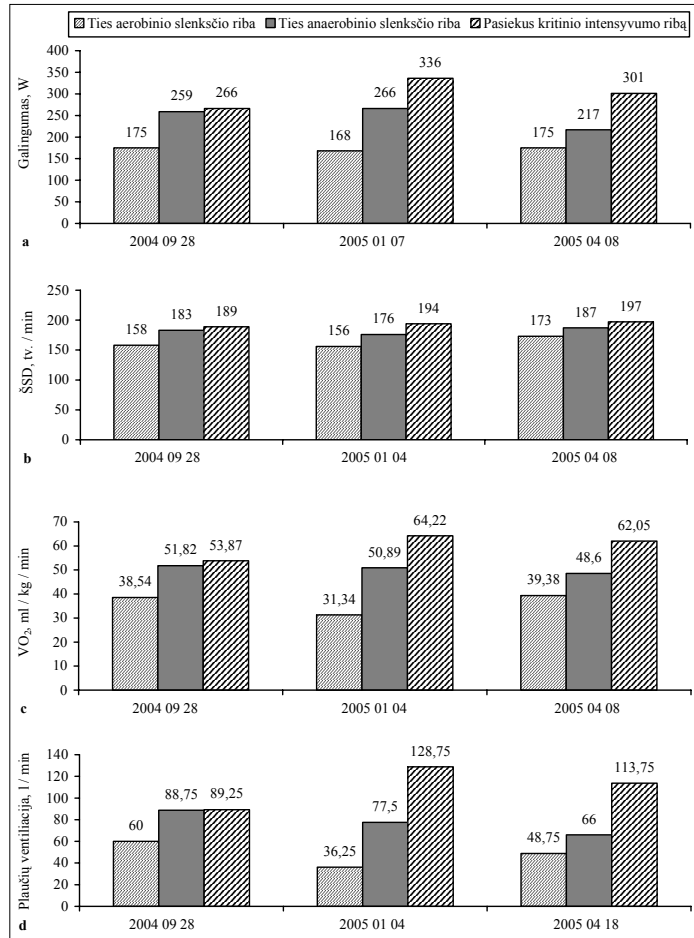
Slidininkė I. T. ir slidininkas A. N. geriausius rezultatus pasiekė per pagrindines sezono varžybas: pasaulio žiemos universiadą (sausio mėn.), pasaulio slidinėjimo čempionatą (vasario mėn.). Abu slidininkai įvykdė olimpinę normatyvą, suteikiantį teisę dalyvauti olimpinėse žiemos žaidynėse. Olimpiniis normatyvas — rezultatas, įvertintas ne daugiau kaip 100 FIS baudos taškų. Slidininkė I. T. per Pasaulio slidinėjimo taurės etapo varžybas 5 km lenktynėse laisvuju stiliumi pasiekė rezultatą, įvertintą 59,78 taško. Slidininkas A. S. savo geriausius rezultatus pasiekė per Lietuvos čempionatą vasario mėnesį, dalyvavo pasaulio jaunimo slidinėjimo čempionate kovo mėnesį ir sprinto lenktynėse pasiekė rezultatą, įvertintą 143,59 FIS taško.

Slidininkų ciklinių pratimų (bėgimo, slydimo būdų imitavimo, važiavimo riedslidėmis ir slydimo slidėmis) krūvis per metų treniruotės ciklą siekė: I. T. — 7313,5 km, A. N. — 7138 km, M. S. — 6274 km (1 pav.). Pagrindinę ciklinių pratimų krūvio dalį sudarė specifinis krūvis — slidinėjimas ir važiavimas riedslidėmis (2 pav.). Slidininkės I. T. slydimo slidėmis krūvis buvo — 4327,8 km, slidininkų A. N. — 3835 km ir M. S. — 2680 km.

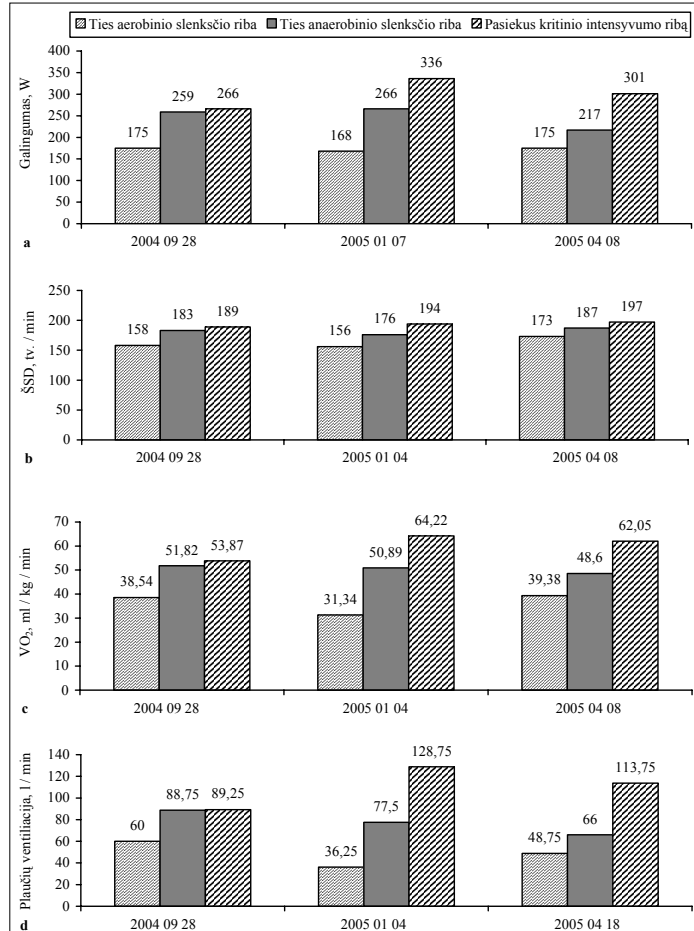
Slidininkų fizinio darbingumo rodiklių minant veloergometrą skirtingo intensyvumo zonoje, širdies susitraukimų dažnio, plaučių ventilacijos, deguonies suvartojimo ties aerobinio ir anaerobinio slenkščio ribomis, pasiekus kritinio intensyvumo ribą, rodiklių kaita per metinį treniruotės ciklą pateikta 3, 4, 5 paveikslė.

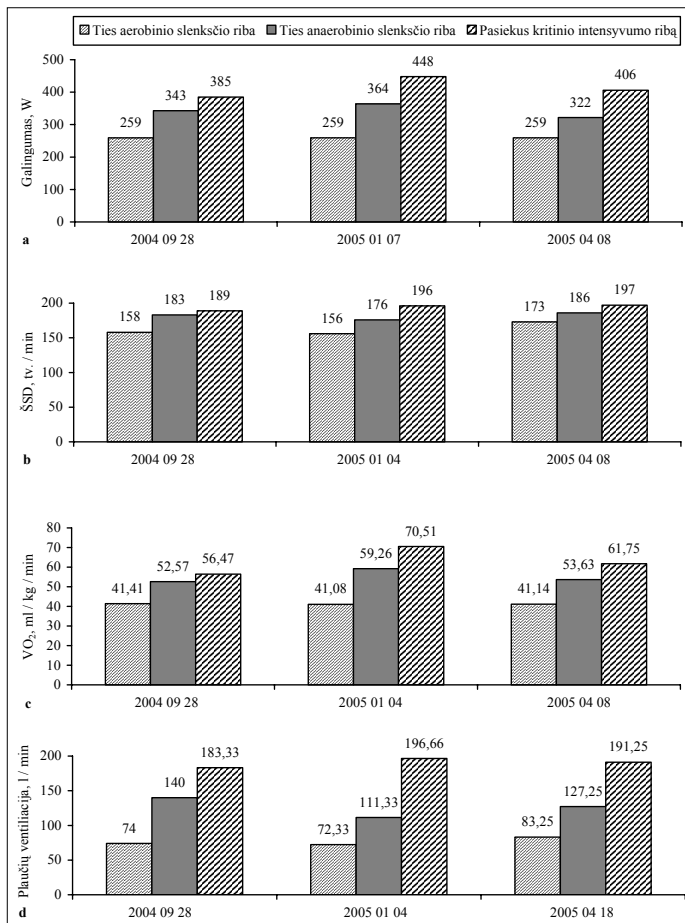
Slidininkė I. T. ir slidininkas M. S. didžiausius VO_{2max} , maksimalios plaučių ventilacijos rodiklius ties kritinio intensyvumo riba pasiekė varžybų laikotarpio pradžioje (3 c, 3 d, 5 c, 5 d pav.), o slidininko A. N. šių rodiklių didžiausios reikšmės buvo užfiksuotos baigus varžybų laikotarpį balandžio mėnesį (4 c, 4 d pav.). Slidininkų didžiausias deguonies suvartojimas procentais, pasiekus anaerobinės apykaitos slenkstį, varžybų laikotarpio pradžioje buvo: I. T. — 89,49%, A. N. — 81,1%, M. S. — 84,00% VO_{2max} (6 pav.). Slidininkės I. T. ir slidininko M. S. kojų raumenų vienkartinio susitraukimo santykinis galingumas baigus varžybų laikotarpį buvo prastesnis negu parengiamuoju laikotarpiu (rugsėjo mėn.), o slidininko A. N. priešingai — baigus varžybų laikotarpį šis rodiklis buvo aukštesnis nei rugsėjo mėnesį (1 lent.).

3 pav. Slidininkės I. T., minančios veloergometrą skirtingose energijos gamybos zonose, fizinio darbingumo (a), širdies susitraukimų dažnio (b), deguonies suvartojimo (c), plaučių ventiliacijos (d) kaita per 2004–2005 m. rengimo ciklą

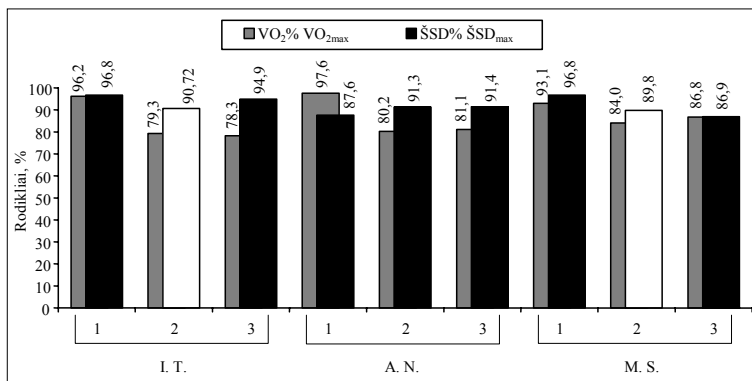


4 pav. Slidininko A. N., minančio veloergometrą skirtingose energijos gamybos zonose, fizinio darbingumo (a), širdies susitraukimų dažnio (b), deguonies suvartojimo (c), plaučių ventiliacijos (d) kaita per 2004–2005 m. rengimo ciklą





5 pav. Slidininko M. S., minančio veloergometrą skirtingose energijos gamybos zonese, fizinio darbingumo (a), širdies susitraukimų dažnio (b), deguonies suvartojimo (c), plaučių ventilacijos (d) kaita per 2004–2005 m. rengimo ciklą



6 pav. Lietuvos olimpinės slidinėjimo rinktinės kandidatų (minančių veloergometrą) deguonies suvartojimo procentais VO_{2max} ir širdies susitraukimų dažnio procentais %SSD% SSD_{max} pasiekus anaerobinio slenksčio ribą kaita per 2004–2005 m. rengimo ciklą

Pastaba.

1 — 2004 09 28; 2 — 2005 01 07; 3 — 2005 04 08.

Slidininkų širdies susitraukimo dažnis atliekant anaerobinį alaktatinį-laktatinį darbą (30 šuolių aukštyn iš vietos maksimaliomis pastangomis) po krūvio balandžio mėnesį buvo didesnis negu rugsėjo mėnesį, bet širdies darbo atsigavimas buvo greitesnis (2 lent.). Laikotarpiu nuo rugsėjo iki balandžio mėnesio pagerėjo slidininkės I. T. vestibulinės funkcijos rodikliai, o slidininko M. S. pailgėjo pusiausvyros atgavimo trukmė (3 lent.). Balandžio mėnesį buvo padidėjęs visų slidininkų emocinis labilumas, sumažėjo slidininko M. S. psichomotorinis tonusas ir agresyvumo laipsnis (4 lent.). Padidėjo slidininkės I. T. ir slidininko A. N. nerimo laipsnis. Slidininkų psichoemocinės

būsenos rodiklių kaita reikėsi individualiais požymiais.

REZULTATŲ APTARIMAS

Slidininkų A. N. ir M. S. ciklinių pratimų krūvio apimtis per metų treniruotės ciklą buvo adekvati Lietuvos slidininkų olimpiečių R. Panavo ir V. Zybailos atliktai (Milašius, Čepulėnas, 2002), kai šie slidininkai rengėsi dalyvauti Solt Leik Sičio olimpinėse žiemos žaidynėse.

Slidininkės I. T. ciklinio darbo krūvio apimtis buvo didesnė už jos pačios atliktą krūvį per 2001–2002 metų treniruotės ciklą (Milašius,

1 lentelė. Slidininkų kojų raumenų galingumo ir ištvermės rodiklių kaita per 2004 / 2005 metų rengimo ciklą

Rodikliai	Tyrimo etapai, skirtumas (d) tarp rodiklių	Slidininkų inicialai		
		I. T.	A. N.	M. S.
Šuolio aukštyn iš vietos aukštis, cm	I	34,5	41,6	52,4
	II	35,5	39,9	53,0
	d	1,0	1,7	0,6
Raumenų susitraukimo galingumas, W / kg	I	13,3	14,8	22,3
	II	11,2	16,6	10,9
	d	2,1	1,8	11,4
Greitumo rodiklis, %	I	80,4	83,0	27,5
	II	59,2	80,7	79,0
	d	21,2	3,7	51,5
Jėgos rodiklis, %	I	87,3	83,9	84,7
	II	82,6	81,0	84,0
	d	4,7	2,9	0,7
Elastingumo rodiklis, %	I	20,0	29,6	22,3
	II	20,7	26,1	27,3
	d	0,7	3,5	5,0
Vertikalių šuolių aukštyn iš vietos per 30 s aukščių suma, cm	I	631,7	653,1	848,8
	II	671,5	589,6	846,1
	d	39,8	63,5	2,7

Pastaba.

I — 2004 09 28; II — 2005 04 07.

2 lentelė. Slidininkų organizmo adaptacijos prie anaerobinio krūvio (šuolių aukštyn per 30 s maksimaliomis pastangomis) rodiklių kaita per 2004 / 2005 metų rengimo ciklą

Rodikliai	Tyrimo etapai, skirtumas (d) tarp rodiklių	Slidininkų inicialai		
		I. T.	A. N.	M. S.
ŠSD prieš krūvį, tv. / min	I	58	58	57
	II	93	68	68
	d	35	10	11
ŠSD po krūvio, tv. / min	I	138	138	147
	II	151	158	157
	d	13	20	10
ŠSD atsigavimas po krūvio per 2 min, %	I	71	66	87
	II	98	82	102
	d	27	16	15
Sistolinis kraujospūdis prieš krūvį, mm Hg	I	120	110	125
	II	115	125	140
	d	5	15	15
Diastolinis kraujospūdis prieš krūvį, mm Hg	I	75	70	75
	II	75	70	85
	d	0	0	10
Sistolinis kraujospūdis po krūvio, mm Hg	I	165	175	160
	II	155	190	205
	d	10	15	45
Diastolinis kraujospūdis po krūvio, mm Hg	I	15	30	5
	II	0	25	10
	d	15	5	5
Sistolinio kraujospūdžio atsigavimas po krūvio per 2 min, mm Hg	I	135	135	145
	II	130	82	160
	d	5	53	15
Diastolinio kraujospūdžio atsigavimas po krūvio per 2 min, mm Hg	I	68	55	60
	II	70	35	80
	d	2	20	20

Pastaba.

I — 2004 09 28; II — 2005 04 07; ŠSD — širdies susitraukimų dažnis.

Rodikliai		Tyrimo etapai	Slidininkų inicialai		
			I. T.	A. N.	M. S.
Sukinys kairėn	Pusiausvyros atgavimo trukmė, s	I	17,0	19,0	7,0
		II	14,0	15,0	12,0
	Pasvirimo laipsnis	I	3,5	4,0	1,0
		II	2,0	2,0	1,5
Sukinys dešinėn	Pusiausvyros atgavimo trukmė, s	I	25,0	19,0	7,0
		II	12,0	22,0	12,0
	Pasvirimo laipsnis	I	5,0	5,0	1,0
		II	1,5	4,0	1,5

3 lentelė. Slidininkų vestibulinės funkcijos įvertinimo rodiklių kaita per 2004 / 2005 m. rengimo ciklą

Pastaba.

I — 2004 09 28; II — 2005 04 07.

Rodikliai		Tyrimo etapai	Slidininkų inicialai		
			I. T.	A. N.	M. S.
Psichomotorinis tonusas	Rodiklis	I	56	60	—
		II	Norma	Padidintas	—
	Vertinimas	I	70	49	31
		II	Padidintas	Norma	Pamažintas
Ekstraintertiškumas	Rodiklis	I	54	76	—
		II	Norma	Ekstravertas	—
	Vertinimas	I	38	28	43
		II	Intravertas	Intravertas	Norma
Agresyvumo laipsnis	Rodiklis	I	39	39	—
		II	Pamažintas	Pamažintas	—
	Vertinimas	I	47	28	38
		II	Norma	Pamažintas	Pamažintas
Emocinis labilumas	Rodiklis	I	51	53	—
		II	Norma	Norma	—
	Vertinimas	I	67	62	71
		II	Padidintas	Padidintas	Padidintas
Nerimo laipsnis	Rodiklis	I	51	65	—
		II	Norma	Padidintas	—
	Vertinimas	I	83	65	52
		II	Padidintas	Padidintas	Norma

4 lentelė. Slidininkų psichoemocinės būsenos ir įvertinimo rodiklių kaita per 2004 / 2005 m. rengimo ciklą

Pastaba.

I — 2004 09 28; II — 2005 04 07.

Čepulėnas, 2002), rengiantis dalyvauti Solt Leik Sičio olimpinėse žaidynėse. Siekiant didelio sportinio meistriškumo, svarbi ne tik atliekamo krūvio apimtis. Aktualu modeliuoti treniruotės fizinius krūvius pagal varžybinės veiklos sukeliamus organizmo funkcinių sistemų pokyčius (Gaskill et al., 1999; Баталов, 2000; Раменская, 2000; Millet et al., 2003; Rusko, 2003 a, 2003 b). Slidininkų specialiosios jėgos lavinimo pratybos didina varžybinės veiklos darbo ekonomiškumą, atliekamo darbo galingumą ties anaerobinės apykaitos slenksčio riba (Hoff et al., 2002; Osteras et al., 2002). Slidininkų maksimaliojo deguonies suvartojimo rodiklius galima padidinti atliekant kartotinius didelio intensyvumo 30 minučių trukmės krūvius su atsigavimo pertraukomis (Biladeau et al., 1994).

Tirtų slidininkų A. N. ir M. S. VO_{2max} rodikliai

daug mažesni nei elito slidininkų (Hottenrott, Urban, 1998; Rusko, 2003 a) ir dar nepasiekė ankstesnių Lietuvos slidininkų olimpiečių R. Parnavo ir V. Zybailos VO_{2max} rodiklių (Milašius ir kt., 1998; Milašius, Čepulėnas, 2002) maksimalių reikšmių lygmens. Tirtų slidininkų VO_{2max} rodikliai nuo rugsėjo iki sausio mėnesio akivaizdžiai pagerėjo (3, 4, 5 pav.). E. Mygind ir kt. (1991) atlikti tyrimai rodo, kad slidininkų VO_{2max} rodikliai rugsėjo mėnesį siekia 89,4% šių rodiklių maksimaliųjų individualių dydžių ir iki gruodžio smarkiai ($p < 0,05$) padidėja, o balandį būna 2,3% mažesni nei gruodį.

Šiuolaikinės slidinėjimo lenktynės labai suaktyvina energijos gamybą anaerobinėmis glikolitinėmis reakcijomis. Per 15 km slidinėjimo lenktynių varžybas didelio meistriškumo slidininkų kraujyje laktato koncentracija siekia ($\bar{x} + SD$) —

13,9 ± 1,8 mmol / l, o slidininkų — per 10 km lenktynes padidėja iki 12,4 ± 1,6 mmol / l (Rusko et al., 2003 b).

Mūsų tiriamų slidininkų anaerobinės glikolitinės energijos gamybos reakcijos pasiekus kritinio intensyvumo ribą (minant veloergometrą) suaktyvėja nedaug. Atlikus fizinių krūvių, slidininkų I. T., A. N., M. S. laktato koncentracija kraujyje siekė atitinkamai: sausio mėnesį — 5,2 mmol / l, 5,06 mmol / l, 3,67 mmol / l, o balandį — 5,88 mmol / l; 6,01 mmol / l, 5,88 mmol / l.

Slidininkų treniruotės pratybos važiuojant riedslidėmis anaerobinės apykaitos slenksčio intensyvumu didina slidininkų specifinio darbo ekonomiškumą (Mahood et al., 2001). Slidininkų I. T., A. N., M. S. važiavimo riedslidėmis krūvis (2 pav.) sudarė atitinkamai 20,01, 22,83, 31,25% viso ciklinių pratimų krūvio, atlikto per metų treniruotės ciklą. Didelio meistriškumo 20 ir 22 metų slidininkai per metų treniruotės ciklą riedslidėmis įveikia 1450 ir 1344 km (Rusko, 2003 b), ir šis krūvis sudaro 17,68—17,74% viso ciklinių pratimų krūvio. Slidininkų I. T., A. N., M. S. atliekamo darbo energinė vertė minant veloergometrą ties kritinio intensyvumo riba varžybų laikotarpio pradžioje (sausio mėn.) siekė atitinkamai 10,92, 11,23, 12,28 ml O₂ / l W.

Slidininkų jėgos pratybų krūviai padidina darbo galinumą ties anaerobinio slenksčio riba (Hoff et al., 1999). Slidininkams rekomenduotini ir intensyvūs 20 bei 180 s krūviai, atliekami intervaliniu metodu (Nilsson et al., 2004). Šiuolaikinėje slidininkų lenktynininkų treniruotėje didelis dėmesys skiriamas jėgai ir specialiajai jėgai lavinti (Komi, Norman, 1987; Paavolainen et al., 1991; Hottenrott, Urban, 1998; Hoff et al., 2002; Osteras et al., 2002).

Lietuvos slidininkų treniruotės krūvių analizė leidžia teigti, kad jėgos lavinimui skiriama per mažai dėmesio, o pratybose mažai taikomi intervalinis ir kartojimo metodai. Didelio meistriškumo slidininkų rengimui būtinos pratybos aukštikalnėse (Ingjer, Myhre, 1992). Pratybos aukštikalnėse (2500 m virš jūros lygio ir aukščiau) skatina organizmą gaminti eritropoetiną, dėl kurio aktyvėja raudonųjų kraujo kūnelių gamyba, padaugėja eritrocitų ir padidėja kraujo galimybės pernešti daugiau deguonies į raumenis (Rusko et al., 1999; Schena et al., 2002; Wilber, 2004).

Lietuvos olimpinės slidinėjimo rinktinės kandidatų maksimaliojo deguonies suvartojimo rodikliai (3, 4, 5 pav.) daug mažesni nei pa-

saulio elito slidininkų (Rusko, 2003 a). Norint gerinti maksimalų deguonies suvartojimą, reikėtų daugiau ir tikslingiau taikyti pratybas aukštikalnėse, taip pat dirbtinės hipoksijos sąlygas (Rusko et al., 1999; Wilber, 2004) — gyvenama ir ilsimasi specialiuose nameliuose, kuriuose dirbtinai sudaromos aukštikalnių sąlygos, o treniruojamasi įprastomis lygumų sąlygomis arba mažo aukščio kalnuose.

Tobulinant tiriamų slidininkų sportinį parengtumą, reikėtų didinti darbo galinumą ties anaerobinio slenksčio, kritinio intensyvumo riba ir maksimalų deguonies suvartojimą.

IŠVADOS

1. Lietuvos slidininkų — olimpinės rinktinės kandidatų — deguonies suvartojimo ir širdies susitraukimų dažnio reikšmės ties anaerobinio slenksčio riba artimos šių rodiklių reikšmėms, pasiekus kritinio intensyvumo ribą, ir tai rodo didelį jų aerobinių galių talpumo lygį. Deguonies suvartojimo rodikliai ties anaerobinio slenksčio riba procentais VO_{2max} atitinka didelio meistriškumo ištvėmės šakų sportininkų modelinius rodiklius.
2. Slidininkų maksimaliojo deguonies suvartojimo rodikliai mažesni negu didelio meistriškumo slidininkų modeliniai rodikliai. Tikslinga per treniravimo vyksmą taikyti daugiau treniruotės priemonių ir fizinių krūvių, skatinančių maksimaliojo deguonies suvartojimo didėjimą. Slidininkės I. T. ir slidininko M. S. geriausi fizinio darbingumo ir funkcinių galių rodikliai buvo varžybų laikotarpio pradžioje, o slidininko A. N. — varžybų laikotarpio pabaigoje.
3. Slidininkės I. T. ir slidininko M. S. kojų raumenų vienkartinio susitraukimo santykiniai galinumo rodikliai sezono pabaigoje buvo prastesni negu parengiamuoju treniruotės laikotarpiu (rugsėjo mėn.), o slidininko A. N. — priešingai: pabaigoje buvo geresni negu rugsėjo mėnesį.
4. Slidininkų vestibulinės funkcijos ir psichoemocinės būsenos rodiklių kaita metiniu treniruotės ciklu reiškiasi individualiais požymiais, į kuriuos reikia atsižvelgti organizuojant treniravimo vyksmą.

LITERATŪRA

- Biladeau, B., Roy, B., Baulay, M. R. (1994). Effect of drafting on heart rate in cross-country skiing. *Journal of Medicine Science Sports and Exercises*, Vol. 26 (5), 637—641.
- Bompa, T. O. (1999). *Periodization: Theory and Methodology of Training*. United States: Human Kinetics.
- Bosco, C. (1999). *Strength Assessment with the Bosco's Test*. Rome: Italian Society of Sport Science.
- Čepulėnas, A. (2001). *Slidininkų rengimo technologija: monografija*. Kaunas: Lietuvos kūno kultūros akademija.
- Eisenman, P. A., Johnson, S. C., Bainbridge, C. N., Zupan, M. F. (1989). Applied physiology of cross-country skiing. *Journal of Sports Medicine*, 8 (2), 67—79.
- Gaskell, S. E., Serfass, R. C., Bacharach, D. W., Kelly, J. M. (1999). Responses to training in cross-country skiers. *Journal of Medicine Science Sports and Exercises*, 31 (8), 1211—1217.
- Hoff, J., Gran, A., Helgerud, J. (2002). Maximal strength training improves aerobic endurance performance. *Scandinavian Journal of Medicine Science Sports*, 12 (5), 288—295.
- Hoff, J., Helgerud, J., Wisloff, U. (1999). Maximal strength training improves work economy in trained female cross-country skiers. *Journal of Medicine Science Sports and Exercises*, 31, 870—877.
- Hottenrott, K., Urban, V. (1998). *Handbuch für Skilanglauf*. Aachen: Meyer und Meyer.
- Ingjer, F., Myhre, K. (1992). Physiological effects of altitude training on elite male cross-country skiers. *Journal of Sports Science*, 10 (1), 37—47.
- Jasiūnas, V., Vainoras, A., Poderys, J., Jasiūnienė, N. (1997). Kauno sportininkų testavimo ir reabilitacijos centro teikiamos paslaugos. *Treneris*, 2, 18—21.
- Komi, P. V., Norman, R. W. (1987). Preloading of the trust phase in cross-country skiing. *International Journal of Sports Medicine*, 8, Suppl. 1, 48—54.
- Lietuvos sportininkų rengimo ir dalyvavimo XX žiemos olimpinėse žaidynėse programa „Turinas 2006“*. (2003). Rengė A. Raslanas, V. Gudiškis, K. Steponavičius, V. Venčienė, J. Skernevičius. Vilnius: Lietuvos tautinis olimpinis komitetas, Kūno kultūros ir sporto departamentas.
- Mahood, N. V., Kenefick, R. W., Kertzer, R., Quinn, T. J. (2001). Physiological determinants of cross-country ski racing performance. *Journal of Medicine Science Sports and Exercises*, 33 (8), 1379—1384.
- Milašius, K. (1997). *Ištvėrę lavinančių sportininkų organizmo adaptacija prie fizinių krūvių: monografija*. Vilnius: Vilniaus pedagoginis universitetas.
- Milašius, K., Čepulėnas, A. (2002). Lietuvos žiemos šakų sportininkų rengimo XIX žiemos olimpinėms žaidynėms Solt Leik Sityje strategija, technologija, mokslinis valdymas, rezultatai. *Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas*, 4 (45), 62—75.
- Milašius, K., Skernevičius, J., Damskis, S., Karoblis, P., Slavuckienė, R. (1998). Lietuvos slidininkų, XVIII Nagano olimpinė žiemos žaidynių dalyvių, organizmo adaptacijos prie fizinių krūvių per keturmetį pasirėngimo ciklą analizė. *Sporto mokslas*, 5 (14), 57—60.
- Millet, G. P., Boissiere, D., Candau, R. (2003). Energy cost of different skating techniques in cross-country skiing. *Sports Science*, 21 (1), 3—11.
- Mygind, E., Larsson, B., Klausen, T. (1991). Evaluation of specific test in cross-country skiing. *Journal of Sports Science*, 9 (3), 249—257.
- Nilsson, J. E., Holmberg, H. C., Tveit, P., Hallen, J. (2004). Effects of 20-s and 180-s double poling interval training in cross-country skiers. *European Journal of Applied Physiology*, 92 (1—2), 121—127.
- Osteras, H., Helgerus, J., Hoff, J. (2002). Maximal strength-training effects on force-velocity and force-power relationships explain increases in aerobic performance in humans. *European Journal of Applied Physiology*, 88 (3), 255—263.
- Paavolainen, L., Hakkinen, K., Rusko, H. (1991). Effects of explosive type strength training on physical performance characteristics in cross-country skiers. *European Journal of Applied Physiology*, 62 (4), 251—255.
- Raslanas, A. (2001). *Lietuvos didelio meistriškumo sportininkų rengimo sistema: habilitacinis darbas*. Vilnius: VPU.
- Rusko, H. K., Tiikaen, H., Paavolainen, L. et al. (1999). Effect of living in hypoxia and training in normoxia on sea level VO_{2max} and red cell mass. *Journal of Medicine Science Sports and Exercises*, 31 (5), 86.
- Rusko, H. (2003 a). *Physiology of Cross Country Skiing. Handbook of Sports Medicine and Science Cross Country Skiing*. Edited by H. Rusko (pp. 7—31). Blackwell, Science.
- Rusko, H. (2003 b). *Training for Cross Country Skiing. Handbook of Sports Medicine and Science Cross Country Skiing*. Edited by H. Rusko (pp. 62—100). Blackwell Science.
- Schena, F., Cuzzolin, L., Rossi, L. et al. (2002). Plasma nitrite / nitrate and erythropoietin levels in cross-country skiers during altitude training. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 42 (2), 129—134.
- Welde, B., Evertsen, F., Von Heimburg, E., Ingulf Medbo, J. (2003). Energy cost of free technique and classical cross-country skiing at racing speeds. *Journal of Medicine Science Sports and Exercises*, 35 (5), 818—825.
- Wilber, R. L. (2004). *Altitude Training and Athletic Performance*. Human Kinetics.
- Баталов, А. Г. (2000). Модельно-целевой способ построения спортивной подготовки высококвалифицированных спортсменов в зимних циклических видах спорта. *Теория и практика физической культуры*, 1, 46—52.
- Верхошанский, Ю. В. (2005). Теория и методология спортивной подготовки: блоковая система тренировки спортсменов высокого класса. *Теория и практика физической культуры*, 4, 2—14.
- Платонов, В. И. (1997). *Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте*. Киев: Олимпийская литература.
- Раменская, Т. И. (2000). Биоэнергетическое моделирование соревновательной деятельности сильнейших лыжников-гонщиков на XVIII зимних олимпийских играх (Нагано, 1998). *Теория и практика физической культуры*, 2, 6—12.

PHYSICAL LOADS APPLIED TO THE CANDIDATES FOR LITHUANIAN OLYMPIC SKIING TEAM, THE FLUCTUATION OF PHYSICAL EFFICIENCY, FUNCTIONAL POWER AND PSYCHOEMOTIONAL STATE DURING THE THIRD OLYMPIC CYCLE YEAR

Algirdas Čepulėnas, Arvydas Stasiulis, Jonas Poderys
Lithuanian Academy of Physical Education, Kaunas, Lithuania

ABSTRACT

The perfection of skiers-racers' sports mastership and the development of sports results are possible along with steady improvement of the organism's functional systems. Steady improvement of the organism's functional systems is achieved while organizing the sports training process. The singleness of training process and its management in respect of individual properties of skiers' organisms' adaptation to physical loads are very important factors, influencing the effectiveness of sports preparation.

The objective of the paper — to analyze the physical loads applied to the candidates for the Lithuanian Olympic skiing team, to estimate the peculiarities of physical efficiency, functional power and the fluctuation of psychoemotional state during the third Olympic cycle year.

The object — loads of physical preparation, the rates and fluctuations of physical efficiency, capacity of leg muscles, gas turnover, respiratory frequency, cardiac systole frequency, psychoemotional state and molecular function of three skiers — I. T. (female), A. N. (male) and M. S. (male). The skiers are the candidates for the Lithuanian Olympic skiing team for participation in Olympic Winter Games of Turin 2006.

Research methods — the studies of research projects, the analysis of sportsmen's daybooks and competition documents, examination. The rates of the skiers' physical efficiency, gas turnover, respiratory and cardiac systole frequency have been determined at the Lithuanian Academy of Physical Education (the Laboratory of Motorics). Constantly increasing continuous physical loads have been applied to all skiers by using a veloergometer. The wheel frequency was 70 times / min (rotations). The sports gas analyzer "Oxycon Mobile" has been used during the physical performance to continuously register pulmonary ventilation, respiratory frequency, oxygen usage (VO_2), oxygen pulse, the capacity of performance (W) and cardiac systole frequency. The recording of cardiac systole frequency has been carried out using the "Polar AccuRec-Plus" pulse meter.

The systole capacity and stamina of the skiers' leg muscles, vestibular functions and the rate of psychoemotional state have been estimated in the Laboratory of Kinesiology.

The loads of cycle exercises (running, imitation of sliding move, rollerskiing, skiing) performed by the skiers during one year training cycle were 7313.5 km (I. T. — female), 7150 km (A. N. — male) and 6279 km (M. S. — male). At the beginning of the competition the rates of functional capacity of the skiers I. T. (female) and M.S. (male) were the highest, meanwhile, the highest rate of functional capacity of the skier A. N. (male) was at the end of the competition.

The Lithuanian Olympic skiing team candidates' VO_2 and cardiac systole frequency values beside the anaerobic threshold were similar to values of those rates, after reaching the limit of critical intensity ($VO_{2\max}$). It indicates the high level aerobic power capacity of the skiers. The percentage of VO_2 consumption and $VO_{2\max}$ rates beside anaerobic threshold limits comply with the regulation requirements of stamina for high mastership sportsmen. The rates of the sportsmen's maximum oxygen consumption ($VO_{2\max}$) are lower in comparison to ones of elite skiers. During the training process, it is reasonable to apply more physical loads, which stimulate ($VO_{2\max}$) the increase of oxygen consumption rates.

The skiers' vestibular function rates were better at the end of competition in comparison to those at the preparation period. The fluctuation of the skiers' psychoemotional state rate is common to individual fluctuation features.

Keywords: Olympic cycle, physical load, physical efficiency, functional capacity, anaerobic threshold, cardiac systole frequency.

Priimta 2005 m. gruodžio 28 d.
Accepted on December 28, 2005

ANALYSIS OF FACTORS DETERMINING THE COMPETENCE OF GUARDS

Stanislav Dadelo

Vilnius Gediminas Technical University, Vilnius, Lithuania

Stanislav Dadelo. Assoc. Prof. Dr. of Social Sciences. Associate Professor at the Department of Physical Education, Vilnius Gediminas Technical University. The field of scientific research — the professional competence of executives of defence organizations.

ABSTRACT

It is actual to elucidate the contribution of each factor to the professional competence of guards and the influence of these factors on their superior's appraisal. Therefore we hypothesize that assessment of the contribution of the guard's personal features into his professional competence and their influence on their appraisal by superiors will be helpful in staffing private security services and improving their working qualities. The object of the current study was the psychobiological and professional factors determining the professional competence of a security worker. The aim of the work was to establish the role of separate factors determining the professional competence of security workers, as well as to study the professional competence of security workers in formativeness of superior's appraisal and psychobiological factors, qualitative indices and their analysis. The study subject was 118 security workers and their four direct superiors.

Factor analysis applied for competence assessment of security workers has shown that in internal appraisal (of summarized identified variables) the highest value belongs to psychic qualities (22%) as well as age and physical development (20%), followed by physical preparedness (16%), professional activity (15%), theoretical and practical preparedness (14%) and fighting abilities (13%). The (external) appraisal by security service superiors, when only the observation and questioning methods are applied, are not sufficiently informative and reliable. The factor of theoretical and practical preparedness has been found to have a similar weight both in external and internal appraisal, however, a number of factors, such as psychic qualities, physical preparedness and fighting abilities, in internal and external appraisal have a cardinaly opposite value.

Keywords: security service, competence, factors.

INTRODUCTION

In the profession classificatory of the Republic of Lithuania (1999), the profession of a security worker is numbered among the fifth group of services and trade workers and police officials are ascribed to the zero groups of armed services. Security is characterized as prevention of all kinds of losses due to various reasons (*Apsaugos valdymas: mokymo kursų medžiaga*, 1999).

The purpose of private security service is to guard the client's property and life (Nowicki, 1999). The variety and quality of the available

security services depends not only on the market demand, but also on the qualification and competence of security staff. The human factor in the field of safeguarding is of decisive significance. G. Dessler (2001) maintains that in today's super competitive world it is mostly competent workers — “human resources” — and not machinery or computers that predetermine the competitive advantage of a firm. The commercial success of all business subjects depends first of all on its staff. A. P. Sudoplatov, S. V. Lekazev (Судоплатов, Лекарев, 2001) write that the three

fourths of all losses of an enterprise’s result from wrong activities of its workers, and keeping the enterprise’s secrets 80 % depends on a proper selection, distribution, training and education.

Thus, one of the core tasks in managing the staff is selection and employment of reliable and perspective individuals, as losses caused to poor workers are greater than those caused by external threats. A scientific problem arises whose personal features influence the professional competence of a security worker. S. Dadelo (2004) proposed to classify personal features of guards into theoretical and practical preparedness. Professional activity, psychic qualities, age and physical development, physical preparedness and fighting abilities as the basic components of professional competence.

It is **actual** to elucidate the contribution of each factor to the professional competence of guards and the influence of these factors on their superior’s appraisal. Therefore we **hypothesize** that assessment of the contribution of the guard’s personal features into his professional competence and their influence on their appraisal by superiors will be helpful in staffing private security services and improving their working qualities.

The **object** of the current study was the psychobiological and professional factors determining the professional competence of a security worker. The **aim** of the work was to establish the role of separate factors determining the professional competence of security workers, as well as to study the professional competence of security workers in formativeness of superior’s appraisal and psychobiological factors, qualitative indices and their analysis.

The study subject was 118 security workers and their four direct superiors.

METHODS

In 2003, 118 workers from a private security service and their four direct superiors were tested. Upon analyzing the guard’s professional competence, as well as their psychic, biological, fighting and physical preparedness parameters, a scheme of grouping the indices influencing the guard’s professional competence into separate factors was elaborated (Fig. 1).

The scheme served as the basis for studying six basic parameters influencing the guard’s professional competence.

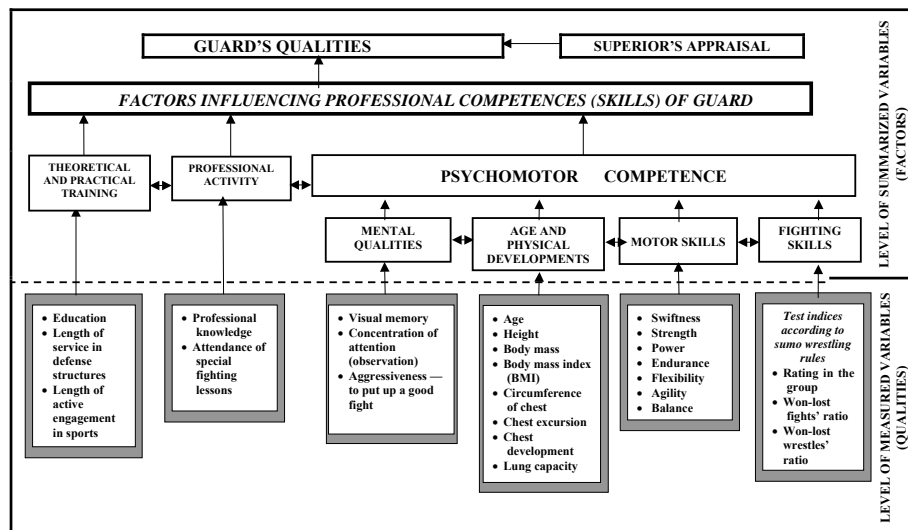
The factor of theoretical preparedness consists of three parameters: education, evaluated in points (1 — secondary, 2 — special secondary, 3 — college, 4 — unfinished higher, 5 — higher); working the period of experience in security structures, evaluated in months; active going in for sports, assessed in years.

The factor of professional activity consists of two parameters: professional knowledge (assessed by a special test, evaluated according to wrong answers) and special fight training attendance (assessed as the number of attended lessons).

The factor of psychic qualities consists of two parameters: visual memory according to A. Sizanov’s test of memory for numbers (2000); attention concentration was tested by A. Sizanov’s test of number layout (2000); R. M. Kalina’s KS-M picture test (1997) was used to assess fighting aggressiveness.

The factor of age and physical development consists of age (assessed in years) and the main measured and calculated indices of physical development (Drozdowski, 1988; Skernevičius et al., 2004).

Fig. 1. Factors predetermining professional in guards



The physical preparedness factor was calculated according to the development of separate physical qualities (Skernevičius et al., 2004).

The fighting ability factor consists of test indices according to sumo wrestling rules (Syska, 2005).

The superior's appraisal of their subordinates was assessed using the method proposed by A. Sakalas (1998).

The data were processed by methods of mathematical statistics (Stupnicki, 2000; Gonestas, Strielčiūnas, 2003). The contribution of separate factor was assessed using Roman Stupnicki's EKOR. 2002 software (calculation of multiple correlations with the contribution of qualities).

RESULTS

Statistical calculations of the studied factors (of internal assessment) have shown that the factor of psychic qualities contributes most significantly to the professional competence of a security worker (22%) (Fig. 2.), followed by the factor of age and physical development (20%). The physical preparedness factor comes third (16%), and the professional activity factor comes fourth (15%). Strange as it is, the factor of fighting abilities contributes least (13%) to the professional competence of security workers. This human quality is least pronounced in various situations of daily life and in professional activities. Therefore, while assessing the professional competence of a security worker it is necessary to diagnose the manifestation level of fighting abilities by applying a special test with elements of wrestling. The difference between the highest and the lowest contributing factors is only 9%, showing a high significance of all the factors. Factor analysis failed to elucidate the very significant and insignificant factors, although the superiority of the indices

of physic qualities' studies, age and physical development is obvious. The total significance of the psychobiological group of factor is high (71%), showing the highest contribution of these indices to the professional competence of security workers. They should be evaluated while checking the candidate employers and those working in security services for professional fitness.

Analysis of the superiors' (external) appraisal of their subordinates (Fig. 3) revealed professional activity as contributing most to their opinion (20%), followed by the factor of age and physical development, which contributed a much lower percentage (8%). The factor of theoretical and practical preparedness contributed only 7% to the security worker's professional competence. Physical fitness contributed only 2% to the total superior's appraisal, whereas psychic qualities and fighting abilities were completely disregarded and had no influence whatsoever on superior's appraisal. Analysis of superior's appraisal material revealed a paradoxical phenomenon: 63% of superior's appraisal of their subordinates comprise the unknown or subjective factors, which had been not designated. This fact shows that employment of security workers and their evaluating only visually or after an oral or questionnaire examination without testing them according to an approved programmer involves a high probability of subjectivity and these of erroneous selection. Figure 4 shows the obvious differences between the internal (objective) and external (subjective) appraisal. The factor of theoretical and practical preparedness in internal appraisal has a factor weight of 14% and in external appraisal only 7%. Professional activity in internal appraisal gained a weight by 5% higher than in external appraisal. The psychic qualities that reflect the properties of intellect, aggressiveness and fighting capacity, which in internal appraisal have the highest factor

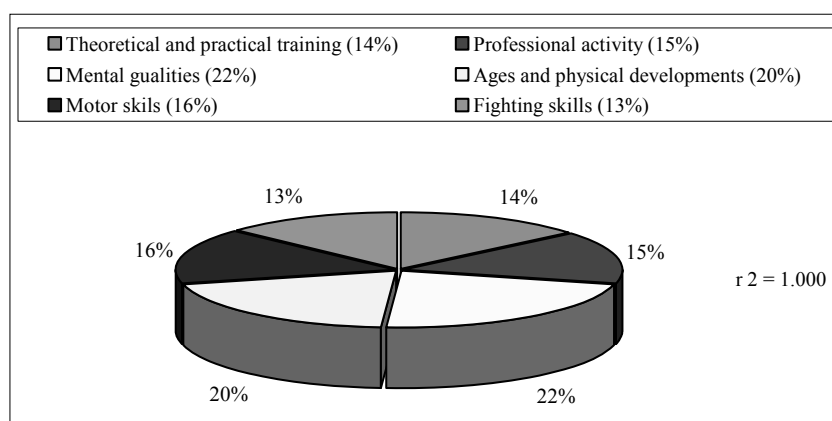


Fig. 2. Contribution of various factors to professional competence of guards

Fig. 3. Contribution of various factors to external appraisal

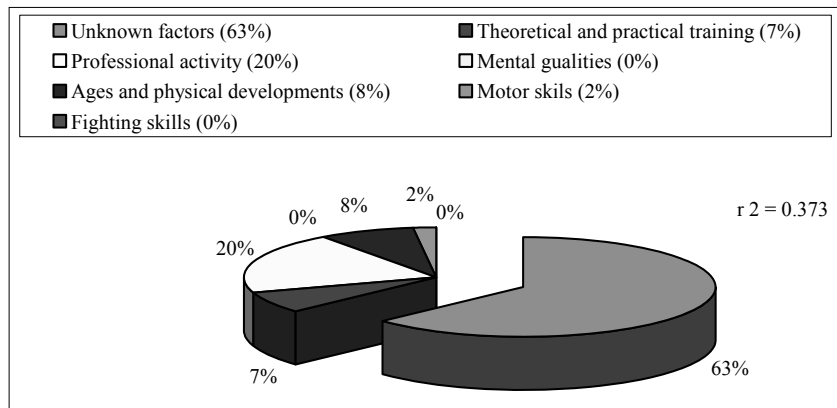
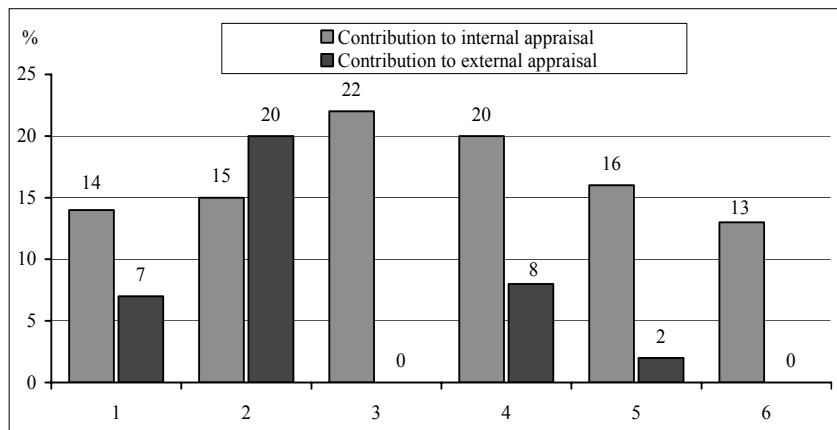


Fig. 4. The ratio of external (subjective) and internal (objective) appraisals



Note. 1 — theoretical and practical training; 2 — professional activity; 3 — mental qualities; 4 — age and physical developments; 5 — motor skills; 6 — fighting skills.

weight of 22%, in external appraisal equaled zero. Age and physical development, having a high factor weight in internal appraisal, gained a much lower value in external appraisal.

Physical preparedness in internal appraisal has an eight fold weight than in internal appraisal. Fighting abilities, rather significant in the internal appraisal of the guard’s professional competence, have no value at all in external appraisal.

An essential difference was revealed between the internal (the contribution of objective test data) and external (the guard’s superiors’ subjective) appraisal.

DISCUSSION

Thus, our research revealed that the guard’s professional competence was a multifactoral characteristic. According to Z. T. Nowicki (1999), protection of personal property and life is the basic function performed by the guard. This particular function is determined by the level of the guard’s overall preparedness and by his inborn characteristics, such as somatic indicators of his physical development or his

mental qualities. In general, any representative of human species, including, naturally, a guard, is a very complex psychobiological system whose behaviour is determined by numerous internal and external factors (Giddens, 2000; Skurvydas, 2001). To investigate into this complex system or to predict its behaviour is a very complicated task (Skurvydas, Mamkus, 1999). Our research showed that guards’ examination carried out on the grounds of external and internal assessment criteria produces different results. Authors argue that a thorough examination of a human demands a great deal of measuring and testing. What is more, thorough investigation requires to apply methods utilised in other areas of scientific research (Dal-Monte et al., 1988; Платонов, 2004; Skernevičius, 2004). Our findings indicate that guard’s competence is limited by a series of factors, and that the difference among contributions made by each factor is not great. Thus, if the scope of research programme is reduced, very significant information is lost. Guards are exposed to stress in a wide range of professional situations. Stress, as is known, influences operations performed by a human in a number of ways (Виру, Кыргыз,

1983; Хаджиев, Дашева, 2000). Our findings show that it was the factor of mental qualities that produced the most powerful effect on the professional competence of guards.

Thus, the factors can be divided into three groups: 1) those having a similar weight in internal and external assessment (theoretical and practical preparedness; 2) those having a big weight in internal and a medium weight in external appraisal (theoretical and practical preparedness), age and physical development; 3) those contributing much to internal and little, if at all, to external appraisal (psychic qualities, physical preparedness; fighting abilities). These factors can be considered as easy, hard and very hard to diagnose. There are reasons to maintain that only a comprehensive examination of security workers by verified, valid, reliable and objective methods of investigation can provide adequate information on their professional competence. The subjective appraisal of superiors hardly reflects reality. Thus, a quality professional selection and the evaluation of the professional competence of security workers must not be based on subjective opinions.

CONCLUSIONS

1. Factor analysis applied for competence assessment of security workers has shown that in internal appraisal (of summarized identified variables) the highest value belongs to psychic qualities (22%) as well as age and physical development (20%), followed by physical preparedness (16%), professional activity (15%), theoretical and practical preparedness (14%) and fighting abilities (13%).
2. The (external) appraisal by security service superiors, when only the observation and questioning methods are applied, are not sufficiently informative and reliable.
3. The factor of theoretical and practical preparedness has been found to have a similar weight both in external and internal appraisal, however, a number of factors, such as psychic qualities, physical preparedness and fighting abilities, in internal and external appraisal have a cardinaly opposite value.

REFERENCES

- Apsaugos valdymas: mokymo kursų medžiaga.* (1999). Vilnius: Group 4 Securitas Training Limited. P. 16.
- Dadelo, S. (2004). The professional competence aspects in guards. In *Direction of Development of Scientific Research in Sports Training*. Częstochowa. P. 41—46.
- Dal-Monte, A., Dirix, A., Knuttgen, H., Tittel, K. (1988). *The Olympic Book of Sport Medicine*. II Blackwell Scientific Publication. P. 121—150.
- Dessler, G. (2001). *Personalo valdymo pagrindai*. (Original English language title: Essentials of human resource management, first edition by Gary Dessler, 1999). Vilnius. P. 344.
- Drozdowski, Z. (1998). *Antropometria w wychowaniu fizycznym* (wydanie IV). Poznań. P. 205.
- Giddens, A. (2000). *Modernybė ir asmens tapatumas. Asmuo ir visuomenė vėlyvosios modernybės amžiuje*. Vilnius.
- Gonestas, E., Strielčiūnas, R. R. (2003). *Taikomoji statistika*. Kaunas: LKKA. P. 304.
- Kalina, R. M. (1997). *Sporty walki i trening samoobrony w edukacji obronnej młodzieży*. Warszawa. P. 150.
- Lietuvos profesijų klasifikatorius.* (1999). Lietuvos darbo rinkos mokymo tarnyba. Vilnius.
- Nowicki, Z. T. (1999). *Ochrona osób i mienia*. Toruń. P. 330.
- Sakalas, A. (1998). *Personalo vadyba*. Kaunas. P. 278.
- Skernevičius, J., Raslanas, A., Dadelienė, R. (2004). *Sporto mokslo tyrimų metodologija*. Vilnius. P. 220.
- Skurvydas, A., Mamkus, G. (1999). Kodėl negalima tiksliai prognozuoti biologinių sistemų elgsenos. *Tarptautinės mokslinės konferencijos „Biologinė inžinerija“ medžiaga* (pp. 11—15). Kaunas.
- Skurvydas, A. (2001). Naujoji mokslo paradigma. *Sporto mokslas*, 4 (26), 2—6.
- Stupnicki, R. (2000). *Biometrika*. Warszawa. P. 114.
- Syska, J. R. (2005). *Psychomotoryczne efekty uprawiania przez kobiety nowoczesnych form gimnastyczno-tiecznych z elementami samoobrony*. Warszawa: Dys. AWF.
- Виру, А. А., Кыргыз, П. К. (1983). *Гормоны и спортивная работоспособность*. Москва: ФИС. С. 159.
- Платонов, В. Н. (2004). *Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте*. Киев. С. 809.
- Сизанов, А. (2000). *Тесты и психологические игры. Ваш психологический портрет*. Минск. С. 576.
- Судоплатов, А. П., Лекарев, С. В. (2001). *Безопасность предпринимательской деятельности*. Москва. С. 382.
- Хаджиев, Н., Дашева, Д. (2000). Спорт, стресс, адаптация (методология и перспективы). *Наука в олимпийском спорте*, 2, 109—114. Киев.

APSAUGOS DARBUOTOJŲ KOMPETENCIJĄ LEMIANČIŲ VEIKSNIŲ ANALIZĖ

Stanislaw Dadelo

Vilniaus Gedimino technikos universitetas, Vilnius, Lietuva

SANTRAUKA

Tyrimu siekta išsiaiškinti apsaugos darbuotojo profesinę kompetenciją lemiančius veiksnius ir kokią ryšį jie turi su apsaugos darbuotojų vadovo savo pavaldinių vertinimu. Daroma hipotetinė prielaida, kad apsaugos darbuotojo asmeninių savybių poveikio profesinei kompetencijai ir jų sąsajos su vadovo savo pavaldinių vertinimu nustatymas padės formuoti privačių saugos tarnybų personalą bei gerinti darbo kokybę.

Tyrimo subjektas — 118 privačios saugos tarnybos apsaugos darbuotojų ir keturi jų tiesioginiai vadovai. Tyrimo objektas — apsaugos darbuotojų profesinę kompetenciją lemiantys psichobiologiniai ir profesiniai veiksniai. Tyrimo tikslas — ištirti apsaugos darbuotojų profesinės kompetencijos, vadovų savo pavaldinių vertinimo ir psichobiologinių veiksnių informatyvumą, kiekybinius rodiklius bei atlikti jų analizę.

Vertinant apsaugos darbuotojų kompetenciją, taikyta faktorių analizė. Atlikus vidinį (apibendrintų identifikuotų kintamųjų) vertinimą pastebėta, kad kompetenciją daugiausia lemia darbuotojų psichinės savybės (22%), amžius ir fizinis išsivystymas (20%), tačiau nemažiau svarbūs veiksniai — fizinis parengtumas (16%), profesinis aktyvumas (15%), teorinis ir praktinis parengtumas (14%) bei koviniai gebėjimai (13%). Nustatyta, kad apsaugos tarnybos vadovo (išorinis savo pavaldinių vertinimas taikant stebėjimo ir apklausos metodus) nėra pakankamai informatyvus ir patikimas. Teorinio ir praktinio parengtumo veiksnys įvardytas kaip vienodai svarbus atliekant ir išorinį, ir vidinį vertinimą, o psichinės savybės, fizinis parengtumas ir koviniai gebėjimai vertinami gana prieštaringai.

Raktažodžiai: apsaugos darbuotojų paslaugos, kompetencija, veiksniai.

Gauta 2005 m. spalio 10 d.
Received on October 10, 2005

Priimta 2005 m. gruodžio 28 d.
Accepted on December 28, 2005

Stanislaw Dadelo
Vilniaus Gedimino technikos universitetas
(Vilnius Gediminas University of Technology)
Saulėtekio al. 11, LT-10223 Vilnius
Lietuva (Lithuania)
Tel +370 52 76 93 80
E-mail sta.da@takas.lt

BŪSIMŪJŲ SPORTO PEDAGOGŲ POŽIŪRIS Į DOPINGO VARTOJIMĄ ŠIUOLAIKINIAME SPORTE

Adomas Drazdauskas, Vida Ivaškienė, Saulius Kavaliauskas
Lietuvos kūno kultūros akademija, Kaunas, Lietuva

Adomas Drazdauskas. Docentas humanitarinių mokslų daktaras. Lietuvos kūno kultūros akademijos Kalbų katedros docentas. Mokslinių tyrimų kryptis — specialisto asmenybės ir jo profesinės kompetencijos ugdymo tobulinimas.

SANTRAUKA

Šiuo metu dopingas kaip viena iš sportinės apgaulės formų sukelia vis daugiau diskusijų.

Tyrimo tikslas — ištirti būsimumų sporto pedagogų požiūrį į dopingo vartojimą šiuolaikiniame sporte.

LKKA Sporto technologijų ir turizmo fakulteto sporto pedagogo specialybės IV kurso 88 studentai (32 merginos ir 56 vaikinai) buvo apklausti 2005 m. pavasarį. Taikytas 22 klausimų pusiau uždaro tipo klausimynas. Tyrimo duomenys buvo analizuojami vaikinų ir merginų nuomonių skirtumo aspektu. Duomenų skirtumo patikimumas nustatytas pagal χ^2 kriterijų.

Išsiaiškinta, kad dauguma respondentų (84,4% merginų ir 69,6% vaikinų) vartoja leistinas priemones (vitaminus, maisto papildus ir neuždraustus medikamentus sportiniam rezultatui pagerinti). 15,6% merginų ir 21,4% vaikinų vartoja trenerio duodamus medikamentus. Penktadalis respondentų nurodė, kad jų draugai vartoja draudžiamus medikamentus. 66,1% vaikinų ir 43,8% merginų mano, kad jų varžovai vartoja neleistas priemones sportiniam rezultatui pagerinti; atitinkamai 68,8 ir 82,1% respondentų yra tos nuomonės, kad jų sporto šakos elitas vartoja draudžiamus preparatus arba kitais būdais apgauna varžovus. Dauguma respondentų suvokia dopingo žalą, akcentuoja neigiamą jo poveikį sporte, bet yra tos nuomonės, kad be dopingo šiais laikais neįmanoma pasiekti geriausių sportinių rezultatų. Merginos labiau nei vaikinai ($p < 0,05$) linkusios su sportininku dalytis atsakomybe dėl dopingo vartojimo, joms labiau rūpi antidopinginio švietimo klausimai.

Raktažodžiai: dopingo vartojimas sporte, atsakomybė dėl dopingo vartojimo, dopingo vartojimo pasekmės.

IVADAS

Sportinei veiklai būdingos tam tikros socialinės, bendražmogiškosios vertybės leidžia ją vertinti teigiamai, o dopingas yra vienas iš veiksnių, verčiančių tuo abejoti. Įvairių šalių mokslininkų (Dubin, 1990; Terney, McLain, 1990; Radakowich et al., 1993; DuRant et al., 1994, 1996; Issari, Coombs, 1998; Pedersen, Wichstrom, 2001; Diacin et al., 2003) tyrimai rodo, kad dopingo priemonės yra ne tik žinomos, bet ir vartojamos įvairaus amžiaus ir sportinio meistriskumo atletų. Šiuo metu dopingas, kaip

viena iš sportinės apgaulės formų, sukelia vis daugiau diskusijų.

Kyla klausimas, ar dopingas yra tik sporto pasaulyje pasireiškianti blogybė, neturinti nieko bendro su aplinkiniu pasauliu. Bet sportas nėra visai atskiras pasaulis. C. Dubino (1990) nuomone, sportinė apgaulė yra tam tikra prasme šiandieninės visuomenės veidrodis. Apskritai narkotikai ir nesąžiningas turto bei garbės siekimas bet kokia kaina yra viena iš blogybių, keliančių grėsmę visuomenei. Taigi amoralumas pasiekė ir sportą.

Apgaulė kaip tokia nėra naujas fenomenas sporto varžybose, tačiau metodai, kuriais apgaudinėjama, tampa vis novatoriškesni ir sparčiau plintantys (Šukys, 2005).

Antidopingo programos siekia apginti tai, kas sporte yra vertingiausia. Šios esminės vertybės dažnai vadinamos sportine dvasia, garbinga kova (*Pasaulinis antidopingo kodeksas*, 2004). Sportinė dvasia yra žmogaus dvasios, kūno ir proto išaukštinimas, ir ją apibūdina tokios vertybės: etika, garbinga kova ir sąžiningumas, sveikata, sportinis meistriškumas, charakteris ir mokymasis, malonumas ir dėka, komandinė veikla, atsidavimas ir pasiaukojimas, pagarba taisyklėms ir įstatymams, pagarba sau ir kitiems dalyviams, draša, bendruomeniškumas ir solidarumas. Dopingas iš esmės prieštarauja sportinei dvasiai (*Pasaulinis antidopingo kodeksas*, 2004).

Sportuojantys jaunuoliai turi daugiau žinių apie dopingą nei nesportuojantys (Chester et al., 2003). Užsienyje atliktų tyrimų duomenys rodo, kad daugelis sportuojančių moksleivių ir studentų neigiamai vertina dopingo vartojimą (Issari, Coombs, 1998; Chester et al., 2003; Diacin et al., 2003). Lietuvoje šis klausimas yra menkai tyrinėtas: 2002 m. tirtas LKKA studentų požiūris į dopingo vartojimą (Drazdauskas, Ivaškienė, 2005). Todėl keliamė **probleminį klausimą** — koks yra Lietuvos būsimumų sporto pedagogų požiūris į dopingo vartojimą šiuolaikiniame sporte?

Tyrimo objektas — būsimumų sporto pedagogų požiūris į dopingo vartojimą.

Tikslas — ištirti būsimumų sporto pedagogų požiūrį į dopingo vartojimą šiuolaikiniame sporte.

Uždaviniai:

1. Ištirti, ar būsimumieji sporto pedagogai vartoja kokias nors priemones sportiniam rezultatui pagerinti.
2. Išsiaiškinti, ar kokias nors priemones sportiniam rezultatui pagerinti vartoja respondentų draugai ir varžovai.
3. Ištirti respondentų dopingo suvokimą ir nuomonę apie dopingo vartojimo paplitimą.
4. Išsiaiškinti būsimumų sporto pedagogų nuomonę apie atsakomybę už dopingo vartojimą.

Tyrimo hipotezė: merginos mažiau žino apie dopingo vartojimo faktus, bet joms labiau nei vaikinams rūpi antidopinginio švietimo klausimai.

Pagrindinės sąvokos

Dopingas — 1. Svetimų organizmui arba

viršijančių normalų kiekį fiziologinių medžiagų skyrimas, draudžiamų metodų taikymas sveikam žmogui, turint išskirtinį tikslą — dirbtinai ir negarbingai pagerinti sportinį rezultatą. 2. Organizmo fizinę ir psichinę veiklą skatinantys arba slopinantys preparatai, vartojami sportininko pajėgumui laikinai didinti. Dopingo preparatai, maksimaliai sutelkdami organizmo funkcines galias ir dirbtinai didindami darbingumą, kelia pavojų sveikatai ir griaua sportininko pasitikėjimą savimi (*Sporto terminų žodynas*, 2002).

WADA — Pasaulinė antidopingo agentūra (*Pasaulinis antidopingo kodeksas*, 2004, p. 61).

Antidopingo organizacija — pasirašiusi šalis, atsakinga už taisyklių, reguliuojančių bet kurio dopingo kontrolės etapo inicijavimą, įgyvendinimą ar skatinimą, priėmimą. Tai gali būti, pavyzdžiui, Tarptautinis olimpinis komitetas, Tarptautinis parolimpinis komitetas, kiti didžiųjų renginių organizatoriai, atliekantys testavimą per savo renginius, taip pat WADA, tarptautinės federacijos ir nacionalinės antidopingo organizacijos (*Pasaulinis antidopingo kodeksas*, 2004, p. 56).

Dopingo kontrolė — testavimo atlikimo planavimas, mėginių surinkimas bei transportavimas, laboratorinė analizė, rezultatų tvarkymas, bylų nagrinėjimas ir apeliacijos (*Pasaulinis antidopingo kodeksas*, 2004, p. 57).

Dopingo platinimas — draudžiamos medžiagos ar metodo pardavimas, davimas, skyrimas, siuntimas, pristatymas, paskirstymas sportininkui tiesiogiai per vieną arba daugiau trečiųjų šalių; tai neliečia sporte draudžiamų medžiagų pardavimo ar platinimo (atliekamo medicinos personalo ar kitų asmenų nei sportininko pagalbinis personalas) sąžiningam ir legaliam gydymui (*Pasaulinis antidopingo kodeksas*, 2004, p. 59).

Vartojimas — bet kokios draudžiamos medžiagos ar metodo vartojimas: nurijimas, injekcija ar bet kuris kitoks vartojimas (*Pasaulinis antidopingo kodeksas*, 2004, p. 61).

Tyrimo metodai: literatūros šaltinių analizė; anketinė apklausa; matematinė statistika.

Tyrimo organizavimas. LKKA Sporto technologijų ir turizmo fakulteto sporto pedagogo specialybės IV kurso 88 studentai (32 merginos ir 56 vaikinai) apklausti 2005 m. pavasarį. Tyrimo metu 15,6% merginų ir 32,5% vaikinų buvo aktyviai sportuojantys ir dalyvaujantys varžybose (iš jų atitinkamai 3,1 ir 12,5% profesionalių sportininkų), 37,5% merginų ir 35,7% vaikinų

buvo sportuojantys savo malonumui, likusieji — nebesportuojantys. Taikytas 22 klausimų pusiau uždaro tipo klausimynas. Buvo 13 atviro ir 9 uždaro tipo klausimai. Septyni klausimai skirti socialinėms demografinėms respondentų charakteristikoms nustatyti. Buvo pateikti 34 teiginiai, rodantys respondentų informuotumą apie dopingo vartojimą ir pedagoginių prevencinių priemonių taikymo galimybes. Respondentai galėjo pasirinkti vieną iš siūlomų atsakymų: „visiškai sutinku“, „sutinku“, „negaliu atsakyti“, „nesutinku“, „kategoriškai nesutinku“. Keturi klausimai skirti respondentų nuomonei apie dopingo vartojimo paplitimą Lietuvoje ir pasaulyje išsiaiškinti. Devyni klausimai — sportuojantiems studentams, siekiant nustatyti dopingo vartojimo atvejus LKKA studentų sportinėje aplinkoje.

Tyrimo duomenys buvo analizuojami vaikinių ir merginų nuomonių skirtumo aspektu. Duomenų skirtumo patikimumas nustatytas pagal χ^2 (*chi* kvadrato) kriterijų. Rezultatų skirtumas laikytas reikšmingu, kai $p < 0,05$.

TYRIMO REZULTATAI

Anketinės apklausos rezultatų duomenimis, didesnė būsimųjų sporto pedagogų dalis vartoja leistinas priemones (vitaminus, maisto papildus ir neuždraustus medikamentus) sportiniam rezultatui pagerinti (1 pav.). 3,1% merginų ir 5,4% vaikinių nurodė, kad jie vartoja draudžiamus medikamentus. 15,6% merginų ir 21,4% vaikinių vartoja trenerio duodamus nežinomus medikamentus.

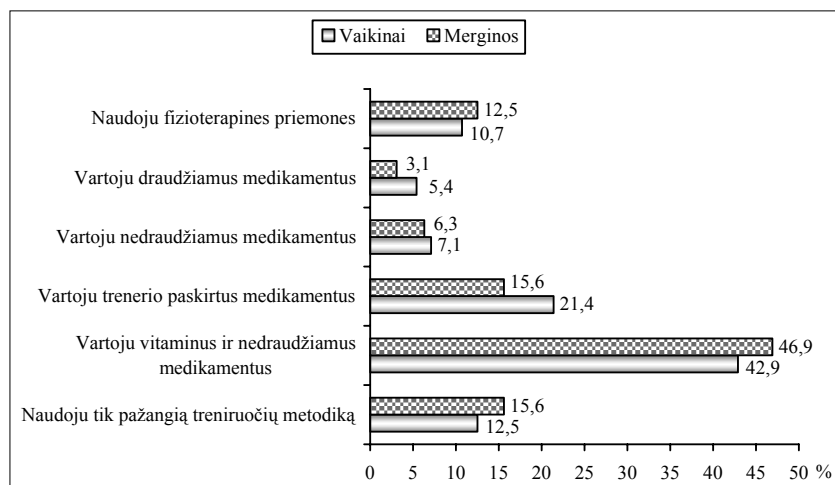
Į klausimą apie tai, kas žino apie draudžiamų medžiagų vartojimą, 30,4% vaikinių nurodė, jog niekas iš aplinkinių nežino, kad jie vartoja tokias medžiagas (2 pav.). 3,1% merginų nurodė, kad

apie draudžiamų medžiagų vartojimą žino treneris, treniruočių draugai, 6,3% — žino geriausi draugai; 3,1% merginų — niekas nežino, kad jos vartoja dopingą, o kitos teigė nevartojančios dopingo. Daugiau vaikinių nei merginų ($p < 0,05$) teigė: apie tai, kad jie vartoja dopingą, nežino niekas (30,4%), žino geriausi draugai (23,2%), treneris (23,2%), treniruočių draugai (14,3%).

Didesnė dalis respondentų draugų vartoja leistinas priemones (vitaminus ir nedraudžiamus medikamentus) sportiniam rezultatui pagerinti (taip nurodė 65,6% merginų ir 73,2% vaikinių) (3 pav.). Beveik penktadalis respondentų (18,8% merginų ir 19,6% vaikinių) nurodė, kad jų draugai sportininkai vartoja draudžiamus medikamentus. Daugiau merginų (25,0%) nei vaikinių (12,5%) yra tos nuomonės, kad jų draugai sportiniam rezultatui pagerinti naudoja tik pažangią treniruočių metodiką ($\chi^2 = 16,8$; $p < 0,001$).

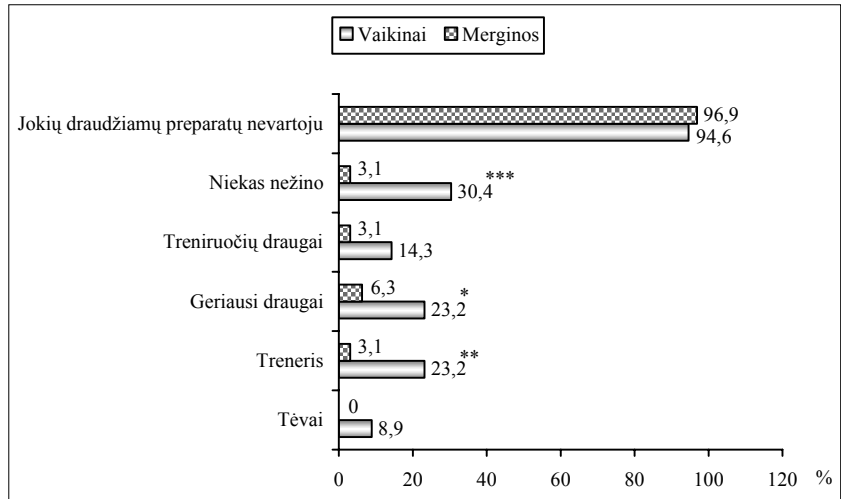
Didesnė dalis respondentų (43,8% merginų ir 66,1% vaikinių) mano, kad jų varžovai vartoja neleistinas priemones sportiniam rezultatui pagerinti (4 pav.). Skirtumas tarp to, ką jie patys vartoja, ką vartoja draugai ir jų varžovai, yra statistiškai reikšmingas ($p < 0,05$), nes daugiau nei pusė apklaustų studentų nurodė, kad jų pagrindiniai varžovai vartoja draudžiamas medžiagas. Daugiau merginų (12,5%) nei vaikinių (5,4%) yra tos nuomonės, kad sportiniam rezultatui pagerinti jų pagrindiniai varžovai naudoja tik pažangią treniruočių metodiką ($\chi^2 = 8,16$; $p < 0,001$).

Pateikus klausimą „Kokia dalis Jūsų treniruočių draugų, pagrindinių varžovų ir Jūsų sporto šakos aukščiausio (pasaulinio) lygio sportininkų vartoja dopingą“ nustatyta, kad būsimieji treneriai kritiškiausiai vertina aukščiausio lygio sportininkus: 68,8% merginų ir 82,1% vaikinių mano, kad jų sporto šakos elites nešvariai siekia



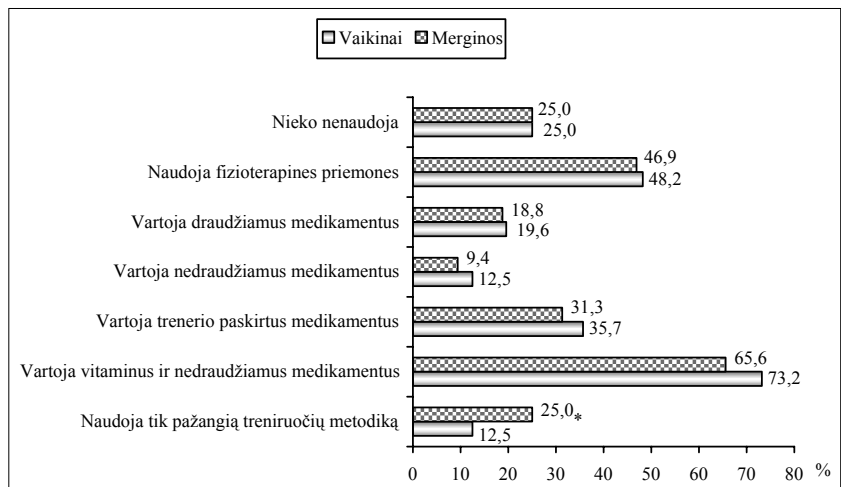
1 pav. Respondentų atsakymų į klausimą „Ar vartojote kokias nors priemones sportiniam rezultatui pagerinti?“ skirstinys (%)

2 pav. Atsakymų į klausimą „Jei Jūs vartojate draudžiamus preparatus (dopingą), kas dar apie tai žino?“ skirstinys (%)



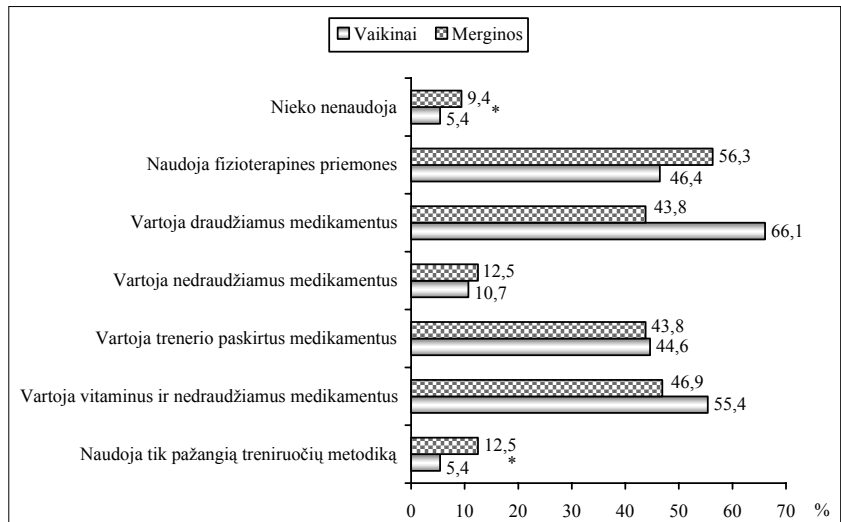
Pastaba. * — $p < 0,05$; ** — $p < 0,01$; *** — $p < 0,001$.

3 pav. Atsakymų į klausimą „Ar vartoja Jūsų draugai kokias nors priemones sportiniam rezultatui pagerinti?“ skirstinys (%)



Pastaba. * — $p < 0,001$.

4 pav. Atsakymų į klausimą „Ar vartoja Jūsų pagrindiniai varžovai kokias nors priemones sportiniam rezultatui pagerinti?“ skirstinys (%)



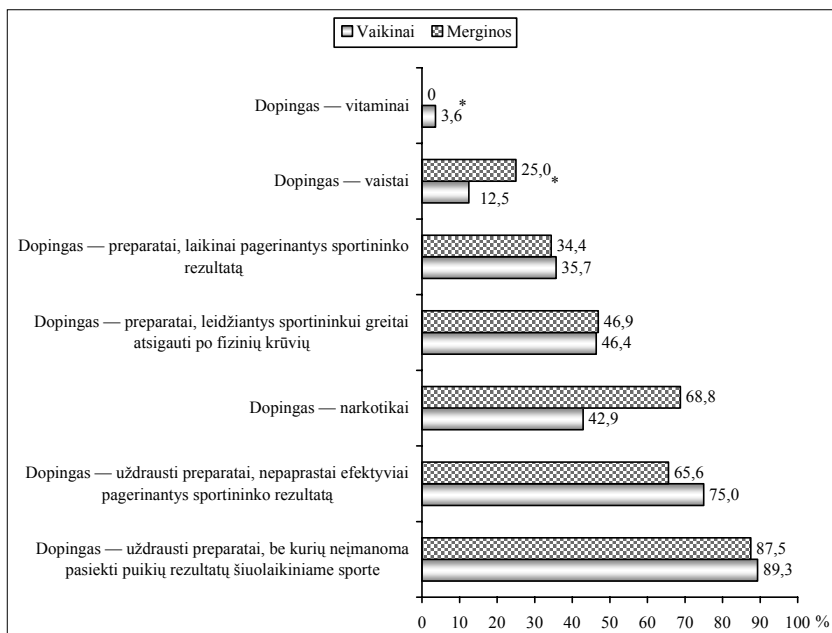
Pastaba. * — $p < 0,001$.

pergalės, t. y. vartoja draudžiamus preparatus arba kitais būdais apgauna savo varžovus.

Norint nustatyti studentų informuotumą ir emocines nuostatas dopingo vartojimo klausimu buvo pateikta teiginių, rodančių aktyvų pažinimo ir emocijų santykį su dopingo vartojimu. Tarp jų populiariausias (87,5% merginų ir 89,3% vaikinių) anketos teiginys „Dopingas — tai uždrausti pre-

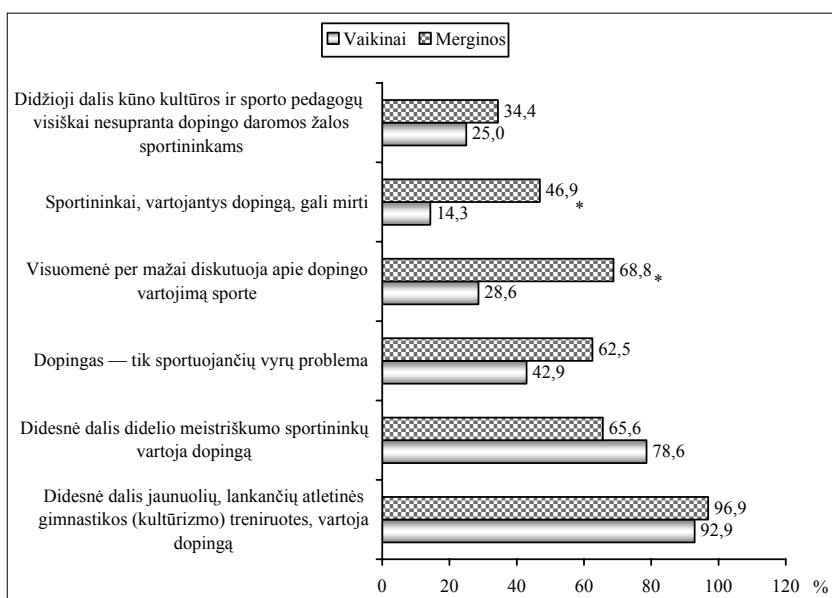
paratai, be kurių šiandien neįmanoma pasiekti puikių rezultatų šiuolaikiniame sporte“ (5 pav.). Pasirodo, yra ir studentų, kurie nežino, kas yra dopingas: 3,6% vaikinių nurodė, kad tai vitaminai, 25,0% merginų ir 12,5% vaikinių — kad tai vaistai (5 pav.).

Tarp pateiktų teiginių apie dopingo vartojimo paplitimą ir žalą populiariausias buvo klausimyno teiginys „Didesnė dalis jaunuolių, lankančių



5 pav. Teiginių apie dopingo sampratą vertinimo skirstinys (atsakymų variantai „sutinku“ ir „visiškai sutinku“) (%)

Pastaba. * — $p < 0,05$.



6 pav. Respondentų nuomonės apie dopingo vartojimo paplitimą ir žalą skirstinys (atsakymų variantai „sutinku“ ir „visiškai sutinku“) (%)

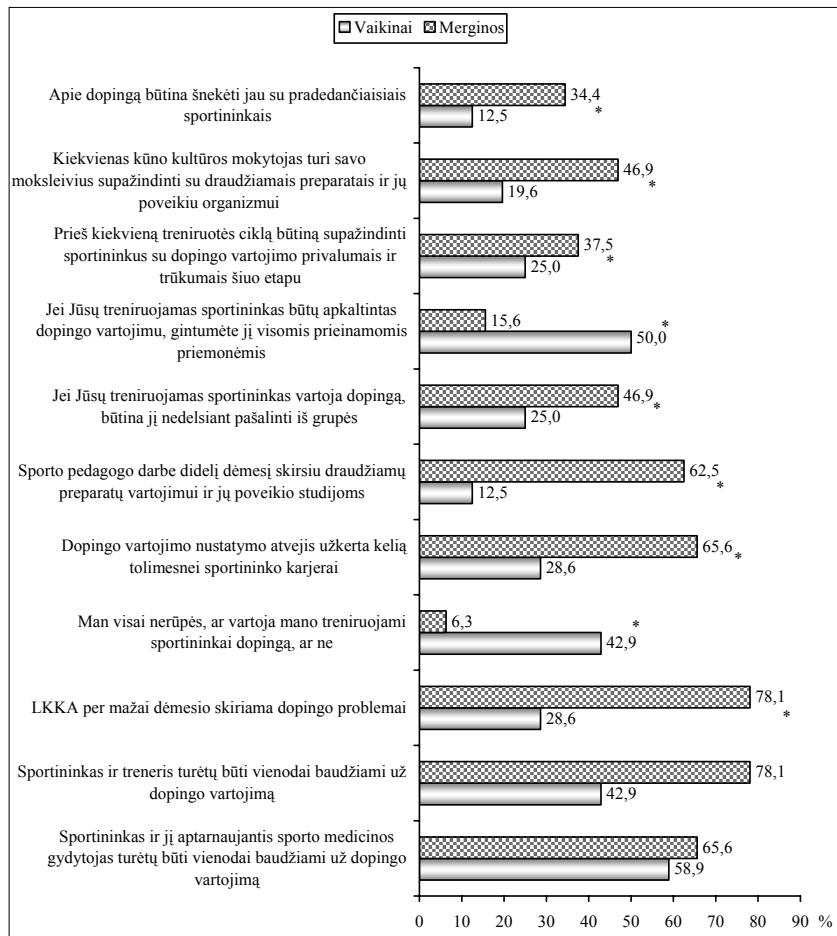
Pastaba. * — $p < 0,01$.

atletinės gimnastikos (kultūrizmo) treniruotes, vartoja dopingą“ (96,9% merginų ir 92,9% vaikinių) ir „Didesnė dalis didelio meistriškumo sportininkų vartoja dopingą“ (atitinkamai 65,6 ir 78,6%). Nustatytas patikimas skirtumas tarp vaikinių ir merginų nuomonės vertinant teiginį „Visuomenė per mažai diskutuoja apie dopingo vartojimą sporte“: merginos dažniau (68,8%) nei vaikinai (28,6%) pasirinko vertinimo variantus „sutinku“ ir „visiškai sutinku“ ($\chi^2 = 44,66$; $p < 0,001$). Trečdaliu daugiau merginų nei vaikinių (atitinkamai 46,9 ir 14,3%) yra tos nuomonės, kad „Sportininkai, vartojantys dopingą, gali mirti“ ($\chi^2 = 10,90$; $p < 0,01$) (6 pav.).

Tarp pateiktų 11 pedagoginių situacijų, susijusių su dopingo vartojimo problema ir atsakomybės

už šį nusikaltimą vertinimu, dažniausiai buvo paminėti tokie klausimyno teiginiai „Sportininkas ir treneris turėtų būti vienodai baudžiami už dopingo vartojimą“ (78,4% merginų ir 42,9% vaikinių) ir „Sportininkas ir jį aptarnaujantis sporto medicinos gydytojas turėtų būti vienodai baudžiami už dopingo vartojimą“ (65,6% merginų ir 58,9% vaikinių) (7 pav.). Vaikinių ir merginų nuomonė išsiskyrė vertinant kitus teiginius. Merginos reikliau negu vaikinai ($p < 0,05$) vertino sporto specialistus (trenerius), skatinančius vartoti dopingą. Jos prasčiau įvertino LKKA gaunamą informaciją apie dopingo žalą ir dažniau (62,5%) nei vaikinai (12,5%) ($p < 0,05$) teigė, kad „Sporto pedagogo darbe didelį dėmesį skirsiu draudžiamų preparatų vartojimui ir jų poveikio studijoms“.

7 pav. Pedagoginių situacijų ir teiginių, susijusių su dopingo vartojimo problema, vertinimas (atsakymų variantai „sutinku“ ir „visiškai sutinku“) (%)



Pastaba. * — $p < 0,01$.

Daugiau merginų nei vaikinų ($p < 0,05$) yra tos nuomonės, kad „Apie dopingą būtina šnekėti jau su pradedančiaisiais sportininkais“ (atitinkamai 34,4 ir 12,5%), „Prieš kiekvieną treniruotės ciklą būtina supažindinti sportininkus su dopingo vartojimo privalumais ir trūkumais šiuo etapu“ (atitinkamai 37,5 ir 25,0%). 46,9% merginų ir 19,6% vaikinų mano, kad „Kiekvienas kūno kultūros mokytojas turi savo moksleivius supažindinti su draudžiamais preparatais ir jų poveikiu organizmui“.

Statistiškai reikšmingas skirtumas nustatytas analizuojant atsakymus apie asmeninę atsakomybę dėl treniruojamo sportininko dopingo vartojimo. Merginos labiau nei vaikinai ($p < 0,05$) linkusios dalytis atsakomybe su sportininku, taip pat joms labiau rūpi, ar jų sportininkai vartoja dopingą, ar ne (7 pav.).

REZULTATŲ APITARIMAS

Dauguma Lietuvos kūno kultūros akademijos Sporto technologijų ir turizmo fakulteto sporto pedagogo specialybės IV kurso studentų sportiniam rezultatui pagerinti vartoja leistinas prie-

mones (vitaminus ir maisto papildus, neuždraustus medikamentus). Tačiau beveik penktadalis respondentų vartoja trenerio duodamus medikamentus nesigilindami, kokie jie yra. Viena vertus, tai rodo didelį pasitikėjimą treneriu, tačiau, antra vertus, tai yra rizikinga, nes treneris gali duoti ir dopingo medžiagų.

Didesnė dalis (65,6% merginų ir 73,2% vaikinų) būsimųjų sporto pedagogų žino, kad jų draugai naudoja leistinas priemones sportiniam rezultatui pagerinti, bet net penktadalis (atitinkamai 18,8 ir 19,6%) nurodė, kad jų draugai vartoja draudžiamus medikamentus. Manome, tokių draugų pavyzdys gali dvejopai paveikti aplinkinius: pirma, jei dopingą vartojantiems draugams labai seksis sporte, tai aplinkiniai irgi gali pradėti vartoti jį; antra, jei vartojantiems dopingą nepasiseks (bus diskvalifikuoti už dopingo vartojimą ar labai pablogės jų sveikata), tai aplinkiniai gali pradėti labai neigiamai vertinti jo vartojimą.

Daugumos respondentų (atitinkamai 43,8 ir 66,1%) nuomone, jų pagrindiniai varžovai, ypač sporto šakos aukščiausio lygio sportininkai (atitinkamai 68,8 ir 82,1%), vartoja draudžiamus

preparatus arba kitais būdais apgauna savo varžovus, t. y. nešvariai siekia pergalės.

Kai kurie mokslininkai pabrėžia, kad būtina imtis dopingo vartojimo prevencijos ir teikti kuo daugiau informacijos vaikams apie dopingą, jo rūšis bei vartojimo padarinius (DuRant et al., 1994, 1996; Pedersen, Wichstrom, 2001; Chester et al., 2003). Mūsų tiriamieji taip pat yra tos nuomonės, kad būtina moksleivius supažindinti su draudžiamais preparatais bei jų poveikiu organizmui. Apie dopingą reikia kalbėti jau su pradedančiais sportininkais ir net prieš kiekvieną treniruotės ciklą.

Reikia atkreipti dėmesį į tai, kad pentadalis tirtų LKKA studentų (25% merginų ir 16,1% vaikų) nežino, kas yra dopingas (nurodė, kad tai vitaminai, vaistai), o didžioji dauguma būsimųjų sporto pedagogų (87,5% merginų ir 89,3% vaikų) yra tos nuomonės, kad „Dopingas — tai uždrausti preparatai, be kurių neįmanoma pasiekti puikių rezultatų šiuolaikiniame sporte“. Manome, kad toks požiūris — tai prasto antidopinginio švietimo pasekmė, nes būsımieji sporto pedagogai neįsivaizduoja, kad šiuolaikiniame sporte be dopingo galima pasiekti geriausių rezultatų. Toks požiūris rodo ir emocinę nuostatą, kad šiuolaikiniame sporte pergalę lemia medikamentai, paveikiai gerinantys rezultatą. Panašūs duomenys gauti ir 2002 metų A. Drazdausko ir V. Ivaškienės (2005) tyrimo metu.

Tarp pateiktų teiginių, susijusių su informacija apie dopingo vartojimą, populiariausias buvo (96,9% merginų, ir 92,9% vaikų) klausimyno teiginys „Didesnė dalis jaunuolių, lankančių atletinės gimnastikos (kultūrizmo) treniruotes, vartoja dopingą“ ir „Didesnė dalis didelio meistriškumo sportininkų vartoja dopingą“ (atitinkamai 65,6 ir 78,6%). Tai neturėtų stebinti, nes kultūrizmo ir jėgos sportas jau nuo seno siejami su dopingo vartojimu. Manytume, kad būsımieji šių sporto šakų treneriai turėtų skirti didelę reikšmę antidopinginiam švietimui. Tą mintį patvirtina ir studentų atsakymai, teigiantys, kad „Didžioji dalis kūno kultūros ir sporto pedagogų visai nesupranta dopingo daromos žalos sportininkams“ bei „Visuomenė per mažai diskutuoja apie dopingo vartojimą sporte“.

Merginos labiau nei vaikinai ($p < 0,05$) yra susirūpinę dopingo vartojimo sporte klausimais, labiau linkusios dalytis atsakomybe už dopingo vartojimo paplitimą tarp sportininkų, jos nusiteikusios rimtai antidopinginei veiklai. Visgi iki šiol

pasaulyje nėra parengtos antidopinginio švietimo metodikos, treneriai nežino, kaip ugdyti jaunuosius sportininkus, kad šie nevartotų jo. Pavyzdžiui, dauguma Prancūzijos trenerių (80,3%) nurodė, kad jie asmeniškai nėra išmokyti, kaip vykdyti dopingo prevenciją. 80,7% apklaustųjų tvirtino, kad dabartiniai dopingo prevencijos metodai yra neveiksmingi (Laure et al., 2001).

Apibendrinant galima teigti, kad būsımieji sporto pedagogai susiduria su dopingo vartojimu, tačiau jiems dar trūksta šiuolaikinės mokslinės informacijos apie dopingo medžiagas, vartojimo priežastis ir pasekmes.

Manome, kad Lietuvos kūno kultūros akademijos Sporto technologijų ir turizmo fakulteto studentams reikėtų išsamaus antidopinginio švietimo, nes dopingo medžiagos, turėdamos narkotinį poveikį, sukelia priklausomybę, ypač jauniems žmonėms. Būsımieji sporto pedagogai nėra supažindinami su antidopinginio švietimo metodika, jie stokoja žinių, kaip ugdyti jaunuosius sportininkus, kad jie nevartotų dopingo. Tyrimas parodė, kad nemaža dalis būsimųjų sporto pedagogų visiškai nesuvokia dopingo žalos, o kai kurie net patys, siekdami geresnių rezultatų, vartoja uždraustus preparatus.

IŠVADOS

1. Dauguma būsimųjų sporto pedagogų (84,4% merginų ir 69,6% vaikų) vartoja leistinas priemones sportiniam rezultatui pagerinti. 15,6% merginų ir 21,4% vaikų vartoja trenerio duodamus nežinomus medikamentus.
2. Pentadalis respondentų nurodė, kad jų draugai vartoja draudžiamus medikamentus. 43,8% merginų ir 66,1% vaikų mano, kad jų varžovai vartoja neleistinas priemones sportiniam rezultatui pagerinti. Atitinkamai 68,8 ir 82,1% respondentų yra tos nuomonės, kad jų sporto šakos elitas naudoja draudžiamus preparatus arba kitais būdais apgauna varžovus.
3. Dauguma respondentų suvokia dopingo žalą, akcentuoja neigiamą jo poveikį sporte, bet yra tos nuomonės, kad be dopingo šiais laikais neįmanoma pasiekti geriausių sportinių rezultatų.
4. Merginos labiau nei vaikinai ($p < 0,05$) linkusios su sportininku dalytis atsakomybe dėl dopingo vartojimo, joms labiau rūpi, ar jų sportininkai vartoja dopingą.

LITERATŪRA

- Chester, N., Reilly, T., Mottran, D. R. (2003). Over the counter drug use amongst athletes and non-athletes. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 43 (1), 111.
- Diacin, M. J., Parks, J. B., Alison, P. C. (2003). Voices of male athletes on drug use, drug testing, and the existing order in intercollegiate athletics. *Journal of Sport Behavior*, 26 (1), 1—16.
- Drazdauskas, A., Ivaškienė, V. (2005). Lietuvos kūno kultūros akademijos studentų požiūris į dopingą. *Kultūra. Ugdymas. Visuomenė* (Mokslo darbai), 1, 318—322. Kaunas: Akademija.
- Dubin, C. L. (1990). *Commission of Inquiry into the Use of Drugs and Banned Practices Intended to Increase Athletic Performance*. Ottawa: ON. P. 517.
- DuRant, R., Ashworth, C. S., Newman, C., Rickwert, V. I. (1994). Stability of the relationship between anabolic steroid use and multiple substance use among adolescents. *Journal of Adolescent Health*, 15, 111—116.
- DuRant, R., Escobeda, L., Heath, G. (1996). Anabolic-steroid use, strength training, and multiple drug use among adolescents in the United States. *Pediatrics*, 96, 23—28.
- Issari, P., Coombs, R. H. (1998). Women, drug use, and drug testing: The case of the intercollegiate athlete. *Journal of Sport and Social Issues*, 22, 153—169.
- Laure, P., Thouvenin, F., Lecerf, T. (2001). Attitudes of coaches towards doping. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 41 (1), 132—138.
- Pasaulinis antidopingo kodeksas*. (2004). Vilnius. P. 56—61.
- Pedersen, W., Wichstrom, L. (2001). Adolescents, doping agents, and drug use: A community study. *Journal of Drug Issues*, 31 (2), 519.
- Radakowich, J., Broderick, P., Pickell, G. (1993). Rate of anabolic-androgenic steroid use among students in junior high school. *Journal of American Board of Family Practise*, 6, 341—345.
- Sporto terminų žodynas*. (2002). Parengė S. Stonkus. T. 1. Kaunas. P. 114.
- Šukys, S. (2005). Draudžiamų preparatų vartojimo etiniai aspektai. Kn.: *Socialiniai, etiniai sporto aspektai*. Kaunas. P. 87—101.
- Terney, R., McLain, L. G. (1990). The use of anabolic steroids in high school students. *American Journal of Disease in Children*, 144, 99—103.

THE ATTITUDE OF WOULD-BE SPORT PEDAGOGUES TO DOPE USAGE IN PRESENT-DAY SPORT

Adomas Drazdauskas, Vida Ivaškienė, Saulius Kavaliauskas
Lithuanian Academy of Physical Education, Kaunas, Lithuania

ABSTRACT

Certain social and common human values characteristic of sports activities allow one to estimate them positively, whereas using dope in sport makes one start questioning these positive aspects of sports activities and is, undoubtedly, detrimental to the very image of sport. Presently dope, as one of the forms of fraud in sport, serves as the subjects of ever wider discussions.

The aim of the research was to study the attitude of would-be sport pedagogues to dope usage in present-day sport.

Organization of the research. In the spring of the year 2005 questionnaires of half-closed type consisting of 22 questions were filled in by 88 (32 girls and 56 boys) would-be sport pedagogues, 4th-year students of the Sport Technologies and Tourism Faculty of the Lithuanian Academy of Physical Education.

There were 13 open-type and 9 closed-type questions. 7 questions were meant to establish social-demographic characteristics of the respondents. 2 questions contained 34 propositions revealing the informativeness of the respondents concerning dope usage and the possibilities of applying pedagogical preventive means. The respondents had a free choice of one reply out of the four variants suggested, namely: “agree completely”, “agree”, “can give no reply”, “do not agree” and “do not agree categorically”. 4 questions were meant to find out the opinion of the respondents as to prevalence of dope usage in Lithuania and throughout the world. 9 questions were meant for students engaged in sports with a view to establishing instances of dope usage in sports environment of students of the LAPE.

The data obtained as a result of the research done from the viewpoint of differences in opinion between boys and girls. For verification of the validity of replies the χ^2 criterion was used.

The results of the research. It has been ascertained that permissible means for improving sports results, such as vitamins, food supplements and unprohibited drugs, are used by the majority of the respondents (84.4% of girls and 69.6% of boys). It is of interest to note that nearly one fifth of those questioned have been using drugs given by the coach. On the one hand this shows trust in the coach on the part of the athletes. Still, on the other hand, this is associated with risk since among the medicinal substances given by the coach there might be substances containing dope.

The majority of the respondents (43.8% of girls and 66.1% of boys) are of the opinion that their rivals use unpermissible means for improving sports results. Would-be coaches are extremely critical about elite athletes. Thus, 68.8% of girls and 82.1% of boys are of the opinion that elite athletes of the kind of sports practised by them strive for victory by unfair means, i. e. by taking unpermissible drugs or deceiving their rivals in other ways.

The majority of the respondents are aware of the damage caused by dope usage and they emphasize the negative effect of dope usage in sport but they are also of the opinion that achieving the highest results in sport without using dope is impossible.

Significant differences have been established when analyzing replies as to the personal responsibility for the athlete coached what regards dope usage. Girls are more inclined than boys ($p < 0.05$) to share the responsibility with the athlete coached by them and they are more concerned in the case their athletes take to using dope.

Thus, would-be sport pedagogues, students of the Sport Technologies and Tourism Faculty of the Lithuanian Academy of Physical Education are familiar with dope and cases of using it. Still they lack the newest scientific information about substances containing dope, as well as consequences of dope usage. The students also need information on educational antidope activities.

Keywords: dope usage in sport, responsibility for dope usage, results of dope usage.

Gauta 2005 m. rugsėjo 17 d.
Received on September 17, 2005

Priimta 2005 m. gruodžio 28 d.
Accepted on December 28, 2005

Vida Ivaškienė
Lietuvos kūno kultūros akademija
(Lithuanian Academy of Physical Education)
Sporto g. 6, LT-44221 Kaunas
Lietuva (Lithuania)
Tel +370 37 302645
E-mail v.ivaskiene@lkka.lt

13—15 METŲ LEDO RITULININKŲ BENDROJO FIZINIO PARENGTUMO KAITA PER METINIUS CIKLUS

Gracijus Girdauskas, Birutė Girdauskienė, Rimas Kazakevičius

Lietuvos kūno kultūros akademija, Kaunas, Lietuva

Gracijus Girdauskas. Docentas socialinių mokslų daktaras. Lietuvos kūno kultūros akademijos Sportinių žaidimų katedros docentas. Mokslinių tyrimų kryptis — jaunųjų sportininkų rengimas ir valdymas.

SANTRAUKA

Labai svarbu visais sportinio rengimo etapais reguliariai nustatyti ir įvertinti sportininkų fizinį parengtumą. Tai yra sportinio rengimo esmė (Karoblis, 2003). Pagal tyrimų rezultatus galima planuoti fizinius krūvius ateityje. Ypač svarbu deramai panaudoti treniruotės metodus ir priemones bei tinkamu santykiu taikyti įvairias rengimo rūšis pubertatiniu jaunųjų sportininkų rengimo laikotarpiu (Gailiūnienė, Kontvainis, 1994).

Tyrimo tikslas — nustatyti ir įvertinti 13—15 metų ledo ritulininkų bendrojo fizinio parengtumo kaitą per makrociklą taikant specialų trijų mikrociklų rengimo planą. Buvo tirtas ledo ritulio komandos žaidėjų ($n = 17$) bendrasis fizinis parengtumas, kai jiems buvo 13, 14 ir 15 metų (I—III tyrimas), analizuojant 2002 / 2003, 2003 / 2004 ir 2004 / 2005 metų sezonų tyrimo rezultatų vidurkius. Fiziniam parengtumui iširti naudota New Test elektroninė aparatūra. Tyrimo metu nustatėme greitumą, jėgos greitumą, staigiąją jėgą (Bosco et al., 1983; Raslanas, Skernevičius, 1998). Tiriameji atliko po tris bandymus, užrašomas tik geriausias rezultatas. Taip pat buvo nustatyta jėgos išvermė, išvermė, plaštakų jėga (dinamometrija), vikrumas (specialusis testas).

Fizinių ypatybių pokyčiai per tyrimo laikotarpį buvo šie: staigiosios jėgos (horizontalaus šuolio — 10,7%, vertikalaus — 9,7%); greičio — 8,6%; jėgos greičio (30 m bėgimo iš vietos — 4,6%, 20 m — 4,0%); plaštakos jėgos (dinamometrijos): dešinės — 27%, kairės — 26%; jėgos išvermės (prisitraukimų prie skersinio) — 22%; vikrumo (specialiojo testo) — 6,4%; išvermės (300 m bėgimo) — 12%. Tyrimo rezultatai leidžia teigti, kad mūsų naudota eksperimentinė fizinio rengimo programa buvo veiksminga. Lygindami Lietuvos 13—15 metų ledo ritulininkų įvairių fizinių ypatybių rezultatus su kitų šalių (Švedijos, Rusijos) ir Lietuvos šio amžiaus krepšinininkų analogiškų tyrimų fizinio parengtumo rezultatais galime teigti, kad buvo geresni mūsų tiriamųjų staigiosios jėgos, greičio fizinių ypatybių rezultatai, o išvermės, jėgos išvermės ir vikrumo fizinių ypatybių — panašūs.

Raktažodžiai: *rengimo etapai, rengimo rūšys, tyrimo laikotarpis, mezociklas, metinis ciklas.*

ĮVADAS

Sportinio rengimo metu labai svarbu tinkamai parinkti ir išdėstyti fizinius krūvius, jų santykį su kitomis rengimo rūšimis. Ne mažiau svarbu sekti jaunųjų sportininkų fizinės būklės, darbingumo kitimą atliekant skirtingus fizinius krūvius.

Gauti rezultatai turi būti panaudoti tolesniam krūviui planuoti. Visais sportinio rengimo etapais labai svarbu reguliariai nustatyti, įvertinti ir koreguoti sportininkų parengtumą. Tai yra visos

sporto treniruotės planavimo ir valdymo esmė. Pedagoginė kontrolė, sportininkų testavimo rezultatai parodo taikomų priemonių operatyvumą, tinkamumą ir efektyvumą (Karoblis, 2003). Remiantis konkrečiais tyrimų rezultatais galima planuoti fizinius krūvius ir jų taikymo metodus ateityje. Tik taip bus garantuotas tinkamas fizinis parengtumas, leidžiantis efektyviai spręsti ir kitų rengimo rūšių uždavinius. Ypač svarbu deramai panaudoti treniruotės metodus ir priemones bei

tinkamu santykiu taikyti įvairias rengimo rūšis. Dar didesnę reikšmę fizinio rengimo metu įgyja tikslingas fizinių ypatybių lavinimo priemonių taikymo santykis pubertatinių jaunųjų sportininkų rengimo laikotarpiu (Gailiūnienė, Kontvainis, 1994). Vaikų ir paauglių atliekami didelės apimties bendrojo fizinio rengimo krūviai, neatitinkantys būsimos specializacijos reikalavimų, gali slopinti įgimus jaunųjų sportininkų gabumus, gebėjimus ir neleisti ateityje pasiekti gerų rezultatų (Платонов, 2004).

Hipotezė. Manome, kad taikant tinkamas treniruotės programas ir atsižvelgiant į vaikų amžiaus palankiausias laikotarpius fiziniams ypatybėms lavinti, galima sulaukti akivaizdaus rezultatų pagerėjimo.

Tyrimo tikslas — nustatyti 13—15 metų ledo ritulininkų bendrojo fizinio parengtumo kaitą per metinius ciklus.

Tyrimo uždaviniai:

1. Įvertinti ledo ritulininkų fizinių ypatybių pokyčius tiriamuoju laikotarpiu (2003—2005 m.).
2. Palyginti sportinio parengtumo tyrimo rezultatus su analogiškais kitų mokslininkų atliktų tyrimų rezultatais.

TYRIMO METODAI IR ORGANIZAVIMAS

Tyrimo metu buvo taikomi šie **metodai**:

1. Literatūros šaltinių analizė.
2. Pedagoginis eksperimentas.
3. Testavimas.
4. Matematinė statistika: aritmetinis vidurkis, procentinė absoliutaus ir santykinio pokyčio išraiška, vidutinių reikšmių skirtumo reikšmingumo nustatymas pagal Studento *t* vertinimo kriterijų ($n = 17$).
5. Lyginamoji analizė.

Sportinis rengimas, akcentuotas fizinių ypatybių lavinimas, vyko pagal iš anksto parengtus planus (1 lent.) lapkričio, sausio, balandžio ir birželio mėnesiais. Jų efektyvumui įvertinti bu-

vo atliekamas etapinis testavimas, pagal kurio rezultatus sportinį rengimą koreguome.

Buvo tirta vaikų ledo ritulio komandų pačių žaidėjų ($n = 17$) bendrasis fizinis parengtumas, kai jiems buvo 13, 14 ir 15 metų (I—III tyrimai), analizuojant 2002 / 2003, 2003 / 2004 ir 2004 / 2005 metų sezonų tyrimo rezultatų vidurkius. Žaidėjų sportinis stažas 7—9 metai.

Fiziniam parengtumui nustatyti naudota *New Test* elektroninė aparatūra. Išmatuota: greitumas (20 m bėgimas įsibėgėjus), jėgos greitumas (20 m, 30 m bėgimas iš vietos), staigioji jėga (šuolis aukštyn mojan rankomis ant kontaktinės platformos (Bosco et al., 1983) ir šuolis į tolį iš vietos (Raslanas, Skernevičius, 1998)). Tiriamieji atliko po tris bandymus, užrašomas tik geriausias rezultatas. Taip pat buvo nustatyta tiriamųjų jėgos ištvermė (prisitraukimai prie skersinio), specialioji ištvermė (300 m bėgimas), plaštakų jėga (kairės ir dešinės plaštakos dinamometrija), vikrumas (specialusis testas, žr. 1 pav.).

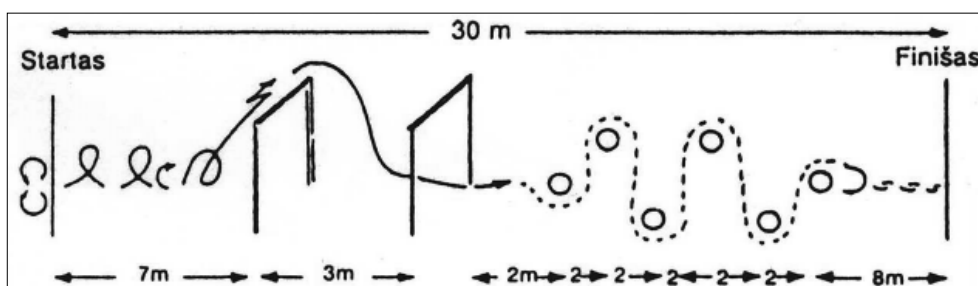
Po signalo tiriamasis atlieka du 360° apsisukimus kairėn ir dešinėn, du kūlvirsčius atgal ir vieną pirmyn, peršoka per 60 cm aukščio barjerą, pro antrą pralenda, gyvatėle apibėga šešias kliūtis ir finišuoja atbulomis (1 pav.).

Sezonų metu buvo taikoma bendrojo fizinio rengimo eksperimentinė programa (1 lent.).

REZULTATAI

Iš pateiktų tyrimo rezultatų (2 lent.) matyti, kad kiekvienais metais jaunųjų ledo ritulininkų bendrojo fizinio parengtumo rezultatai gerėjo, tačiau nevienodai. 14 metų amžiaus sportininkų rezultatai buvo geriausi II testavimo metu (2003 / 2004 m.): pastebimi jėgos (plaštakų dinamometrijos) ir jėgos ištvermės (prisitraukimų prie skersinio) ypatybių lavėjimas. Mažiau kito jėgos greitumo (30 ir 20 m bėgimo iš vietos) ir vikrumo (specialiojo testo) fizinių ypatybių rezultatai.

Lyginant II ir III testavimo rezultatus matyti,



1 pav. Testas vikrumui nustatyti (schema)

1 lentelė. 13–15 m. ledo ritulininkų bendrojo fizinio rengimo mezociklo (3 MKC) planas

Mikrociklai Dienos	I	II	III
Pirmadienis	<i>Staigiosios jėgos lavinimas akcentuojant jėgą.</i> Vyrauja vienkartinio raumens susitraukimo pratimai: vertikalūs ir horizontalūs šuoliai iš vietos.	<i>Staigiosios jėgos lavinimas akcentuojant greitumo jėgą.</i> Vyrauja vienkartinio raumens susitraukimo pratimai: vertikalūs ir horizontalūs šuoliai įsibėgėjus 3–5 žingsnius, atsispiriant abiem kojom.	<i>Staigiosios jėgos lavinimas akcentuojant greitumą.</i> Vyrauja vertikalūs ir horizontalūs šuoliai nuo gimnastikos tiltelio įsibėgėjus 3–5 žingsnius.
Antradienis	<i>Koordinacinių gebėjimų</i> (pratimai ant čiužinių su kamuoliais, prie gimnastikos suolo) <i>ir išvermės lavinimas</i> (30 min bėgimas). Pulsas — 130–140 tv. / min.	<i>Aerobinis jėgos išvermės lavinimas.</i> Pratimai raižytoje vietovėje, bėgimai į įkalnę, pratimai poromis. Pulsas — 130–140 tv. / min.	<i>Jėgos išvermės lavinimas.</i> [vairūs klaidinamieji, imitaciniai žaidimo kūnu judesiais, partnerio pernešimo pratimai bėgant į įkalnę. Pulsas — 140–150 tv. / min.
Trečiadienis	<i>Staigiosios jėgos lavinimas akcentuojant jėgą.</i> Vyrauja vienkartinio raumens susitraukimo pratimai: vertikalūs ir horizontalūs šuoliai iš vietos. Pratimai su svarmenimis (2 ser. po 4 kartus) visoms raumenų grupėms. Pratybų pabaigoje — koordinaciniai pratimai.	<i>Staigiosios jėgos lavinimas akcentuojant greitumo jėgą.</i> Vyrauja vienkartinio raumens susitraukimo pratimai: vertikalūs ir horizontalūs šuoliai įsibėgėjus 3–5 žingsnius, atsispiriant abiem kojom. Pratimai su svarmenimis ratu: 8 stotys, 4–6 s darbas maksimaliu greičiu, svoris 30–40% nuo maksimalaus. Pratybų pabaigoje — koordinaciniai pratimai.	<i>Staigiosios jėgos lavinimas akcentuojant greitumą.</i> Vyrauja vertikalūs ir horizontalūs šuoliai nuo gimnastikos tiltelio įsibėgėjus 3–5 žingsnius. Pratimai su svarmenimis ratu: 8 stotys, 4–6 s darbas maksimaliu greičiu, svoris 20–30% nuo maksimalaus. Pratybų pabaigoje — koordinaciniai pratimai.
Ketvirtadienis	<i>Koordinacinių gebėjimų</i> (pratimai ir žaidimai su futbolo kamuoliais) <i>ir išvermės lavinimas</i> (30 min bėgimas). Pulsas — 130–140 tv. / min.	<i>Aerobinis jėgos išvermės lavinimas.</i> Pratimai raižytoje vietovėje, bėgimai į įkalnę, pratimai poromis. Pratimai ir žaidimai su krepšinio kamuoliais. Pulsas — 130–140 tv. / min.	<i>Jėgos išvermės ir išvermės lavinimas.</i> Jėgos pratimai poromis ir trejetais bėgant į įkalnę. Išvermės — bėgimo koordinaciniai pratimai su kliūtėmis. Pulsas — 130–140 tv. / min.
Pentadienis	<i>Staigiosios jėgos lavinimas akcentuojant jėgą.</i> Vyrauja vienkartinio raumens susitraukimo pratimai: maksimalūs vertikalūs ir horizontalūs šuoliai nušokus nuo 30–40 cm pakyls. Pratimai su svarmenimis (2 ser. po 4 kartus) visoms raumenų grupėms. Pratybų pabaigoje — koordinaciniai pratimai.	<i>Staigiosios jėgos lavinimas akcentuojant greitumo jėgą.</i> Vyrauja vienkartinio raumens susitraukimo pratimai: maksimalūs vertikalūs ir horizontalūs šuoliai nušokus nuo 20–30 cm pakyls. Pratimai su svarmenimis ratu: 8 stotys, darbas 4–6 s maksimaliu greičiu, svoris 20–30% nuo maksimalaus. Pratybų pabaigoje — koordinaciniai pratimai.	<i>Staigiosios jėgos lavinimas akcentuojant greitumą.</i> Koordinaciniai akrobatikos pratimai: posūkiai, kūlvirščiai. Pagreitėjimai į nuokalnę, pliometriniai šuoliai didėjant kliūtės aukščiui (3 kliūtys). Akcentuojamas pratimo atlikimo greitis. Pratybų pabaigoje — koordinaciniai pratimai.

kad labiausiai pakito jėgos ypatybės (plaštakų dinamometrijos) ir jėgos išvermės (prisitraukimų prie skersinio) rezultatai. Mažiausiai pakito, kaip rodo ir ankstesni tyrimai, jėgos greitumo rezultatai.

Viso tyrimo metu didžiausi pokyčiai pastebimi jėgos ir jėgos išvermės, o mažiausi — jėgos greitumo ypatybių rezultatų.

REZULTATŲ ANALIZĖ

Per tyrimo laikotarpį ledo ritulininkų bendrojo fizinio parengtumo rezultatai gerėjo, tačiau įvairios fizinės ypatybės kito nevienodai.

Didžiausias rezultatų gerėjimas (2 lent.) tarp I ir II tyrimo pastebimas šių fizinių ypatybių: jėgos išvermės (prisitraukimų prie skersinio) santykinis

Rodiklis Metai (sezonas), tyrimas	30 m bėgi- mas iš vietos	20 m bėgi- mas iš vietos	20 m bėgi- mas išbė- gėjus	Šuolis į tolį iš vietos	Šuolis aukš- tyn mojant ranko- mis	Plašta- kos di- namo- metrija (D)	Plašta- kos di- namo- metrija (K)	Vikru- mo tes- tas	300 m bėgi- mas	Prisi- trau- kimai
<i>2002 / 2003 I</i>										
Vidurkis	4,77	3,39	2,91	2,17	42,7	30	20	18,3	54,09	7,4
<i>2003 / 2004 II</i>										
Vidurkis	4,68	3,31	2,80	2,28	45,1	35	33	17,7	51,44	8,8
Absoliutus skirtumas	0,09	0,08	0,11	0,11	2,4	5	13	0,6	2,65	1,4
Santykinis skirtumas tarp I ir II, %	1,9	2,4	3,9	4,8	5,3	14,3	39,4	3,4	5,2	15,9
p	> 0,05	> 0,05	< 0,05	< 0,05	> 0,05	< 0,001	< 0,001	< 0,001	< 0,05	> 0,05
<i>2004 / 2005 III</i>										
Vidurkis	4,56	3,26	2,68	2,43	47,3	41	38	17,2	48,3	9,5
Absoliutus skirtumas	0,12	0,05	0,12	0,15	2,2	6	5	0,5	3,14	0,7
Santykinis skirtumas tarp II ir III, %	2,6	1,5	4,5	6,2	4,7	14,6	13,2	2,9	6,5	7,4
p	> 0,05	> 0,05	< 0,05	< 0,001	> 0,05	< 0,05	> 0,05	< 0,05	< 0,001	< 0,05
Absoliutus skirtumas tarp I ir III	0,21	0,13	0,23	0,26	4,6	11	10	1,1	5,79	2,1
Santykinis skirtumas tarp I ir III, %	4,6	4,0	8,6	10,7	9,7	27	26	6,4	12	22
p	< 0,001	< 0,05	< 0,001	< 0,001	< 0,05	< 0,001	< 0,001	< 0,001	< 0,001	< 0,05

2 lentelė. 13—15 metų ledo ritulininkų 2002 / 2003, 2003 / 2004 ir 2004 / 2005 metų bendrojo fizinio parengtumo rezultatai

rezultatų gerėjimas sudaro 15,9%, tačiau jis nėra statistiškai patikimas ($p > 0,05$); plaštakos jėgos (dinamometrijos) rezultatų prieaugis: dešinės plaštakos — 14,3%, kairės — 39,4% ($p < 0,001$); staigiosios jėgos: horizontalaus šuolio — 4,8%, ($p < 0,05$), vertikalaus — 5,3% ($p > 0,05$); specialiosios ištvėmės — 5,2% ($p < 0,05$).

Mažiau pagerėjo greitumo — 3,9% ($p < 0,05$), vikrumo — 3,4% ($p < 0,001$), jėgos greitumo (20 ir 30 m bėgimo iš vietos) — 1,9% ir 2,4% ($p > 0,05$) fizinės ypatybės.

Lyginant šio amžiaus Lietuvos ledo ritulininkų staigiosios jėgos (horizontalaus šuolio) testavimo rezultatus su Švedijos ledo ritulininkų modelinėmis charakteristikomis (*Ischockeyspelares fysika training*, 2002) galima teigti, kad Lietuvos

sportininkų rezultatai yra geresni (atitinkamai 2,28 ir 1,77 m), taip pat jie geresni lyginant su Rusijos ledo ritulininkų tokio amžiaus sportininkų tyrimų rezultatais (Быстров, 2000). Rusijos ledo ritulininkų — 2,01 m, mūsų grupės — 2,28 m. Geresni ir mūsų tiriamųjų šuolio į aukštį mojan rankomis rezultatai.

Specialiosios ištvėmės ypatybės testo rodikliai (300 m bėgimo): Rusijos ledo ritulininkų rezultatas — 49,6 s, Lietuvos ledo ritulininkų — 48,3 s.

Lyginant ledo ritulininkų 30 m bėgimo rezultatus su futbolininkų (FIFA) rezultatų modelinėmis charakteristikomis, mūsų 13, 14 ir 15 metų vaikų rezultatai atitinka antrą lygį. Lyginant su krepšininkų greitumo tyrimo rezultatais (Bu-

tautas, 2001), mūsų tirtų šio amžiaus vaikų rezultatai panašūs: 20 m bėgimo iš vietos (14 metų) krepšininkų — 3,34 s, ledo ritulininkų — 3,31.

Analizuodami II ir III tyrimo rezultatų pokyčius pastebime nevienodą rezultatų gerėjimą. Labiausiai gerėjo vaikų plaštakų jėgos (dinamometrijos): 14,6% — dešinės ($p < 0,05$) ir 13,2% — kairės ($p > 0,05$), mažiau jėgos ištvėmės (prisitraukimų prie skersinio) — 7,4%, greitumo ištvėmės (300 m bėgimo) — 6,5%, staigiosios jėgos (šulio į tolį iš vietos) — 6,2% ir jėgos greitumo (20 m bėgimo išibėgėjus) — 4,5% rezultatai. Visų rezultatų vidurkio skirtumas statistiškai patikimas ($p < 0,05$).

Mokslininkų (Bouchard, Malina, 1994) atlikti tyrimai įrodė, kad labiausiai fizinės ypatybės gerėja tam tikru amžiaus tarpsniu: galingumo — 9—15 m. amžiaus, jėgos — 13—14 m., greitumo — 9—15 m. Vadinasi, atlikto tyrimo rezultatai sutampa su kitų mokslininkų pateiktais apie tinkamiausius greitumo, galingumo ir jėgos ugdymo amžiaus tarpsnius.

Apibendrinant viso tyrimo, atlikto 2003—2005 metais (I—III tyrimo), rezultatų pokyčius matome akivaizdų jų gerėjimą. Taigi galima teigti, kad rengimo metu taikomos priemonės, metodai bei jų tarpusavio santykis paskirstyti deramai ir atitinka tirto amžiaus ledo ritulininkų sportinio rengimo reikalavimus.

IŠVADOS

1. Nustatyta, kad ledo ritulininkų fizinių ypatybių pokyčiai per tyrimo laikotarpį buvo:
 - staigiosios jėgos: horizontalaus šulio — 10,7%, vertikalaus — 9,7%;
 - greitumo: 20 m bėgimo išibėgėjus — 8,6%;
 - jėgos greitumo: 30 m bėgimo iš vietos — 4,6%, 20 m bėgimo iš vietos — 4,0%;
 - plaštakos jėgos (dinamometrijos): dešinės — 27%, kairės — 26%;
 - jėgos ištvėmės (prisitraukimų prie skersinio) — 22%;
 - vikrumo (specialiojo testo) — 6,4%;
 - greitumo ištvėmės (300 m bėgimo) — 12%.
2. Analizuodami Lietuvos 13—15 metų ledo ritulininkų įvairių fizinių ypatybių rezultatus ir lygindami juos su kitų šalių (Švedijos, Rusijos) specialistų analogiškais rezultatais galime teigti, kad mūsų tiriamųjų staigiosios jėgos, greitumo fizinių ypatybių rezultatai buvo geresni, o ištvėmės, jėgos ištvėmės ir vikrumo — panašūs.
3. Rezultatų gerėjimas tyrimo metu ir jų palyginimas su kitų mokslininkų tyrimų rezultatais leidžia teigti, kad mūsų naudoti eksperimentiniai mikrociklų planai buvo veiksmingi.

LITERATŪRA

Bosco, C., Komi, P., Tihanyi, I., Fekete, G., Apor, P. (1983). Mechanical power test and fiber composition of human leg extensor muscles. *European Journal of Applied Physiology*, 41, 22—23.

Bouchard, C., Malina, R. M. (1997). *Genetics of Fitness and Physical Performance*. Human Kinetics.

Butautas, R. (2001). Vienalaikio treniruotės metodo taikymo veiksmingumas jaunujų krepšininkų techniniam parengtumui. *Sporto mokslas*, 1 (23), 79.

Gailiūnienė, A., Kontvainis, V. (1994). *Vaikų, paauglių ir jaunuolių organizmo ypatumai*. D. I. Kaunas: Gabija.

Gustavson, K.-A. et al. (2002). Ishockeyspelares fysiska training. *Tranigslara. Del. 2. Fysprojektet testmetodik*.

Karoblis, P. (2003). *Jaunojo sportininko treniruotė*. Vilnius: Sporto informatikos centras. P. 222—232.

Raslanas, A., Skernevičius, J. (1998). *Sportininkų testavimas*. Vilnius: LTOK.

Быстров, В. А. (2000). *Основы обучения и тренировки юных хоккеистов*. Москва: Терра спорт.

Платонов, В. Н. (2004). *Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте*. Киев: Олимпийская литература.

CHANGES IN OVERALL PHYSICAL FITNESS OF ICE-HOCKEY PLAYERS AGED 13—15 YEARS DURING ANNUAL CYCLES

Gracijus Girdauskas, Birutė Girdauskienė, Rimas Kazakevičius
Lithuanian Academy of Physical Education, Kaunas, Lithuania

ABSTRACT

Regular establishing and estimation of sports fitness of athletes is of the greatest importance for the results to be achieved in all stages of sports training. This is the very essence of sports training (Karoblis, 2003). On the basis of the results of the research planning ahead of physical loads to be applied is made possible. Proper use of training methods and means, as well as selection of the proper ratio of the various kinds of training to be applied in the pubertal period of training young athletes is of utmost importance (Gailiūnienė, Kontvainis, 1994). The aim of our research was to establish and estimate the changes in the macrocycle of overall physical fitness of ice-hockey players aged 13—15 years with a special training plan of three microcycles being applied. The research was done in the overall physical fitness of children, players of ice-hockey team ($n = 17$), then they were 13, 14 and 15 years old (research I—III). Mean results of the research done during the game seasons in the years 2002 / 2003, 2003 / 2004 and 2004 / 2005 have been presented in the present paper. The New Test electronic apparatus for establishing physical fitness has been used. Speed, force speed and explosive force (Bosco et al., 1983; Raslanas, Skernevičius, 1998), have been established. The subject were given three trials and the best result was recorded. Force, endurance, hand force (dynamometry) and agility (a special test) have been established too.

During the period of the research the following changes in physical properties have been registered: explosive force, i. e. the long / horizontal jump — 10.7% and the high / vertical jump of 30 m standing run — 9.7%, force speed — i. e. 30 m standing run — 4.6% and 20 m run — 4.0%, hand force (dynamometry), i. e. the right hand — 27% and the left hand — 26%, force endurance, i. e. pull ups — 22%, agility (a special test) — 6.4%, and endurance (300 m run) — 12% accordingly. The results obtained allow us to assert that the experimental program of physical training applied has proved to be efficient. A comparison of the results of various physical properties of the Lithuanian 13—15 year old ice-hockey players with those of other countries (Sweden, Russia) and the respective results of the physical fitness of the Lithuanian basketball players of the same age enable us to assert that our subjects have demonstrated better results in the physical properties of explosive force and speed, whereas similar results in the physical properties of endurance, force endurance and agility have been registered.

Keywords: training stages, kinds of training, the period of training, macrocycle and microcycle, research results.

Gauta 2005 m. rugsėjo 12 d.
Received on September 12, 2005

Priimta 2005 m. gruodžio 28 d.
Accepted on December 28, 2005

Gracijus Girdauskas
Lietuvos kūno kultūros akademija
(Lithuanian Academy of Physical Education)
Sporto g. 6, LT-44221 Kaunas
Lietuva (Lithuania)
Tel +370 37 302675

COMPETENCE OF WOULD-BE SPECIALISTS OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS: URGENT PROBLEMS OF STUDYING LANGUAGE FOR SPECIAL PURPOSES

Laimutė Kardelienė¹, Ona Laima Gudzinevičiūtė², Ligita Mykolaitienė²

Lithuanian Academy of Physical Education¹, Kaunas, Šiauliai University², Šiauliai, Lithuania

Laimutė Kardelienė. PhD in Social Sciences (Educational Science), Associate Professor, senior scientific researcher at the Laboratory of Physical Education and Sport, the Lithuanian Academy of Physical Education. The field of scientific research — professional identity, teachers' professional knowledge, research methodology in social sciences.

ABSTRACT

The article presents the results of the knowledge of standard Lithuanian language and language for special purposes of the would-be specialists of physical education, sports and primary education. It discusses the problems of teaching and learning standard language and the language for special purposes. The research data are interpreted in the context of globalization. They encourage us to think over the urgent problems of using the national language while students continue their studies and make their careers in Europe. The article emphasizes the necessity of creating the learning environment corresponding to the needs and experience of learners. The research object is the studies of standard language and language for special purposes of would-be physical education and sports specialists. The research subject is the language competence of would-be physical education and sports specialists. The aim of the research is to reveal the urgent problems of studying standard language and the language for special purposes. The research results suggest that at the beginning of the course of the language for special purposes the teachers should evaluate the students' knowledge and skills of standard Lithuanian in order to create a learning environment corresponding to the needs of learners. Would-be specialists of physical education need methodical recommendations how to develop their pupils' spoken language in physical education lessons. The course of the fundamentals of such methods should be associated with teaching standard language and the language for special purposes in a higher school. In the course of standard language and the language for special purposes for physical education specialists and sports coaches it is necessary to clearly define the requirements of the systemic language course and the objectives of communicative language teaching. The most important thing is that specialty teachers should pay attention not only to the content of students' written work, but also to the use of professional terms and the inaccuracy of word building or style mistakes.

Keywords: language for special purposes, standard language, higher education.

INTRODUCTION

Modern labor market provides many alternatives for specialists of various branches. In this situation the commodity of the highest quality is the new information, knowledge and skills, and the most valuable thing is the human ability to use the knowledge effectively and reasonably in the constantly changing environment. Knowledge, skills and concepts, which are acquired in the formal, informal and spontaneous informal

process of learning, are not enough for a person to make a career in his / her professional and personal life. General education, as well as professional education, must help youngsters form the basic skills which provide possibilities for them to get involved in the professional life and be promoted. This attitude is consistent with the mission of education and science system, which asserts that it is very important to ensure the society development by educating

a well-rounded intelligent person, to cherish Lithuanian values and to train skilled specialists who could work in the rapidly changing labor market (*Lietuvos ateitis pasaulio kontekste*, 2003). Thus, there must be balance between traditions and innovations, academic quality and appropriateness of socio-economic education, consistency between the study programs and the freedom of choice for students because European institutions of higher education admit that their students need qualifications which would guarantee their effective subsequent studies and career possibilities all over Europe.

In this context it is not so important where and how the person studied. The most important thing is what he / she knows and is able to do. The problem is that in the future the national language can experience the decreasing need to be used. According to A. V. Kanauka (2002), there is a real danger for the Lithuanian language to become only the language of “local” use and be of inferior level, the same as the dialect of a village or a region. What encourages and will encourage preserving the correct use of the standard Lithuanian language? Actually the higher education systems of the European countries and the countries of the European Union are not being unified; they are intended to be harmonized up to a certain rational degree for the freedom of European students and other citizens, for the interests of employers and for the better quality of studies. Besides, nationality is being cherished in Europe, and the Lithuanian language is announced as an official language of EU, i. e. it has the same status as German, French, and English. Everybody can appeal to the institutions of European countries in Lithuanian. No doubt, Lithuanian will not be as popular as English, but it will survive and be used in the state documents, institutions, etc.

It should be noted that nowadays the standard native language is taught in secondary and higher schools, special TV and radio programs are run, and different publications appear in mass media. There is no lack of information. But can we say that all those means are effective? Is the language of young people correct enough and the future perspectives of it does not raise any doubts?

J. Šukys (2001) has stated that standard language in the narrow sense of meaning is the correctness of the language. So, teaching standard language means teaching students to use legitimate

words in their normative meanings, correct word combinations, sentences, to pronounce and to stress the words correctly.

The requirements for the written language of students are always greater. The spoken language is not so strictly regulated; it is almost never under control. The requirements for the oral public speech are also very high, but students themselves should be interested in improving it. This aspect of standard language in the wide sense of meaning is emphasized in the textbook of the XIth form. Thus, the language of communication, i. e. communication competence is improved.

The school-leaver’s language should be correct enough (*Lietuvos bendrojo lavinimo mokyklų bendrosios programos ir bendrojo išsilavinimo standartai. XI—XII klasė*, 2002). The courses of standard Lithuanian and the languages for special purposes, which are taught in a higher school, should be as a second stage: in those courses the knowledge of the native language acquired in the secondary school should be systematized, the style perception and the individual style should be further developed, the language norms should be kept to, the knowledge of the language system should be referred to, and the special terms should be learnt.

The practical experience at the higher schools shows that some students do not know standard language nor have the general perception of the subject (Ryklienė, 1998; Alaunienė, Babickienė, 2002; Celiešienė, 2003). That is why in a higher school the students have to learn elementary things of the language instead of studying standard language and the language for the special purposes at a higher level.

The research object is the studies of standard language and language for special purposes of would-be physical education and sports specialists.

The research subject is the language competence of would-be physical education and sports specialists.

The aim of the research is to reveal the urgent problems of studying standard language and the language for special purposes.

The research was supported by the State Commission of the Lithuanian Language at the Seimas (Parliament) of the Lithuanian Republic (the program “Standardizing State Language. Educating the Society”).

METHODS

The research took place in 2002—2003. The sample consisted of 586 students (259 males and 327 females) of Education Faculty at Šiauliai University (ŠU), and Sports Technologies and Tourism, Sports Education Faculties at the Lithuanian Academy of Physical Education (the LAPE). The choice of specialties was influenced by their prestige among schoolchildren. The research indicates that children feel best and most of all they like their primary school teacher, physical education teacher and sports educator, compared to other teachers (Tyson, 2002; Kristensen, 1999; Hendry, 1975). Besides, physical education teachers communicate with children in lessons and extra-curricular activities much more than teachers of other subjects. It should be noted that the language of sports coaches, sportsmen and sports workers could be defined as incorrect from the standpoint of standard language. As children quote their spoken language, they describe the course and results of competitions in the same way as the significant people to them, attention should be drawn to the language competence of would-be sports educators and physical education specialists.

The research participants got 30 incorrect sentences, and they had to correct them. The tasks of the test were taken from different sources: the students' written works were analyzed, their talking during classes, seminars and training sessions was listened to, and some sentences were taken from other teachers' edited speeches, press, and

literature on standard language and the language for special purposes. The tasks were classified according to the levels of the language (vocabulary, morphology, word-building and syntax mistakes). Vocabulary mistakes appeared in the sentences most of all (words and phrases that should not be used or used in a different meaning, incorrect translations). Besides, the sentences contained grammar mistakes: incorrect word combinations, inaccurate use of prefixes, suffixes, mistakes in the use of cases and prepositions. The research data were coded, the data matrix was made up, and the calculations were made using the SPSS 11.0 statistical program package.

RESULTS

The research revealed that the level of standard language of higher school students was different (Figure). For example, our research results showed that the language competence of the primary education specialists of Šiauliai University was higher than of the students (would-be physical education specialists and sports coaches) from the Lithuanian Academy of Physical Education. The indicated differences let us claim that in different higher schools the lecturers of standard language and professional studies have to correct the curricular content according to the possibilities of students. This attitude is consistent with the postulate of the theory of constructivism in modern didactics, which states that every learner constructs his / her own knowledge on the basis

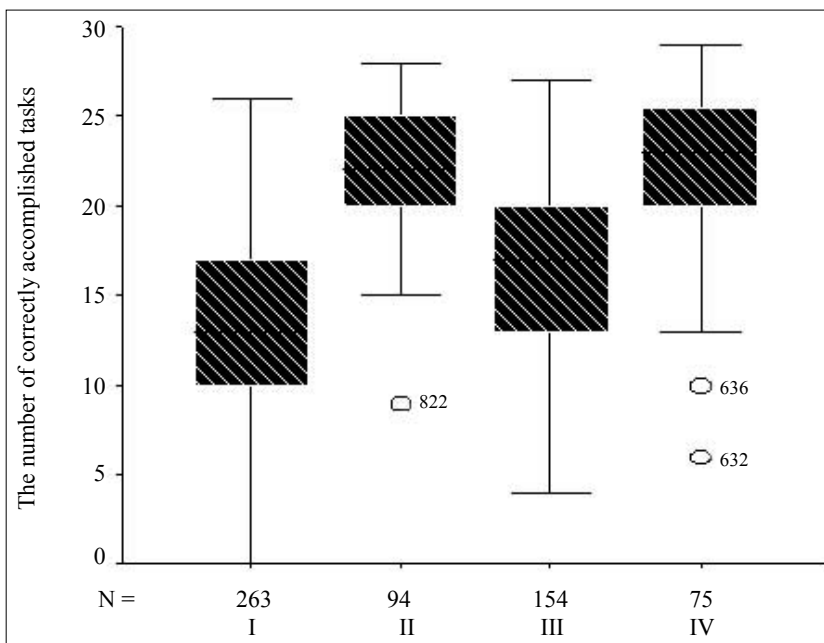


Figure. Manifestation of students' competence in standard language and the language for special purposes

Note. The groups of research participants:
 I — physical education specialists, sports educators (the first year);
 II — primary education specialists (the first year);
 III — physical education specialists, sports educators (the fourth year);
 IV — primary education specialists (the fourth year).

of personal experience, and the teacher creates different learning environment (Steffe, Gale, 1995; Mezirow, 1996). Besides, different levels of standard language could be noticed in various groups of students. In the groups of would-be primary education specialists there was no statistically significant difference between the means of the test results, but there was a difference in the standard deviation of the test results. This statement is illustrated in the Figure. In Group IV we can see a greater dispersion of correctly accomplished tasks than in Group II. How can we explain such a result? The modulus of standard language in the study programs of would-be primary education specialists is in Term Eight. At the time of our research the students had not taken this course. We think that the first year students, just after their state school-leaving examination of the native language, were more homogenous from the standpoint of standard language than the fourth year students. On the one hand, the study process provides important knowledge, values, skills and competences, on the other hand, the process does not include additional standard language knowledge and does not improve the language ability, and the competence of the language for special purposes is not purposefully formed, either. We can state hypothetically that the modulus of standard language and the languages for special purposes would qualify the manifestation of would-be primary education specialists' language.

Summing up the data of the standard language and professional ability test, a scale of the knowledge of the language for special purposes was made up. The knowledge level of standard language and the language for special purposes is reflected by the number of correctly performed tasks (Kardelienė, Balčiūnas, 2002). Comparing the results of the first year students from ŠU and the LAPE we can see that the manifestation of the knowledge of the language for special purposes of would-be primary education specialists is more exact than of the would-be sports coaches and physical education specialists (Table).

On average the would-be physical education

specialists and sports educators accomplished 13.3 test tasks correctly, primary education specialists — 21.8 tasks (t-test, $p < 0.001$). The research results indicated that both the first year students from ŠU and the LAPE *did not know how to correct loan words, how to change loan translations; did not distinguish mistakes in meanings of words and phrases; made word-building mistakes, and they used cases improperly*. Those were the typical standard language mistakes, which are generally emphasized in language practice suggestions and in various publications for people of different specialties (Paulauskienė, 2001).

DISCUSSION

In this research we did not aim to compare the language knowledge levels of different higher school students. In our opinion, the more important fact is that the comparison of the sample groups once again stressed the same problems:

- Typical mistakes are repeated.
- Language abilities improve slower than language education teachers would like them to improve.

Those facts confirmed the importance of teaching language subjects (standard language and the language for special purposes among them) in a higher school.

The research results showed that the language knowledge of students was getting better. So we can discuss the usefulness of the courses of standard language and the language for special purposes. The continued research results of 154 fourth year students from the LAPE, the Faculty of Sports Technologies and Tourism, and Sports Education, after they completed the language culture course, are shown in the Table.

As we can see, there is no statistically significant difference between the means of test results of the first and the fourth year primary education specialists. It should be noted that there is a greater dispersion of the number of correctly performed tasks in the groups of the fourth year students compared to the first year students. We

Research participants	n	M (SE)
Physical education specialists, sports educators, I st year	263	13.3 (5.3) x
Primary education specialists, I st year	94	21.8 (3.4) x
Physical education specialists, sports educators, IV th year	154	16.5 (4.6) xx
Primary education specialists, IV th year	75	22.1 (4.7) xx

Table. Comparison of students' knowledge of standard language and the language for special purposes

Note. SE — standard error; x — difference reliability ($p < 0.001$) between the groups of the first year; xx — difference reliability ($p < 0.001$) between the groups of the fourth year.

think that the result was influenced not only by the homogeneity of the groups of the first year students, but also by the interference of the native language knowledge and skills. On the one hand, the professional terms and concepts enrich the learner's vocabulary; on the other hand, the learner forgets the knowledge and skills from the secondary school. Besides, the research results can be interpreted on the basis of the observations of other higher school teachers (Dobrovolskis, Kabacaitė, 1999; Girdenis, 2001; Piročkinas, 2002), and the appeal of the Lithuanian Language Society about the situation of the Lithuanian language in schools in the process of reforms (2002). Scientists and teachers emphasize that the educational environment of a higher school improves the intellect and the language for special purposes of a would-be specialist. On the other hand, if we try to evaluate the impact of the academic environment, we will see that the native language as a society value receives least respect. In other words, professional trend is characteristic of the studies. The research performed in technical universities has confirmed that. The respondents emphasized the importance of teaching the language for special purposes, but they were not able to appreciate the humanitarian purpose of languages (Celiešienė, 2003). It should be noted that, as our research showed, standard language and the language for special purposes as a means of specialization form better language skills of would-be specialists. As the data in the table indicated, there was a statistically significant difference between the first and the fourth year students of the LAPE: the fourth year students accomplished the tasks better because they were tested when they were taking the course of standard language and the language for special purposes.

Though the research results showed that the fourth year students knew the main norms of the Lithuanian literary language and knew how to use them, and their language improved, there are areas that should attract the attention of language educators:

- Comparative quantity with adverbs in the superlative degree is not expressed correctly.
 - The gender forms of participles in the active voice are not used correctly.
 - The word indicating a side action of the same person is used incorrectly.
 - The word meanings are not distinguished.
- The theoretical and practical course of

standard language and the language for special purposes helps students form correct language knowledge and skills. It is important that after the course the would-be specialists understood that language development was a personal matter of their prestige. Language educators should create conditions for specialists to improve their language competence as a component of their professional competence after graduation. It helps convey important information clearer, more exactly and logically, and avoid ambiguities and inaccuracies. In mass media we read that we are happy to see nice young people, but we cannot understand what they say (Pečiulis, 2003).

On the other hand, the development of schoolchildren's communication skills is not only the obligation of teachers of the Lithuanian language. The schoolchildren's language would obviously improve, if teachers of all subjects paid attention to both, how the child knew history, mathematics or other subject, and how he / she was able to express himself / herself. On the other hand, the teachers' certification showed that teachers' language not always corresponded to the literary language norms, either.

CONCLUSIONS

1. At the beginning of the course of the language for special purposes the teachers should evaluate the students' knowledge and skills of standard Lithuanian in order to create a learning environment corresponding to the needs of learners.
2. Would-be specialists of physical education need methodical recommendations how to develop their pupils' spoken language in physical education lessons. The course of the fundamentals of such methods should be associated with teaching standard language and the language for special purposes in a higher school.
3. In the course of standard language and the language special purposes for physical education specialists and sports coaches it is necessary to clearly define the requirements of the systemic language course and the objectives of communicative language teaching. The most important thing is that specialty teachers should pay attention not only to the content of students' written work, but also to the use of professional terms and the inaccuracy of word building or style mistakes.

REFERENCES

- Alaunienė, Z. ir Babickienė, Z. (2002). Kalbos kultūra aukštojoje mokykloje: studentų nuostatų tyrimas. *Žmogus ir žodis*, I, 43—53.
- Celiešienė, V. (2003). *Studentų kalbos kultūros tobulinimo prielaidos techniškujų universitetų akademiniame aplinkoje: daktaro disertacijos santrauka*. Kaunas: VDU.
- Dobrovolskis, B. ir Kabacaitė, I. (1999). Rašyba, skyryba, stojamieji. *Gimtas žodis*, 5, 2—11.
- Girdenis, A. (2001). *Kalbotyros darbai*. T. 3 (pp. 467—472). Vilnius: Mokslo ir enciklopedijų leidybos institutas.
- Hendry, L. B. (1975). Survival in a marginal role: The professional identity of the physical education teacher. *British Journal of Sociology*, Vol. 26, 4, 465—476.
- Kanauka, A. V. (2002). Lietuvos socialinio saugumo scenarijus (Tikslai ir kliūtys XXI amžiuje). *Lietuva ir Europos sąjunga: kas mes Europai ir kas mums Europa: Kauno apskrities konferencija* (pp. 87—95). Kaunas: Gabija.
- Kardelienė, L., Balčiūnas, S. (2002). Sporto pedagogų profesinės kalbos kaip pavaldžios bendrinės kalbos normoms tyrimo metodikos metodologinis pagrindimas. *Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas*, 4 (45), 39—45.
- Kristensen, O. S. (1999). *Kūno kultūra pradinėse klasėse*. Kaunas: LKKA.
- Lietuvių kalbos draugijos tarybos kreipimasis dėl lietuvių kalbos padėties reformuotoje mokykloje. (2002). *Gimtoji kalba, sauis*, 21—22.
- Lietuvos ateitis pasaulio kontekste. Specialistų žvilgsnis*. (2003). Vilnius: Mokslo aidai.
- Lietuvos bendrojo lavinimo mokyklos bendrosios programos ir bendrojo išsilavinimo standartai. XI—XII klasė*. (2002). Vilnius: Švietimo plėtotes centras.
- Mezirow, J. (1996). Contemporary paradigms of learning. *Adult Education Quarterly*. 46 (3), 158—173.
- Paulauskienė, A. (2001). *Lietuvių kalbos kultūra*. Kaunas: Technologija.
- Pečiulis, Ž. (2003). Užmiršta krepšinio rinktinė. *TV antena, rugp.* 2, 4.
- Piročkinas, A. (2002). Kultūra ir kalba. *Gimtas žodis*, 5, 2—8.
- Ryklienė, A. (1998). Kalbos kultūra ir specialybės kalba aukštosiose mokyklose. *Gimtoji kalba*, 9, 22—25.
- Steffe, L. P. & Gale, J. (1995). *Constructivism in Education*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Šukys, J. (2001). *Lietuvių kalba. Kalbos kultūra. Vadovėlis XI klasei*. Kaunas: Šviesa.
- Tyson, M. L. (2002). Perceptions of high, average and low performance second graders about physical education and physical education teachers. *Physical Educator*, Vol. 59, 4, 204—221.

BŪSIMŪJŲ KŪNO KULTŪROS IR SPORTO SPECIALISTŲ KOMPETENCIJA: SPECIALYBĖS KALBOS STUDIJŲ AKTUALIJOS

Laimutė Kardelienė¹, Ona Laima Gudzinevičiūtė², Ligita Mykolaitienė²
Lietuvos kūno kultūros akademija¹, Kaunas, Šiaulių Universitetas², Šiauliai, Lietuva

SANTRAUKA

Šiuolaikinė darbo rinka įvairių sričių specialistams suteikia daug alternatyvų. Pagrindinis išsilavinimas, po jo einantis profesinis mokymas ir lavinimas turėtų suteikti svarbiausius įgūdžius, padedančius siekti karjeros profesiniame ir asmeniniame gyvenime. Įstojus į Europos Sąjungą, darosi vis svarbiau ne tai, kur ir kaip asmuo studijavo, bet ką jis moka, geba, žino. Problema — gimtosios (mūsų atveju, lietuvių) kalbos mažėjantis vartojimo poreikis šiuolaikinės visuomenės raidoje. Kadangi Europos Sąjungos nuostata — puoselėti tautiškumą, tai nacionalinės kalbos vartojimas priklauso nuo ja kalbančiųjų požiūrio į savo gimtąją kalbą.

Bendrojo lavinimo mokyklos absolvento kalba turėtų būti pakankamai taisyklinga, o aukštojoje mokykloje dėstomas kalbos kultūros ir specialybės kalbos kursas privalėtų tapti antrąja pakopa. Aukštųjų mokyklų praktika rodo, kad dalis studentų nežino kalbos kultūros terminų, neturi bendros dalyko sampratos.

Straipsnyje pristatomas tyrimas. Tirti kūno kultūros specialistų ir sporto pedagogų kalbiniai gebėjimai. Siekta atskleisti kalbos kultūros ir specialybės kalbos, kaip socialinio kultūrinio reiškinių, studijų aktualijas. Aptariami tyrimo, atlikto 2002—2003 metais, rezultatai. Apklausti Šiaulių universiteto ir Lietuvos kūno kultūros akademijos 586 studentai. Mokslininkų tyrimai rodo, kad sporto šakų trenerių, sportininkų ir sporto darbuotojų pasakymai dažnai esti netaisyklingi kalbos kultūros ir specialybės kalbos aspektu. Tiriamieji turėjo ištaisyti jiems pateiktus netaisyklingus sakinius. Šie sakiniai klasifikuoti pagal kalbos lygmenis, o jų turinį lėmė tiriamųjų būsimosios profesinės veiklos ypatumai. Tyrimo rezultatai parodė, kad į aukštąsias mokyklas įstojusių jaunuolių kalbos kultūros lygis yra nevienodas. Be to, studentai daro tipišką gimtosios kalbos kultūros klaidas, todėl straipsnyje akcentuojama kalbinių dalykų dėstymo svarba aukštosiose mokyklose. Atkreipiamas dėmesys į tai, kad specialybės kalbos studijų pradžioje dėstytojai turėtų tirti studentų kalbos kultūros mokėjimus ir gebėjimus, kad galėtų sukurti studijuojančiųjų patirtį bei poreikius atitinkančią studijų aplinką.

Be to, būsimiesiems kūno kultūros specialistams būtinos metodinės rekomendacijos, padedančios ugdyti mokinių kalbą per kūno kultūros pamokas. Tokios metodikos pagrindų kursą reikėtų sieti su kalbos kultūros ir specialybės kalbos dėstymu aukštojoje mokykloje.

Kita vertus, būsimiesiems kūno kultūros specialistams ir sporto šakos treneriams skirtoje kalbos kultūros bei specialybės kalbos studijų dalyko programoje reikėtų aiškiai apibrėžti sisteminio kalbos dalyko reikalavimus, komunikacinės kalbos didaktikos uždavinius.

Svarbiausia, tyrimas parodė, kad specialybės dėstytojai turėtų atkreipti dėmesį ne tik į studentų rašomųjų darbų turinį, bet ir į specialybės terminų vartojimo bei jų darybos netikslumus, stiliaus klaidas.

Raktažodžiai: specialybės kalba, kalbos kultūra, aukštasis išsilavinimas.

Gauta 2005 m. rugsėjo 4 d.
Received on September 4, 2005

Priimta 2005 m. gruodžio 28 d.
Accepted on December 28, 2005

Laimutė Kardelienė
Lietuvos kūno kultūros akademija
(Lithuanian Academy of Physical Education)
Sporto str. 6, LT-44221 Kaunas
Lietuva (Lithuania)
Tel +370 37 302637
E-mail laimutek@email.lt

BUVUSIŲ VAIKŲ GLOBOS ĮSTAIGŲ AUKLĖTINIŲ SOCIALINĖ ADAPTACIJA PROFESINĖJE MOKYKLOJE

Jolanta Kovalenkoviėnė¹, Irena Leliūgienė²

Kauno prekybos ir verslo mokykla¹, Kauno technologijos universitetas², Kaunas, Lietuva

Jolanta Kovalenkoviėnė. Edukologijos magistrė. Kauno prekybos ir verslo mokyklos vyr. socialinė pedagogė. Mokslinių tyrimų kryptis — vaikų globos įstaigų auklėtinių tolesnė socialinė adaptacija ir integracija.

Irena Leliūgienė. Profesorė socialinių mokslų daktarė. Kauno technologijos universiteto Ugdymo sistemų katedros profesorė. Mokslinių tyrimų kryptis — vaikų ir jaunimo socializacija, socialinė adaptacija, individo socialinis įgalinimas šiuolaikiniėje visuomenėje, bendruomenių socioedukacinė veikla.

SANTRAUKA

Lietuvoje nuolat daugėja vaikų, dėl įvairių priežasčių netekusių tėvų globos ir augančių globos įstaigose, kurios turėtų atlikti labai svarbias vaiko ugdymui(si), asmenybės brendimui šeimos funkcijas, t. y. ugdyti savarankišką, atsakingą, sąmoningą asmenybę, pasiruošusią sėkmingai integruotis į atvirą visuomenę. Ir pedagogai, ir psichologai, analizavę bei tyrę vaikų globos įstaigų auklėtinių asmenybės formavimosi, elgesio ypatumus, teigia, kad globos įstaigas palikusių jaunų žmonių socialinę adaptaciją naujoje aplinkoje komplikuoja įvairūs socialiniai ir psichologiniai veiksniai. Vaikų globos įstaigose augusių mokinių socialinės adaptacijos profesinėje mokykloje bei problemų, su kuriomis jie susiduria, tyrinėjimams skiriama nepakankamai dėmesio. Nors į tai turėtų būti atkreiptas didesnis visuomenės dėmesys, atsižvelgiant į tam tikrą dėsningumą — vaikų globos įstaigų auklėtiniai, baigę vidurinę mokyklą, dažniausiai renkasi ne studijas aukštojoje mokykloje, bet siekia įgyti specialybę profesinėje mokykloje. Todėl straipsnio autorės, atlikdamos tyrimą, siekė išsiaiškinti tam tikrų veiksnių — socialinės kompetencijos, profesijos pasirinkimo motyvų bei mokyklos aplinkos įtaką vaikų globos įstaigose augusių jaunuolių socialinės adaptacijos profesinėje mokykloje — pobūdį. Tyrimo tikslas — išanalizuoti buvusių vaikų globos įstaigų auklėtinių socialinės adaptacijos profesinėje mokykloje ypatumus. Tyrimas yra lokalus, atliktas vienoje profesinėje mokykloje, siekiant patikrinti įvairių autorių teorines prielaidas apie vaikų globos įstaigų auklėtinių nepa(si)ruošimą savarankiškam gyvenimui, jų komplikotą socialinę adaptaciją naujoje aplinkoje, t. y. nustatyti problemos realumą.

Apibendrinus rezultatus teigtina, kad tyrimas patvirtino problemos realumą ir aktualumą. Paaiškėjo, kad du iš trijų veiksnių (socialinė kompetencija, profesijos pasirinkimo motyvai ir mokyklos aplinka) komplikuoja buvusių vaikų globos įstaigų auklėtinių socialinę adaptaciją profesinėje mokykloje: didesnės dalies šių jaunuolių profesijos pasirinkimas yra nemotyvuotas; socialinį šių mokinių nekompetentingumą rodo nepakankamai iš(si)ugdyti socialiniai gebėjimai. Ir profesinės mokyklos pedagogai, ir buvę vaikų globos įstaigų auklėtiniai, besimokantys profesinėje mokykloje, pripažino, kad socialinis Kauno prekybos ir verslo mokyklos mikroklimatas yra palankus buvusių vaikų globos įstaigų auklėtinių sėkmingai socialinei adaptacijai šioje profesinėje mokykloje.

Raktažodžiai: profesinė mokykla, socialinė adaptacija, vaikų globos įstaiga.

IVADAS

Prioritetinis vaikų ugdymo bei ruošimo savarankiškam gyvenimui atviroje visuomenėje vaidmuo tenka šeimai. Lietuvoje nuolat daugėja šeimų, neatliekančių vaikų auklėjimo socialinės funkcijos. Vaikų, dėl įvairių priežasčių netekusių tėvų globos, ugdymas globos įstaigose darosi vis aktualesnė ir skaudesnė pedagoginė, psichologinė bei socialinė mūsų visuomenės problema.

Globos įstaiga vaiko, paauglio asmenybės raidai suteikia specifinių bruožų. M. Lisina, M. Rutter (Braslauskienė, 2000), A. Wigger (2003), B. S. Franz (2004), N. Liobikienė (2004) akcentuoja, kad gyvenimas didelėje vaikų bendruomenėje, uždaroje įstaigoje nepakankamai formuoja vaiko individualybės, savigarbos, saugumo jausmus, todėl iš anksto galima numatyti, jog vaikams, augantiems institucijoje, reikės papildomų so-

cialinių integracijos programų. D. Burlingham, J. Bowlby, W. Goldfarb, N. Lowrey (Braslauskienė, 2000) tyrimų rezultatai rodo, kad vaikai, gyvenantys globos įstaigoje, neįgyja pakankamų socialinių gebėjimų, būtinų pilnaverčiam bendravimui su aplinkiniais, sėkmingam adaptavimuisi naujoje aplinkoje. Esamų ir ypač buvusių vaikų globos įstaigų auklėtinių, jaučiančių skirtingumą nuo kitų, socialinės situacijos beviltiškumą, nerimą dėl neišaiškų ateities perspektyvų, socialinė adaptacija naujoje aplinkoje yra sunkesnė dėl daugelio socialinių ir psichologinių veiksnių.

Be tėvų globos likusių vaikų ugdymas, jų socializacijos, socialinės adaptacijos problemų tyrinėjimas šiuo metu yra itin aktualus. Lietuvoje be globos likusių vaikų ugdymu globos įstaigose domėjosi, jiems išskylančias problemas įvairiais aspektais tyrinėjo, analizavo I. Leliūgienė (1997, 2002), R. Kukauskas (1998), M. Barkauskaitė (1999), R. Skališius (1999), R. Braslauskienė (2000, 2001), G. Kvieskienė (2000) ir kt. Minėtų autorių tyrimų išvados leidžia teigti, kad dėl susiklosčiusių specifinių socialinių ir edukacinių sąlygų vaikų ugdymas institucijoje nėra tapatus ugdymui šeimoje (žr. 1 lent.). Vadinasi, galima teigti, kad šiuo metu vaikų globos įstaigos suteikia vaikams pastogę, maitinimą, sveikatos priežiūrą, tačiau neišsprendžia problemų, kurias vaikai atsineša iš šeimų, egzistuojančių pačioje institucijoje.

Taigi vaikai, augantys vaikų globos įstaigoje, neįgyja pakankamų socialinių gebėjimų, būtinų nekonfliktiškam funkcionavimui atviroje visuomenėje. Socialinės kompetencijos, kaip labai svarbaus veiksnio socialinės adaptacijos procese, neturėjimas trukdo institucijoje augantiems vaikams, o tuo labiau ją paliekantiems ir savarankišką gyvenimą pradedantiems jaunuoliams nekonfliktiškai bendrauti su kitais žmonėmis, integruotis į naują aplinką. R. Kaffemano, D. Gerulaičio (2001) nuomone, individai, įgiję nepakankamus socialinius gebėjimus, patiria sunkų socialinės adaptacijos mokykloje procesą. Tai lemia įvairius elgsenos ir charakterio sutrikimus, tampančius nesėkmingos socialinės adaptacijos atviroje visuomenėje priežastimi (Franz, 2004).

I. Leliūgienė (1997), remdamasi užsienio autorių moksliniais darbais, pateikia dažniausiai pastebimus elgsenos ir charakterio sutrikimų požymius (agresyvumą, uždarumą, neprisitaikymą, neigiamų emocijų nulemtus būdo ypatumus, valios nebuvimą), rodančius komplikuoatą vaikų globos

įstaigose augusių jaunuolių socialinę psichologinę adaptaciją naujoje aplinkoje (žr. 2 lent.).

Antras veiksnys, turintis įtakos mokinių socialinei adaptacijai mokykloje, yra mokyklos vidaus ypatumai — socialinis mikroklimatas, kurį sudaro bendruomenės narių santykių įvairovė, kultūra, darbo, įvairios veiklos organizavimas ir kt. E. Štuopytės, I. Leliūgienės (2000), D. Hopkins, M. Ainscow, M. West (1998) teigimu, dabartiniu laiku mokykla, esanti pagrindine ją lankančių mokinių socialinio ugdymo institucija, gali ir teigiamai, ir neigiamai paveikti mokinius. Profesinė mokykla — specializuota socialinė aplinka. Joje tęsiasi individo socializacija, prasideda naujas socialinės adaptacijos etapas, kurio sėkmingumui įtakos turi tam tikri veiksniai: besimokančiųjų asmenybės ypatumai (socialinė kompetencija), mokymosi aplinka (mokyklos vidaus ypatumai) ir, žinoma, profesijos pasirinkimo motyvai. K. Trimako (Vismantienė, 1999), L. Jovaišos (1981) nuomone, aiškus ir tvirtas profesinio pašaukimo suvokimas bei profesijos pasirinkimas lemia tolygią, nekomplikuotą jauno žmogaus socialinę adaptaciją profesiją suteikiančioje mokymo įstaigoje.

Tyrimo problema. Vaikų globos įstaigos turėtų atlikti labai svarbias vaiko ugdymui(si), asmenybės brendimui šeimos funkcijas, t. y. ugdyti savarankišką, atsakingą, sąmoningą ir pasiruošusią sėkmingai integruotis į atvirą visuomenę asmenybę. Ir pedagogai, ir psichologai, analizavę, tyrę vaikų globos įstaigų auklėtinių asmenybės formavimosi, elgesio ypatumus, teigia, kad instituciją palikę jauni žmonės labai dažnai konfliktiškai adaptuojasi naujoje socialinėje aplinkoje. Visgi vaikų globos įstaigų auklėtinių socialinės adaptacijos profesinėje mokykloje proceso ir problemų, su kuriomis susiduria šie mokiniai, tyrinėjimams skiriama nepakankamai dėmesio. Nors vaikų globos įstaigų auklėtiniai, baigę vidurinę mokyklą, dažniau renkasi ne studijas aukštojoje mokykloje, bet siekia įgyti specialybę profesinėje mokykloje. Būtent šios priežastys paskratino išsamiau patyrinėti šią problemą.

Tyrimo problemą apibrėžia šie klausimai:

1. Ar buvę vaikų globos įstaigų auklėtiniai yra pakankamai paruošti savarankiškam gyvenimui atviroje visuomenėje ir pasirengę sėkmingai adaptuotis profesinėje mokykloje?
2. Kokie pagrindiniai veiksniai lemia buvusių vaikų globos įstaigų auklėtinių socialinės adaptacijos profesinėje mokykloje pobūdį?
3. Ar profesinės mokyklos, kurioje buvo atliktas

Ugdymo pilnavertėje šeimoje ypatumai	Ugdymo vaikų globos įstaigoje ypatumai
<i>Bendravimo patirtis</i>	
Šeima garantuoja šiltus emocinius ryšius, saugumo jausmą, pagarbų požiūrį į kitus žmones.	Pedagogų ir auklėtinių santykiai paviršutiniški.
Šeimos narius sieja glaudus socialinis, emocinis ryšys.	Socialinis ir emocinis ryšys nepilnavertis.
Tarpusavio pagalba ir supratimas. Paprastai vieno šeimos nario problema yra visų šeimos narių rūpestis.	Pedagogai, stokodami pedagoginių, psichologinių žinių, dažnai nesuvokia vaiko vidinio pasaulio, todėl bendravimą lydi neigiamos emocijos, lemiančios tarpusavio nepasitikėjimą.
Bendravimas natūralus, kryptingas, siekiant perduoti socialinę patirtį ir dorovines nuostatas, pilnavertė tarpusavio santykių modelį.	Nepakankamai (su)formuojami bendravimo, pilnavertė ryšių su kitais žmonėmis įgūdžiai.
<i>Socialiniai santykiai (ryšiai)</i>	
Patenkamas poreikis priklausyti tam tikrai grupei — šeimai, kurios narius sieja natūralūs socialiniai santykiai.	Auklėtiniai ir auklėtojai nesusiję socialiniais ryšiais.
<i>Prierašumo poreikio tenkinimas, saugumo jausmas</i>	
Motinos buvimas šalia vaiko.	Motinos auklėjimo mokyklos pakeitimas institucine įstaiga — pagrindinė globos įstaigų auklėtinių socialinio nebrandumo priežastis.
Tėvų rūpestis, meilė suteikia vaikui saugumo jausmą.	Įstaigoje vaikas neturi žmogaus, prie kurio galėtų prisirišti, todėl prarandamas saugumo jausmas, pasitikėjimas savimi, aplinka, suaugusiaisiais.
Vaikas tėvams yra artimiausias asmuo, nuo pat gimimo jų prižiūrimas ir visapusiškai harmoningai ugdomas.	Globos įstaigoje nėra konkretaus asmens, atsakingo už konkretaus vaiko globą, galinčio įsigilinti į jo problemas, būseną.
<i>Asmeninė erdvė</i>	
Daugiau privatumo, asmeniškumo.	Trūksta asmeninės erdvės, kiekvieno vaiko autonomiškumo.
Vaikas turi savo (tėvų) namus, savo daiktus, savo kambarį, savo žaislus ir pan.	Vaikai gyvena giminytės ryšiais nesiejamų žmonių kolektyve, kur viskas yra bendra: patalpos, žaislai, įvairūs daiktai ir kt.
<i>Asmenybės vertingumo, individualumo pripažinimas</i>	
Pilnavertėje šeimoje vaikas priimamas toks, koks jis yra.	Nepripažįstamas vaiko vertingumas lemia vaiko nepasitikėjimą savimi ir kitais.
Vaiko materialinių ir dvasinių poreikių tenkinimas šeimoje labiau individualizuotas.	Pedagogai nepakankamai atsižvelgia į kiekvieno auklėtinio asmenybės ypatumus, fiziologinius ir psichinius poreikius, jų tenkinimo svarbą.
Daugiau laisvės vaiko savarankiškumui, didesnis dėmesys kūrybiškumo ugdymui ir raiškai, labiau skatinama iniciatyva.	Dažnai slopinama vaikų iniciatyva, kūrybiškumas, ribojamas savarankiškumas, laisvi apsisprendimai.
<i>Izoliacija</i>	
Susiklostę vaiko ir tėvų santykiai — pagrindas tolimesnei santykių su aplinka plėtojei, pasirengimui gyventi atviroje visuomenėje.	Vaikai auga uždaroje erdvėje, todėl neturi galimybių suvokti tikro — atviro gyvenimo vaizdo.
<i>Rengimas šeimai</i>	
Vaikai, perimdami vyresniųjų gyvenimo ir auklėjimo patyrimą, formuojasi kaip būsimieji tėvai, ruošiami gyvenimui savo šeimoje.	Informacijos apie šeimos funkcijas, vyro ir žmonos vaidmenis trūkumas.
Vaikai turi galimybę natūraliai stebėti ir mokytis motinos ir tėvo vaidmenų, perimti geriausių moters ir vyro bruožus.	Didžioji dalis auklėtojų — moterys, todėl tiek berniukų, tiek mergaičių vaizduotėje susiformuoja iškreiptas (idealizuotas) vyro paveikslas. Berniukai, neaugdami šalia vyro-tėvo neturi galimybės perimti „vyriškų“ bruožų, nemato pavyzdžio, kuriuo galėtų sekti.
<i>Ūkinis-ekonominis aspektas</i>	
Šeimos nariai yra pasiskirstę tam tikromis pareigomis. Vaikai kartu su tėvais dirba namų ūkio darbus, lankosi parduotuvėse, turi galimybę stebėti, kaip planuojamas, skirstomas šeimos biudžetas.	Globos įstaigų auklėtiniai nepakankamai įtraukti į ūkinę veiklą: maisto pirkimą ir gaminimą, patalpų remontą, rūbų, avalynės priežiūrą; nemokomi tikslingai paskirstyti biudžeto.
Realii buitii.	Sudarytos šiltnamio sąlygos: valstybė juos aprūpina maistu, rūbais, gyvenamuoju plotu.
<i>Profesinės karjeros perspektyvos</i>	
Vaikai dažniau tikisi gerai arba labai gerai išlaikyti egzaminus ir įstoti į aukštąją mokyklą.	Globos įstaigų auklėtiniai dažniausiai mąsto apie profesinę mokyklą, kurią baigę greičiau įgytų profesiją ir pradėtų savarankišką gyvenimą.

1 lentelė. **Vaikų ruošimo savarankiškam gyvenimui specifika šeimoje ir vaikų globos įstaigoje**

Pastaba. Lentelė parengta pagal: Leliūgienė, 1997, 2002; Kukauskas, 1998; Barkauskaitė, 1999; Skališius, 1999; Braslauskienė, 2000, 2001; Kvieskienė, 2000; Rugevičius ir kt., 2002; Wigger, 2003; Franz, 2004).

tyrimas, aplinka yra palanki buvusių vaikų globos įstaigų auklėtinių socialinei adaptacijai?

Tyrimo objektas — buvusių vaikų globos įstaigų auklėtinių socialinė adaptacija.

Tikslas — išanalizuoti buvusių vaikų globos įstaigų auklėtinių socialinės adaptacijos profesinėje mokykloje ypatumus.

Tyrimo eiga. Tyrimas yra lokalus, atliktas 2004 m. balandžio mėn. profesinėje Kauno prekybos ir verslo mokykloje. Atliekant tyrimą buvo taikyti du metodai — anketinė apklausa ir interviu, todėl reikėtų išskirti du etapus: I — pedagogų anketinė apklausa; II — interviu su mokiniais.

2 lentelė. Vaikų globos įstaigų auklėtinių sutrikusio elgesio ir charakterio ypatumai

Charakterio ir elgsenos sutrikimų požymiai	Vaikų globos įstaigų auklėtinių elgesio ir charakterio ypatumai
Agresyvumas	<ul style="list-style-type: none"> • Dauguma vaikų, į globos įstaigą patekę iš asocialių šeimų, jau yra išsiugdę tam tikras neigiamas savybes, perėmę šeimoje egzistuojantį destruktivų bendravimo, tarpasmeninių santykių modelį ir patys tapę pikti, grubūs, pagiežingi, kerštingi, nepaisantys visuotinai priimtinių elgesio normų. • Instituciniai vaikai nemoka priimtinais būdais paprašyti, paaiškinti savo poelgių. Jiems nesvetimas vagiliavimas, melavimas, išsisukinėjimas. • Tarpusavyje iškilusias problemas vaikų globos įstaigų auklėtiniai dažniausiai sprendžia naudodami fizinę jėgą, nevengia vienas kitą skaudžiai įžeisti, dažnai priešinasi auklėtojų nurodymams, viešose vietose demonstratyviai neklauso auklėtojų. • Agresyvumą, destruktivumą, demonstratyvų konfliktavimą su pedagogais ir bendraamžiais lemia nepakankamas poreikių paisymas ir tenkinimas, gilinimasis į emocinius išgyvenimus.
Uždarumas	<ul style="list-style-type: none"> • Augdami uždaroje įstaigoje, neturėdami artimo žmogaus, kuriuo galėtų pasitikėti, instituciniai vaikai užsisklendžia savyje, nepasitiki ugdytojais ir bendraamžiais. Dėl pilnaverčio bendravimo su suaugusiaisiais nebuvimo, neišsiugdymo pasitikėjimo suaugusiuoju, atsiranda baimė atsiverti, todėl išgyvenimai, tikrosios baimės, nerimo, destruktivaus elgesio priežastys yra slepiamos. • Bijodami būti nesuprasti, atstumti, pašiepti, instituciniai vaikai nelinkę kitiems pasakoti savo išgyvenimų.
Neprisitaikymas	<ul style="list-style-type: none"> • Vaikų globos įstaigų auklėtiniai jaučiasi kitokie nei kiti. Augant uždaroje institucinėje aplinkoje nesusiformuoja pilnaverčiai socialiniai ryšiai. • Prisitaikymą komplikuoja nepasitikėjimas savimi, kuriam įtakos turi ir formalus pedagogų bendravimas su auklėtiniais.
Neigiamų emocijų nulemti charakterio sutrikimai	<ul style="list-style-type: none"> • Neigiamos emocijos (baimė, nerimas, atstūmimas) lemia įvairius globos įstaigų auklėtinių charakterio sutrikimus: nepastovumą, kraštutinumą, staigius pykčio priepuolius, abejingumą, įvairias baimes.
Valios trūkumo nulemti charakterio ypatumai	<ul style="list-style-type: none"> • Negebėjimas atsisipirti neigiamai įtakai, reiškiniams (žalingiems įpročiams, įsitraukimui į nusikalstamą veiklą, valkatavimui).

Pastaba. Lentelė parengta pagal: Leliūgienė, 1997, 2002; Braslauskienė, 2000, 2001; Zablocka, 2003; Franz, 2004.

Metodai. Pasirinktas anketinės apklausos metodas, kad būtų galima apklausti visus mokykloje dirbančius pedagogus, t. y. vienu metu gauti visą įmanomą informaciją iš visų įmanomų apklausti respondentų. Anketą sudarė keturi klausimų / teiginių blokai: I — demografiniai klausimai (lytis, amžius, išsilavinimas), pedagoginio darbo ir pedagoginio darbo profesinėje mokykloje stažas, atliekamos funkcijos (užimamos pareigos); II — klausimai / teiginiai apie buvusių vaikų globos įstaigų auklėtinių socialinę adaptaciją profesinėje mokykloje, pa(s)ruošimą savarankiškam gyvenimui, suvokimą apie pasirinktą profesiją, rinkos poreikį, mokyklos bendruomenės požiūrį į šiuos mokinius, šeimoje ir globos institucijoje augusių mokinių elgesio, charakterio ir bendravimo ypatumus; III — pedagogų vertinimui pateikti penki elgesio bei charakterio ypatumų (agresyvumo, uždarumo, neprisitaikymo, neigiamų emocijų bei valios nulemtų charakterio sutrikimų) požymiai; IV — tam

tikri socialiniai gebėjimai, rodantys pakankamą socialinę kompetenciją ir tam tikri elgesio būdai, rodantys asmens nesocialumą. Anketinės apklausos duomenys apdoroti statistinių duomenų programa SPSS, taikant aprašomosios statistikos bei faktorių analizės metodus.

Mokinių apklausai pasirinktas pusiau struktūruotas interviu: sudarytas planas, išskiriant svarbiausias sritis (individas ir aplinka), nenumatant klausimų eiliškumo. Interviu metu gauta informacija analizuota kokybinės turinio analizės metodu, t. y. gauta pirminė informacija buvo susisteminta, išskiriant tam tikras atskirus pirminio teksto teiginius apibendrinančias kategorijas: socialinė kompetencija, mokyklos mikroklimatas, profesijos pasirinkimas (Glaser, Laudel, 1999; Šaparnis, Merkys, 2000; Kardelis, 2002). Kiekvienos kategorijos tam tikros savybės ar požymiai, rodantys kategorijos pasireiškimą ir esantys reikšmingi teoriniu aspektu, traktuoti kaip subkategorijos (*motyvuota veikla, sava-*

rankiškumas, atsakingumas, atsispyrimas neigiamai įtakai, savo klaidų pripažinimas, nuomonės turėjimas ir gebėjimas ją išreikšti, savo jausmų ir poreikių suvokimas, ateities perspektyvų turėjimas, pasitikėjimas savimi, pasitikėjimas kitais, aktyvus dalyvavimas mokyklos gyvenime, bendradarbiavimas; konstruktyvūs tarpasmeniniai santykiai su mokytojais ir mokiniais, mokymosi specifiška, mokyklos vidaus ypatumai; profesijos pasirinkimo motyvai) (Die Kategorien und das Codieren von Textsegmenten).

Tiriamieji. Pasirinkta patogioji imtis. Atrankos kriterijus — visi Kauno prekybos ir verslo mokykloje dirbantys pedagogai bei visi šioje profesinėje mokykloje besimokantys buvę vaikų globos įstaigų auklėtiniai, kurie prieš pradėdami mokytis minėtoje mokykloje gyveno vaikų globos įstaigoje ir iki tyrimo sulaukė pilnametystės. Anketas užpildė ir gražino 47 pedagogai: 22 grupių vadovai, 23 dėstantys mokytojai, 2 bendrabučio auklėtojos. Interviu metodu apklausti keturi tyrimo metu minėtoje mokykloje besimokę vaikų globos įstaigų auklėtiniai: trys vaikinai ir viena mergina. Interviu respondentų amžiaus vidurkis 19 metų, visi yra baigę vidurinę mokyklą ir profesinėje mokykloje siekia įgyti tik profesinę kvalifikaciją.

REZULTATAI

Išanalizavus anketinės apklausos rezultatus teigtina, kad didžioji dauguma pedagogų (80,9%) pritarė teiginiui „Buvusių vaikų globos įstaigų auklėtinių socialinė adaptacija profesinėje mokykloje yra komplikauta“ (žr. 3 lent.). Pedagogų nuomone, tai veikia nepakankama šių mokinių socialinė kompetencija.

Buvusių vaikų globos įstaigų auklėtinių socialinė kompetencija. Mokiniais buvo pateikta 17 apibendrintų klausimų, susijusių su tam tikromis subkategorijomis: motyvuota veikla, savarankiškumas, atsakomybė, atsispyrimas neigiamai įtakai, savo klaidų pripažinimas, nuomonės turėjimas ir gebėjimas ją išreikšti, savo jausmų ir poreikių suvokimas, ateities perspektyvų turėjimas, pasitikėjimas savimi, pasitikėjimas

kitais, aktyvus dalyvavimas mokyklos gyvenime, bendradarbiavimas. Gauta informacija interpretuota atsižvelgiant į respondentų teiginių svarbiausius žodžius ir frazes (žr. 4 lent.).

Išanalizavus interviu duomenis teigtina, kad vaikų globos įstaigose augusių mokinių socialinė kompetencija, turinti didelės įtakos jų socialinei adaptacijai profesinėje mokykloje, kiekybiniu požiūriu yra nepakankama. Trys iš keturių respondentų nėra visiškai neįgiję gebėjimo motyvuotai veikti (mokymosi aspektu), t. y. nėra išsiugdę vidinės mokymosi motyvacijos, tolimesnį jų mokymąsi lėmė išoriniai motyvai. Trys respondentai, gyvendami globos institucijoje, neįgijo gebėjimų, reikalingų gyventi savarankiškai. Pusė apklaustų mokinių nejaučia atsakomybės už savo veiksmus ir poelgius, negeba atsispyrti neigiamai įtakai. Respondentams nėra lengva pripažinti savo klaidas, atvirai reikšti nuomonę. Gyvendami vaikų globos institucijoje, jie neišmoko įsigilinti į save, suvokti savo jausmų ir poreikių, nevisiškai pasitiki savimi ir dar mažiau pasitiki kitais. Tai lemia ir šių mokinių negebėjimą, nenorą bendradarbiauti, dirbti grupėje ir, žinoma, turi įtakos atsiribojimui nuo mokykloje vykstančios įvairios veiklos. Interviu rezultatai leidžia teigti, kad vaikų globos institucijų auklėtiniai neskatinami planuoti ateitį, profesinę karjerą. Taip mano ir 73% anketinėje apklausoje dalyvavusių pedagogų.

Mokyklos mikroklimatas. Ši kategorija analizuota trimis aspektais: tarpasmeniniai santykiai su aplinkiniais mokykloje, mokymosi specifiška, mokyklos vidaus ypatumai.

Apibendrinus 5 lentelėje pateiktus duomenis galima teigti, kad respondentų nuomonė įvairiais aspektais vertinant mokyklos mikroklimatą yra nevienalytė. Vieno iš keturių respondentų bendravimas su kitais mokyklos bendruomenės nariais yra komplikotas. Kitų respondentų teiginiuose galima išžvelgti pastangas ir su mokytojais, ir su kitais mokiniais sutarti konstruktyviai. Akivaizdu, kad tam turi įtakos ne tik aplinkinių, bet ir pačių respondentų pastangos kurti ir išlaikyti darnius bei konstruktyvius tarpusavio santykius.

Teiginys	Atsakymai	%			N	Vidurkis M	Mo	SD
		Taip	Negaliu pasakyti	Ne				
Buvusių vaikų globos įstaigų auklėtinių socialinė adaptacija profesinėje mokykloje yra komplikauta		80,9%	0,0%	19,1%	47	2,87	3	1,30

3 lentelė. Pedagogų nuomonė apie buvusių vaikų globos įstaigų auklėtinių socialinę adaptaciją profesinėje mokykloje

4 lentelė. Socialinė kompetencija

Subkategorija	Iliustruojantys žodžiai, frazės
Motyvuota veikla (mokymosi aspektas)	Einu per prievartą; tingiu mokytis
	Nelabai gerai mokausi; iš pamokų dabar jau nebėgu, reikia pasimokyti
	Sekasi vidutiniškai; labai tingiu mokytis
	Bėgu iš pamokų; atsibosta mokytis; nepatinka mokytis, labai tingiu
Savarankiškumas	Galiu gyventi savarankiškai; valgyti pats pasidarau, galiu skalbti, susitvarkyti vienas; moku pinigų leisti
	Dar sunku vienai gyventi; tvarkytis tingiu; dėl pinigų paskutinę savaitę būna sunku
	Visokių problemų kyla dėl valgio gaminimo; dėl pinigų sunkiau
	Labai sunku būt savarankiškam; ir valgyti pasidaryti, ir susitvarkyti labai sunku; pinigų neapskaičiuoju
Atsakomybė	Nejaučiu atsakomybės; mokykloje atsakomybė kažkur dingsta
	Pagalvoju, kad negerai elgiuosi; bandau pasikeisti <...> dažnai dabar
	Dažniausiai galiu atsakyti už tai, ką darau; turiu atsakyti; turiu pats galvoti, kaip elgtis
	Dažnai kitaip išeina; pridarau nesąmonių; negalvoju, ką darau, ką sakau
Atsispyrimas neigiamai įtakai	Limpa blogesni draugai; patinka blogai elgtis; išgeriu su draugais, palaikau kompaniją
	Rūkau, noriu prisitaikyti prie „chebros“; dabar nelabai traukia prie blogų, labiau prie gerų
	Išgeriu su draugais kokia nors proga; nėra kaip išsiskirti; su geresniais geriau, nereikia vaidinti blogo; nebenoriu; nepatinka; noriu būti geras
	Visi rūkė ir aš rūkiau; siūlo išgerti, nepatogu atsakyti
Savo klaidų pripažinimas	Sunku prisipažinti; suprantu, bet kitiems to nesakau
	Galiu ir visiems pasakyti; nesunku, lengva
	Garsiai to neapasakau, nors ir suprantu; labai sunku prisipažinti
	Kam aš turėčiau graužtis
Nuomonės turėjimas ir gebėjimas ją išreikšti	Klausau, ką sako kiti, bet sprendžiu pats; nebijau, kad kitiems nepatiks, ką galvoju, ką žadu daryti; neatsisakau savo nuomonės, kol manęs neįtikina, kad klystu
	Stengiuosi ne per daug reikšti savo nuomonę; sakau, ką jie (mokytojai) nori girdėti
	Dažniausiai turiu savo nuomonę, bet jos neapasakau
	Dažniausiai nesakau, ką galvoju — neapsimoka; geriau suaugusiems, mokytojams nesakyti
Savo jausmų ir poreikių suvokimas	Žinau dažniausiai, ko noriu, ko man reikia; nors kartais pats savęs nesuprantu
	Labai nepastovi; labai dažnai nežinau, ko noriu; renkuosi tai, ką noriu, o ne ko reikia
	Dažniausiai nežinau, ko noriu; nepastovus esu
	Vieną dieną noriu to, kitą dieną jau kito
Ateities perspektyvų turėjimas	Negalvoju apie ateitį; nežinau; neįsivaizduoju, kaip susitvarkys mano gyvenimas
	Baigti mokyklą, pradėti dirbti; darbą surasti; toliau mokytis, bet nežinau, kaip bus
	Apie ateitį negalvoju; viskas gali apsiversti aukštyn kojom
	Nežinau, kas bus toliau; užėina baimė, kai nežinau, ką reikės veikti toliau
Pasitikėjimas savimi	Pasitikiu savimi, tik ne visą laiką, bet dažniausiai taip
	Nelabai savimi pasitikiu, bent jau moksluose; žinau, kad neišmoksiu taip, kaip reikia
	Lyg ir pasitikiu. Kaip kitaip gyvensi
	Nepasitikiu; nežinau, ar baigsiu mokyklą, kur rasiu darbą, ar vienas susitvarkysiu
Pasitikėjimas kitais	Nelabai pasitikiu mokytojais; kartais išspasakaju draugams
	Pasitikiu visais; labai atvira, net per daug; su mokytojais būnu uždaresnė; su draugais... Kuris pasipasakoja, su tuo ir labiau, atvirai pasikalbu
	Turi praeiti daug laiko, kad pradėčiau tikėti žmogum; kartais reikia pasipasakoti <...>. Lengviau pasidaro
	Stengiuosi išspręsti problemas pats, dažniausiai vienas, nebūna noro su kuo nors kalbėti, pasakoti
Bendradarbiavimas	Kai vienas, ne taip lengvai mintys lenda į galvą; kai šalia kas yra, daugiau minčių
	Kartais geriau dirbti kartu; dažniausiai norisi, kad niekas netrukdytų galvoti
	Geriau vienam ką nors daryti
	Geriau viską daryti vienam. Dar nepažįstu gerai visų. Kai darai vienas, padarai, kaip nori
Aktyvus dalyvavimas mokyklos gyvenime	Bandau nedalyvauti; nepatinka; keistai jaučiuosi, kai visi į tave žiūri; nedrąsus
	Nedalyvauju; nenoriu; keistai jausčiausi
	Nedalyvauju; nenoriu, nepatinka; neturiu sugebėjimų; nedrįstu
	Nepatinka; nenoriu, neisau išvis

Visi apklausti mokiniai susidūrė su tam tikrais sunkumais dėl mokymosi specifikos profesinėje

mokykloje, tačiau yra patenkinti profesinės mokyklos vidaus ypatumais.

Subkategorija	Iliustruojantys žodžiai, frazės	
Tarpasmeniniai santykiai	Su mokytojais	Retkarčiais atrodo, kad manęs nesupranta (mokytojai); su kai kuriais (mokytojais) konfliktuoju; rašo dvejetus, pradeda rėkti; rašo blogus pažymius, kad nebūni pamokose; kai kuriems (mokytojams) kažkas nepatinka
		Čia mokytojai ne tokie artimi
		Stengiuosi jiems neprasikalsti, mokytis, lankyti pamokas; kartais supyktu, pasiginčiju su mokytojais dėl pažymių; sutariu su mokytojais neblogai
	Su grupės draugais	Nei vienu mokytoju nepasitikiu; čia manęs mokytojai nesupranta; labai daug reikalauja; (mokytojai) nepatinka, ne prie širdies; aš irgi nenoriu nusileisti
		Normaliai; bandai su kiekvienu sutarti; sutariu su visais; bendrauju su daugiau nei puse grupės; nėra nei vieno, kuriuo labai pasitikėčiau
		Nedažnai pykstatmės su grupiokais; stengiuosi būti visiems draugė; visi grupėje draugai; turiu vieną gerą draugę, kambariokę, bet kartais pykstatmės
		Ne su visais gerai sutariu; kai kurie manęs turbūt nemėgsta, bet neparodo
		Užmeta, kad aš našlaitis, bet retai; turiu kitokią nuomonę negu jų; kartais nesutinkam; kartais atrodo, kad atėjau ne į tą grupę mokytis
Mokymosi specifika		Nauji dalykai, bet viskas normaliai; kartais nesuprantu; būna sunku
		Mokytojai mažai aiškina. Daug reikia pačiam stengtis
		Profesinėje truputį sunkiau mokytis, yra naujų dalykų; mokytojai griežčiau vertina
		Mokytis čia sunkiau; dalykai sunkūs
Mokyklos vidaus ypatumai		Siūlysiu ir draugams čia mokytis; lengva priprasti, gera tvarka; esu laimingas; radau mokykloje draugų; mokykloje patinka
		Į mokyklą noriu eiti; nieko čia netrūksta; padeda, kai reikia; niekas neišskiria. Žiūri kaip ir į kitus, vienodai; labai retai pasijaučiu vieniša, labai retai
		Mokykloje greitai pripratau; jaučiuosi gerai; aplinka normali, žmonės irgi geri; niekas neprimena, kad iš vaikų globos namų; turiu draugų
		Labai griežta tvarka; visi griežti, bet, atrodo, geri; čia geriau negu internate; čia visi lygūs. Niekas neišsiskiria; čia niekas nesikabina

5 lentelė. Mokyklos mikroklimatas

Subkategorija	Iliustruojantys žodžiai, frazės
Profesijos pasirinkimo motyvai	Pats sugalvojau stoti į konditerius. Patinka puošti tortus, kepti. Žinau, koks tai darbas
	Turėsiu visada darbo, būsiu pavalgiusi, mokėsiu daryt valgyt — taip sakė auklėtoja
	Auklėtoja sakė, kad gera specialybė, vyriška; koks bus darbas neišsivaizduoju; svarbiausia, kad pinigų uždirbčiau
	Auklėtoja sakė, virėjas būsi, vargo nematysi; nežinojau, kur noriu mokytis

6 lentelė. Profesijos pasirinkimo motyvai

Teiginys	Atsakymas			N	Vidurkis	Mo	SD
	Taip	Negaliu pasakyti	Ne				
Buvę vaikų globos įstaigų auklėtiniai turi menką suvokimą apie pasirinktą profesiją	50,0%	10,9%	39,1%	46	2,61	3	1,21
Buvę vaikų globos įstaigų auklėtiniai turi menką suvokimą apie rinkos poreikį	45,5%	29,5%	25,0%	44	2,66	3	1,16

7 lentelė. Buvusių vaikų globos įstaigų auklėtinių profesinė orientacija

Profesijos pasirinkimo motyvai. 6 lentelėje pateiktos mokinių nuomonės rodo, kad renkant vaikų globos įstaigą paliekantiems jaunuoliams profesiją didžiausias dėmesys skiriamas profesijos „naudingumui“, labai dažnai neatsižvelgiant į

būsimų mokinių sveikatą, pomėgius, potrauki vienai ar kitai veiklai.

Tokia yra ir anketinėje apklausoje dalyvavusių pedagogų nuomonė. Pusė (50,0%) jų mano, kad buvusių vaikų globos įstaigų auklėtinių profesijos

pasirinkimas yra nemotyvuotas ir beveik pusė (45,5%) pritarė teiginiui „Buvę vaikų globos įstaigų auklėtiniai turi menką suvokimą apie rinkos poreikį“ (žr. 7 lent.).

REZULTATŲ APTARIMAS

Socialinės adaptacijos profesinėje mokykloje pobūdžiui įtakos turi tam tikri veiksniai: asmenybės ypatumai (socialinė kompetencija), mokymosi aplinka ir profesijos parinkimo motyvai. Todėl pirmiausia būtų tikslinga aptarti tam tikrų socialinių gebėjimų, rodančių institucijose augusių mokinių socialinę (ne)kompetenciją, iš(si)ugdymą ar neišsiugdymą.

Socialinė kompetencija. *Motyvuota veikla (mokymosi aspektas).* Negatyvų interviu respondentų požiūrį rodo frazės: „einu per prievartą“, „nelabai gerai mokausi“, „sekasi vidutiniškai“, „bėgu iš pamokų“, „atsibosta mokytis“. Didžioji dalis (75,1%) pedagogų teigia pastebėję, kad šie mokiniai stokoja vidinės mokymosi motyvacijos: pamokų metu neatidžiai, tingiai ir abejingai atlieka skirtas užduotis, labai dažnai be svarbios priežasties praleidžia pamokas, todėl jų pažangumas, lyginant su kitų grupės mokinių pažangumu, yra žemas.

Savarankiškumas. Tik vienas iš keturių mokinių jaučiasi esąs pasirengęs gyventi savarankiškai: „galiu gyventi savarankiškai“, „valgyti pats pasidarau, galiu skalbti, susitvarkyti vienas“, „moku pinigus leisti“. Kiti interviu respondentai nėra įgiję reikiamų namų ruošos, įvairių buitinių reikalų tvarkymo įgūdžių, ir tai jiems sudaro nemažų keblumų: „dar sunku vienai gyventi“, „labai sunku būt savarankišku“, „tvarkytis tingiu“, „visokių problemų kyla dėl valgio gaminimo“, „ir valgyti pasidaryti, ir susitvarkyti labai sunku“. Respondentai akcentavo, kad didžiausia problema, su kuria jiems tenka susidurti pradėjus gyventi savarankiškai, — tikslingas biudžeto paskirstymas: „dėl pinigų paskutinę savaitę būna sunku“, „dėl pinigų sunkiau“, „pinigų neapskaičiuoju“. Bendrabučio auklėtojų nuomone, minėtos problemos akivaizdžios stebint šių mokinių gyvenimą bendrabutyje.

Atsakomybė. Gebėjimas jausti atsakomybę už savo veiksmus ir poelgius yra būtina prielaida nekonfliktiškam bendravimui su šalia esančiais žmonėmis. Interviu rezultatai rodo nevienalytę respondentų nuomonę nagrinėjamu aspektu. Dviejų respondentų teiginiuose pastebimos pa-

stangos kontroliuoti savo elgesį, savo veikimo ir gyvenimo būdo refleksija bei netinkamų veiksmų koregavimas, atsakingo elgesio suvokimas kaip būtinybė: „dažniausiai galiu atsakyti už tai, ką darau“, „bandau pasikeisti“, „turiu pats galvoti, kaip elgtis“. Tuo tarpu likusių respondentų teiginiuose išvelgiama priešinga nuostata: „nejaučiu atsakomybės“, „dažniau būnu neatsakingas“, „mokykloje atsakomybė kažkur dingsta“, pastebimas polinkis į visuotinai netoleruotiną elgesį: „pridarau nesąmonių“, „negalvoju, ką darau ar ką sakau“.

Atsispyrimas neigiamai įtakai. Jaunas žmogus, pasak J. Vaitkevičiaus (1995), yra socialus, linkęs bendrauti, bendradarbiauti, siekia būti pastebėtas, pripažintas lygiaverčiu tam tikros grupės nariu. Neretai, nenorint išsiskirti iš kitų grupės narių, pasiduodama draugų įtakai, kuri ne visuomet būna teigiama. Išanalizavus interviu duomenis teigtina, kad respondentai linkę kartu su draugais rūkyti, išgerti, nes „nori prisitaikyti prie „chebro“, „nėra kaip išsiskirti“. Tai galima būtų paaiškinti kaip grupės subkultūros poveikį jauno žmogaus saviraiškai bei socializacijai sociokultūrinėje aplinkoje. Ypač menkas priešinimasis aplinkos poveikiui akivaizdus analizuojant dviejų respondentų teiginius. Jų teigimu, „labiau limpa blogesni draugai“, jiems „patinka blogai elgtis“, netgi jaučiamas polinkis netinkamai elgtis dėl savotiško pasitenkinimo: „padarai ką nors, patiko ir vėl darai“. Jie nejaučia jokios asmeninės atsakomybės, nes ir „kiti taip daro“. Todėl akivaizdu, kad šiems mokiniams būdingas itin akcentuotas savitas elgesio normų ir vertybių interpretavimas.

Beveik pusė (46,8%) apklaustų pedagogų mano, kad negebėjimas atsispirti neigiamai įtakai yra vienas iš veiksnių, rodančių šių jaunuolių polinkį į destruktivyvų elgesį.

Savo klaidų pripažinimas. Beveik visi interviu respondentai teigia suvokiantys, kada elgiasi gerai, o kada ne, tačiau vengia tai pripažinti atvirai: „suprantu, bet kitiems to nesakau“, „garsiai to nepasakau, nors ir suprantu“. Tik viena respondentė teigia: „galiu ir visiems pasakyti“, „nesunku, lengva“. Galima teigti, kad trys iš keturių mokinių nėra išsiugdę gebėjimo atvirai pripažinti klydus. Išanalizavus teiginius išryškėjo ir tam tikros respondentų asmeninės savybės: uždarumas, nepasitikėjimas savimi ir kitais, polinkis užsisklęsti savyje.

Gebėjimas turėti nuomonę ir nebijoti ją išreikšti yra susijęs su anksčiau aptartomis

Faktorius	Nepasitikėjimas kitais	Nepasitikėjimas savimi
Uždarmo požymiai		
Nepasitiki kitais	0,88	-0,13
Nelinkęs kitiems pasakoti savo išgyvenimų	0,86	0,06
Jautrus	0,75	0,00
Įsitempęs	0,67	0,19
Nejaukiai jaučiasi tarp kitų	0,63	0,26
Tylus	0,05	0,79
Nedrašus	-0,11	0,77
Baimingas	0,08	0,63
Negina savo nuomonės	0,51	0,57
Atsiribojęs nuo kitų	0,38	0,56
Nemėgsta grupinės veiklos	0,20	0,47
Jausmingas	-0,24	0,37
<i>Vidutinis pritarimas faktoriaus teiginiams, %</i>	60,2%	42,7%

8 lentelė. Buvusių vaikų globos įstaigų auklėtinių uždaro elgesio raiška

subkategorijomis, žyminčiomis gebėjimą atsispirti neigiamai įtakai bei atvirai pripažinti klydus. Apžvelgus gautus rezultatus teigtina, kad tik vienas mokinyš geba atvirai reikšti savo nuomonę, tiki jos tvirtumu: „nebijau, kad kitiems nepatiks, ką galvoju, ką žadu daryti“, „neatsisakau savo nuomonės, kol manęs neįtikina, kad klystu“, nevengia išklausti ir kitų nuomonės, patarimų, tačiau galutinį sprendimą priima atsižvelgdamas į savo poreikius, norus bei nuostatas: „klausau, ką sako kiti, bet sprendžiu pats“. Likę respondentai nelinkę būti atviri („dažniausiai turiu savo nuomonę, bet jos nepasakau“), nes „neapsimoka“. Jų teiginiuose akivaizdus nepasitikėjimas suaugusiaisiais — mokytojais („geriau suaugusiems, mokytojams nesakyti“), pastangos sakyti tai, ką „jie (mokytojai) nori girdėti“, nes kitaip, šių respondentų įsitikinimu, „gali būti blogai“.

Savo jausmų ir poreikių suvokimas. Vokiečių mokslininkai M. Ullrich, N. de Muych, tyrinėję socialinės kompetencijos fenomeną, apibendrino ir išskyrė tam tikrus socialiai kompetentingo žmogaus ypatumus, socialinius gebėjimus (Lekavičienė, 1999). Vienas iš jų — savo jausmų ir poreikių suvokimas. Bendra respondentų nuomonė rodo, kad augdami institucijose jie neišmoko derinti savo norų ir poreikių, teigia esantys nepastovūs ar net labai nepastovūs ir labai nelengvai apsisprendžiantys, ko jie nori ir ko jiems iš tikro reikia: „labai dažnai nežinau, ko noriu“, „renkuosi tai, ko noriu, o ne ko reikia“, „dažniausiai nežinau, ko noriu“, „nepastovus esu“, „vieną dieną noriu to, kitą dieną jau kito“.

Dauguma (69,8%) pedagogų pritarė faktoriaus „Savo jausmų ir poreikių nesuvokimas“ teiginiams, t. y. mano, kad šių mokinių savo jausmų ir poreikių nesuvokimas pasireiškia pesimizmu, nepastovumu, stiprių simpatijų ir antipatijų supriešinimu, dažnu nusivylimu, kraštutiniu maksimalizmu.

Ateities perspektyvų turėjimas. R. Braslauskienė (2000), remdamasi G. Kyler, konstatuoja, kad vaikų globos įstaigoje — uždaroje erdvėje — augantys vaikai neturi galimybių iki galo suvokti tikro — atviro gyvenimo vaizdo, todėl savaime suprantama, kad jiems labai sunku planuoti savo ateitį, ir išorinis pasaulis, neužtikrinta ateitis kelia baimę. Interviu rezultatai leidžia teigti, kad tik vienos respondentės požiūris nagrinėjamu aspektu yra pozityvus. Mergina planuoja savo ateitį: baigusi profesinę mokyklą norėtų dirbti, o gal net ir mokytis toliau, siekti įgyti aukštąjį išsilavinimą. Likę respondentai neturi jokių ateities planų, užsibrėžtų tikslų. Ką veiks baigę profesinę mokyklą, jie negalvoja, net nebando įsivaizduoti („negalvoju apie ateitį“), nes, pasak trečio respondento, „viskas gali apsisverti aukštyn kojom“.

Pasitikėjimas savimi, pasak V. Baršauskienės, B. Janulevičiūtės (1999), yra vienas iš gerų santykių su aplinkiniais garantų. Tuo tarpu R. Braslauskienės (2001), R. Kukauskos (1998), M. Zablockos (2003) nuomone, vaikų ugdymo globos įstaigų neigiamas veiksnys — vaiko vertingumo nepripažinimas. Jaunuoliai, augę vaikų globos įstaigose, turi menką supratimą apie savo vertę, nepasitiki savimi ir kitais. Tik dviejų mokinių teiginiuose galima išvystyti pozityvesnį

požiūrį į save („Lyg ir pasitikiu. Kaip kitaip gyvensi“). Vadinasi, globos institucijoje augę mokiniai ne visiškai pasitiki savimi ar net labai pesimistiškai suvokia savo galimybes.

Pasitikėjimas kitais. Mokinių išreikšta nuomonė leidžia daryti išvadą, kad jie nepasitiki suaugusiaisiais (profesinės mokyklos mokytojais), tačiau su grupės, mokyklos draugais bendrauja kur kas laisviau ir atviriau: „nelabai pasitikiu mokytojais“, „kartais išsipasakojau draugams“, „su mokytojais būnu uždaresnė“. Apibendrinant teigtina, kad pasitikėti kitais negeba trys iš keturių respondentų. Vieno iš jų uždaramą, pastangas visas problemas spręsti pačiam, rodo frazė: „stengiuosi išspręsti pats, dažniausiai vienas, nebūna noro su kuo nors kalbėti, pasakoti“.

Pedagogų nuomone, nepasitikėjimas savimi ir kitais, pasireiškiantis įvairiais požymiais, rodo institucijoje augusių mokinių uždaramą (žr. 8 lent.). Apibendrinant anketinės apklausos ir interviu rezultatus teigtina, kad ir pedagogų, ir mokinių nuomonės nagrinėjamu aspektu sutampa.

Pasak V. Teresevičienės, G. Gedvilienės (2000), *bendradarbiavimas* mokykloje skatina ir plėtoja toleranciją kito nuomonei, dialogą, kito supratimą ir pažinimą, socialinių gebėjimų ugdymą, tačiau tik vienas iš keturių interviu respondentų išvelgia teigiamą darbo grupėje aspektą: „geriau dirbti su kuo nors kartu“, „kai šalia kas yra, daugiau minčių“. Kiti respondentai linkę dirbti individualiai, nes „geriau viską vienam daryti“, „kai darai vienas, padarai, kaip nori“, „dažniausiai norisi, kad niekas netrukdytų galvoti“.

Aktyvus dalyvavimas mokyklos gyvenime. Visiems interviu respondentams būdingas atsirišimas nuo bendros mokyklinės veiklos, auditorijos baimė: „nepatinka“, „keistai jaučiuosi, kai visi į tave žiūri“, „nenoriu, neisiu išvis“, „nedalyvauju“, „neturiu sugebėjimų“, „nedrįstu“. Visi mokiniai išreiškė kategorišką nenorą dalyvauti mokykloje vykstančioje veikloje. Todėl galima manyti, kad jie nesijaučia pilnaverčiais mokyklos bendruomenės nariais, atsakingais už tai, kas vyksta mokykloje.

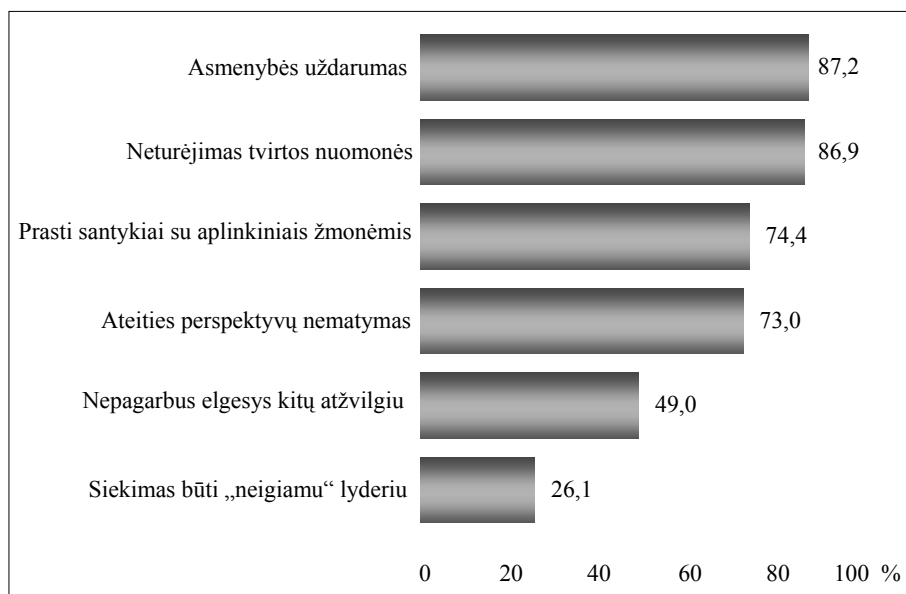
Mokyklos mikroklimatas. *Tarpasmeniniai santykiai su aplinkiniais mokykloje.* Gebėjimą darniai sutarti su aplinkiniais V. Baršauskienė, B. Janulevičiūtė (1999) įvardija vienu svarbiausių socialinių gebėjimų. Interviu respondentų teiginiuose akivaizdžios daugumos pastangos kurti konstruktyvius tarpusavio santykius: „su visais

bandau sutikti, tik ne visada išeina“, „labai stengiuosi sutarti“. Išvelgiamas ir bendravimą su aplinkiniais komplikuojantis silpniau ar stipriau jaučiamas poreikis keršyti, atsilyginti juos įžeidusiam draugui, nenoras nusileisti: „supykstu, mušuos“, „jei stumdosi, aš irgi, jei mušasi, mušuos“, „nutaikęs progą stengiuosi ir jiems atkeršyti“, „atsilyginu“, „kerštingas“. Pastebimos pastangos vengti konfliktų su profesinės mokyklos mokytojais: „su mokytojais stengiuosi nesipykti“, „su mokytojais nekonfliktuoju“.

Tarpusavio santykius su mokytojais respondentai vertino nevienodai. Tik vieno respondento teiginiuose pastebimos pastangos vengti konfliktų „neprasikalsti, lankyti pamokas“, t. y. kurti efektyvius tarpusavio santykius, lemiančius pozityvų pedagogų vertinimą jo atžvilgiu ir pažangumą. Likusių respondentų santykiuose su mokytojais galima išvelgti bendravimą apsunkinančius veiksnius, susijusius su pačių mokinių nepakankamu pažangumu ir pastangomis keisti susidariusią padėtį bei, pasak respondentų, kai kurių mokytojų nenoru suprasti ir pažinti mokinius: „retkarčiais atrodo, kad manęs nesupranta (mokytojai)“, „su kai kuriais (mokytojais) konfliktuoju“, „rašo blogus pažymius, kad nebūni pamokose“, „kai kuriems (mokytojams) kažkas nepatinka“, „čia manęs mokytojai nesupranta“, „čia mokytojai ne tokie artimi“. Vienas respondentas išreiškė savotišką protestą jo nesuprantantiems, pasak jo, labai daug reikalaujantiems mokytojams: „nei vienu mokytoju nepasitikiu“, „aš irgi nenoriu nusileisti“.

Santykius su grupės, mokyklos draugais mokiniai vertina kur kas pozityviau. Tik vieno iš jų netenkina tarpusavio santykiai su grupės draugais: „turiu kitokią nuomonę negu jų“, „kartais nesutinkam“, „kartais atrodo, kad atėjau ne į tą grupę mokytis“. Likusių respondentų tarpusavio santykiai su grupės draugais yra konstruktyvūs: „sutariu su visais“, „stengiuosi būti visiems draugė“, „visi grupėje draugai“, „normaliai“.

Pedagogų nuomone, mokinių, augusių pilnavertėje šeimoje ir globos įstaigoje, elgesio bei būdo skirtumai, turintys įtakos jų socialinei adaptacijai profesinėje mokykloje, yra pakankamai ryškūs. Didžioji dauguma (75,1%) pedagogų globos įstaigoje augusių mokinių bendravimo įgūdžius įvardijo esant nepakankamus. Respondentai paminėjo gana nemažai neigiamų šių mokinių neigiamų būdo bruožų, rodančių, kad jie neturi suformuotų reikiamų socialinių



Pav. Buvusių vaikų globos įstaigų auklėtinių elgesio būdai, komplikuojantys tarpusavio santykius su aplinkiniais mokykloje

igūdžių (nemotyvuoti, negerbiantys savęs ir kitų, neatsakingi, konfliktiški, besirūpinantys tik savimi, nepaisantys kitų nuomonės, norų bei poreikių ir kt.), turinčių įtakos jų socialinei adaptacijai profesinėje mokykloje.

Nemaža dalis (26,1%) pedagogų paminėjo dar vieną veiksni, neigiamai veikiančią šių mokinių bendravimo su kitais mokyklos bendruomenės nariais pobūdį — išskirtinio dėmesio siekimą. Tai rodo nenoras paklusti mokykloje egzistuojančiai tvarkai, įvairių lengvatų reikalavimas, savo problemų sureikšminimas, prasti santykiai su aplinkiniais žmonėmis, asmenybės uždarumas, nepagarbus elgesys kitų atžvilgiu, siekimas būti „neigiamu“ lyderiu (žr. pav.).

Mokymosi specifika. Visi interviu respondentai patiria mokymosi sunkumų dėl mokymosi profesinėje mokykloje specifikos („mokyti čia sunkiau“, „dalykai sunkūs“, „kartais nesuprantu“, „būna sunku“), didesnio krūvio, naujų disciplinų („profesinėje trupti sunkiau mokytis, yra naujų dalykų“), labiau nei vidurinėje mokykloje akcentuojamo savarankiško mokymosi („mokytojai mažai aiškina, daug reikia pačiam stengtis“), griežtesnio vertinimo („mokytojai griežčiau vertina“). Vadinasi, buvę vaikų globos įstaigų auklėtiniai nėra įgiję savarankiško mokymosi įgūdžių, nepratę prie griežtesnio žinių vertinimo.

Mokyklos vidaus ypatumai. Visi mokiniai akcentavo, kad profesinėje mokykloje jie jaučiasi saugūs, niekas jų neišskiria: „esu laimingas“, „jaučiuosi gerai“, „radau mokykloje draugų“, „mokykloje patinka“, „niekas neišskiria, žiūri

kaip ir į kitus, vienodai“, „labai retai pasijaučiu vieniša, labai retai“, „mokykloje lengva priprasti, gera tvarka“, „aplinka normali, žmonės irgi geri“, „griežti, bet atrodo geri“, „siūlysiu ir draugams čia mokyti“. Vadinasi, mokykloje yra patenkinami šių mokinių saugumo, lygiaverčio pripažinimo, būti gerbiamam bei priklausyti tam tikrai grupei poreikiai.

Profesijos pasirinkimo motyvai. Tik vienas mokinys teigia pasirinkęs norus ir poreikius atitinkančią profesiją ir suvokiantis būsimo darbo specifiką: „pats sugalvojau stoti į konditerius, patinka puošti tortus, kepti, žinau, koks tai darbas“. Likusių respondentų profesijos pasirinkimui didelę įtaką turėjo buvusios auklėtojos patarimas rinktis „naudingą“, paklausia profesiją: „turėsiu visada darbo, būsiu pavalgiusi, mokėsiu daryt valgyt — taip sakė auklėtoja“, „auklėtoja sakė, kad gera specialybė, vyriška“, „nežinojau, kur noriu mokytis“, „auklėtoja pasakė“. Reikėtų pastebėti, kad du iš keturių respondentų teigia nesuvokiantys būsimo darbo specifikos: „koks bus darbas neišsivaizduoju“, „svarbiausia, kad pinigų uždirbčiau“.

IŠVADOS

1. Lietuvių bei užsienio autoriai, tyrę vaikų ugdymo globos įstaigos aspektus, priėjo prie išvados, kad dėl susiklosčiusių specifinių socialinių ir edukacinių sąlygų, vaikų ugdymas institucijoje nėra tapatus ugdymui šeimoje. Gyvendami globos įstaigoje vaikai nėra paruošiami sava-

- rankiškam gyvenimui atviroje visuomenėje.
2. Socialinės adaptacijos profesinėje mokykloje pobūdžiui įtakos turi tam tikri veiksniai: profesijos pasirinkimo motyvai, mokymosi aplinka, asmenybės ypatumai (socialinė kompetencija).
 3. Tyrimo duomenų analizė leidžia teigti, kad du iš trijų pagrindinių veiksnių, turinčių įtakos buvusių vaikų globos įstaigų auklėtinių socialinės adaptacijos profesinėje mokykloje pobūdžiui, komplikuoja šį procesą:
 - Didesnės dalies šių mokinių profesijos pasirinkimas yra nemotyvuotas.
 - Socialinį šių mokinių nekompetentingumą rodo nepakankamai gyvenant vaikų globos įstaigose iš(si)ugdyti socialiniai gebėjimai: motyvuotai veikti, būti savarankišku, atsakingai elgtis, atsišpirti neigiamai įtakai, pripažinti klydus, turėti nuomonę ir ją atvirai reikšti, suvokti savo jaus-

mus ir poreikius, turėti ateities perspektyvų, pasitikėti savimi ir kitais, aktyviai dalyvauti mokyklos veikloje ir siekti joje realizuoti save, bendradarbiauti.

- Ir profesinės mokyklos pedagogai, ir buvę vaikų globos įstaigų auklėtiniai, besimokantys profesinėje mokykloje, pripažino, kad socialinis mokyklos, kurioje buvo atliktas tyrimas, mikroklimatas yra palankus vaikų globos įstaigose augusių jaunuolių sėkmingai socialinei adaptacijai šioje profesinėje mokykloje.

Atlikus lokalaus tyrimo rezultatų analizę teigtina, jog teorinė nuostata, kad globos įstaigoje augusių jaunuolių socialinė adaptacija naujoje aplinkoje (šio straipsnio aspektu — profesinėje mokykloje) yra komplikauta, t. y. apsunkinta įvairių socialinių ir psichologinių veiksnių, iš dalies pasitvirtino.

LITERATŪRA

- Barkauskaitė, M. (1999). Vaikų globa ir rūpyba Lietuvoje atkūrus nepriklausomybę. *Socialinis ugdymas*, I dalis (pp. 29—37). Vilnius: VPU leidykla.
- Baršauskienė, V., Janulevičiūtė, B. (1999). *Žmogiškieji santykiai*. Kaunas: Technologija.
- Braslauskienė, R. (2001). Bešeimių vaikų socialinių-pedagoginių situacijų globos įstaigose tyrimas. *Pedagogika*, 50, 80—87.
- Braslauskienė, R. (2000). *Bešeimių vaikų ugdymo ypatumai globos institucijose (socialinis pedagoginis aspektas): daktaro disertacija*. Klaipėda.
- Die Kategorien und das Codieren von Textsegmenten. Prieiga per internetą: <http://www.staff.uni-marburg.de/~kuckartz/download/qdabuk3.pdf>
- Franz, B. S. (2004). Predictors of behavioral and emotional problems of children placed in children's homes. *Child & Family Social Work*, 9, 38—57.
- Glaser, J., Laudel, G. (1999). *Theoriegeleitete Textanalyse? Das Potential einer variablenorientierten qualitativen Inhaltsanalyse*. Berlin.
- Hopkins, D., Ainscow, M., West, M. (1998). *Kaita ir mokyklos tobulinimas*. Vilnius: Alma littera.
- Jovaiša, L. (1981). *Asmenybė ir profesija*. Kaunas: Šviesa.
- Kaffemanas, R., Gerulaitis, D. (2001). Jaunimo subkultūrų grupės: elgsena, adaptacija, psichologinis veikimas. *Specialusis ugdymas*, 5 (30), 85—105.
- Kardelis, K. (2002). *Mokslinių tyrimų metodologija ir metodai*. Kaunas: Judex.
- Kukauskas, R. (1998). Nauja vaikų globos institucijų samprata. *Vaikas visuomenėje ir jo socializacija* (pp. 74—81). Kaunas: VDU leidykla.
- Kvieskienė, G. (2000). *Socializacijos pedagogika (įvadas į socialinę pedagogiką): mokymo priemonė pedagogikos studentams*. Vilnius: VPU leidykla.
- Leliūgienė, I. (2002). *Socialinė pedagogika*. Kaunas: Technologija.
- Leliūgienė, I. (1997). *Žmogus ir socialinė aplinka*. Kaunas: Technologija.
- Liobikienė, N. (2004). Mokinys ir šeima — krizės ir jų įveikimas. *Socialinis pedagogas profesinėje mokykloje: seminario medžiaga*. Vilnius.
- Rugevičius, M., Juknaitė-Kozlova, J. (2002). Globos įstaigų auklėtinių ateities orientacijos. *Pedagogika*, 57, 140—145.
- Skališius, R. (1999). *Vaikų globos įstaigų auklėtinių rengimo savarankiškam gyvenimui edukacinės galimybės: edukologijos magistro baigiamasis darbas*. Kaunas: KTU.
- Šaparnis, G., Merkys, G. (2000). Kokybinių ir kiekybinių metodų derinimas mokyklinės vadybos diagnostikoje: hipotezė ir pirmieji rezultatai. *Socialiniai mokslai*, 2 (23), 43—54.
- Štuopytė, E., Leliūgienė, I. (2000). Mokyklos vaidmuo integruojant vaikų socialinio ugdymo institucijų veiklą. *Socialiniai mokslai*, 2 (23), 112—118.
- Teresevičienė, V., Gedvilienė, G. (2000). *Mokymasis bendradarbiaujant*. Vilnius: Garnelis.
- Vaitkevičius, J. (1995). *Socialinės pedagogikos pagrindai*. Vilnius: Egaldas.
- Vismantienė, R. (1999). Studentų adaptaciją sąlygojantys svarbesni veiksniai. *Socialinė-psichologinė adaptacija ir švietimo sistema*, 1 knyga (pp. 124—128). Kaunas: VDU leidykla.
- Wigger, A. (2003). Implementation of children's rights in residential care. *European Journal of Social Education*, 4, 31—36.
- Zablocka, M. (2003). Assisting the psycho-social development of children and adolescents. *European Journal of Social Education*, 4, 79—84.

SOCIAL ADAPTATION OF CHILDREN'S HOME EX-INMATES IN VOCATIONAL SCHOOL

Jolanta Kovalenkoviėnė¹, Irena Leliūgienė²

Kaunas Trade and Business School¹, Kaunas University of Technology², Kaunas, Lithuania

ABSTRACT

Children's Home institutions should perform very important functions in a child's education, a personality ripening in the family, e. g. to educate an independent, responsible, conscious and prepared personality for successful integration to open society, a person who is able to communicate with other people without any conflicts. But pedagogues and psychologists say that young people after leaving Children's Home are not prepared for an independent life in open society, they get to conflicts very often and integrate to the society very difficult, especially in a new social environment. Ex-inmates of Children's Home have problems with social adaptation in the process of vocational school but the attention to these investigations is not very sufficient.

The society must pay more attention to it according one regularity — the inmates of Children's Home after their studies in the secondary school choose studies not in the higher school but they want to obtain a specialty in the vocational school.

The authors of the article tried to distinguish the factors which closely influenced the social adaptation in the vocational school process for the young people from Children's Home. The aim of investigation is the social adaptation of the inmates of Children's Home. The investigation is local and is done in Kaunas Trade and Business School. 47 pedagogues were participating in answering the questionnaire. 4 ex-inmates of Children's Home studying in the above mentioned school at present were participating in the special interview.

The investigation results confirmed the problem's reality and actuality. After analyzing the investigation data it was found out that two (out of three) main factors were connected with insufficient social competence and unmotivated choice of profession, which complicates the ex-inmates' of Children's Home social adaptation process in the vocational school. Both pedagogues and ex-inmates of Children's Home recognized that the social microclimate at school during the investigation done, was favorable for successful adaptation in this vocational school for the ex-inmates of Children's Home.

It means that the inmates' of Children's Home social adaptation in the vocational school faces difficulty concerning many social and psychological factors.

Keywords: vocational school, social adaptation, Children's Home.

Gauta 2005 m. balandžio 8 d.
Received on April 8, 2005

Priimta 2005 m. gegužės 18 d.
Accepted on May 18, 2005

Jolanta Kovalenkoviėnė
Kauno prekybos ir verslo mokykla
(Kaunas Trade and Business School)
Vilniaus g. 42, LT-44287 Kaunas
Lietuva (Lithuania)
Tel +370 68784704
E-mail kjolok@one.lt

VEIKSNIAI, LEMIANČIUS LKKA STUDENTŲ MOTYVACIJĄ MOKYTI UŽSIENIO KALBŲ

Aurelija Kuzmienė, Irena Čikotienė, Kęstutis Kardelis

Lietuvos kūno kultūros akademija, Kaunas, Lietuva

Aurelija Kuzmienė. Socialinių mokslų (edukologijos) magistrė. Lietuvos kūno kultūros akademijos Mokslo skyriaus specialistė. Mokslinių tyrimų kryptis — mokymosi motyvacija.

Irena Čikotienė. Socialinių mokslų (edukologijos) magistrė. Lietuvos kūno kultūros akademijos Kalbų katedros lektorė. Mokslinių tyrimų kryptis — mokymosi aukštojoje mokykloje motyvacija.

SANTRAUKA

Straipsnyje aprašomas tyrimas, kurio tikslas — atskleisti LKKA studentų motyvacijos mokytis užsienio kalbų raišką ir įvertinti ją lemiančius veiksnius. Juo bandoma patikrinti prielaidą, kad studentų motyvacija mokytis užsienio kalbų yra susijusi su jų psichosocialine sveikata ir priklauso nuo pasirinktos studijų krypties. Taikant apklausos raštu metodą, apklausti 225 Sporto edukologijos, Sporto technologijų ir turizmo bei Sporto biomedicinos fakultetų pirmo ir antro kursų studentai. Tyrimo duomenys leidžia formuluoti išvadą, bylojančią apie tai, kad sąsaja egzistuoja tarp studentų motyvacijos mokytis užsienio kalbų ir jų savivarbos, tarpusavio santykių su dėstytojais ir studijų krypties: studentai, kurių motyvacija mokytis užsienio kalbų yra aukštesnė, yra didesnės savivarbos, labiau pabrėžia santykių su dėstytojais svarbą ir pasirinkę studijas Sporto biomedicinos fakultete.

Raktažodžiai: studentų motyvacija, užsienio kalbos, psichosocialinė sveikata.

IVADAS

Nuolatiniai visuomenės gyvenimo pokyčiai, kuriuos diktuoja globalizacijos iššūkiai, apima visas žmogaus veiklos sritis, tarp jų ir studijas aukštojoje mokykloje. Pokyčiai aukštojo mokslo sistemoje ypač akcentuoja aukštus akademinus standartus, skatina studentus būti atsakingais už savo išsilavinimą, profesinį pasirengimą. Šiuo pasirengimo etapu neabejotinai išauga užsienio kalbų mokėjimo svarba, kaip būtina sąlyga ne tik adaptuotis profesinėje

veikloje, bet ir integruotis į Europos bei pasaulio šalių bendriją.

Suprantama, kad studentų užsienio kalbų mokymosi sėkmę lemia ne tik aukštosios mokyklos ugdymo(si) technologijos bei edukacinė aplinka, bet ir jų pačių pastangos, kurias daugiausia lemia motyvacija mokytis. Tačiau tai tik viena klausimo dalis. Kur kas svarbiau įvertinti veiksnius, galinčius daryti įtaką studentų motyvacijai mokytis užsienio kalbų, nes motyvuotas poreikis plėtoti bei gilinti

užsienio kalbų žinias, noras imtis atsakomybės už mokymąsi, gebėjimas mokantis pasinaudoti naujų informacinių ir telekomunikacinių technologijų teikiamomis galimybėmis — visa tai tampa būtinybe norint, kad modernios visuomenės narys neatsidurtų sparčiai kintančios visuomenės šalikelėje (Dereškevičius, 2000). Tad atsiranda paskata domėtis tais veiksniais, kurie galėtų lemti studentų motyvaciją mokytis užsienio kalbų.

Studentų motyvacijos mokytis užsienio kalbų problemos nėra naujos. Jos plačiai aptartos ir Lietuvos (Balžakienė, 1998; Brunevičiūtė, 2003; Šliogerienė, 2004; Vazonienė, Danilevičienė, 2004), ir užsienio (Arends, 1994; Gage, Berliner, 1994; Kohohen, 1994; Gardner, 1995) autorių darbuose. Juose motyvacija buvo tiriama bandant sieti ją su studentų saviraiškos formomis: savęs ir mokymosi proceso pažinimu, savarankiškumu ir savęs skatinimu. Mažiau ieškota motyvacijos mokytis užsienio kalbų sąsajų su psichosocialine sveikata, studijų kryptimi. Pirmuoju atveju tokios sąsajos paieška grindžiama tuo, kad asmens socializacijos procese dėl skirtingos socialinės aplinkos ir paveldėto kryptingumo motyvacijai mokytis gali daryti įtaką įvairūs sveikatos veiksniai, tarp jų ir aplinkos nulemti psichosocialiniai. Tokios sąsajos buvimo prielaidas kelia ir kiti tyrėjai (Чаркова, 2004). Be to, tiriant moksleivius, atskleista jų mokymosi motyvacijos sąsaja su tokiais psichosocialinės sveikatos rodikliais kaip savigarba ir socialinė integracija (Leiputė, Kardelis, 2002). Antruoju atveju, esant galimybei laisvai rinktis profesiją, labai padidėja individualios kompetencijos ir asmeninės atsakomybės reikšmė (Petrauskaitė, 1995), nes nuo to, kaip būsimo specialistas yra įvaldęs užsienio kalbų mokėjimo įgūdžius, labai priklausys jo komunikacinė kompetencija ir galimybė sėkmingai dirbti Europos Sąjungos šalyse. Kita vertus, profesijos prestižas visuomenėje taip pat gali lemti motyvaciją mokytis užsienio kalbų. Tokių sąsajų atskleidimas leistų pamąstyti apie kai kurias pataisas organizuojant užsienio kalbų studijas aukštojoje mokykloje.

Išsakyti teiginiai, grindžiantys sumanyto tyrimo aktualumą, leido formuluoti tokį **probleminį klausimą**: *ar yra ryšys tarp studentų motyvacijos mokytis užsienio kalbų ir jų pasirinktos studijų krypties bei psichosocialinės sveikatos rodiklių?* Formuluodami šį probleminį klausimą, kėlėme dvi hipotezes:

H1: studentų motyvacija mokytis užsienio

kalbų susijusi su jų psichosocialine sveikata, t. y. tie studentai, kurių psichosocialinės sveikatos rodikliai yra aukštesni, labiau motyvuoti mokytis užsienio kalbų.

H2: studentų motyvaciją mokytis užsienio kalbų prognozuoja pasirinkta studijų kryptis, t. y. studentai, pasirinkę studijas Sporto biomedicinos fakultete, lyginant su kitų fakultetų studentais, išsiskiria aukštesne motyvacija mokytis užsienio kalbų.

Tyrimo objektas — veiksniai, lemiantys studentų motyvaciją mokytis užsienio kalbų. Priklausomais tyrimo kintamaisiais pasirinkome mokymosi motyvaciją, o nepriklausomais — studijų kryptį, psichosocialinės sveikatos rodiklius: santykius su dėstytojais ir savigarbą. Pastarąją psichosocialinės sveikatos komponentą pasirinkome dėl to, kad tiriant moksleivius šio komponento sąsaja su mokymosi motyvacija buvo labai ryški (Leiputė, Kardelis, 2002). Kalbamuoju atveju psichosocialinė sveikata suprantama kaip socialinių, psichologinių, ekonominių ir kitokių veiksnių, darančių įtaką žmogaus gyvenimui, visuma. Jai būdingos tokios psichosocialiai sveiko žmogaus charakteristikos kaip gera savijauta, savikontrolė, mokėjimas tramdyti savo jausmus, atlikti veiklą emociškai nepalankiomis aplinkybėmis (Rebecca, Lorraine, 1998). Kitais žodžiais tariant, tai asmenybės emocinio ir socialinio brandumo rodiklis.

Socialiniai demografiniai tyrimo kintamieji — lytis, tėvų išsilavinimas, savo materialinės padėties suvokimas, stojimo į akademiją motyvai ir kt. — taip pat buvo įvardyti kaip nepriklausomi kintamieji, galintys daryti įtaką motyvacijai mokytis užsienio kalbų, tačiau tokių sąsajų neprognozavome.

Tyrimo tikslas — atskleisti LKKA studentų motyvacijos mokytis užsienio kalbų raišką ir įvertinti ją lemiančius veiksnius.

TYRIMO METODIKA

Tiriamieji. Tyrimo metu buvo suformuota atsitiktinė nepriklausoma imtis, kurią sudarė 225 Sporto edukologijos, Sporto technologijų ir turizmo bei Sporto biomedicinos fakultetų pirmo ir antro kurso studentai (110 vaikinių ir 115 merginų). Jie visi mokėsi studijų programos dalyko — anglų kalbos.

Tyrimo metodai. Taikytas apklausos raštu metodas. Klausimyno turinį sudarė 29 klausimai

ir teiginiai, kuriais aiškintasi studentų motyvacija mokytis užsienio kalbų, stojimo į akademiją motyvai, santykiai su dėstytojais, požiūris į žmogaus asmenines savybes, kurios, jų nuomone, gali būti svarbios mokantis užsienio kalbų, asmeninės pastangos, sportinė veikla, socialiniai demografiniai kintamieji ir kt. Savigarbai įvertinti taikyta Rozenbergo savęs vertinimo skalė (Fisher, Corcoran, 1987).

Tyrimo procedūros. Studentų apklausa vyko 2005 metų pavasario semestre. Vykdam apklausą buvo vadovaujama geranoriškumo, etiniais ir teisiniais principais. Visi tyrimo dalyviai informuoti apie tyrimo tikslą, duomenų anonimiškumą ir supažindinti su klausimyno pildymo instrukcija. Taip pat buvo pabrėžiama, kad dalyvauti tyrime nėra privaloma, tačiau nė vienas studentas neatsisakė tai daryti. Klausimyno užpildymo procedūra buvo vykdoma užsiėmimų metu, dalyvaujant vienam iš tyrėjų. Studentams užpildžius klausimynus, tuoj pat jie buvo surenkami. Laiko atsakymams skiriama tiek, kiek reikėjo tyrimo dalyviams, tačiau klausimynui užpildyti pakako 25–30 min. Tiriamųjų paprašyta atsakyti į pateiktus klausimus bei teiginius sąžiningai ir savarankiškai.

Statistinė analizė. Statistinė tyrimo duomenų analizė atlikta naudojant programų paketą *SPSS for Windows*. Aprašomosios statistikos metodais apskaičiuotos įvairių rodiklių skaitinės charakteristikos (vidurkiai, standartinės paklaidos ir kt.). Vertinant apklausos duomenis buvo skaičiuojamas tiek vidutinis teiginių balas, tiek procentinis atsakymų į klausimus duomenų pasiskirstymas. Hipotezės apie gautų duomenų vidurkių lygybę tikrinamos panaudojant parametrinius metodus. Tais atvejais, kai duomenys buvo išreikšti balais, hipotezėms tikrinti taikytas *Stjudento t* testas, o vidurkių skirtumas tarp procentinių duomenų tikslinamas naudojant Pirsono *chi* kvadrato kriterijų. Rezultatai laikyti statistiškai reikšmingais, jei paklaidos tikimybės reikšmė $p < 0,05$, esant 95% patikimumui.

REZULTATAI

Motyvacijos mokytis užsienio kalbų tyrimas atskleidė, kad labiausiai šias studijas, studentų nuomone, lemia noras būti išsilavinusiu žmogumi, galimybė lengviau įsidarbinti bei mokymosi kaip savo pareigos siekiant karjeros suvokimas (1 lent.).

Kaip mažiau reikšmingus motyvus studentai

nurodė norą tęsti studijas, būti vertinamais jiems artimų žmonių, draugų, pažįstamų.

Motyvaciją mokytis užsienio kalbų įvertinus balais, gauti kai kurie statistiškai reikšmingi skirtumai pagal lytį ir fakultetus. Sporto biomedicinos fakulteto studentų vidutinis motyvacijos mokytis užsienio kalbos balas buvo aukštesnis nei studijuojančiųjų Sporto technologijų ir turizmo fakultete ($4,19 \pm 0,07$ ir $4,01 \pm 0,04$; $p < 0,05$), tačiau kiek mažiau skyrėsi nuo studijuojančiųjų Sporto edukologijos fakultete ($4,19 \pm 0,07$ ir $4,05 \pm 0,05$; $p > 0,05$). Merginos, lyginant jas su vaikinais, labiau motyvuotos studijuoti užsienio kalbas ($4,23 \pm 0,03$ ir $3,88 \pm 0,04$; $p < 0,001$).

Pagal motyvacijos mokytis užsienio kalbų duomenis tiriamieji buvo suskirstyti į dvi grupes: žemos ir aukštos mokymosi motyvacijos. Skirstyta atsižvelgiant į bendrą mokymosi motyvacijos vidurkį — tie, kurių motyvacijos mokytis užsienio kalbų įvertis aukštesnis nei bendras vidutinis balas, buvo priskirti aukštos mokymosi motyvacijos grupei, o tie, kurių įvertis žemesnis nei bendras vidutinis balas, — prie žemesnės mokymosi motyvacijos grupės. Į aukštos motyvacijos grupę pateko 54,4%, o į žemos — 45,6% apklaustųjų. Čia taip pat nustatytas reikšmingas skirtumas pagal lytį: daugiau merginų nei vaikinių pateko į aukštesnės motyvacijos grupę (70,5 ir 39,1%; $p < 0,001$).

Dauguma tyrimo dalyvių studijas akademijoje rinkosi dėl noro turėti aukštojo mokslo diplomą (80,5%). Kiek mažiau jų akademiją rinkosi dėl sportavimo motyvų (56,3%) ir dėl didesnės, jų manymu, galimybės gauti geresnį darbą (53,9%). Visais atvejais išryškėjo skirtumas pagal lytį. Antai merginos dažniau nei vaikinai studijas akademijoje rinkosi dėl noro turėti aukštojo mokslo diplomą (86,4 ir 74,5%; $p < 0,05$) ir galimybės gauti geresnį darbą (65,0 ir 42,7%; $p < 0,001$), o vaikinai dažniau nurodė, kad jiems patinka sportas (70,9 ir 41,7%; $p < 0,001$). Kur kas mažiau merginų ir vaikinių (atitinkamai 13,6 ir 5,5%; $p < 0,05$) studijas akademijoje rinkosi dėl to, kad jiems patinka mokytis.

Lyginant stojimo į akademiją motyvus su motyvacija mokytis užsienio kalbų pastebėta, kad noras turėti aukštojo mokslo diplomą būdingesnis aukštos mokymosi motyvacijos studentams (85,5 ir 74,4%; $p < 0,05$). Jie taip pat išsiskyrė tokiais stojimo į akademiją motyvais kaip noru turėti galimybę gauti geresnį darbą (62,4 ir 42,7%; $p < 0,01$), būti studentu (28,2 ir 14,6%; $p < 0,01$) ir kad jiems patinka mokytis (12,8 ir 5,2%;

Motyvas	Įvertis	Labai svarbu	Svarbu	Vid. svarbu	Nesvarbu	Visai nesvarbu
Matau geras uždario galimybes		35,8	39,1	21,9	1,9	1,3
Suprantu mokymąsi kaip savo pareigą siekiant karjeros		46,5	36,7	14,9	1,4	0,5
Noriu būti vertinamas man artimų žmonių		16,7	34,9	31,6	14,4	2,4
Noriu tapti kompetentingu specialistu		48,4	34,9	13,5	2,8	0,4
Lengviau įsidarbinti		54,4	35,3	9,4	0,9	0
Noriu tęsti studijas		29,3	44,2	21,4	4,8	0,5
Noriu būti vertinamas draugų, pažįstamų		8,8	25,6	43,3	19,0	3,3
Noriu gauti gerus pažymius		37,7	38,1	19,5	2,8	1,9
Noriu būti išsilavinusiu žmogumi		67,0	28,4	4,6	0	0
Patinka tobulėti, sužinoti ką nors naujo		40,5	40,8	16,3	1,9	0,5

1 lentelė. Motyvų, lemiančių LKKA studentų užsienio kalbų mokymąsi, procentinis skirstinys

$p < 0,06$), tačiau pastarieji motyvai ir vieniems, ir kitiems buvo mažiau aktualūs.

Sugretinę motyvacijos mokytis užsienio kalbų duomenis su kitais tyrimo kintamaisiais pastebėjome, kad aukštesnės motyvacijos studentai dažniau nei žemos nurodė aktyvaus dalyvavimo užsiėmimuose svarbą (59,0 ir 44,9%; $p < 0,05$), labiau akcentavo gebėjimą reikšti mintis raštu ir žodžiu (83,8 ir 70,4%; $p < 0,01$), jas apibendrinti (35,0 ir 22,4%; $p < 0,05$). Išreikšdami požiūrį į mokymosi būdus, galinčius padėti išmolti užsienio kalbą, aukštesnės motyvacijos studentai dažniau nurodė literatūros pagal specialybę skaitymo įgūdžių tobulinimo svarbą (32,5 ir 17,5%; $p < 0,01$), specialybės žodyno turtinimą (64,1 ir 43,9%; $p < 0,01$). Tačiau ir vieni, ir kiti buvo tos nuomonės, kad efektyviausias būdas, padedantis išmolti užsienio kalbą, — šnekamosios kalbos įgūdžių tobulinimas diskusijų metu (81,2 ir 71,4%). Panaši dalis tiriamųjų (82,9 ir 74,5%) įsitikinusi, kad būsimajame darbe svarbiausia bus suprasti ir susikalbėti su užsienio specialistais, todėl, jų nuomone, ypač svarbu įvaldyti šnekamąją kalbą. Daugiau taip manančių buvo tarp aukštesnės mokymosi motyvacijos studentų (83,8 ir 69,4%; $p < 0,01$). Kur kas mažiau motyvacijos grupėse buvo studentų (po 26,5%), išskiriančių literatūros pagal specialybę skaitymo svarbą.

Lyginant motyvacijos mokytis užsienio kalbų duomenis su požiūriu į sportavimą duomenimis, pastebėta tendencija: daugiau studentų, lankančių sporto šakos treniruotes ir siekiančių rezultatų, pateko į žemesnės motyvacijos grupę, palyginus su tais, kurie nesiekia sportinių rezultatų arba lanko tik privalomus užsiėmimus pagal studijų programą (53,2 ir 43,1%). Daugiau motyvacijos

sąsają, lyginant ją su kitais tyrimo kintamaisiais, nepastebėta.

Savigarbos tyrimas atskleidė, kad kiek daugiau tirtų studentų pateko į mažos savigarbos grupę (51,2%). Ryškesnis skirtumas nustatytas pagal lytį. Daugiau vaikinių nei merginų pateko į didelės savigarbos grupę (55,5 ir 41,9%; $p < 0,05$). Šias grupes lygindami pagal kitus tiriamiesiems užduotus klausimus pastebėjome, kad jos skiriasi aiškinantis asmens savybes, galinčias daryti įtaką nepažangiam mokymuisi. Antai dažniau nepasitikėjimą savo jėgomis jaučia mažos savigarbos studentai (37,2 ir 9,5%; $p < 0,05$). Jie taip pat dažniau nerimauja dėl nepakankamo žinių lygio (32,6 ir 9,5%; $p < 0,05$), tačiau rečiau nei didesnės savigarbos jų bendramoksliai nurodo, kad per mažai laiko skiria savarankiškomis užduotims atlikti (44,2 ir 71,4%; $p < 0,05$).

Dėstytojų ir studentų gerų tarpusavio santykių svarbą vienodai vertino ir didelės, ir mažos savigarbos studentai. Skirtumas tik tas, kad klysti rečiau bijo mažos savigarbos studentai (64,6 ir 47,6%; $p < 0,01$). Nerasta skirtumo tarp savigarbos grupių pagal pareikštą nuomonę apie veiksnius, galinčius daryti įtaką užsienio kalbų mokymuisi. Ir vieni, ir kiti tarp pagrindinių veiksnių nurodo malonią mokymosi aplinką (53,3% didelės savigarbos studentų ir 44,5% — mažos savigarbos), mokymosi priemonių gausą (44,8 ir 39,1%), aktyvumą užsiėmimų metu (50,5 ir 54,5%). Nesiskiria nuomonės ir pagal jų išskirtas asmenines savybes kaip svarbias užsienio kalbų mokymuisi. Ir didelės, ir mažos savigarbos studentai beveik vienodai nurodo šias savybes: ryžtingumą (atitinkamai 53,3 ir 60,9%), kantrybę (65,7 ir 64,5%), pareigingumą (49,5 ir 51,8%).

2 lentelė. Motyvacijos mokytis užsienio kalbų procentinis skirstinys pagal fakultetus

	Fakultetai	Sporto biomedicinos	Sporto edukologijos	Sporto technologijų
Motyvacijos lygmuo				
Aukšta motyvacija		75,6	51,8*	48,3**
Žema motyvacija		24,4	48,2	51,7

Pastaba. * — skirtumas tarp Sporto biomedicinos ir Sporto edukologijos fakultetų ($p < 0,02$);

** — skirtumas tarp Sporto biomedicinos bei Sporto technologijų ir turizmo fakultetų ($p < 0,002$).

3 lentelė. Motyvacijos mokytis užsienio kalbų priklausomybė nuo savigarbos lygmens (%)

Savigarbos lygmuo	Aukštas	Žemas	Skirtumo patikimumas p
Motyvacijos lygmuo			
Aukšta motyvacija	61,0	48,2	$p < 0,01$
Žema motyvacija	39,0	51,8	$p < 0,05$

4 lentelė. Studentų nuomonės apie gerus dėstytojų ir studentų tarpusavio santykius raiška motyvacijos mokytis užsienio kalbų grupėse (%)

	Motyvacijos grupės	Aukštos motyvacijos	Žemos motyvacijos
Tarpusavio santykių bruožai			
Didesnė tikimybė, kad žinios bus įvertintos geresniu pažymiu		12,6	19,8
Gerai tarpusavio santykiai įkvepia norą geriau mokytis		82,9	65,9*
Galima drąsiau klausyti to, kas neaišku		83,8	74,7
Nebaisu dažniau klysti		55,9	56,0

Pastaba. * — $p < 0,05$.

Savigarbos grupių tiriamųjų požiūris labiau skiriasi vertinant asmenines pastangas mokantis užsienio kalbų. Jų svarbą daugiau akcentavo didelės savigarbos studentai (76,2 ir 63,6%; $p < 0,05$). Jie taip pat labiau išskyrė šnekamosios kalbos įgūdžių svarbą būsiamajame darbe (82,9 ir 71,8%; $p < 0,05$), o mažesnės savigarbos studentai dažniau akcentavo mokėjimą bendrauti buitine kalba (46,4 ir 31,4%; $p < 0,05$).

Kaip ir tikėtasi, daugiau didesnės savigarbos studentų lankė sporto šakos treniruotes ir siekė rezultatų (56,0 ir 39,8%; $p < 0,05$). Skirtumų pagal kitus tyrimo kintamuosius (tėvų socialinę padėtį, jų išsilavinimą, savo materialinės padėties suvokimą, darbą studijų metu, šeimyninę padėtį), kaip ir mokymosi motyvacijos atžvilgiu, nerasta.

Atliekant tyrimą mums buvo svarbiau sugretinti tuos duomenis, kurie leistų patikrinti kelias prielaidas, t. y. motyvacijos mokytis užsienio kalbų priklausomybę nuo savigarbos, santykių su dėstytojais ir pasirinktos studijų krypties. Tyrimo duomenų apie mokymosi motyvacijos priklausomybę nuo studijų krypties sugretinimas (2 lent.) parodė, kad labiau motyvuoti mokytis užsienio kalbų yra Sporto biomedicinos fakulteto studentai, tarp kurių didesnis procentas pateko į aukštesnės motyvacijos grupę. Mažai skyrėsi motyvacijos raiška tarp Sporto edukologijos bei

Sporto technologijų ir turizmo fakulteto studentų. Beveik vienodas jų procentas pateko ir į aukštos, ir į žemos motyvacijos grupes.

Sugretinus mokymosi motyvacijos ir savigarbos duomenis (3 lent.) pastebėta, kad daugiau didelės savigarbos studentų pateko į aukštos motyvacijos mokytis užsienio kalbų grupę ir mažiau — į žemos motyvacijos grupę. Vadinas, didesnės savigarbos studentai labiau motyvuoti mokytis užsienio kalbų.

Kai kurie tirtų studentų motyvacijos mokytis užsienio kalbų skirtumai nustatyti analizuojant santykius su dėstytojais (4 lent.). Lentelės duomenys rodo, kad labiau motyvuoti mokytis užsienio kalbų studentai dažniau pabrėžia gerų tarpusavio santykių su dėstytojais svarbą siekiant geresnių mokymosi rezultatų. Jie taip pat dažniau linkę klausyti to, kas neaišku, ir rečiau įsitikinę, kad žinios bus įvertintos geresniu pažymiu.

REZULTATŲ APTARIMAS

Tyrimo, kurio metu buvo siekta atskleisti LKKA studentų motyvacijos mokytis užsienio kalbų raišką bei nustatyti jos sąsajas su studijų kryptimi ir psichosocialinės sveikatos rodikliais, rezultatai patvirtino pirmąją mūsų keltą prielaidą dėl motyvacijos ir psichosocialinės sveikatos sąsajos. Tai leidžia manyti, kad gera psichosocialinė

sveikata gali būti veiksnys, padedantis studentams susidaryti palankesnę požiūrį į užsienio kalbų mokymąsi. Gauti duomenys pakartoja kitų tyrimų rezultatus, atskleidusius moksleivių mokymosi motyvacijos ir psichosocialinės sveikatos duomenų sąsają (Leiputė, Kardelis, 2002).

Labiausiai išryškėjo savigarbos ir motyvacijos ryšys, leidžiantis teigti, kad dauguma mokymosi problemų greičiausiai yra susiję ne su intelektu, o su asmenybe. Tai, kad sėkminga mokymosi veikla labiau priklauso nuo motyvacijos ir asmenybės savybių negu nuo intelekto, patvirtina ir kiti tyrėjai (Дружинин, 1995; Реан, Коломинский, 1999). Viena vertus, tai gali būti susiję su asmenybės savybėmis (motyvacija mokytis, savęs vertinimu), antra vertus, su jų visuma — asmenybės darna arba psichosocialine sveikata. Nurodoma, kad įvairūs motyvacijos mokytis, savigarbos, socialinės integracijos ir kt. sutrikimai yra susiję su vidinės darnos stoka (Butkienė, Kepalaitė, 1996). Taip pat nustatyta moksleivių motyvacijos mokytis sąsaja su psichologine savijauta, mokyklos baime. Tie mokiniai, kurių vidinė motyvacija mokytis yra stipri, geriau mokosi (Мильман, 1987) ir geriau jaučiasi mokykloje (Pileckaitė-Markovienė, 2001). Galima daryti prielaidą, kad analogiški motyvacijos mokytis ir psichologinių veiksnių sąsajų dėsniumai būdingi ir studentams, nes, pavyzdžiui, jų saugumo jausmą bei geresnę psichosocialinę sveikatą rodo tai, kad studentai, turintys aukštesnę motyvaciją mokytis užsienio kalbų, dažniau pabrėžia gerų tarpusavio santykių su dėstytojais svarbą siekiant mokymosi rezultatų ir dažniau linkę klausti to, kas neaišku. Tačiau geresni santykiai su dėstytojais nėra siejami su tikimybe gauti geresnę pažymį, kuris studentams yra svarbus rodiklis, įvertinantis jų užsienio kalbos mokėjimą. Kita vertus, aukštesnis pažangumo balas gali padidinti pasitikėjimą savo jėgomis. Įdomu pastebėti, kad kai kurie autoriai tai vertina kaip tam tikrus mainus už darbą, nes besimokantiems, kaip ir visiems kitiems, galima sužadinti motyvaciją daryti tam tikrus dalykus dėl išorinio paskatinimo (Arends, 1994), tačiau tai, anot autoriaus, silpnina besimokančiųjų vidinę motyvaciją. Kitų autorių (Gage, Berliner, 1994) nuomone, tai nėra blogai, nes dažniausiai tai daro teigiamą poveikį (sumaniai naudojant išorinį paskatinimą), ir ypač tada, kai besimokantysis jau turi stiprią vidinę motyvaciją. Tuomet išoriniai pastiprinimai motyvacijos nedidina. Pastarąją nuomonę patvirtina ir mūsų tyrimo duomenys.

Negalima neįvertinti ir tokio ne mažiau svarbaus veiksnio, galinčio daryti įtaką motyvacijai mokytis užsienio kalbų, kaip studentų akademinis identitetas, kuris yra susijęs su asmens saviverte, savivoka akademinėje veikloje bei savijauta studijų aplinkoje. Atliktas tyrimas parodė glaudžią akademijos studentų studijų pasiekimų ir jų akademinio identiteto sąsają, t. y. studentai, kurių studijų pasiekimai yra didesni, išsiskiria ir aukštesniais akademinio identiteto rodikliais. Įdomu ir tai, kad aukštesnio akademinio identiteto studentai akademijoje jaučiasi geriau, taip pat ją vertina palankiau (Karanauskienė, Kardelis, 2005). Galima manyti, kad ir jų savigarba yra didesnė, kartu geresnė ir psichosocialinė sveikata. Vadinasi, tinkamos mokymosi aplinkos kūrimas, geri dėstytojų ir studentų tarpusavio santykiai turėtų būti svarūs argumentai, galintys paskatinti studentų motyvaciją mokytis užsienio kalbų. Į tai orientuoti ir kitų tyrėjų išsakyti teiginiai apie psichologinių sąlygų (dėstytojo ir studento sąveikos) svarbą kuriant studento mokymosi edukacinę aplinką (Gardner, 1995; Lipinskienė, 2002). Savo ruožtu susiformavęs teigiamas požiūris į mokymąsi gali sustiprinti asmens savigarbą (Чаркова, 2004).

Pasitvirtino ir antroji prielaida, kad motyvaciją mokytis užsienio kalbų gali prognozuoti studijų kryptis. Tyrimo duomenimis, labiau motyvuoti mokytis užsienio kalbų buvo Sporto biomedicinos fakulteto studentai. Tai gali paaiškinti jų silpnesnė identifikacija su sportine veikla. Pastebėta, kad sportuojančių studentų akademinis identitetas, susijęs su motyvacija mokytis, yra silpnesnis (Karanauskienė, Kardelis, 2005). Taip pat galima galvoti, kad mokymosi pasiekimai jiems kelia didesnę pasitenkinimą, o jų ateities planai skatina labiau stengtis mokantis užsienio kalbų. Nereikėtų aiškinti motyvacijos mokytis užsienio kalbų skirtumų, išryškėjusių tarp fakultetų, tik identifikacijos su sportine veikla ypatumais. Tai gali būti siejama ir su profesijos visuomenėje prestižu, ir su stojimo į akademiją motyvais, kurie parodė, kad žemesnės motyvacijos mokytis užsienio kalbų studentai rečiau nurodė tokius stojimo motyvus, kaip noras būti studentu, patinka mokytis. Jie taip pat rečiau studijų svarbą sieja su galimybe gauti darbą, noru tapti labiau išprususiais. Norint visapusiškai išanalizuoti šį klausimą, reikėtų papildomų duomenų, galinčių išsamiau paaiškinti motyvacijos mokytis užsienio kalbų skirtumų priklausomybę nuo studijų krypties.

IŠVADOS

1. Motyvacijos mokytis užsienio kalbų raiškos tyrimas atskleidė, kad labiausiai studentus motyvis užsienio kalbų skatina vidiniai motyvai, susiję su pareigos siekiant karjeros suvokimu ir noru būti išsilavinusiu žmogumi. Kur kas mažiau užsienio kalbų studijas motyvuoja tokie išoriniai veiksniai kaip aplinkinių žmonių (artimųjų, draugų, pažįstamų) vertinimai.
2. Nustatyti motyvacijos mokytis užsienio kalbų skirtumai pagal šiuos tyrimo kintamuosius:
 - stojimo į akademiją motyvus (aukštesnės motyvacijos studentai išskyrė norą turėti aukštojo mokslo diplomą ir galimybę gauti geresnę darbą);
 - asmens pastangas mokantis užsienio kalbų bei asmenines savybes (aukštesnės motyvacijos studentai labiau akcentavo aktyvaus dalyvavimo užsiėmimuose svarbą ir išskyrė tokias asmenybės savybes kaip darbštumas, ryžtingumas, gebėjimas reikšti mintis raštu ir žodžiu, jas apibendrinti);
 - mokymosi būdus (aukštesnės motyvacijos studentai dažniau nurodo specialybės literatūros skaitymo įgūdžių tobulinimą, specialybės žodyno turtinimą, šnekamosios kalbos įgūdžių svarbą komunikacinių gebėjimų lavinimui);
 - požiūrį į sportavimą (studentų, lankančių sporto treniruotes ir siekiančių rezultatų, motyvacija mokytis užsienio kalbų buvo žemesnė nei tų, kurie nesiekia sportinių rezultatų arba lanko tik privalomus užsiėmimus pagal studijų programą);
 - lytį (merginos, lyginant su vaikiniais, išskyrė aukštesnę motyvaciją mokytis užsienio kalbų).
3. Egzistuoja sąsaja tarp motyvacijos mokytis užsienio kalbų, savigarbos, santykių su dėstytojais ir studijų krypties. Studentai, kurių motyvacija mokytis užsienio kalbų yra aukštesnė, yra didesnės savigarbos, labiau pabrėžia tarpusavio santykių su dėstytojais svarbą, yra pasirinkę studijas Sporto biomedicinos fakultete.

LITERATŪRA

- Arends, R. (1994). *Mokomės mokytis*. Vilnius: Margi raštai.
- Balžakienė, J. (1998). LKKI studentų požiūris į užsienio kalbų mokymąsi. *Pedagogika*, 37, 88-96.
- Brunevičiūtė, R. (2003). Mokymo(-si) strategijos pasirinkimas profesinės kalbos studijoms. *Kalbų studijos*, 4, 1—5.
- Butkienė, G., Kepalaitė, A. (1996). *Mokymasis ir asmenybės brandimas*. Vilnius: Margi raštai.
- Dereškevičius, P. (2000). *Mokyklos nelankymo priežastys*. Vilnius: Žuvėdra.
- Fisher, J., Corcoran, K. (1987). Measures for Clinical Practice. *A Source Book*, Vol. 1, 518—520.
- Gage, N. L., Berliner, D. C. (1994). *Pedagoginė psichologija*. Vilnius: Alma littera.
- Gardner, R. C. (1995). *Social Psychology and Second Language Learning: The Role of Attitudes and Motivation*. London: Edward Arnold.
- Karanauskienė, D., Kardelis, K. (2005). The relationship between student's academic identity and academic achievements. *Socialiniai mokslai*, 1 (47), 62—70.
- Kohohen, V. (1994). Užsienio kalbų mokymasis kaip besimokančiojo ugdymas: kaip palengvinti savarankišką kalbų mokymąsi. *Švietimo naujovės*, 1, 34—35.
- Leiputė, O., Kardelis, K. (2002). Vaikų globos namų ugdytinių psichosocialinės sveikatos ir mokymosi motyvacijos duomenų sąsaja. *Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas*, 1 (42), 15—21.
- Lipinskienė, D. (2002). *Edukacinė studentą įgalinanti studijuoti aplinka: daktaro disertacijos santrauka*. Kaunas: KTU.
- Petrauskaitė, R. (1995). *Profesijos pasirinkimo racionalumo posovietinėje Lietuvoje psichopedagoginiai ypatumai: daktaro disertacijos santrauka*. Klaipėda: KU.
- Pileckaitė-Markovienė, M. (2001). Pradinių klasių mokleivių mokymosi motyvacija, psichologinė savijauta ir mokyklinis nerimastingumas. *Psichologija*, 23, 23—49.
- Rebecca, J. D., Lorraine, G. D. (1998). *Access to Health*. Oregon State University: University of Oregon.
- Šliogerienė, J. (2004). Mokymosi motyvacija specialybinės anglų kalbos mokymo kontekste. *Tiltai*, 19, 147.
- Vazonienė, R., Danilevičienė, L. (2004). Studentų motyvacija studijuoti užsienio kalbas aukštojoje mokykloje. *Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas*, 1 (51), 68—75.
- Дружинин, В. Н. (1995). *Психология общих способностей*. Москва: Лантерна: Вита.
- Мильман, В. Э. (1987). Внутренняя и внешняя мотивация учебной деятельности. *Вопросы психологии*, 5, 129—138.
- Реан, А. А., Коломинский, Я. Л. (1999). *Социальная педагогическая психология*. Санкт-Петербург: Питер.
- Чаркова, М. Н. (2004). Возрастные особенности развития свойств внимания под влиянием мотивационного фактора (результаты исследования). *Мир психологии*, 1, 231—241.

FACTORS DETERMINING STUDENTS' FOREIGN LANGUAGE LEARNING MOTIVATION AT LITHUANIAN ACADEMY OF PHYSICAL EDUCATION

Aurelija Kuzmienė, Irena Čikotienė, Kęstutis Kardelis
Lithuanian Academy of Physical Education, Kaunas, Lithuania

ABSTRACT

The paper deals with the research, the aim of which is to reveal the foreign language learning motivation and to evaluate the factors, which determine their learning. It has been hypothesized that students' foreign language learning motivation is closely related to their psycho-social health and also it depends on a study area. 225 first and second year students at three faculties of the Lithuanian Academy of Physical Education have been investigated by filling in the questionnaires. Some psycho-social indicators as self-esteem, inter-relations with teachers have been chosen as other variables of the research. The results showed that the foreign language learning motivation is mostly based on the wish to be an educated person (67.4%). Possibility for easier employment (54.4%) motivates foreign language learning less as well as the wish to be more competent (48.4%). The paper presents some results and describes some significant findings on an existing coherence between students' foreign language learning motivation and their self-esteem, as well as inter-relations with teachers and study area. Students with higher motivation for learning are characterized as having higher self-esteem and they emphasize the importance of inter-relations with teachers. These students have chosen studies at the Faculty of Sports Biomedicine.

Keywords: students' motivation in foreign language learning, psycho-social health, study area.

Gauta 2005 m. rugsėjo 20 d.
Received on September 20, 2005

Priimta 2005 m. gruodžio 28 d.
Accepted on December 28, 2005

Aurelija Kuzmienė
Irena Čikotienė
Lietuvos kūno kultūros akademija
(Lithuanian Academy of Physical Education)
Sporto g. 6, LT-44221 Kaunas
Lietuva (Lithuania)
Tel. +370 37 302626; +370 37 302672
E-mail a.kuzmiene@lkka.lt
E-mail i.cikotiene@lkka.lt

15—18 METŲ KREPŠININKŲ IR IMTYNININKŲ POŽIŪRIS Į TRENERĮ BEI JO POVEIKĮ SPORTININKŲ ĮKVĖPIMO BŪSENAI

Romualdas Malinauskas, Gintaras Bukauskas
Lietuvos kūno kultūros akademija, Kaunas, Lietuva

Romualdas Malinauskas. Profesorius socialinių mokslų daktaras. Lietuvos kūno kultūros akademijos Sporto pedagogikos ir psichologijos katedros vedėjas. Mokslinių tyrimų kryptis — sporto pedagogų ir sportininkų socialinio psichologinio rengimo ypatumai.

SANTRAUKA

Atliktas 15—18 metų krepšinininkų ir imtynininkų požiūrio į trenerį tyrimas, taip pat analizuota, kaip treneris veikia sportininkų įkvėpimo būseną. Siekiant užsibrėžto tikslo buvo keliami tokie uždaviniai: įvertinti trenerio asmenybės brandą sportininkų akimis, ištirti požiūrį į trenerį pagal jo poveikį sportininkų įkvėpimo būsenai. Keliami prielaida, kad komandinės šakos sportininkų (krepšinininkų) požiūris į trenerį yra palankesnis nei individualios (imtynininkų). Taikyti šie tyrimo metodai: anketinė apklausa („Trenerio asmenybės brandos vertinimo anketa“ ir „Trenerio vertinimo pagal jo poveikį sportininkų įkvėpimo būsenai anketa“), matematinė statistika (χ^2 kriterijus). Tyrimas atliktas 2004 metais, ištirti 86 sportininkai (15—18 metų imtynininkai ir krepšinininkai).

Rezultatai atskleidė, kad 15—18 metų imtynininkai ir krepšinininkai trenerio asmenybės brandą vertina vidutiniškai, nes trenerį kaip vidutiniškai brandžią asmenybę įvardijo 43% imtynininkų ir 41% krepšinininkų. Taikant χ^2 kriterijų nustatyta, kad krepšinininkų ir imtynininkų požiūris į trenerio asmenybės brandą statistiškai patikimai nesiskiria ($p > 0,05$).

Tyrimo rezultatai parodė, kad trenerio poveikį sportininko įkvėpimo būsenai 50% krepšinininkų ir 28% imtynininkų vertina teigiamai. Nustatytas statistiškai patikimas ($p < 0,05$) 15—18 metų krepšinininkų ir imtynininkų trenerio vertinimo pagal jo poveikį sportininko įkvėpimo būsenai skirtumas: krepšinininkų požiūris palankesnis.

Raktažodžiai: požiūris į trenerį, įkvėpimo būseną, krepšinis, imtynės.

IVADAS

Vis daugiau dėmesio susilaukia publikacijos, kuriose analizuojami sportininko psichologijos klausimai. Vis dėlto sportas — tai socialinis reiškinys, kurio negalima įsivaizduoti be bendravimo, be santykių, kuriuos treneris kuria ugdydamas sportininkus (Reinboth et al., 2004). Manome, kad ne mažiau aktualūs būtų tie darbai, kuriais atsižengiama į trenerį, nes tarp įvairių pedagoginės veiklos rūšių trenerio profesija yra sunki, o treneriai dažnai būna perdegimo aukos (Martens, 1999).

Kita vertus, trenerio veiklos pedagoginės ir psichologinės problemos yra nepakankamai nagrinėjamos (Malinauskas, 2004). Šiek tiek daugiau dėmesio pastaruoju metu skiriama tarpasmeninių santykių problemoms, su kuriomis treneriai susiduria organizuodami bendrą veiklą, ugdydami komandos sutelktumą, įspėdami arba nutraukdami konfliktus tarp sportininkų, užmezgdami sutartis su naujais komandos nariais (Aleksandravičiūtė, 2001). Mokslo darbuose (Miller, 1992; Sherman, Fuller, 2000; Carron et

al., 2002; Gillbert, Trudel, 2004;) nurodoma, kad trenerio patirtis, jo žinios, nuostatos, elgesys, perduodamos vertybės, aktyvumas ir jo asmenybės branda bendraujant su sportininkais vyrauja, daro pastariesiems lemiamą įtaką. Manome, kad sportininko požiūrio į trenerio asmenybės brandą tyrimas nepraranda savo aktualumo, nes palankus sportininkų požiūris laiduoja visos sportinės veiklos sėkmę (Bergmann-Drewe, 2000). Treneris gali užmegzti glaudžius ryšius su sportininkais, jeigu komandoje yra geri tarpasmeniniai santykiai. Teigiamus rezultatus nesunkiai pasiekia tas treneris, kuris geba formuoti gerus tarpasmeninius santykius komandoje, geba bendrauti su sportininkais kaip lygiateisis jos narys, geba juos pažinti, pripažinti tokius, kokie jie yra (Sherman, Fuller, 2000; Carron et al., 2002; Gillbert, Trudel, 2004).

Užsienio autorių darbuose pastaruoju metu ypatingo dėmesio susilaukė ir sportininkų požiūrio į trenerio poveikį sportininkų įkvėpimo būsenai tyrimai (Carron, 1978; Chelladurai, Saleh, 1980; Schiersheim, 1980; Carron, Chelladurai, 1981; Chelladurai, 1984; Widmeyer et al., 1993; Spink, Carron, 1994; Wong, Bridges, 1995; Gardner et al., 1996; Martens, 1999; Grisafe et al., 2003; Reinboth et al., 2004). Ieškoma būdų, kuriais treneriai galėtų skatinti ir kurti aukštą sportininkų įkvėpimo būsenos lygį.

Mokslo darbuose dažniausiai analizuojama, kaip treneriai taiko motyvavimo priemones, kaip vadovauja siekdami tikrumo, kad jų sportininkai varžysis aukštesnio rango varžybose (Chelladurai, 1990; Gardner et al., 1996). Todėl galima manyti, kad pagal sportininkų požiūrį į trenerio poveikį sportininkų įkvėpimo būsenai galima spręsti apie darnią abipusę trenerio ir sportininko veiklą (Carron et al., 2002). Trenerių gebėjimas įkvėpti sportininkus buvo ir dabar yra svarbi pedagoginių ir psichologinių tyrimų problema. Nors kai kurie tyrimai (Percival, 1971; Malinauskas, 2003, 2004) rodo, kad krepšinininkų požiūris į trenerį yra palankesnis nei imtynininkų, vis dėlto į šį klausimą dar nėra vienareikšmiško atsakymo. **Tyrimo mokslinė problema** — ar skiriasi komandinių ir individualių šakų sportininkų požiūris į trenerį (mūsų atveju — 15—18 metų krepšinininkų ir imtynininkų)? Atsakius į šį klausimą, bus praplėstos žinios apie požiūrį į trenerį tų sporto šakų atstovų, kurie užsiima skirtinga sportine veikla (komandine ir individualia) (Šukys, 2001).

Tyrimo tikslas — išanalizuoti 15 — 18 metų

sportininkų (krepšinininkų ir imtynininkų) požiūrį į trenerį bei jo poveikį sportininkų įkvėpimo būsenai.

Uždaviniai:

1. Įvertinti trenerio asmenybės brandą sportininkų akimis.
2. Ištirti požiūrį į trenerį pagal jo poveikį sportininkų įkvėpimo būsenai.

Hipotezė. Keliama prielaida, kad komandinės šakos sportininkų (krepšinininkų) požiūris į trenerį yra palankesnis nei individualios šakos sportininkų (imtynininkų).

Pagrindinės sąvokos. *Trenerio branda* — trenerio gebėjimas atsirinkti ir įvaldyti svarbiausias vertybes, gebėjimas ugdyti specialistui reikšmingus dorovinius bruožus (Miškinis, 2002). *Įkvėpimo būsenai* — tai sportininkų optimalios psichinės energijos būsenai (Martens, 1999).

TYRIMO METODAI IR ORGANIZAVIMAS

Buvo taikomi šie **tyrimo metodai:**

1. Literatūros šaltinių analizė.
2. Anketinė apklausa:
 - *Trenerio asmenybės brandos vertinimas* (Miškinis, 2002);
 - *Trenerio vertinimas pagal jo poveikį sportininkų įkvėpimo būsenai* (Martens, 1999).
3. Matematinė statistika (χ^2 kriterijus).

Trenerio asmenybės brandos vertinimo anketoje (Miškinis, 2002) buvo pateikta 40 teigiamų ir neigiamų asmenybės savybių porų. Sportininkams reikėjo įvertinti savo trenerio asmenybės brandą. Kuo arčiau prie kiekvienos poros dešinio ar kairio žodžio sportininkas parašė ženklą „X“, tuo, jo manymu, ta savybė treneriui būdingesnė. Vertinimo simboliai: 5 — labai ryški, 4 — ryški, 3 — ne itin ryški, 2 — neryški, 1 — visiškai neryški savybė. Rezultatai susumuojami taip: 200—180 taškų — labai brandi, 179—160 taškų — brandi, 159—130 taškų — vidutinio brandumo, mažiau kaip 129 taškai — nebrandi asmenybė. Norėdami įvertinti šios metodikos patikimumą, atlikome pakartotinę apklausą, kurios gauti duomenys sutapo su pradiniais 79%.

Siekiant ištirti sportininkų požiūrį į trenerį pagal jo poveikį sportininkų įkvėpimo būsenai, tiriamiesiems buvo pateikta R. Martens (1999) metodika *Trenerio vertinimas pagal jo poveikį sportininkų įkvėpimo būsenai*. Pateikti 6 klausimai, kurių kiekvienas turi po penkis atsakymus, verti-

namus nuo 1 iki 5 balų (niekada — 1; retai — 2; kartais — 3; dažnai — 4; visada — 5). Jei sudėję atsakymų balus, gauname skaičių 18 ir daugiau — poveikis neigiamas; nuo 12 iki 17 — poveikis neutralus; nuo 6 iki 11 — teigiamas. Nustatyta, kad bandomuoju tyrimu atlikus dvi apklausas duomenys sutapo 77%.

Tyrimo organizavimas. Tyrimas atliktas 2004 metais. Tiriamieji atsitiktine tvarka (pagal atsitiktinių skaičių lenteles) atrinkti iš Lietuvos krepšinio mokyklų ir imtynių klubų sąrašų, taikant serijinį principą. Šis principas taikomas tada, kai tiriama populiacija plačiai nusidriekusi, todėl tiriamųjų grupės formuojamos pakopomis, t. y. sudarant grupes iš grupių (Kardelis, 2002). Buvo tiriama: 13 A. Sabonio krepšinio mokyklos auklėtinių (15—16 metų); 14 Kauno miesto krepšinio mokyklos auklėtinių (17—18 metų); 15 krepšinio klubo „Žvaigždžių tornadas“ auklėtinių (15—16 metų); 12 Lietuvos olimpinio sporto centro imtynininkų (17—18 metų); 13 Visagino imtynių klubo „Sparta“ auklėtinių (15—16 metų); 14 Anykščių imtynių klubo auklėtinių (15—16 metų); 5 Kauno miesto JSO sporto mokyklos imtynininkai (15—16 metų). Iš viso ištirti 86 sportininkai.

REZULTATAI

15—18 metų krepšinininkų ir imtynininkų požiūrio į trenerio asmenybės brandą duomenys pateikti 1 lentelėje.

Taikant χ^2 kriterijų nustatyta, kad 15—18 metų krepšinininkų ir imtynininkų trenerio asmenybės brandos vertinimas statistiškai patikimai nesiskiria ($\chi^2(2) = 0,48$; $p > 0,05$). Rezultatai rodo, kad požiūris į trenerį kaip į labai brandžią asmenybę būdingas tik 1 krepšinininkui ir dviems imtynininkams. Šiaip vyrauja požiūris, kad trenerio asmenybė brandi arba vidutiniškai brandi.

Procentinė 15—18 metų krepšinininkų ir imty-

nininkų skirstinio išraiška pateikta 1 paveiksle. Trenerį kaip nebrandžią asmenybę apibūdina 18% krepšinininkų ir 16% imtynininkų; kaip vidutiniškai brandžią asmenybę trenerį įvardija 43% imtynininkų ir 41% krepšinininkų; kad treneris yra brandi asmenybė, mano 39% krepšinininkų ir 36% imtynininkų; labai brandžia asmenybe laiko 5% imtynininkų ir 2% krepšinininkų.

Pasitelkę R. Martens (1999) metodiką *Trenerio vertinimas pagal jo poveikį sportininkų įkvėpimo būsenai* nustatėme, kad 15—18 metų krepšinininkų ir imtynininkų požiūris į trenerio poveikį sportininko įkvėpimo būsenai statistiškai patikimai ($\chi^2(2) = 6,17$; $p < 0,05$) skiriasi: krepšinininkų požiūris yra palankesnis (2 lent.).

Procentinė 15—18 metų krepšinininkų ir imtynininkų skirstinio išraiška pagal trenerio poveikį sportininkų įkvėpimo būsenai pateikta 2 paveiksle. Gauti tyrimo rezultatai rodo, kad trenerio poveikį sportininko įkvėpimo būsenai 50% krepšinininkų ir 28% imtynininkų vertina teigiamai. Neutralus požiūris į trenerio poveikį sportininko įkvėpimo būsenai būdingas 32% krepšinininkų ir 31% imtynininkų. Neigiamai trenerio poveikį sportininko įkvėpimo būsenai vertina 41% imtynininkų ir 18% krepšinininkų.

Remiantis gautais rezultatais galima daryti prielaidą, kad krepšinio treneriai labiau stengiasi sukelti savo sportininkų įkvėpimo būseną, galbūt todėl krepšinininkų vertinimai yra palankesni. χ^2 kriterijaus taikymo rezultatai rodo: požiūris, kad trenerio poveikis jų įkvėpimo būsenai yra neigiamas, imtynininkams būdingesnis.

REZULTATŲ APITARIMAS

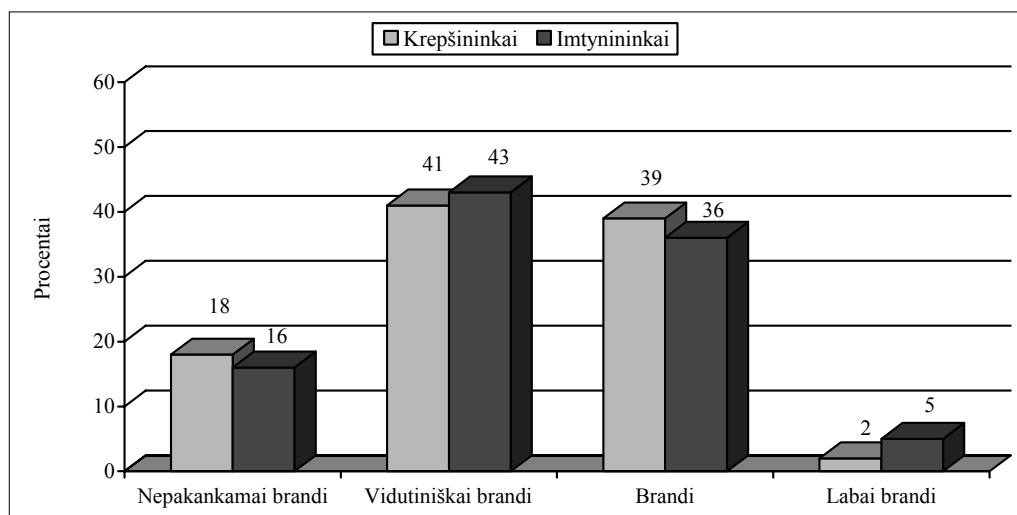
Atlikto tyrimo rezultatai atitinka vadovavimo sportinei veiklai modelio (Smoll, Smith 1989) idėją, kad treneris elgiasi tam tikru būdu, o sportininkai suvokia trenerio elgesį ir į jį atitinkamai reaguoja. Mūsų tyrimo rezultatai iš dalies patvirtino hipotezę, kad komandinės šakos sportininkų

1 lentelė. 15—18 metų krepšinininkų ir imtynininkų vertinimo skirstinys (skaičiais) pagal jų požiūrį į trenerio asmenybės brandą

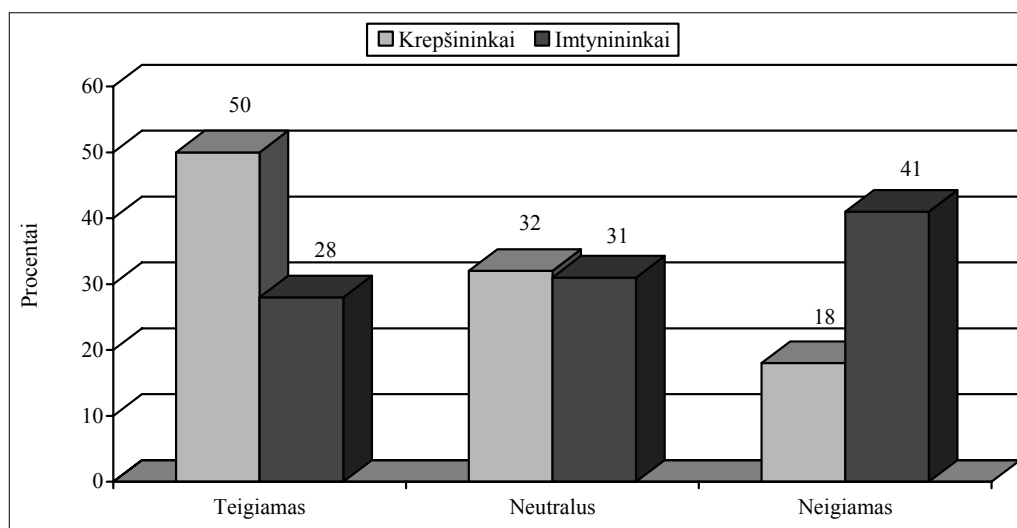
Tiriamieji	Trenerio asmenybė				χ^2 reikšmė ir patikimumo lygmuo
	Nebrandi	Vidutiniškai brandi	Brandi	Labai brandi	
Krepšinininkai, n = 44	8	18	17	1	0,48; $p > 0,05$
Imtynininkai, n = 42	7	18	15	2	

Trenerio poveikis sportininkų įkvėpimo būsenai	Teigiamas	Neutralus	Neigiamas	χ^2 reikšmė ir patikimumo lygmuo
Tiriamieji				
Krepšininkai, n = 44	22	14	8	6,17; p < 0,05
Imtynininkai, n = 42	12	13	17	

2 lentelė. 15–18 metų krepšininkų ir imtynininkų vertinimo skirstinys (skaičiais) pagal trenerio poveikį sportininkų įkvėpimo būsenai



1 pav. 15–18 metų krepšininkų ir imtynininkų vertinimo skirstinys (%) pagal jų požiūrį į trenerio asmenybės brandą



2 pav. 15–18 metų krepšininkų ir imtynininkų vertinimo skirstinys (%) pagal trenerio poveikį jų įkvėpimo būsenai

(krepšininkų) požiūris į trenerį pagal jo poveikį sportininkų įkvėpimo būsenai yra palankesnis nei individualios šakos sportininkų (imtynininkų): 15–18 metų krepšininkai trenerį pagal jo poveikį sportininkų įkvėpimo būsenai vertino palankiau negu imtynininkai. Jau minėjome, kad panašūs rezultatai gauti ir R. Malinausko (2003, 2004) atliktų tyrimų metu, kuomet buvo tiriamos „Topo centro“ ir „LKA Atleto“

krepšinio komandos. Gautus duomenis lyginant su L. Percival (1971) tyrimų rezultatais galima teigti, kad jie neprieštaruoja seniau atlikto tyrimo duomenims. Tai galima paaiškinti: komandinių šakų (krepšinio) sportininkų bendravimas atviresnis, patys sportininkai labiau bendrauja ir tarpusavyje, ne tik su treneriu. Imtynininkų bendravimas yra labiau orientuotas tik į trenerį, atsakomybė yra individuali, trenerio dėmesys

individualus, todėl atsiranda griežtesnių ir galbūt tikslesnių vertinimų. Lyginant gautus rezultatus su E. Wong, L. Bridges (1995) tyrimų duomenimis galima konstatuoti, kad buvo tiriami jaunesnės amžiaus grupės atstovai, t. y. ne sportuojantys paaugliai ir jaunuoliai, o vaikai. Ištyrus jaunesnius (9–13 metų) sportininkus buvo nustatyta, kad požiūris į trenerį yra palankesnis, kai trenerio instrukcijos yra motyvuojamojo pobūdžio. Galima manyti, kad ir mūsų tirtų jaunųjų krepšininkų požiūriui į trenerį pagal jo poveikį sportininkų įkvėpimo būsenai tai turėjo įtakos, tačiau tai būtų tik prielaida, kurią reikėtų patikrinti.

Manome, kad gautus duomenis nebūtų korektiška lyginti su rezultatais tų darbų (pvz., Miller, 1992), kuriuose treneriai grupuojami amžiaus, lyties ar treniravimo stažo atžvilgiu, nes mūsų tyrimo metu į šiuos subjekto kintamuosius nebuvo atsižvelgta. Galbūt galima palyginti mūsų tyrimo rezultatus su autorių, kurie tyrė kitų sporto šakų, o ne krepšininkų ir imtynininkų požiūrį į trenerį. Pavyzdžiui, tiriant futbolininkus (Grisafe et al., 2003) buvo atskleista, kad sportininkų požiūris į trenerį yra palankesnis, kai treneris kaip pedagoginio poveikio priemonę savo darbe taiko humorą. Ištyrus jaunuosius futbolininkus ir kriketo žaidėjus buvo nustatyta, kad žaidimas sukelia malonumą ir žaidėjų požiūrį į trenerį daro palankesni, kai treneris teikia žaidėjams socialinę paramą ir skatina jų savarankiškumą (Reinboth et al., 2004). Vadinasi, užsienio autorių darbuose buvo analizuojami papildomi kintamieji, kurių mes neanalizavome, bet į kuriuos galbūt reikėtų atsižvelgti tolesniuose tyrimuose. Būtina atkreipti dėmesį į tai, kad, pavyzdžiui, tiriant krepšininkų ir krepšininkų požiūrį į trenerį (į jo demokratinį elgesį, socialinę paramą, grįžtamojo ryšio teikimą) skirtumų nebuvo nustatyta (Sherman, Fuller, 2000). Mes netyrėme moterų sportininkų,

todėl reikalingi tolesni šios srities tyrimai lyties atžvilgiu.

Apibendrinant galima teigti, kad požiūrio į trenerį vertinimui turi reikšmės ir tokie veiksniai, kaip antai: psichologinė ir socialinė pratybų atmosfera, trenerių ir sportininkų tarpasmeniniai santykiai (Mikalauskas, 2000; Šukys, 2001; Meidus, 2003). Kai kurie autoriai (pvz., Kenow, Williams, 1999), tirdami sportininko požiūrį į trenerį, rekomenduoja atsižvelgti į tokį kintamąjį kaip sportininko ir trenerio suderinamumas. Keiliama prielaida, kad kai sportininkų ir trenerio suderinamumas didesnis, tai ir tokių sportininkų požiūris į trenerį palankesnis. Kadangi dar nėra adaptuotos metodikos šiam kintamajam įvertinti, o tyrimo metu trenerio ir sportininko santykių analizė nebuvo išsamiai atlikta, tai manome, kad į šį klausimą būtina atsižvelgti atliekant tolesnius tyrimus. Papildomai reikėtų ištirti ir didelio meistriškumo sportininkus, nes negalima apsiriboti tik jaunučių ar jaunių tyrimo duomenimis.

IŠVADOS

1. 15–18 metų imtynininkai ir krepšininkai trenerio asmenybės brandą vertina vidutiniškai, nes trenerį kaip vidutiniškai brandžią asmenybę įvardija 43% imtynininkų ir 41% krepšininkų. Taikant χ^2 kriterijų nustatyta, kad krepšininkų ir imtynininkų požiūris į trenerio asmenybės brandą statistiškai patikimai nesiskiria ($p > 0,05$).
2. Trenerio poveikį sportininko įkvėpimo būsenai 50% krepšininkų ir 28% imtynininkų vertina teigiamai. Nustatytas statistiškai patikimas ($p < 0,05$) 15–18 metų krepšininkų ir imtynininkų trenerio vertinimo pagal jo poveikį sportininko įkvėpimo būsenai skirtumas: krepšininkų požiūris palankesnis.

LITERATŪRA

Aleksandravičiūtė, B. (2001). *Sporto komandos tarpasmeninių santykių ypatumų įvertinimas ir jų optimizavimas: daktaro disertacija*. Kaunas: LKKA.

Bergmann-Drewe, S. (2000). An examination of the relationship between coaching and teaching. *Quest*, 52, 79–88.

Carron, A. V., Bray, S. R., Eys, M. A. (2002). Team cohesion and team success sport. *Journal of Sports Sciences*, 20, 119–126.

Carron, A. V., Chelladurai, P. (1981). The dynamics of group cohesion in sport. *Journal of Sport Psychology*, 3, 123–139.

- Carron, A. V., Michelle, M., Colman, M. M., Wheeler, J. (2002). Cohesion and performance in sport: A meta analysis. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 24, 168—188.
- Carron, A. V. (1978). Role behavior and the coach — athlete interaction. *International Review of Sport Sociology*, 21, 215—234.
- Chelladurai, P. (1984). Discrepancy between preferences and perceptions of leadership behavior and satisfaction of athletes in various sports. *Journal of Sport Psychology*, 6, 27—41.
- Chelladurai, P. (1990). Leadership in sports: A review. *International Journal of Sports Psychology*, 21, 328—354.
- Chelladurai, P., Saleh, S. (1980). Dimension of leader behavior in sports: Development of a leadership scale. *Journal of Sport Psychology*, 2, 34—35.
- Gardner, D. E., Shields, D. L., Bredemeier, B. J., Bostrom, A. (1996). The relationship between perceived coaching behaviors and team cohesion among baseball and softball players. *The Sport Psychologist*, 10, 367—381.
- Gillbert, W. D., Trudel, P. (2004). Role of the coach: How model youth team sport coaches frame their roles. *The Sport Psychologist*, 18, 21—43.
- Grisafe, C., Blom, L. C., Burke, K. L. (2003). The effects of head and assistant coaches' uses of humor on collegiate soccer players' evaluation of their coaches. *Journal of Sport Behaviors*, 26 (2), 103—107.
- Kenow, L., Williams, J. M. (1999). Coach-athlete compatibility and athlete's perceptions of coaching behaviors. *Journal of Sport Behaviors*, 22 (2), 251—260.
- Malinauskas, R. (2003). Didelio meistriškumo dvikovos sporto šakų sportininkų ir jų rezervo motyvacijos ypatumai. *Sporto mokslas*, 1 (31), 19—22.
- Malinauskas, R. (2004). Sportininkų požiūris į trenerį krepšinio treniruotės valdymo kontekste. *Ugdymas. Kūno Kultūra. Sportas*, 2, 32—37.
- Martens, R. (1999). *Sporto psichologijos vadovas treneriui*. Vilnius: LSIC.
- Meidus, L. (2003). Rankinio komandų žaidėjų tarpusavio sąveikos ypatumai. *Sporto mokslas*, 3, 27—31.
- Mikalauskas, R. (2000). *Edukologinių veiksnių derinimas sporto komandos veikloje: daktaro disertacija*. Kaunas: LKKA.
- Miller, A. W. (1992). Systematic observation behavior similarities of various youth sport soccer coaches. *Physical Educator*, 49 (3), 136—143.
- Miškinis, K. (2002). *Sporto pedagogikos pagrindai*. Kaunas. LKKA.
- Percival, L. (1971). The coach from athlete's viewpoint. *Proceedings: Art and Science of Coaching Symposium* (pp. 89—93). Toronto: Fitness Institute.
- Reinboth, M., Duda, J. L., Ntoumanis, N. (2004). Dimensions of coaching behavior, need satisfaction, and the psychological and physical welfare of young athletes. *Motivation and Emotion*, 28 (3), 297—310.
- Sherman, C. A., Fuller, R. (2000). Gender comparisons of preferred coaching behaviors in Australian sports. *Journal of Sport Behaviors*, 23 (4), 390—404.
- Shriesheim, J. F. (1980). The social context of leader — subordinate relations: An investigation of the effects of group cohesiveness. *Journal of Applied Psychology*, 65 (2), 183—194.
- Smool, F. L., Smith, R. E. (1989). Leadership behaviors in sport: A theoretical model and research paradigm. *Journal of Applied Social Psychology*, 19, 1522—1551.
- Spink, K. S., Carron, A. B. (1994). Group cohesion effects in exercise classes. *Small Group Research*, 25, 26—42.
- Šukys, S. (2001). *Sportinė veikla kaip paauglių vertybių orientacijų, asmenybės savybių ir socialinio elgesio formavimosi veiksnys: daktaro disertacija*. Kaunas: LKKA.
- Widmeyer, W. N., Carron, A. V., Brawley, L. R. (1993). Group cohesion in sport and exercise. In R. N. Singer, M. Murphey, L. K. Tennant (Eds.), *Handbook of Research on Sport Psychology* (pp. 672—692). New York: Macmillan.
- Wong, E. H., Bridges, L. J. (1995). A model of motivational orientation for youth sport: some preliminary work. *Adolescence*, 30 (118), 437—452.

THE 15—18-YEAR-OLD BASKETBALL PLAYERS AND WRESTLERS' PERCEPTIONS OF THEIR COACH AND HIS / HER INFLUENCE UPON THEIR STATE OF FLOW

Romualdas Malinauskas, Gintaras Bukauskas
Lithuanian Academy of Physical Education, Kaunas, Lithuania

ABSTRACT

The article is concentrated upon the research of an athlete's (aged 15—18 years) perception towards their coach. The point of view towards a coach's influence upon an athlete's state of flow is also widely analysed. While trying to aim the mentioned object certain tasks were being solved, such as: to estimate the maturity of a coach's personality from an athlete's point of view; to investigate the perception towards a coach according

to his / her influence upon an athlete's state of flow. It is supposed that team athletes (basketball players) hold a more favourable perspective towards their coach as compared to those of individual sport (wrestlers).

The following methods of research were applied: the questionnaire method (how is maturity of a coach's personality estimated and how a coach is evaluated according to his / her influence upon sportsmen's state of flow); mathematical statistics (test χ^2). The research took place in 2004. Members and pupils from the following sports schools, clubs and sports centres took part in it: 13 students (aged 15—16 years) from A. Sabonis Basketball School; 14 students (aged 17—18 years) from Kaunas Basketball School; 15 students (aged 15—16 years) from The Basketball Club "Žvaigždžių tornadas"; 12 wrestlers (aged 17—18 years) from The Lithuanian Olympic Sports Centre; 13 wrestlers (aged 15—16 years) from Visaginas Wrestling Club "Sparta"; 14 wrestlers (aged 15—16 years) from Anykščiai Wrestling Club; 5 wrestlers (aged 15—16 years) from Kaunas JSO Sports School. Altogether 86 athletes (aged 15—18 years) participated in this study.

The results revealed that wrestlers and basketball players' evaluations of their coach as mature personality were satisfactory. By applying test χ^2 it was established that basketball players and wrestlers' perceptions of their coach's maturity statistically did not differ ($p > 0.05$). Statistically significant ($p < 0.05$) differences between basketball players (aged 15—18 years) and wrestlers (aged 15—18 years) were established according to the valuations of their coach's influence upon their state of flow. The basketball players' perception was more positive.

Keywords: athletes' perceptions towards coach, the state of flow, basketball, wrestling.

Gauta 2005 m. rugsėjo 19 d.
Received on September 19, 2005

Priimta 2005 m. gruodžio 28 d.
Accepted on December 28, 2005

Romualdas Malinauskas
Lietuvos kūno kultūros akademija
(Lithuanian Academy of Physical Education)
Sporto g. 6, LT-44221 Kaunas
Lietuva (Lithuania)
Tel +370 37 231560
E-mail r.malinauskas@lkka.lt

2004 METŲ EUROPOS ČEMPIONATO RANKININKŲ KŪNO KOMPOZICIJOS, VARŽYBINĖS PATIRTIES, AMŽIAUS RODIKLIŲ SAŠAJA SU SPORTINIAIS REZULTATAIS

Antanas Skarbalius

Lietuvos kūno kultūros akademija, Kaunas, Lietuva

Antanas Skarbalius. Docentas socialinių mokslų habilituotas daktaras, Lietuvos kūno kultūros akademijos Sporto technologijų katedroje e. prof. p. Mokslinių tyrimų kryptis — sportininkų rengimo valdymo modeliavimas.

SANTRAUKA

Matematinės statistikos metodais buvo tirta 2004 metų Europos vyrų rankinio čempionato 16 šalių rinkinių ($n = 254$) narių ūgio, svorio, varžybinės patirties, amžiaus rodiklių poveikis sportiniams rezultatams. Duomenys paimti iš oficialių dokumentų. 2004 metų Europos čempionato rungtynių sėkmę daugiausia lėmė žaidėjų amžius ($r = 0,565$; $r^2 = 0,3196$). Čempionato dalyvių amžiaus vidurkis — $28,3 \pm 3,9$ metų. Visi aukštesnes vietas (1—8) užėmusių rinkinių nariai, išskyrus ketvirtos vietos laimėtojus Kroatijos rankininkus, buvo vyresni negu čempionato dalyvis vidutiniškai. Čempionato dalyvis rinktinėje vidutiniškai buvo žaidęs $86,5 \pm 62$ rungtynes. Varžybinės patirties (šalies rinktinėje žaistų rungtynių skaičius) rodiklis taip pat turėjo įtakos ($r^2 = 0,2561$) aukštesnės vietos užėmimui. Daugiau galimybių laimėti rungtynes turėjo tos rinktinės, kurių žaidėjų patirtis buvo didesnė ($r = 0,506$). Čempionato žaidėjų varžybinę patirtį lėmė jų amžius ($r = 0,753$). Nors tarp užimtų vietų ir ūgio rodiklių nustatyta tiesinė priklausomybė, tačiau šiek tiek aukštesnio ūgio žaidėjų rinktinės didesnių galimybių laimėti rungtynes ir užimti aukštesnę galutinę vietą šiame čempionate neturėjo ($r^2 = 0,0161$). Čempionato dalyvių ūgio vidurkis — $191,1 \pm 5,7$ cm. 2004 metų Europos čempionate žaidėjų svoris turėjo reikšmingesnę įtaką ($r^2 = 0,2561$) sėkmingai rungtynių baigčiai negu ūgis. Čempionato dalyvių svorio vidurkis — $92,5 \pm 4,7$ kg. Vidutinis čempionato dalyvių kūno masės indeksas — 25,3. 2004 metų Europos čempionate reikšmingesni buvo varžybinės patirties, o ne kūno konstitucijos rodikliai. Šių rodiklių reikšmė priklauso nuo konkuruojančių komandų žaidėjų kitų parengtumo požymių skirtingumo.

Raktažodžiai: rankinis, parengtumas, kūno kompozicija, varžybinė patirtis.

IVADAS

Manoma, kad rankininkų kūno kompozicija (ūgis ir kūno svoris) turi reikšmės siekiant laimėti rungtynes — didesnio svorio rankininkai stipriau meta į vartus, geriau valdo kamuolį, laimi dvikovas su varžovu, aukštesni žaidėjai geriau ginasi ir veiksmingiau atakuoja varžovų vartus (Jeschke, 1981, 1995; Taborsky, 1993). Rankininkų kūno kompozicijos svarbą patvirtino pasaulio elito — Prancūzijos (Constantini, 1998), Rusijos (Maksimov, 1998), Švedijos (Johansson, 1998) vyrų rankinio rinkinių

treneriai, tačiau olimpinių žaidynių tyrimais tokių dėsningumų nenustatyta (Skarbalius, 2002, 2003a). Rankininkų varžybinės veiklos rodikliai glaudžiai susiję su sportininkų patirtimi. Rankinio ekspertai (Constantini, 1998; Johansson, 1998) teigia, kad kasmet rinktinėje kiekvienas narys turi žaisti 20—50 rungtynių. Sportininkas pasirengęs atstovauti rinktinei, kai joje yra žaidęs per 50 tarptautinių rungtynių ir pelnęs per 300 įvarčių. Olimpinėse žaidynėse brandesnio amžiaus ir didesnės varžybinės patirties rankininkai turėjo

daugiau galimybių laimėti rungtynes ir užimti aukštesnę vietą (Skarbalius, 2002). Dinamiškėjant rankinio žaidimui (Skarbalius, 2000, 2002, 2003), ypač aktualu nuolat stebėti ir nustatyti, kaip sportinius rezultatus veikia rankininkų kūno kompozicijos, varžybinės patirties, kurią lemia ir amžius, rodikliai.

Tyrimo tikslas — nustatyti rankininkų kūno kompozicijos, varžybinės patirties, amžiaus rodiklių poveikį 2004 metų Europos čempionato sportiniams rezultatams.

Tyrimo metodika ir organizavimas. Atliekant tyrimą taikyta:

1. Dokumentų ir literatūros analizė.
2. Matematinės statistikos metodai (aritmetinis vidurkis, standartinis nuokrypis, vidurkių skirtumų reikšmingumas pagal *t* Stjudento nepriklausomų imčių kriterijų, koreliacijos ryšiai). Buvo įvertinti 16 šalių rinktinių ($n = 254$) dalyvių ūgio, svorio, amžiaus, varžybinės patirties (žaistų rungtynių skaičius šalies rinktinėje) rodikliai.

3. Lyginamoji analizė.

Duomenys apie šalių rinktinių žaidėjus gauti iš oficialių dokumentų (*Men's European Handball Championship* (2004). CD-ROM. Viena: EHF.).

REZULTATAI

Ūgis. Čempionato dalyvių ūgio vidurkis — $191,1 \pm 5,7$ cm (1 pav.). Aukščiausi buvo Vokietijos rinktinės rankininkai ($195,4 \pm 6,8$) — 4,4 cm aukštesni negu vidutinio ūgio čempionato dalyvis ($p < 0,05$), žemiausi — 4,6 cm žemesni negu vidutinio ūgio čempionato dalyvis ($p < 0,001$) Portugalijos rankininkai ($186,5 \pm 4,5$). Tarp aukštesnes (1—8) bei žemesnes (9—16) vietas

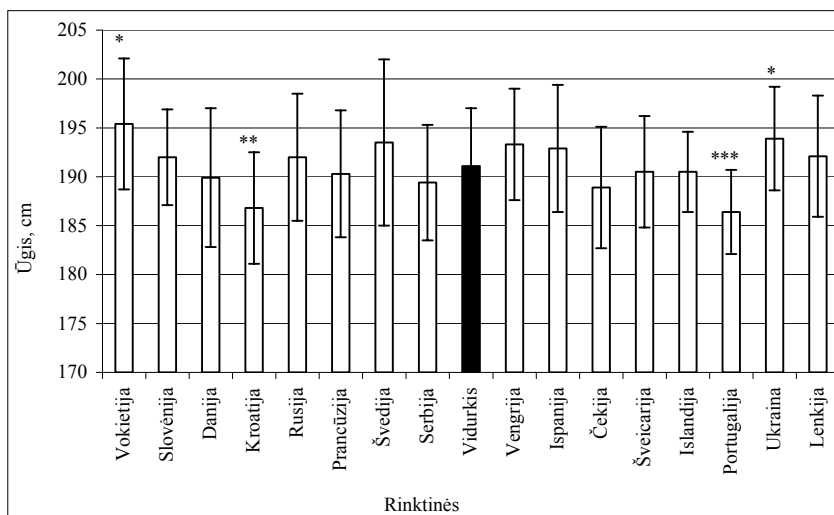
užėmusių rinktinių keturios turėjo aukštesnius ir keturios žemesnius nei vidutinio ūgio čempionato dalyvius. Vis dėlto aukso (Vokietijos) ir sidabro (Slovėnijos) medalius laimėjusių rinktinių žaidėjai buvo aukštesni ($p < 0,05$) negu turnyro dalyvis vidutiniškai.

Svoris. Čempionato dalyvių svorio vidurkis — $92,5 \pm 4,7$ kg (2 pav.). Tarp aukštesnes vietas (1—8) užėmusių rinktinių keturių rankininkai buvo sunkesni ir keturių lengvesni negu turnyro dalyvis vidutiniškai. Aukso (Vokietijos) ir sidabro (Slovėnijos) medalius laimėjusių rinktinių žaidėjai buvo sunkesni — atitinkamai 1,5 ir 2 kg negu turnyro dalyvis vidutiniškai. Tarp žemesnes (9—16) vietas užėmusių rinktinių trijų — Vengrijos ($p < 0,01$), Ispanijos, Čekijos — žaidėjai buvo sunkesni, trijų — Šveicarijos ($p < 0,01$), Islandijos ($p < 0,01$), Ukrainos — lengvesni negu vidutinio svorio čempionato dalyvis, o Portugalijos ir Lenkijos — tokio pat svorio kaip ir turnyro dalyvis vidutiniškai.

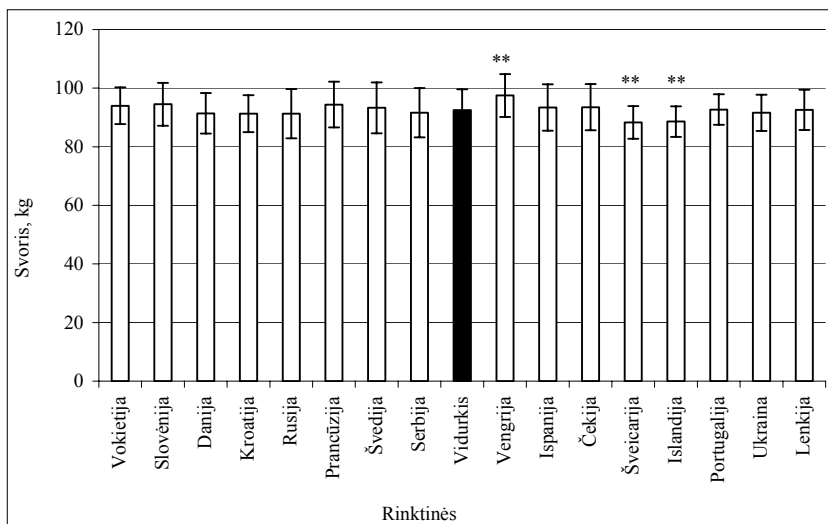
Kūno masės indeksas. Vidutinis čempionato dalyvių kūno masės indeksas (KMI) — 25,3. Tarp aukštesnes vietas užėmusių rinktinių keturių — Slovėnijos, Kroatijos, Prancūzijos, Serbijos ir Juodkalnijos — žaidėjų rodikliai buvo didesni, trijų — Vokietijos, Rusijos, Švedijos — mažesni ir bronzos medalius laimėjusių Danijos rankininkų KMI atitiko vidurkį. Tarp žemesnes vietas užėmusių rinktinių trijų — Vengrijos, Čekijos ir Portugalijos — rankininkų rodikliai buvo didesni negu vidutiniški, kitų — mažesni.

Amžius. Čempionato dalyvių amžiaus vidurkis — $28,3 \pm 3,9$ metai (3 pav.). Visi aukštesnes vietas (1—8) užėmusių rinktinių rankininkai buvo vyresni negu čempionato dalyvis vidutiniškai. Tik ketvirtos vietos laimėtojos Kroatijos rinktinės

1 pav. 2004 m. Europos čempionato vyrų rankinio rinktinių žaidėjų ūgio rodikliai ($\bar{X} \pm SD$)

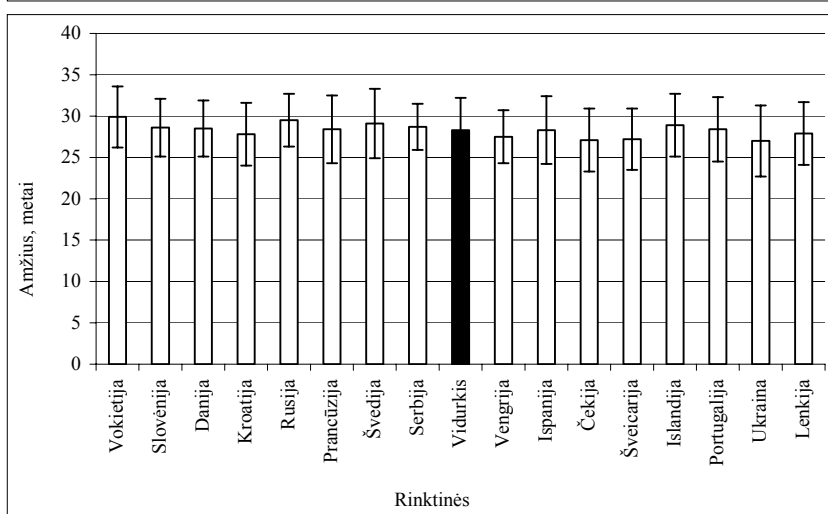


Pastaba. * — $p < 0,05$, ** — $p < 0,01$, *** — $p < 0,001$ skirtumo reikšmingumo lygmuo, lyginant su vidutine reikšme.

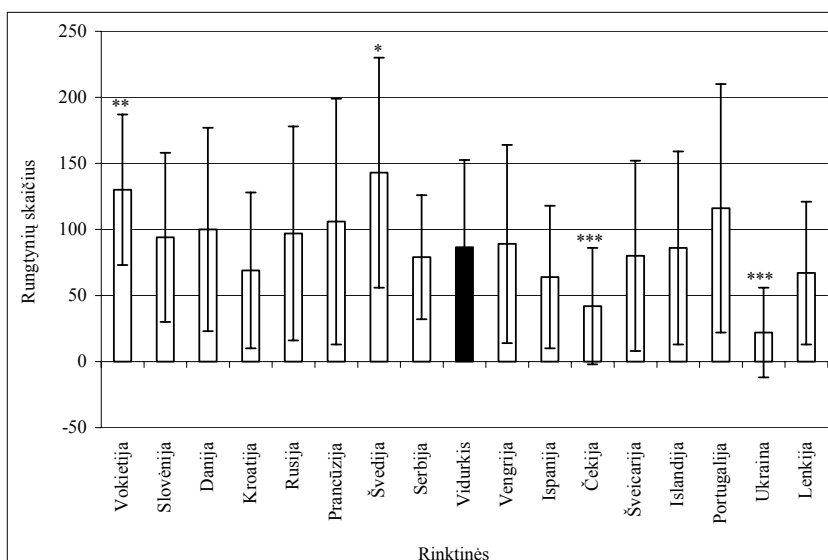


2 pav. 2004 m. Europos čempionato vyrų rankinio rinktinių žaidėjų svorio rodikliai ($\bar{X} \pm SD$)

Pastaba. ** — $p < 0,01$ skirtumo reikšmingumo lygmuo, lyginant su vidutine reikšme.



3 pav. 2004 m. Europos čempionato vyrų rankinio rinktinių žaidėjų amžiaus rodikliai ($\bar{X} \pm SD$)



4 pav. 2004 m. Europos čempionato vyrų rankinio rinktinių žaistų rungtynių rodikliai ($\bar{X} \pm SD$)

Pastaba. * — $p < 0,05$, ** — $p < 0,01$, *** — $p < 0,001$ skirtumo reikšmingumo lygmuo, lyginant su vidutine reikšme.

žaidėjai ($27,8 \pm 3,8$) buvo 0,5 metų jaunesni nei turnyro dalyvis vidutiniškai. Tarp žemesnes vietas (9–16) užėmusių rinktinių vyresni buvo 13 vietą laimėję Islandijos rankininkai ($28,9 \pm 3,8$), o 10 vietą užėmusios Ispanijos ($28,3 \pm 4,1$) ir 14 vietą užėmusios Portugalijos ($28,4 \pm 3,9$) rankininkai

buvo tokio paties amžiaus kaip ir turnyro vidutinio amžiaus žaidėjai. Vyriausi čempionai — Vokietijos rankininkai ($29,9 \pm 3,7$), jauniausi — 15 vietą užėmusios Ukrainos rinktinės žaidėjai ($27 \pm 4,3$).

Varžybinė patirtis — žaistos rungtynės rinktinėje. Čempionato dalyvis rinktinėje vidu-

tinaiškai buvo žaidęs $86,5 \pm 62$ rungtynes (4 pav.). Didžiausią patirtį turėjo čempionai — Vokietijos (130 ± 57 ; $p < 0,01$) ir septintą vietą užėmę Švedijos (143 ± 87 ; $p < 0,05$) rankininkai. Tarp aukštesnes vietas užėmusių rinktinių šiek tiek ($p > 0,05$) mažesnę patirtį turėjo Kroatijos bei Serbijos ir Juodkalnijos rinktinių žaidėjai. Tarp žemesnes vietas užėmusių rinktinių didesnės patirties nei turnyro dalyvis vidutiniškai buvo Portugalijos žaidėjai, o Vengrijos ir Islandijos — jos turėjo tiek pat, kaip ir čempionato dalyvis vidutiniškai. Mažiausios patirties buvo 15 vietą užėmusios Ukrainos (22 ± 34 ; $p < 0,001$) rankininkai. Statistiškai patikimai mažesnės patirties negu turnyro dalyviai vidutiniškai buvo ir Čekijos rinktinės žaidėjai (42 ± 44 ; $p < 0,001$).

REZULTATŲ APTARIMAS

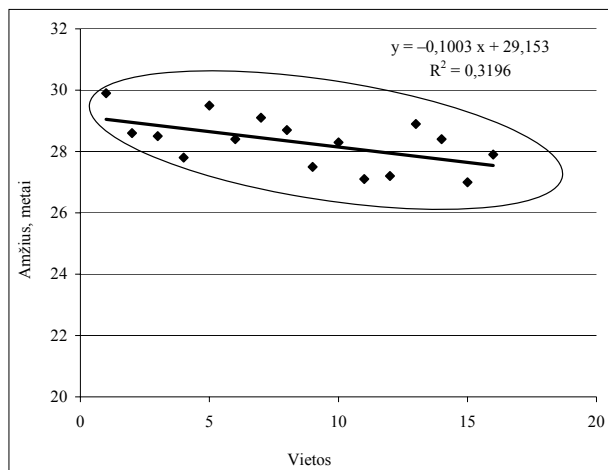
Čempionato žaidėjų varžybinę patirtį lėmė jų amžius ($r = 0,753$). Galima manyti, kad brandesnio amžiaus rinktinių žaidėjai buvo ir dėl daugiamečio sportininkų rengimo paskutinių olimpinio ciklo metų ypatumų. Be to, šis Europos čempionatas buvo ir paskutinis Atėnų olimpinis žaidynių atrankos etapas. Paprastai rinktinės yra atjauninamos olimpinio ciklo pradžioje ir per ketverius jo metus siekiama padidinti žaidėjų varžybinę patirtį (Czerwinski, 1996; Constantini, 1998). Tokį teiginį patvirtina 2000 (Skarbalius, 2000) ($27,5 \pm 3,9$) ir 2004 metų Europos čempionatų dalyvių statistiškai patikimas amžiaus rodiklių skirtumas ($p < 0,05$). Be to, šio čempionato dalyviai buvo 0,5 metų vyresni negu 2002 metų Europos čempionato dalyviai (Skarbalius, 2003). Sėkmingą 2004 metų Europos čempionato rungtynių baigtį daugiausia lėmė žaidėjų amžius ($r = 0,565$). Determinacijos koeficientas ($r^2 = 0,3196$) patvirtina šį teiginį (5 pav.). Vien dėl šios priežasties Europos šalių rinktinės, išskyrus Portugalijos, negalėjo sėkmingiau pasirodyti ir užimti aukštesnės nei 8—16 vietos. Portugalijos rinktinės narių žaidimui galėjo turėti įtakos ir kiti tyrinėti veiksniai — šios šalies žaidėjai buvo statistiškai reikšmingai ($p < 0,001$) žemesnio ūgio nei turnyro dalyvis vidutiniškai.

Varžybinės patirties (šalies rinktinėje žaistų rungtynių skaičius) rodiklis taip pat turėjo įtakos ($r^2 = 0,2561$) aukštesnės vietos užėmimui (6 pav.). Daugiau galimybių laimėti rungtynes turėjo tos rinktinės, kurių patirtis buvo didesnė ($r = 0,506$).

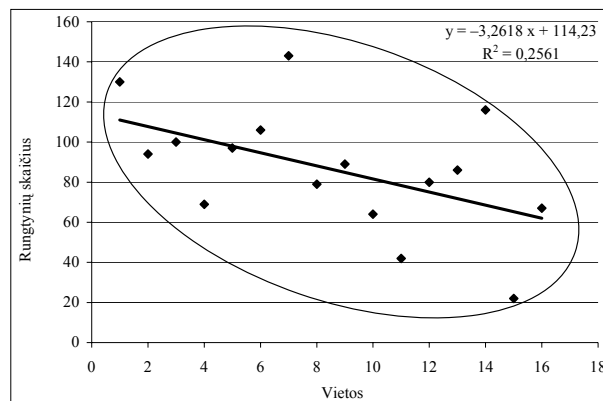
Tarp žemesnę 8—16 vietą užėmusių rinktinių tik Portugalijos rinktinės žaidėjai buvo didesnės patirties negu turnyro dalyvis vidutiniškai. Aukštesnes vietas užėmusių rinktinių žaidėjai buvo rinktinėje žaidę daugiau kaip 50 rungtynių. Gauti rezultatai patvirtino D. Constantini (1998) ir F. Taborsky (1998) teiginį, kad žaidėjai, rinktinėje žaidę per 50 rungtynių, yra pasirengę atstovauti šaliai. Lyginant 2000 (Skarbalius, 2000), 2002 (Skarbalius, 2003) ir 2004 metų Europos čempionatų rodiklius, žaidėjų patirties rodikliai statistiškai reikšmingai nesiskyrė. Vadinasi, vidutiniškai visų Europos šalių rinktinių žaidėjų patirtis yra didelė. Tarp konkuruojančių rinktinių žaidėjų patirties rodiklis buvo reikšmingas. Tai patvirtino pastarojo čempionato sportiniai rezultatai.

2004 metų Europos čempionato dalyviai vidutiniškai buvo 0,5 cm aukštesni negu 2000 metų (Skarbalius, 2000) ir 0,4 cm aukštesni negu 2002 metų (Skarbalius, 2003) čempionatų dalyviai, nors skirtumas ir nėra statistiškai patikimas. Kai kurie mokslininkai tvirtina ūgio rodiklių svarbą galimybei laimėti rungtynes (Jeschke, 1981, 1995; Taborsky, 1993, 1998), tačiau nustatytas kontroversiškas tarpusavio ryšys olimpinėse žaidynėse (Skarbalius, 2002, 2003) neleidžia kalbėti apie dėsningumus. Tarp 2004 metų Europos čempionato rinktinių, užėmusių ir aukštesnes, ir žemesnes vietas, buvo aukštesnių ir žemesnių nei vidutinio ūgio žaidėjų (3 pav.). Nors tarp užimtų vietų ir ūgio rodiklių yra tiesinė priklausomybė (7 pav.), šiek tiek didesnis rinktinės žaidėjų ūgis lemiamos įtakos laimėti rungtynes ir užimti aukštesnę galutinę vietą šiame čempionate neturėjo ($r^2 = 0,0161$).

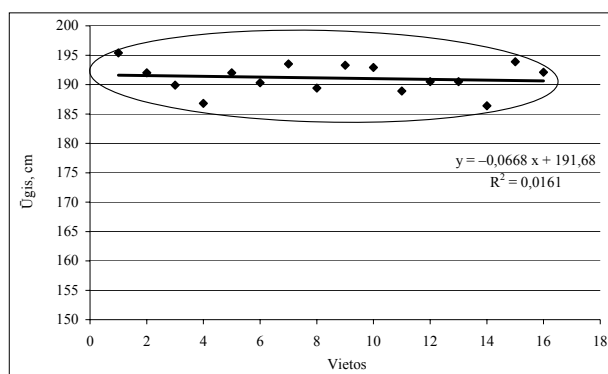
2004 metų Europos čempionate žaidėjų svoris didesnės reikšmės laimėti rungtynes turėjo ($r^2 = 0,2561$) negu ūgis (8 pav.). Tarp aukštesnes ir žemesnes vietas užėmusių rinktinių buvo beveik vienodas skaičius didesnio ir mažesnio svorio žaidėjų negu turnyro dalyvis vidutiniškai. Vadinasi, šis rodiklis čempionato rinktinėms ypatingo pranašumo nesuteikė. Tokie rezultatai patvirtina gautų tyrimų kontroversiškumą: vieneriose varžybose svorio rodikliai reikšmingi (Jeschke, 1981, 1995; Skarbalius, 2002), kitose — ne (Skarbalius, 2003 b). Šio čempionato dalyviai buvo 1,4 kg lengvesni negu 2000 metų (Skarbalius, 2000) ir 1,3 kg sunkesni negu 2002 metų (Skarbalius, 2003) čempionatų dalyviai.



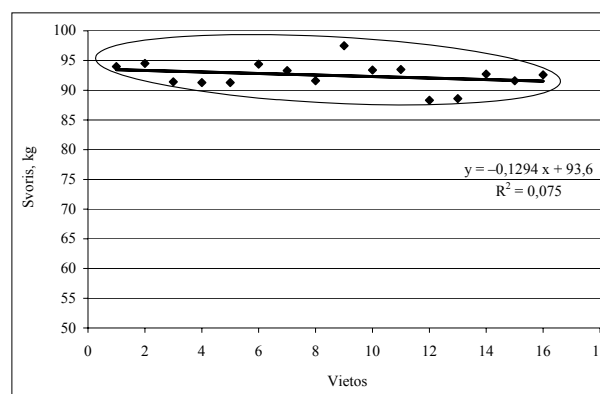
5 pav. 2004 m. Europos čempionato vyrų rankinio rinkinių žaidėjų amžiaus ir čempionate užimtų vietų tarpusavio ryšys



6 pav. 2004 m. Europos čempionato vyrų rankinio rinkinių žaidėjų patirties ir čempionate užimtų vietų tarpusavio ryšys



7 pav. 2004 m. Europos čempionato vyrų rankinio rinkinių žaidėjų ūgio ir čempionate užimtų vietų tarpusavio ryšys



8 pav. 2004 m. Europos čempionato vyrų rankinio rinkinių žaidėjų svorio ir čempionate užimtų vietų tarpusavio ryšys

IŠVADOS

Apibendrinant galima teigti, kad 2004 metų Europos čempionate varžybų laimėjimą daugiau lėmė varžybinės patirties, o ne kūno konstitucijos

rodikliai. Šių rodiklių reikšmė priklauso nuo konkuruojančių komandų žaidėjų kitų sportinio parengtumo požymių skirtingumo.

LITERATŪRA

Constantini, D. (1998). *La journée d'entraînement au sein de l'équipe nationale*. Vienna: EHF.

Czerwinski, J. (1996). *Metodyczne i badawcze aspekty procesu wieloletniego treningu piłkarzy ręcznych*. Gdansk: Akademia Wychowania Fizycznego.

Jeschke, J. (1995). Anthropological characteristics of the top handball players — 1995 World Championship, Iceland. *Sports Medicine and Handball II*. Basel: IHF.

Jeschke, J. (1981). Antropometrische Charakteristik der Handballspieler / innen am Olympischen Turnier 1980. *Internationales Trainer Symposium, Magglingen*. Basel: IHF.

Johansson, B. (1998). The preparation of the Swedish Team for this Championship. *EHF Seminar Coach Meets Coach. Seminar documentation*. Vienna: EHF.

Maksimov, V. (1998). *Der Gegenstoß*. Vienna: EHF.

Men's European Handball Championship. (2004). CD-ROM. Vienna: EHF.

Skarbalius, A. (2003 a). *Didelio meistriškumo rankininkų rengimo optimizavimas: habilitacinis darbas*. Kaunas: LKKA.

Skarbalius, A. (2000). Europos vyrų rankinio — 2000 modelis. *Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas*, 2 (35), 53—58.

Skarbalius, A. (2003). Europos vyrų rankinio' 2002 modelis. *Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas*, 3 (48), 51—57.

Skarbalius, A. (2002). *Olimpinis vyrų rankinis: ypatumai ir tendencijos*. Kaunas: LKKA.

Skarbalius, A. (2003 b). Peculiarities of elite and Lithuanian men's handball. In W. Starosta, W. Osinski

(Eds.), *Conference of International Association of Sport Kinetics. New Ideas in Sport Sciences: Current Issues and Perspectives*. Part 1. (pp. 243—247). Warsaw — Poznan — Leszno: State School of Higher Vocational Education.

Taborsky, F. (1993). *Papers for the Lecture at the International Trainer Symposium of the IHF*. Dusseldorf.
Taborsky, F. (1998). Selected characteristics of the Men's European Championship participants. *Handball, Periodical for Coaches, Referees and Lecturers*, 2 (8), 4—9.

THE INTERACTION BETWEEN THE INDICES OF BODY COMPOSITION, COMPETITIVE EXPERIENCE, AGE OF HANDBALL PLAYERS AND THEIR SPORTS RESULTS IN MEN'S EUROPEAN HANDBALL'2004

Antanas Skarbalius

Lithuanian Academy of Physical Education, Kaunas, Lithuania

ABSTRACT

The aim of the research was to investigate the interaction between the indices of players' body composition, competitive experience, age and sports results in the European Men's Handball Championship 2004. The data from official statistical documents were taken and statistical analyses (means, standard deviation, correlation) of 264 subjects were used. The age (28.3 ± 3.9), height (191.1 ± 5.7 cm), weight (92.5 ± 4.7 kg), body mass index (25.3), competitive game experience 86 ± 62 of participants in average were measured. The competitive experience ($r^2 = 0.2561$), age ($r^2 = 0.3196$) had significant influence in winning the match. The interaction was found out between the height ($r^2 = 0.0161$) and the results. The weight had more significant influence ($r^2 = 0.2561$) than the height in winning the match. The competitive experience and age related to those indices had more influence in winning the match and took higher places than the body composition (height and weight).

Keywords: handball, sports performance, body composition, competitive experience of players.

Gauta 2005 m. vasario 02 d.
Received on February 02, 2005

Priimta 2005 m. gruodžio 28 d.
Accepted on December 28, 2005

Antanas Skarbalius
Lietuvos kūno kultūros akademija
(Lithuanian Academy of Physical Education)
Sporto g. 6, LT-44221 Kaunas
Lietuva (Lithuania)
Tel +370 37 335114
E-mail a.skarbalius@lkka.lt

UGDYMO PROGRAMOS POVEIKIS KREPŠINĮ ŽAIDŽIANČIŲ MOKSLEIVIŲ VARŽYBINIAMS SOCIALINIAMS ĮGŪDŽIAMS

Šarūnas Šniras

Lietuvos kūno kultūros akademija, Kaunas, Lietuva

Šarūnas Šniras. Socialinių mokslų daktaras. Lietuvos kūno kultūros akademijos Sporto pedagogikos ir psichologijos katedros lektorius. Mokslinių tyrimų kryptis — moksleivių ir studentų socialinių įgūdžių ugdymo ypatumai.

SANTRAUKA

Straipsnyje nagrinėjama sportuojančių moksleivių varžybinių socialinių įgūdžių problematika, siekiama atskleisti ugdymo programos poveikį krepšinių žaidžiančių moksleivių varžybiniam socialiniam įgūdžiui. Atliekant tyrimą buvo kelti tokie uždaviniai: įvertinti, kaip ugdymo programos veikia krepšinių žaidžiančių moksleivių varžybinius socialinius įgūdžius, susijusius su žodinės informacijos siuntimu ir priėmimu, iširti ugdymo programos poveikį krepšinių žaidžiančių moksleivių varžybiniam socialiniam įgūdžiui, susijusius su moksleivių poelgių ir veiksmų reguliavimu. Tyrimo metu buvo taikomas adaptuotas Y. Sugiyama (1999) klausimynas iš 16 teiginių, vertinamų penkių balų skale. Buvo analizuojami tokie socialiniai įgūdžiai: kodavimo, dekodavimo, savikontrolė socialinės sąveikos metu ir emocinė reakcija į kitus.

Ugdymojo eksperimento metu buvo sudarytos edukacinės sąlygos formuoti krepšinių žaidžiančių moksleivių varžybiniams įgūdžiams. Atsitiktinės serijinės atrankos principu sudarytos 2 grupės: eksperimentinė (26 krepšinių žaidžiantys moksleiviai) ir kontrolinė (28 moksleiviai) (iš viso 54 tiriamieji). Abiejų grupių tiriamieji — Kauno miesto V. Chomičiaus krepšinio mokyklos vaikinai, gimę 1991 m.

Eksperimentu atskleistas ugdymo programos poveikis krepšinių žaidžiančių moksleivių varžybiniam socialiniam įgūdžiui: taikytos pedagoginio poveikio priemonės statistiškai patikimai ($p < 0,001$) veikė krepšinių žaidžiančių moksleivių varžybinius įgūdžius, susijusius su žodinės informacijos siuntimu ir priėmimu, t. y. kodavimo ir dekodavimo įgūdžių lygis po ugdomosios programos pakilo. Nustatytas teigiamas ugdymo programos poveikis krepšinių žaidžiančių moksleivių varžybiniam socialiniam įgūdžiui, susijusius su elgesio ir veiksmų reguliavimu varžybų metu. Po ugdymo programos statistiškai patikimai ($p < 0,01$) pakilo savikontrolės ir emocinės reakcijos į kitus įgūdžių lygis.

Raktažodžiai: varžybiniai socialiniai įgūdžiai, ugdymo programa, krepšinis.

ĮVADAS

Pastaruoju metu nemažas dėmesys skiriamas sportuojančių moksleivių socialinių įgūdžių tyrimams (Gard, Meyenn, 2000; Loughhead, Leith, 2001; Stephens, 2001; Šniras, 2001, 2002; 2004; Šniras, Malinauskas, 2004 a; 2004 b). Užsienio autorių (Gard, Meyenn, 2000; Loughhead, Leith, 2001; Stephens, 2001) darbuose dažniausiai nagrinėjami bendravimo ir užtikrinto elgesio įgūdžiai pratybų bei rungtynių metu. Lietuvoje išsamiai nagrinėjami sportuojančių moksleivių doroviniai (Šniras, 2002; Šniras, Malinauskas,

2004 a; 2004 b), situaciniai (Šniras, 2004) ir esminiai (Šniras, 2001) socialiniai įgūdžiai. Sportinėje veikloje svarbesni ne doroviniai, situaciniai ar esminiai socialiniai įgūdžiai, bet varžybiniai. Paskutiniu metu šiek tiek daugiau dėmesio skiriama varžybiniam psichologiniam įgūdžiui tirti (Vealey, 1988; White, 1993; Weinberg, Comar, 1994; Cox et al., 1996; Meyers, Bourgeois, 1999; Malinauskas, 2003; Malinauskas, 2004). Ypač trūksta publikacijų apie varžybinius socialinius įgūdžius. Galima paminėti tik keletą užsienio

autorių darbų (Grove et al., 1999; Sugiyama, 1999), nagrinėjančių šią problematiką, todėl būtina atkreipti dėmesį į sportuojančių moksleivių varžybinių įgūdžių tyrimo klausimus. Varžybinių socialinių įgūdžių tyrimas aktualus dar ir dėl to, kad būtent šie įgūdžiai labiausiai pagerina sportinės veiklos rezultatus, padeda sportininkams reguliuoti bei koreguoti savo poelgius ir veiksmus varžybų metu, kontroliuoti emocinę būseną bei tiksliau priimti ir apdoroti informaciją (Sugiyama, 1999). Šioje srityje atlikti tik žvalgomieji tyrimai, kurių metu atskleista: jei sportininkams netrūksta varžybinių socialinių įgūdžių, jiems geriau pavyksta sutartinai veikti siekiant bendrų tikslų (Burnett, 2001). Žvalgomųjų tyrimų rezultatai parodė, kad esant nepakankamam varžybinių socialinių įgūdžių lygiui, ypač kodavimo (gebėjimo perduoti informaciją per varžybas komandos draugams ar varžovams), dekodavimo (gebėjimo priimti ir apdoroti informaciją iš komandos draugų ar varžovų per varžybas), tiek sporto pratybų, tiek varžybų metu gali išryškėti neigiami egocentrizmo, priešiško ar uždarmo bruožai, galintys griauti visos komandos harmoningą veiklą (Conroy et al., 2001; Conzelmann, Nagel, 2003). Kita vertus, žaidimo veiklos veiksmingumas, žaidėjų savikontrolė priklauso ir nuo jų gebėjimo kontroliuoti ir reguliuoti savo emocinę būseną, atsakant į komandos draugų ar varžovų veiksmus. Todėl galima pagrįstai kelti tokią prielaidą: jei sportuojančių moksleivių varžybiniai socialiniai įgūdžiai yra ugdomi, tai sporto komandoje vyraujanti atmosfera teigiamai veikia komandos organizuotumą, sutelktumą, žaidėjų iniciatyvą, tikslų informacijos plitimą (kodavimą ir dekodavimą) varžybų metu. Būtų galima kelti ir papildomus klausimus: kokie varžybiniai socialiniai įgūdžiai turi būti ugdomi, kokios apimties turi būti ugdymo programos ar jos tikslingai veikia sportuojančius moksleivius?

Pastaruoju metu daugiausia tiriamos varžybinių psichologinių įgūdžių ugdymo programos (Hughes, 1990; Meyers, Bourgeois, 1999; Malinauskas, 2001), todėl labai svarbu išsiaiškinti varžybinių socialinių įgūdžių ugdymo programų poveikumą. Kadangi kai kurie autoriai (Hardy, Jones, 1994) skeptiškai vertina varžybinių socialinių įgūdžių ugdymo programų veiksmingumą, mes keliamo tokią **tyrimo mokslinę problemą**: ar varžybinių socialinių įgūdžių ugdymo programa tikslingai veikia krepšinių žaidžiančių moksleivių varžybinius socialinius įgūdžius?

Nors pastarojo meto sporto psichologijos tyrimais (Vealey, 1988; White, 1993; Weinberg, Comar, 1994; Cox et al., 1996; Meyers, Bourgeois, 1999) nagrinėjami įvairūs varžybinių socialinių įgūdžių ugdymo modeliai, šio tyrimo metu rėmėmės išsamiausiu modeliu (Sugiyama, 1999), kuris išskiria dvi varžybinių socialinių įgūdžių grupes: įgūdžius, susijusius su žodinės informacijos siuntimu ir priėmimu (kodavimo, dekodavimo), bei įgūdžius, susijusius su poelgių ir veiksmų reguliavimu (savikontrolė socialinės sąveikos metu, emocinė reakcija į kitus).

Tyrimo objektas — krepšinių žaidžiančių moksleivių varžybinių socialinių įgūdžių lygis.

Tikslas — nustatyti, kaip varžybinių socialinių įgūdžių ugdymo programa veikia krepšinių žaidžiančių moksleivių varžybinius socialinius įgūdžius.

Uždaviniai:

1. Įvertinti ugdymo programos poveikį krepšinių žaidžiančių moksleivių varžybiniams socialiniams įgūdžiams, susijusiems su žodinės informacijos siuntimu ir priėmimu.
2. Iširti ugdymo programos poveikį krepšinių žaidžiančių moksleivių varžybiniams socialiniams įgūdžiams, susijusiems su moksleivių poelgių ir veiksmų reguliavimu.

Hipotezė. Po varžybinių socialinių įgūdžių ugdymo programos krepšinių žaidžiančių moksleivių varžybiniai socialiniai įgūdžiai yra labiau išlavėję.

Pagrindinės sąvokos. *Varžybiniai socialiniai įgūdžiai* — tai įgūdžiai, susiję su žodinės ir nežodinės informacijos siuntimu ir priėmimu bei elgesio ir veiksmų reguliavimu varžybų metu.

Pasak Y. Sugiyama (1999), varžybiniams socialiniams įgūdžiams, susijusiems su žodinės ir nežodinės informacijos siuntimu ir priėmimu, priklauso kodavimas ir dekodavimas, o įgūdžiams, susijusiems su elgesio ir veiksmų reguliavimu varžybų metu — savikontrolė ir emocinė reakcija į kitus.

Kodavimo įgūdis — tai gebėjimas perduoti informaciją per varžybas komandos draugams ar varžovams.

Dekodavimo įgūdis — tai gebėjimas priimti ir apdoroti informaciją iš komandos draugų ar varžovų per varžybas.

Savikontrolė socialinės sąveikos metu — tai gebėjimas reguliuoti bei koreguoti savo poelgius ir veiksmus sportuojant.

Emocinė reakcija į kitus — tai gebėjimas kontroliuoti ir reguliuoti emocinę būseną ir jos išraišką atsakant į komandos draugų ar varžovų veiksmus.

TYRIMO METODAI IR ORGANIZAVIMAS

Metodai: literatūros šaltinių analizė; apklausa (adaptuotas Y. Sugiyama (1999) klausimynas); matematinė statistika (Studento *t* kriterijus).

Klausimyną sudaro 16 teiginių, kurie vertinami penkių balų skale. Analizuojami tokie socialiniai įgūdžiai: *kodavimo, dekodavimo, savikontrolė socialinės sąveikos metu ir emocinė reakcija į kitus*. Kiekvienam iš šių įgūdžių tenkantis balų vidurkis parodo jų lygį (lygis čia suvokiamas kaip įgūdžių, matuojamų balais, kokybės laipsnis: nuo 1 iki 1,4 balo — labai blogi įgūdžiai, 1,5—2,4 — blogi, 2,5—3,4 — patenkinami, 3,5—4,4 — geri, 4,5—5 — labai geri).

Šis klausimynas adaptuotas atlikus žvalgomuosius tyrimus V. Chomičiaus krepšinio sporto mokykloje. Buvo ištirti 54 moksleiviai (26 — 10—12 metų ir 28 — 13—15 metų), kurie turėjo įvertinti pateiktus varžybinius socialinius įgūdžius. Pasinaudojus adaptuotu klausimynu, moksleiviai buvo apklausti du kartus. Atlikus pakartotinį tyrimą, aptiktas patikimas ($p < 0,05$) ryšys tarp šių dviejų tyrimų (Pirsono koreliacijos koeficientai šių skalių: 0,81 — kodavimo įgūdžio, 0,80 — dekodavimo, 0,65 — savikontrolės socialinės sąveikos metu bei 0,85 — emocinės reakcijos į kitus).

Kronbacho alfa koeficientai: 0,76 — kodavimo įgūdžio, 0,68 — dekodavimo, 0,74 — savikontrolės socialinės sąveikos metu bei 0,78 — emocinės reakcijos į kitus. Šie koeficientai rodo pakankamą skalių vidinį suderinamumą.

Tyrimo organizavimas. Ugdomojo eksperimento metu buvo sudarytos edukacinės sąlygos formuoti krepšinio žaidžiančių moksleivių varžybiniams įgūdžiams. Taikyta dviejų grupių tyrimo schema panaudojant pradinį ir baigiamąjį matavimus. Anketinė apklausa ir grupinis tiriamojų vertinimas atliekamas pradinio ir baigiamojų tyrimo metu. Pradinis tyrimas atliktas prieš eksperimentą, o baigiamasis — po ugdymo programos sporto pratybų metu. Ugdomasis eksperimentas truko septynis mėnesius.

Ugdomojo eksperimento metu naudojantis atsitiktinės serijinės atrankos principu buvo su-

darytos 2 grupės: eksperimentinė (26 krepšinio žaidžiantys moksleiviai) ir kontrolinė (28 moksleiviai) (iš viso 54 tiriamieji). Abiejų grupių tiriamieji — Kauno miesto V. Chomičiaus krepšinio mokyklos vaikinai, gimę 1991 m. Nepriklausomu kintamuoju (mūsų atveju — varžybinių socialinių įgūdžių ugdymo programa, žr. lent.) buvo veikiamas tik eksperimentinė grupė, o kontrolinei grupei poveikis netaikomas.

Varžybinių socialinių įgūdžių ugdymo programos specifika yra ta, kad ji buvo taikoma per sporto pratybas, dalį laiko (15—20 min) skiriant programos užduotims atlikti. Skirtingai nuo kitų tokio pobūdžio programų (Weinberg, Comar, 1994; Meyers, Bourgeois, 1999), kurių metu buvo taikomos relaksacijos pratybos, vaizduotės treniruotė, modeliavimo treniruotė, darbo mažoje grupėje metodai, — mūsų programoje varžybiniams socialiniams įgūdžiams ugdyti buvo taikomi vaidybiniai žaidimai. Tai socialinių įgūdžių ugdymo metodas, padedantis modeliuoti realų elgesį ir sukuriantis saugesnę elgesio alternatyvų išplėtimo atmosferą. Per vaidybinį žaidimą individas yra „įstumiamas“ į situacijas, kurios atitinka realią ir reikšmingą jo veiklą, iškeliamas būtinumas keisti nuostatą, kad ateityje jis galėtų optimizuoti savo elgesį galimomis panašiomis situacijomis.

Pateikiame keletą vaidybinių žaidimų pavyzdžių iš varžybinių socialinių įgūdžių ugdymo programos. Pavyzdžiui, kodavimo įgūdžiui ugdyti buvo taikytas vaidybinis žaidimas „Jausmai“. Moksleiviams pasiūloma susiskirstyti poromis. Vienas moksleivis turi suvaidinti sceną (gali naudotis žodžiais, mimika, gestais), išreikšdamas kokį nors jausmą arba būseną (pvz., pirmiausia pats treneris gali parodyti, kaip jis išreiškia pyktį, ir paklausti: *ką aš noriu pasakyti?*). Kitas moksleivis turi atspėti, ką tai reiškia. Moksleiviai gali susikeisti vaidmenimis tik tuomet, kai kitas moksleivis teisingai atspėja, t. y. jausmas ar būseną yra suprantamai užkoduota.

Dekodavimo įgūdžiui ugdyti buvo taikomas vaidybinis žaidimas „Pasikalbėjimas užsimerkus“. Moksleiviai suskirstomi poromis. Poroms pasiūloma užsimerkti ir „pasikalbėti“ vien rankomis. Vienas moksleivis turi išreikšti padėką, pasi-

Varžybiniai socialiniai įgūdžiai	Jų ugdymo metodai (būdai)	Laikas (h), skirtas įgūdžiams ugdyti
Kodavimo	Vaidybinis žaidimas	4
Dekodavimo	—//—	—//—
Savikontrolės socialinės sąveikos metu	—//—	—//—
Emocinės reakcijos į kitus	—//—	—//—

Lentelė. Varžybinių socialinių įgūdžių ugdymo programa

tenkinimą, pagalbos prašymą, pagarbą, nepasitenkinimą, nusivylimą ir pan., kitas — atpažinti (dekoduoti) partnerio kūno kalbą.

Savikontrolė socialinės sąveikos metu buvo ugdoma pasitelkus vaidybinį žaidimą „Lagaminas stovyklai“. Moksleiviai suskirstomi į grupes. Pavyzdžiui, vienas mokinys sako: *Aš kraunuosi lagaminą išvykdamas į krepšinio stovyklą. Įsidedu į jį krepšinio kamuolių... Ir taip toliau — kiekvienas moksleivis turi pakartoti tai, ką sakė kalbėjęs prieš jį, ir pridurti tai, ką jis pats įsideda į lagaminą. Taip trunka tol, kol visi grupelės moksleiviai ką nors įsideda į lagaminą. Paskui siūloma iškrauti lagaminą. Jeigu kuris nors būna nesusitelkęs, padaro klaidą, tai užduotis kartojama tol, kol atliekama sėkmingai.*

Emocinei reakcijai į kitus ugdyti taikomas žaidimas „Besiskundžiantys daiktai“. Moksleiviai suskirstomi į grupes. Kiekvienas turi pasirinkti vieną iš besiskundžiančių daiktų ir juo „tapti“ (pvz., galima prisistatyti taip: *aš esu knyga, su kuria nepagarbiai elgiamasi, kai...*). Kiti moksleiviai turi pasakyti, kokį besiskundžiančiojo poreikį jie galėtų patenkinti, ar kaip draugui jie galėtų padėti sunkiomis situacijomis, taip išreiškdami supratimo ar paramos reakciją.

REZULTATAI

Varžybinius socialinius įgūdžius analizuosime tokia tvarka: kodavimo įgūdį, dekodavimo įgūdį, savikontrolę socialinės sąveikos metu ir emocinę reakciją į kitus.

Eksperto pradžioje atlikti tyrimai parodė, kad prieš eksperimentą abiejų grupių moksleivių kodavimo įgūdžio lygis buvo panašus (atitinkamai $2,76 \pm 0,64$ ir $2,78 \pm 0,55$) (1 pav.). Mūsų tyrimo duomenimis, abiejų grupių moksleiviai prieš eksperimentą statistiškai patikimai nesiskyrė pagal kodavimo įgūdžio lygio vertinimą. Analizuojant rezultatus paaiškėjo, kad kontrolinėje grupėje po eksperimento patikimų kodavimo įgūdžio pokyčių nebuvo: atitinkamai $2,78 \pm 0,55$ balo prieš eksperimentą, $2,83 \pm 0,46$ — po jo.

Nagrinėjant kodavimo įgūdžio pokyčius eksperimento metu išaiškėjo, kad po eksperimento eksperimentinės grupės tiriamųjų kodavimo įgūdžio lygis tapo statistiškai patikimai aukštesnis (prieš eksperimentą — $2,76 \pm 0,64$, po jo — $3,68 \pm 0,38$: $t(25) = -6,95$; $p < 0,001$). Šie rezultatai rodo, kad kontrolinės grupės moksleivių kodavimo įgūdžio lygį tiek prieš eksperimentą, tiek po

jo galima vertinti kaip žemesnį už vidutinį, o eksperimentinės grupės kodavimo įgūdžio lygį po eksperimento — interpretuoti kaip aukštą.

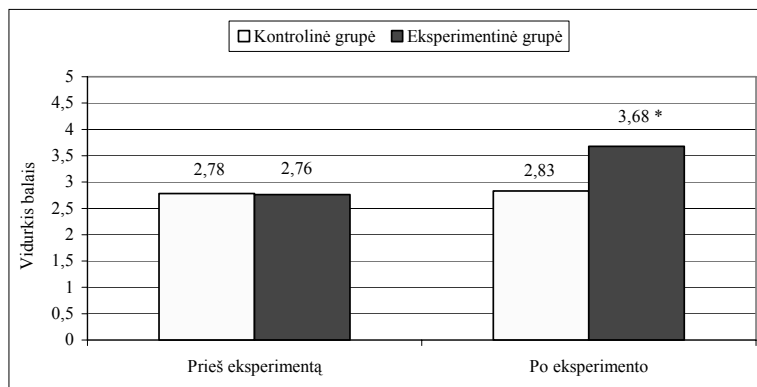
Eksperto pradžioje atlikti tyrimai parodė, kad prieš eksperimentą kontrolinės grupės moksleivių dekodavimo įgūdžio lygis yra šiek tiek aukštesnis nei eksperimentinės grupės (atitinkamai $2,83 \pm 0,50$ ir $2,76 \pm 0,56$) (2 pav.). Vis dėlto statistiškai patikimo dekodavimo įgūdžio lygio skirtumo tarp grupių prieš eksperimentą nenustatyta ($t(52) = -0,49$; $p > 0,05$), todėl galima teigti, kad grupės prieš eksperimentą pagal šį rodiklį buvo panašios.

Antro tyrimo metu rodiklių augimo tendencija išryškėjo tik eksperimentinėje grupėje (2 pav.).

Pakartotinis tyrimas po socialinių įgūdžių ugdymo programos parodė, kad ypač pakito tik eksperimentinės grupės moksleivių dekodavimo įgūdžio lygio įvertis: dekodavimo įgūdžio lygis ($3,73 \pm 0,51$) po eksperimento statistiškai patikimai ($t(25) = -5,79$; $p < 0,001$) aukštesnis nei prieš eksperimentą ($2,76 \pm 0,56$). Tokį eksperimentinės grupės rezultatų pokytį lėmė tai, kad po eksperimento pagausėjo moksleivių atsakymų, įvertintų ne vidutiniais, o aukštesniais balais. Po eksperimento eksperimentinėje grupėje padaugėjo moksleivių, kurie gebėtų tiksliau priimti ir apdoroti informaciją iš komandos draugų ar varžovų per varžybas.

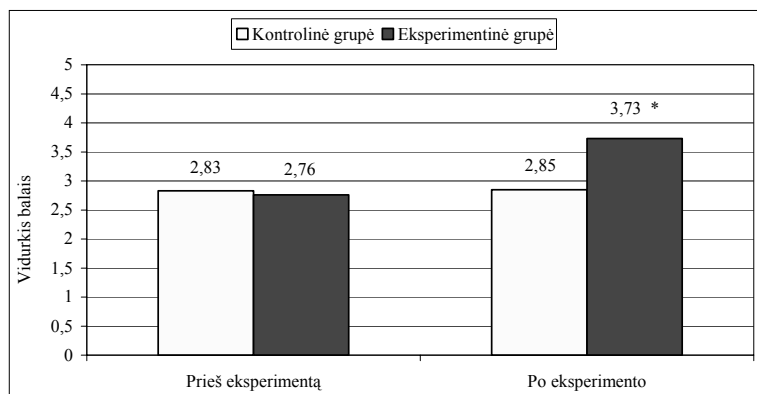
Eksperto pradžioje atlikti tyrimai parodė, kad prieš eksperimentą kontrolinės ir eksperimentinės grupės moksleivių savikontrolės socialinės sąveikos metu lygis nesiskyrė ir siekė 2,67 balo (3 pav.), todėl galima teigti, kad grupės prieš eksperimentą pagal analizuojamąjį kintamąjį buvo panašios. Pakartotinis tyrimas po varžybinių socialinių įgūdžių ugdymo programos parodė, kad ypač pakito tik eksperimentinės grupės moksleivių savikontrolės socialinės sąveikos metu įvertis: šio įgūdžio lygis ($3,64 \pm 0,42$) po eksperimento statistiškai patikimai ($t(25) = -5,50$; $p < 0,001$) aukštesnis nei prieš eksperimentą ($2,67 \pm 0,81$).

Ekspertinės grupės rezultatų pokytį lėmė tai, kad jos moksleiviai po eksperimento aukštesniais balais įvertino savikontrolės socialinės sąveikos metu įgūdį. To negalima pasakyti apie kontrolinę grupę: jos duomenys po eksperimento, lyginant su pradiniais rezultatais, mažai pakito ($t(27) = -0,73$; $p > 0,05$). Ekspertinėje grupėje padaugėjo moksleivių, kurie gebėtų geriau reguliuoti bei koreguoti savo poelgius ir veiksmus sportinės veiklos metu.



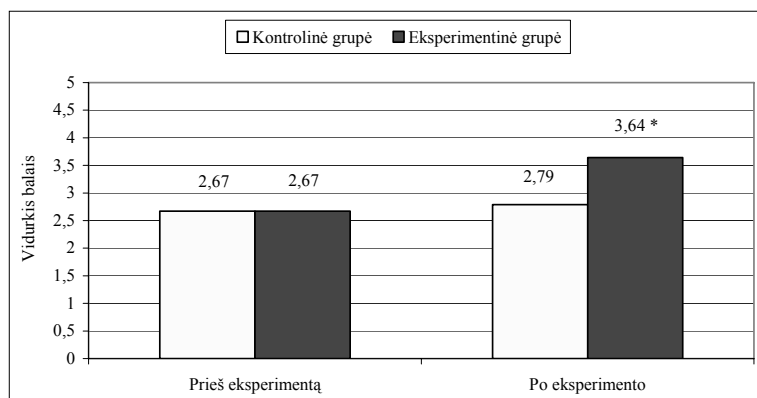
1 pav. Eksperimentinės ir kontrolinės grupės kodavimo įgūdžio pokyčiai

Pastaba. * — statistiškai patikimas ($p < 0,001$) skirtumas tarp eksperimentinės grupės rezultatų prieš eksperimentą ir po jo.



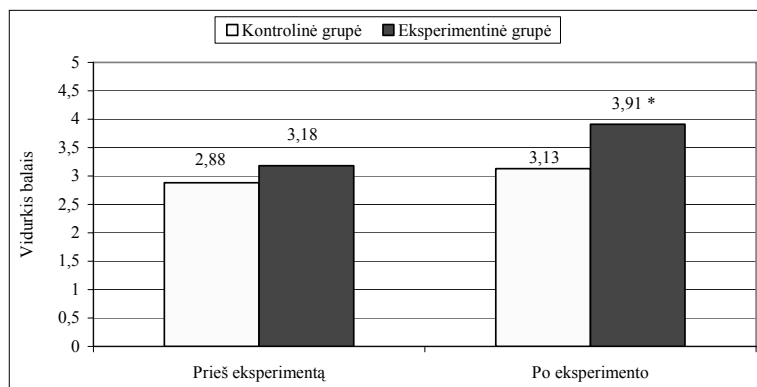
2 pav. Eksperimentinės ir kontrolinės grupės dekodavimo įgūdžio pokyčiai

Pastaba. * — statistiškai patikimas ($p < 0,001$) skirtumas tarp eksperimentinės grupės rezultatų prieš eksperimentą ir po jo.



3 pav. Eksperimentinės ir kontrolinės grupės savikontrolės socialinės sąveikos metu įgūdžio pokyčiai

Pastaba. * — statistiškai patikimas ($p < 0,001$) skirtumas tarp eksperimentinės grupės rezultatų prieš eksperimentą ir po jo.



4 pav. Eksperimentinės ir kontrolinės grupės emocinės reakcijos į kitus įgūdžio pokyčiai

Pastaba. * — statistiškai patikimas ($p < 0,01$) skirtumas tarp eksperimentinės grupės rezultatų prieš eksperimentą ir po jo.

Eksperimento pradžioje atlikti tyrimai parodė, kad prieš eksperimentą eksperimentinės ir kontrolinės grupės moksleivių *emocinės reakcijos į kitus* lygis statistiškai patikimai nesiskyrė (atitinkamai $3,18 \pm 0,94$ ir $2,88 \pm 0,60$) (4 pav.). Antro tyrimo metu rodiklių augimo tendencija išryškėjo tik eksperimentinėje grupėje (4 pav.).

Nagrinėjant *emocinės reakcijos į kitus* pokyčius eksperimento metu išaiškėjo, kad po eksperimento eksperimentinės grupės tiriamųjų *emocinės reakcijos į kitus* lygis statistiškai patikimai padidėjo (nuo $3,18 \pm 0,94$ iki $3,91 \pm 0,41$; $t(25) = -3,87$; $p < 0,01$), nors to paties negalima pasakyti apie kontrolinės grupės šio socialinio įgūdžio pokyčius ($2,88 \pm 0,60$ —

prieš eksperimentą, $3,13 \pm 0,49$ — po eksperimento; $p > 0,05$). Kadangi eksperimentinės grupės *emocinės reakcijos į kitus* lygis pakilo, tai tikėtina, kad eksperimentinės grupės moksleiviai gebės geriau kontroliuoti ir reguliuoti emocinę būseną ir jos raišką, atsakydami į komandos draugų ar varžovų veiksmus.

REZULTATŲ APTARIMAS

Apibendrinami eksperimentinės ir kontrolinės grupės varžybinių socialinių įgūdžių (*kodavimo, dekodavimo, savikontrolės socialinės sąveikos metu, emocinės reakcijos į kitus*) kaitos rezultatus dėl ugdymo programos poveikio galime teigti, kad hipotezė pasitvirtino: po ugdymo programos krepšinių žaidžiančių moksleivių varžybiniai socialiniai įgūdžiai yra labiau išlavėję. Eksperimento pradžioje atlikti tyrimai parodė, kad prieš eksperimentą eksperimentinės ir kontrolinės grupės moksleivių varžybinių socialinių įgūdžių lygis statistiškai patikimai nesiskyrė. Antro tyrimo metu (po ugdymo programos) rodiklių augimo tendencija išryškėjo tik eksperimentinėje grupėje. Todėl galime teigti, kad ugdymo programa turėjo įtakos eksperimentinės grupės varžybinių socialinių įgūdžių (*kodavimo, dekodavimo, savikontrolės socialinės sąveikos metu, emocinės reakcijos į kitus*) pozityviems pokyčiams. Atlikto tyrimo rezultatai sutampa su Y. Sugiyama (1999) gautais duomenimis (nors Y. Sugiyama ir nevykdė ugdymojo eksperimento): varžybiniai socialiniai įgūdžiai svarbūs sportininkams sutartinai veikiant varžybų metu. Dėl to būtina konstatuoti, kad kol kas anksti pateikti galutinį atsakymą į klausimą apie

ugdymo programos veiksmingumą varžybiniams socialiniams įgūdžiams. Visgi jau dabar pagrįstai galime teigti, kad varžybinių socialinių įgūdžių ugdymo programa padeda sportininkams geriau išnaudoti savo fizines ir psichines galias bei sutelktai ir lanksčiai elgtis varžybų metu.

Nors gauti rezultatai patvirtino iškeltą hipotezę, tačiau norint ją dar labiau pagrįsti tikslinga atlikti tolimesnius tyrimus, kuriais būtų atskleista, ar ilgai po ugdomosios programos krepšinių žaidžiantys moksleiviai geba stabilizuoti emocinę būseną rungtynių metu, ar ilgai jiems pavyksta taikyti būtent ugdymo programos metu išugdytus įgūdžius, nes jei įgūdžiai nėra nuolat tobulinami, įtvirtinami, jie silpnėja (Бандура, 2000).

IŠVADOS

1. Eksperimentu nustatytas ugdymo programos poveikis krepšinių žaidžiančių moksleivių varžybiniams socialiniams įgūdžiams: taikytos pedagoginio poveikio priemonės statistiškai patikimai ($p < 0,001$) veikė krepšinių žaidžiančių moksleivių varžybinius įgūdžius, susijusius su žodinės informacijos siuntimu ir priėmimu, t. y. kodavimo ir dekodavimo įgūdžių lygis po ugdymo programos pakilo.
2. Nustatyta, kad ugdymo programa teigiamai paveikė krepšinių žaidžiančių moksleivių varžybinius socialinius įgūdžius, susijusius su elgesio ir veiksmų reguliavimu varžybų metu. Po ugdymo programos statistiškai patikimai ($p < 0,01$) pakilo savikontrolės ir emocinės reakcijos į kitus įgūdžių lygis.

LITERATŪRA

Burnett, C. (2001). Social impact assessment and sport development. *International Review for the Sociology of Sport*, 36 (1), 41—58.

Conroy, D. E., Silva, M. J., Newcomer, R. R., Walker, B. W., Johnson, M. S. (2001). Personal and participatory socializers of the perceived legitimacy of aggressive behavior in sport. *Aggressive Behavior*, 27, 405—418.

Conzelmann, A., Nagel, S. (2003). Professional careers of the Germany Olympic Athletes. *International Review for the Sociology of Sport*, 38, 259—281.

Cox, R. H., Liu, Z., Qiu, Y. (1996). Psychological skills of elite Chinese athletes. *International Journal of Sport Psychology*, 24, 326—340.

Gard, M., Meyenn, R. (2000). Boys, bodies, pleasure and pain: Interrogating contact sports in schools. *Sport, Education & Society*, 5 (1), 19—35.

Grove, J. R., Norton, P. J., Van Raalte, J. L., Brewer, B. W. (1999). Stages of change as an outcome measure in the

evaluation of mental skills training programs. *The Sport Psychologist*, 13, 107—113.

Hardy, L., Jones, G. (1994). Current issues and future directions for performance-related research in sport psychology. *Journal of Sport Sciences*, 12, 61—92.

Hughes, S. (1990). Implementing a psychological skills training program in high school athletes. *Journal of Sport Behavior*, 13, 15—22.

Loughead, T. M., Leith, L. M. (2001). Hockey coaches' and players' perceptions of aggression and the aggressive behavior of players. *Journal of Sport Behavior*, 24, 1—14.

Malinauskas, R. (2004). Psichologinio rengimo programos poveikis dvikovos sporto šakų sportininkų psichologiniams įgūdžiams. *Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas*, 3 (53), 18—23.

Malinauskas, R. (2001). Psichologinių įgūdžių lavinimo programos įgyvendinimas sporto mokyklų komandose. *Sporto mokslas*, 4, 37—42.

Meyers, M. C., Bourgeois, A. E. (1999). Mood and

- psychological skills of elite and sub elite equestrian athletes. *Journal of Sport Behavior*, 22 (3), 15—24.
- Stephens, D. E. (2001). Predictors of aggressive tendencies in girls' basketball: An examination of beginning and advanced participants in a summer skills camp. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 72 (3), 257—266.
- Sugiyama, Y. (1999). The effect of basic social skills and psychological competitive ability on competitive social skills. In *The Dawn of the New Millennium. Proceedings of the 10th World Congress of Sport Psychology* (pp. 81—82), Vol. 3. Thessaloniki: Christodoulity Publications.
- Šniras, Š. (2004). Krepšini žaidžiančių moksleivių situaciniai socialiniai įgūdžiai trenerio ir komandos draugų akimis. *Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas*, 2 (52), 79—84.
- Šniras, Š., Malinauskas, R. (2004 a). Moksleivių dorovinių įgūdžių tyrimo ypatumai. *Ugdymo psichologija*, 11—12, 119—124.
- Šniras, Š., Malinauskas, R. (2004 b). The peculiarities of moral skills of basketball-playing schoolchildren. *Sport Training in Interdisciplinary Scientific Researches* (pp. 279—284). Czestochowa: Faculty of Management Technical University of Czestochowa.
- Šniras, Š. (2002). Žaidžiančių krepšini moksleivių dorovinių-socialinių įgūdžių ypatumai. *Pedagogika*, 58, 123—129.
- Šniras, Š. (2001). Žaidžiančių krepšini moksleivių socialinių įgūdžių svarba ir lygis. *Sporto mokslas*, 4 (26), 42—46.
- Vealey, R. S. (1988). Future directions in psychological skills training. *The Sport Psychologist*, 2, 318—336.
- Weinberg, R. S., Comar, W. (1994). The effectiveness of psychological interventions in competitive sport. *Sports Medicine*, 18, 406—418.
- White, S. A. (1993). The relationship between psychological skills, experience, and practice commitment among collegiate male and female skiers. *The Sport Psychologist*, 7, 49—57.
- Бандура, А. (2000). *Теория социального научения*. Санкт-Петербург: Евразия.
- Малинаускас, Р. (2003). Осуществление программы формирования психологических навыков в командах по баскетболу. *Наука в олимпийском спорте*, 1, 121—124.

THE IMPACT OF TRAINING PROGRAM ON COMPETITIVE SOCIAL SKILLS OF BASKETBALL-PLAYING SCHOOLCHILDREN

Šarūnas Šniras

Lithuanian Academy of Physical Education, Kaunas, Lithuania

ABSTRACT

In the paper, primary attention is given to the issues of research on the competitive social skills of sport-exercising schoolchildren by seeking to reveal the impact of a training program on the competitive social skills of basketball-playing schoolchildren. To achieve the set goal the following tasks are determined: to evaluate the impact of a training program on the competitive social skills of basketball-playing schoolchildren in regard to information sending and receiving; to investigate the impact of the training program on the competitive social skills of basketball-playing schoolchildren in regard to the regulation of schoolchildren's acts and actions. The work employed Y. Sugiyama's (1999) adapted questionnaire containing 16 statements which were evaluated in a five-point scale. The following social skills were estimated: coding, decoding, self-control in social interaction, and emotional reaction to others.

A training experiment provided educational conditions for the formation of competitive skills in basketball-playing schoolchildren. By way of a random serial selection an experimental group was made up of 26 basketball-playing schoolchildren, and a control group was made of 28 schoolchildren (54 tested pupils in total). Both research groups consisted of the boys born in 1991 from Kaunas V. Chomičius Basketball School.

The training experiment disclosed the impact of the training program on the competitive social skills of basketball-playing schoolchildren. The tools of educational impact applied during the experiment had statistically significant ($p < 0.001$) impact on the competitive skills of basketball-playing schoolchildren in regard to verbal information sending and receiving, i.e. the level of coding and decoding skills after the training program was higher. The positive impact of the training program on the competitive social skills of basketball-playing schoolchildren was determined in regard to the regulation of behaviour and actions during competitions. After the training program the level of self-control and emotional reaction to others were statistically significantly ($p < 0.01$) higher.

Keywords: competitive social skills, training program, basketball.

Gauta 2005 m. spalio 10 d.
Received on October 10, 2005

Priimta 2005 m. gruodžio 28 d.
Accepted on December 28, 2005

Šarūnas Šniras
Lietuvos kūno kultūros akademija
(Lithuanian Academy of Physical Education)
Sporto g. 6, LT-44221 Kaunas
Lietuva (Lithuania)
Tel +370 683 46371
E-mail SarunasSniras@one.lt

SKAUSMAS SPORTE: SKAUSMO SUVOKIMO IR JO ĮVEIKOS STRATEGIJŲ RYŠYS

Lina Vaisetaitė¹, Rūta Sargautytė²

Vilniaus olimpinis sporto centras¹, Vilniaus universitetas², Vilnius, Lietuva

Lina Vaisetaitė. Psichologijos magistrė. Vilniaus olimpinio sporto centro psychologė. Mokslinių tyrimų kryptis — psichologiniai įgūdžiai sporte, skausmo suvokimas ir įveika sporte.

Rūta Sargautytė. Socialinių mokslų daktarė. Vilniaus universiteto Klinikinės ir organizacinės psichologijos katedros docentė. Mokslinių tyrimų kryptis — psichologija medicinoje, skausmo psichologija, pacientų mokymas.

SANTRAUKA

Tyrimo tikslas — išsiaiškinti, kaip sportininkai suvokia skausmą bei kokie skausmo suvokimo ir skausmo įveikos strategijų naudojimo dažnumo ryšiai. Straipsnyje nagrinėjamas raumenų, gyjančios traumos ir įsisenėjusio skausmo suvokimas bei įveika.

Buvo apklausta 50 sportininkų (lengvaatlečių, irkluotojų, dviratininkų ir plaukikų). Jie pildė anketas, sudarytas pagal vizualaus atitikmens skales (Huskisson, 1974), semantinio diferencialo metodikos (Suslavičius, 1988) ir PMS-I (Kleinert, 2002) klausimyną.

Rezultatai parodė, kad raumenų skausmo intensyvumas vertinamas vidutiniškai 42,64 balo, gyjančios traumos — 60,51 balo, o įsisenėjęs — 57,81 balo. Raumenų skausmas įvertintas kaip silpnesnis nei gyjančios traumos ar įsisenėjęs (abiem atvejais $p < 0,01$). Pagal semantinio diferencialo skales skausmas nepriklausomai nuo jo tipo suvokiamas kaip blogas, bjaurus, stiprus, sunkus, ūmus, įtempiantis, silpnėjantis ir varginantis. Raumenų skausmas suvokiamas kaip naudingas, o gyjančios traumos ir įsisenėjęs — kaip žalingas. Taip pat buvo nustatyti skausmo intensyvumo įverčių, skausmo suvokimo pagal semantinio diferencialo skales ir skausmo įveikos strategijų naudojimo dažnumo ryšiai, ir jie priklausė nuo skausmo tipo bei įveikos strategijų.

Raktažodžiai: skausmo suvokimas, skausmo įveikos strategijos, raumenų skausmas, traumos skausmas, įsisenėjęs skausmas.

IVADAS

Sportuojant dažnai tenka patirti fizinį skausmą. Siekdami, kad skausmas būtų lengviau išstveriamas, kad mažiau trukdytų treniruotis ar varžytis, sportininkai naudoja įvairias įveikos strategijas. Įveika yra suprantama kaip sąmoningos pastangos pakeisti stresinę situaciją (šiuo atveju — skausmo potyrį) arba praplėsti susitvarkymo su ja galimybes (Anshel, 2001). Konkretūs veiksmai, pavyzdžiui, savęs padrašinimas, informacijos ieškojimas, relaksacija ir kt. (Kleinert, 2002),

leidžiantys sumažinti patiriamą skausmą arba keičiantys jo keliamas emocijas ar mintis, vadinami skausmo įveikos strategijomis.

Įveikos strategijų pasirinkimas pirmiausia siejamas su kognityviuoju skausmo įvertinimu, t. y. skausmo pojūtis vertinamas kaip iššūkis, kaip grėsmė ar žala (Addison et al., 1998). Kognityvusis skausmo įvertinimas rodo labai apibendrintą skausmo suvokimą. Literatūroje nurodoma, kad įveikos strategijų naudojimo dažnumas yra susijęs

su konkretesniais skausmo suvokimo aspektais, pavyzdžiui, su suvoktu skausmo intensyvumu (Azevedo, Samulski, 2003). Dauguma tyrimų, skirtų šiems ryšiams nustatyti, parodė, kad skausmo intensyvumas yra susijęs tik su kai kurių strategijų naudojimo dažnumu, pavyzdžiui, dramtizavimu (Lefevbre et al., 1995), malda ir tikėjimu (McCracken et al., 1998), pasidavimu (Azevedo, Samulski, 2003). Be to, dauguma minėtų tyrimų atlikta ne su sportininkais, o su lėtinio skausmo pacientais. Taigi sportinėje veikloje patiriamo skausmo intensyvumo ryšiai su jo įveikos strategijų dažnumu lieka nepakankamai ištyrinėta sritis.

Kitas skausmo suvokimo aspektas — skausmo konotacinė reikšmė, nurodanti sportininko santykį su skausmu (Suslavičius, 1988). Nors tai svarbi tyrimo sritis, tokio pobūdžio tyrimų mums nepavyko rasti. Manome, kad konotacinė skausmo reikšmė, viena vertus, turėtų būti susijusi su kognityviuoju skausmo įvertinimu, nes rodo patiriamo skausmo interpretacijas įvairiais aspektais. Kita vertus, ji rodo skausmo suvokimą konkrečiose skalėse, todėl informacija apie skausmo suvokimo ir jo įveikos strategijų naudojimo dažnumo ryšius gali suteikti daugiau nei kognityvusis skausmo įvertinimas. Nors kitų autorių darbų, kuriuose būtų tirtas sportininkų skausmo suvokimas pagal semantinio diferencialo metodiką, rasti nepavyko, iš dalies galima remtis V. Scott ir K. Gijbers (1981) tyrimu. Jis pateikė tokius plaukikų skausmo įvertinimus: tvinkčiojantis, spaudžiantis, spazmuojantis, geliantis, sunkus, varginantis, sekiantis, stiprus. Deja, šių autorių tyrimas neparodo minėtų skausmo įvertinimų ryšio su suvoktu skausmo intensyvumu.

Kadangi kitų autorių tyrimai (Kleinert, 2002) parodė, kad skausmo įveikos strategijų naudojimo dažnumas skiriasi priklausomai nuo skausmo tipo, savo tyrimo objektu pasirinkome atskirai nagrinėti tris skausmo tipus — raumenų, gyjančios traumos ir įsisenėjusį skausmą. Jie panašūs tuo, kad trunka sąlygiškai ilgą laiką, yra pasikartojantys, tačiau juos sukelia skirtingos priežastys.

Taigi tyrimo metu kėlėme tokius tikslus:

1. Išsiaiškinti, kaip sportininkai suvokia raumenų, gyjančios traumos ir įsisenėjusį skausmą.
2. Nustatyti, ar yra ryšys tarp:
 - a) skausmo intensyvumo suvokimo ir įveikos strategijų naudojimo dažnumo;
 - b) skausmo suvokimo pagal semantinio diferencialo metodiką ir įveikos strategijų naudojimo dažnumo.

TYRIMO METODAI

Tyrimo metu apklausėme 50 sportininkų — 17 moterų ir 33 vyrus (amžiaus vidurkis — 17,64 metų). Apklaustieji kultivavo šias sporto šakas: lengvąją atletiką, t. y. bėgimą ($n = 18$), irklavimą ($n = 15$), dviračių sportą ($n = 6$) ir plaukimą ($n = 11$).

Tyrimo metu sportininkams buvo pateikta anketa, kurią sudarė kelios dalys, skirtos demografinėi informacijai apie dalyvius surinkti, skausmo suvokimui bei įveikos strategijų naudojimo dažnumui įvertinti. Visos skalės pildomos tris kartus (atskirai vertinamas raumenų, gyjančios traumos ir įsisenėjęs skausmas). Sportininkai buvo prašomi prisiminti atitinkamo skausmo potyrį ir atsakyti į pateiktus klausimus.

Skausmo intensyvumą tiriamieji vertino vizualaus atitiktens skale (VAS, Huskisson, 1974) — nuo „nėra skausmo“ (0 balų) iki „nepakeliamas skausmas“ (100 balų). Skausmo konotacinė reikšmė buvo vertinama semantinio diferencialo metodika (Suslavičius, 1988), kurią sudarė 9 skalės su būdvardžiais: *blogas / geras, žalingas / naudingas, bjaurus / malonus, silpnas / stiprus, lengvas / sunkus, nenusakomas / ūmus, atpalaiduojantis / įtemptantis, silpnėjantis / stiprėjantis, ramiantis / varginantis* (čia 3 reiškė labai artimą sąsają su kairėje nurodytu būdvardžiu, o +3 — labai artimą sąsają su dešinėje nurodytu).

Apklaustieji sportininkai turėjo užpildyti PMS-I klausimyną (Kleinert, 2002) ir nurodyti, kaip dažnai naudoja 8 skausmo įveikos strategijas: pasidavimą (strategijas, rodančias negebėjimą valdyti skausmo, skausmo neigimą arba pasidavimą jam netikint, kad galima kažką pakeisti); teigiamas saviinstrukcijas (pozityvią vidinę kalbą, savęs padaršinimą); relaksaciją (mėginimus įveikti skausmą atpalaiduojant kūno įtampą, keičiant kūno pozą); informacijos paiešką (skausmo pojūčio analizavimą); judėjimą (skausmo mažinimą judėjimu); planavimą (strategijas, rodančias mėginimus įveikti skausmą, užsibrėžiant konkrečius tikslus); palyginimą (esamos situacijos lyginimą su kitomis); dėmesio atitraukimą (užsiėmimą veikla, nesusijusia su sportu). Naudojamų strategijų dažnumas buvo vertinamas 5 balų skale nuo 0 (niekada) iki 5 (visada).

REZULTATAI

Tyrimo metu apklausti sportininkai raumenų skausmo intensyvumą vidutiniškai įvertino

42,64 balo, gyjančios traumos — 60,51 balo, o įsisenėjusį — 57,81 balo. Raumenų skausmo intensyvumo įvertis statistiškai reikšmingai skyrėsi nuo gyjančios traumos ($p = 0,009$) ir įsisenėjusio skausmo intensyvumo įverčio ($p = 0,005$).

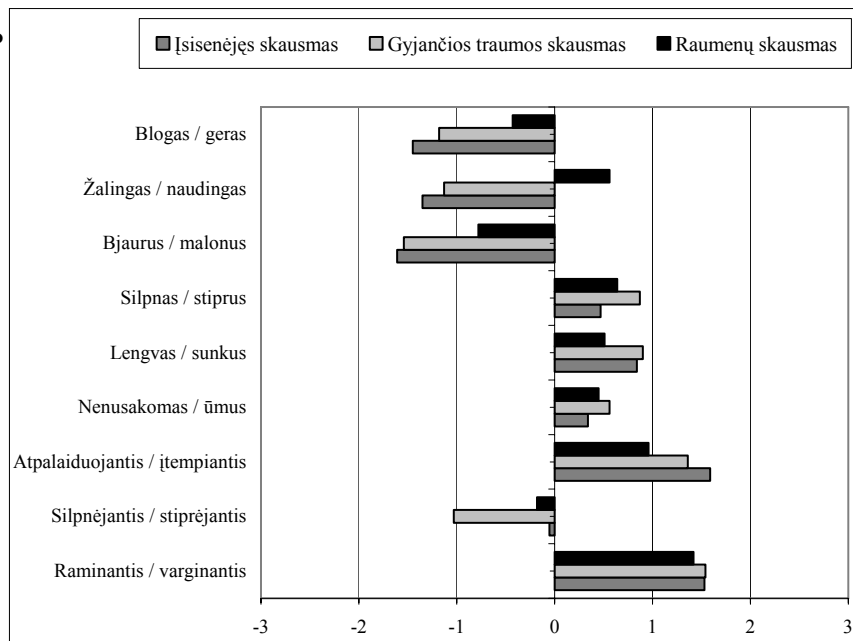
Rezultatai, gauti apskaičiavus kiekvienos semantinio diferencinio skalės vidurkį, rodo, kad raumenų skausmas suvokiamas kaip blogas ($M = -0,43$), naudingas ($M = 0,56$), bjaurus ($M = -0,78$), stiprus ($M = 0,64$), sunkus ($M = 0,51$), ūmus ($M = 0,45$), įtempiantis ($M = 0,96$), silpnėjantis ($M = -0,18$), varginantis ($M = 1,42$). Gyjančios traumos skausmas suvokiamas kaip blogas ($M = -1,18$), žalingas ($M = -1,13$), bjaurus ($M = -1,54$), stiprus ($M = 0,87$), sunkus ($M = 0,90$), ūmus ($M = 0,56$), įtempiantis ($M = 1,36$), silpnėjantis ($M = -1,03$), varginantis ($M = 1,54$). Įsisenėjęs skausmas suvokiamas kaip blogas ($M = -1,45$), žalingas ($M = -1,35$), bjaurus ($M = -1,61$), stiprus ($M = 0,47$), sunkus ($M = 0,84$), ūmus ($M = 0,34$), įtempiantis ($M = 1,59$), silpnėjantis ($M = -0,054$), varginantis ($M = 1,53$). Kaip parodė Wilcoxon porinių imčių neparametrinis kriterijus, raumenų ir gyjančios traumos skausmo suvokimas statistiškai reikšmingai skyrėsi dviejose skalėse. Nors skalėje *bjaurus / malonus* abu skausmo tipai suvokiami kaip artimiausią susiję su būdvardžiu *bjaurus*, raumenų skausmo įverčio reikšmė statistiškai reikšmingai mažesnė ($p = 0,027$). Dar aiškesnis skirtumas skalėje *žalingas / naudingas*, kur raumenų skausmas suvokiamas kaip naudingas, o gyjančios traumos — kaip žalingas ($p = 0,0001$). Palyginus su įsisenėjusio skausmo suvokimu, raumenų skausmas suvokiamas kaip ne toks bjau-

rus ($p = 0,015$), ne toks blogas ($p = 0,012$), ne toks įtempiantis ($p = 0,002$) ir ne toks sunkus ($p = 0,045$), taip pat naudingas, kai tuo tarpu įsisenėjęs skausmas suvokiamas kaip žalingas ($p = 0,0001$) (žr. 1 pav.).

Skausmo suvokimo ir įveikos strategijų naudojimo dažnumo ryšys. Raumenų skausmo intensyvumo įvertinimas, kaip parodė Pirsono koreliacijos koeficientas, statistiškai reikšmingai susijęs tik su planavimo strategijos dažnumu ($r = 0,383$; $p = 0,008$). Gyjančios traumos skausmo intensyvumo įvertinimas statistiškai reikšmingai susijęs su relaksacijos ($r = 0,367$; $p = 0,03$) ir dėmesio atitraukimo ($r = 0,352$; $p = 0,038$) strategijų dažnumu. Įsisenėjusio skausmo intensyvumo įvertinimas susijęs su relaksacijos ($r = 0,496$; $p = 0,008$) ir informacijos paieškos ($r = 0,485$; $p = 0,01$) įveikos strategijomis (žr. 1 lent.).

Raumenų skausmo suvokimas: skalėje *bjaurus / malonus* susijęs su relaksacija ($r = -0,353$; $p = 0,017$), planavimu ($r = -0,384$; $p = 0,009$) ir dėmesio atitraukimu ($r = -0,308$; $p = 0,04$); skalėje *geras / blogas* — su relaksacija ($r = -0,345$; $p = 0,022$) ir dėmesio atitraukimu ($r = -0,314$; $p = 0,038$); skalėje *raminantis / varginantis* — su palyginimu ($r = -0,380$; $p = 0,01$). Gyjančios traumos skausmo suvokimas: skalėje *geras / blogas* susijęs su dėmesio atitraukimu ($r = -0,454$; $p = 0,007$); skalėje *žalingas / naudingas* — su pasidavimu ($r = -0,452$; $p = 0,007$), teigiamomis saviinstrukcijomis ($r = 0,345$; $p = 0,046$) ir dėmesio atitraukimu ($r = -0,345$; $p = 0,046$); skalėje *raminantis / varginantis* — su planavimu ($r = 0,376$; $p = 0,028$); ska-

1 pav. Skausmo suvokimas pagal semantinio diferencinio skalės

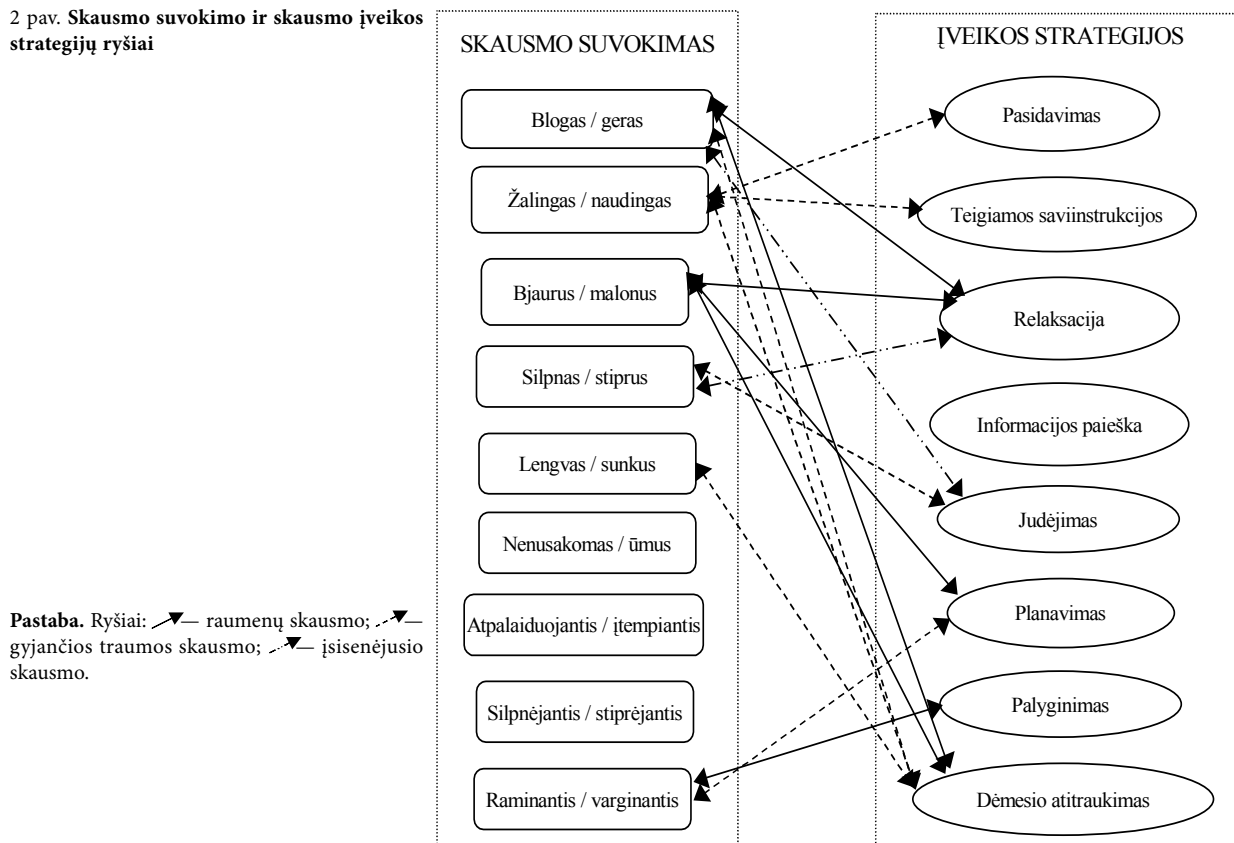


Lentelė. Skausmo intensyvumo ir to paties tipo skausmo įveikos strategijų ryšys

Skausmas Įveikos strategijos	Raumenų		Gyjančios traumos		Įsisenėjęs	
	r		r		r	
Pasidavimas	r	-0,160	r	0,030	r	-0,205
Teigiamos saviinstrukcijos	r	0,123	r	0,138	r	0,093
Relaksacija	r	0,075	r	0,367*	r	0,496**
Informacijos paieška	r	0,053	r	0,126	r	0,485*
Judėjimas	r	-0,160	r	-0,093	r	0,245
Planavimas	r	0,383**	r	0,297	r	0,319
Palyginimas	r	0,104	r	-0,143	r	-0,185
Dėmesio atitraukimas	r	0,149	r	0,352*	r	-0,162

Pastaba. ** — koreliacija statistiškai reikšminga, $p < 0,01$; * — koreliacija statistiškai reikšminga, $p < 0,05$; r — Pirsono koreliacijos koeficientas.

2 pav. Skausmo suvokimo ir skausmo įveikos strategijų ryšiai



Pastaba. Ryšiai: — raumenų skausmo; - - - gyjančios traumos skausmo; ····· įsisenėjusio skausmo.

lėje *silpnas / stiprus* — su judėjimu ($r = -0,364$; $p = 0,034$); skalėje *lengvas / sunkus* — su dėmesio atitraukimu ($r = 0,360$; $p = 0,037$). Įsisenėjusio skausmo suvokimas: skalėje *geras / blogas* susijęs su judėjimo strategija ($r = 0,406$; $p = 0,044$); skalėje *silpnas / stiprus* — su relaksacija ($r = 0,486$; $p = 0,014$) (žr. 2 pav.).

REZULTATŲ APTARIMAS

Tyrimo rezultatai rodo, kad nepriklausomai nuo skausmo tipo šiam potyriui yra priskiriamos gana neigiamos reikšmės — skausmas suvokiamas kaip blogas, bjaurus, stiprus, sunkus, ūmus, įtempiantis, silpnėjantis ir varginantis. Tokie tyrimo rezultatai sutampa su kitų autorių gautaisiais. Pavyzdžiui, V. Scott ir K. Gijbers (1981) tirti sportininkai

skausmą įvardijo kaip varginantį ir sunkų. T. Addison ir kt. (1998) tiriamųjų skausmo potyris buvo apibūdintas kaip nemalonus.

Atlikto tyrimo rezultatai rodo, kad skausmas kontinuumė *žalingas / naudingas* ne visuomet suvokiamas kaip žalingas. Tai patvirtina ir kitų autorių (Roessler, 2003; Addison et al., 1998; Scott, Gijbers, 1981) išvadas, kad skausmas sporte — ne tik grėsmės ar žalos ženklas, bet rodo ir savo galimybių ribos peržengimą, adekvačias pastangas ir treniruočių krūvį.

Tyrimo rezultatai, kaip ir buvo tikėtasi, patvirtino, kad skausmo įveikos strategijų naudojimo dažnumas yra susijęs su skausmo suvokimu. Tiesa, šie ryšiai priklauso nuo skausmo tipo. Sportininkai yra linkę dažniau naudoti planavimo strategiją raumenų skausmo įveikai, relaksaciją — gyjančios

traumos bei įsisenėjusiam skausmui įveikti, o informacijos paieškos strategiją — įsisenėjusiam skausmui įveikti tuomet, kai skausmas suvokiamas kaip intensyvesnis, todėl gali būti, kad šios strategijos yra paveikesnės esant intensyvesniam skausmui. Kita vertus, dažnesnis tokios strategijos kaip dėmesio atitraukimas naudojimas tuomet, kai patiriamas gyjančios traumos skausmas, gali tik sustiprinti skausmo intensyvumo suvokimą, nes mažina skausmo kontrolės jausmą (Haythornwaite et al., 1998). Kitaip tariant, rastų ryšių kryptis nėra visiškai aiški. Vienais atvejais tam tikros įveikos strategijos yra paveikesnės esant tam tikro intensyvumo skausmui, kitais — įveikos strategijų naudojimas gali keisti patį skausmo intensyvumo suvokimą. Nebuvo nustatyta skausmo intensyvumo ir pasidavimo skausmui ryšio, ir tai nesutampa su kitų autorių tyrimų rezultatais (Azevedo, Samulski, 2003).

Rasti ryšiai tarp skausmo suvokimo pagal semantinio diferencialo skales ir įveikos strategijų naudojimo dažnumo taip pat priklauso nuo skausmo tipo.

Kai raumenų skausmas suvokiamas kaip bjauresnis ir blogesnis, jam įveikti dažniau pasiūtelkiamos relaksacijos ir dėmesio atitraukimo strategijos. Šie rezultatai leidžia daryti prielaidą, kad suvokdami raumenų skausmą kaip blogesnę ar bjauresnę (t. y. grėsmingesnę), sportininkai imasi aktyvesnių įveikos strategijų — mažina kūno įtampą, užsiima pašaline veikla, kad kuo mažiau jaustų skausmą ir leistų kūnui pailsėti. Kalbant apie dėmesio atitraukimo strategiją buvo užsiminta, kad skausmo ignoravimas gali mažinti skausmo kontrolės pojūtį ir dėl to skausmas suvokiamas neigiamiau (Haythornwaite et al., 1998). Rezultatai taip pat rodo, kad kuo labiau apklaustieji sportininkai raumenų skausmą vertina kaip *bjaurų*, tuo dažniau jie yra linkę užsibrėžti sau tikslus, padedančius tą skausmą įveikti, ir kuo labiau šį skausmą suvokia kaip varginantį, tuo rečiau galvoja apie tai, kad yra buvę ir blogesnių situacijų.

Gyjančios traumos įveikai naudojamos teigiamų saviinstrukcijų, pasidavimo ir dėmesio atitraukimo strategijos susijusios su šio skausmo suvokimu kontinuumu *žalingas / naudingas*. Sportininkai linkę nuleisti rankas arba užsiimti veikla, nesusijusia su sportu, kai patiriamą gyjančios traumos skausmą sieja su žala, tačiau kai gyjančios traumos skausmą su būdvardžiu *žalingas* sieja mažiau, jie dažniau naudoja teigiamų saviinstrukcijų strategiją. Šie rezultatai patvirtina R. S. Roth ir M. E. Geisser

(2002) rastą ryšį tarp tikėjimo, kad skausmas yra žalos ženklas ir dažnesnio neadaptivių skausmo įveikos strategijų (pvz., dramatinizavimo) rinkimosi. Taigi panašu, kad skausmas gali būti suvokiamas kaip grėsmė arba kaip žala (Anshel, 2001), ir šiuos įvertinimus svarbu atskirti. Mat tuomet, kai suvokiama grėsmė, labiau naudojamos aktyvios skausmo įveikos strategijos, tačiau kai skausmas suvokiamas kaip žala (jau įvykęs faktas), atsiranda tam tikras pasyvumas skausmo atžvilgiu. Vėlgi neaišku, ar skausmo suvokimas kaip žalingo skatina užimti tokią sąlygiškai pasyvią poziciją („žala jau padaryta, nieko pakeisti nebegalima“), ar įveikos strategijų naudojimas keičia skausmo interpretaciją. Galbūt sportininkas, kuris save padrasina ir nepasiduoda mintims, kad nieko negali padaryti skausmo atžvilgiu, šitaip pakeičia skausmo suvokimą ir vertina jį kaip mažiau žalingą.

Rezultatai taip pat rodo, kad sportininkai linkę tuo dažniau užsiimti veikla, nesusijusia su sportu, kuo labiau patiriamą gyjančios traumos skausmą vertina kaip blogą ir sunkų. Jie tuo mažiau juda, kuo labiau vertina šį skausmą kaip stiprų, ir tuo dažniau užsibrėžia tikslus, padedančius skausmą įveikti, kuo labiau šis skausmas suvokiamas kaip varginantis.

Sportininkai, suvokdami įsisenėjusį skausmą kaip stipresnį, norėdami jį įveikti, dažniau mėgina atpalaiduoti kūno įtampą, taip pat mažiau juda, kai šį skausmą suvokia kaip blogą. Tiesa, lieka neaišku, ar sportininkai, suvokdami skausmą kaip gerą, leidžia sau daugiau judėti, ar vertina skausmą kaip ne taip blogą tuomet, kai šis judėti trukdo mažiau.

Taigi skausmo įveikos strategijos iš tiesų susijusios su skausmo suvokimu. Įveikos proceso modelis (Anshel, 2001) siūlo interpretuoti šiuos ryšius taip: skausmo suvokimas lemia įveikos strategijų pasirinkimą, tačiau tikriausiai šie ryšiai yra abipusiai. Bet kuriuo atveju jie turėtų būti išsamiau ištirti.

IŠVADOS

1. Sportuojant dominuoja šie patiriamo skausmo suvokimo neigiami aspektai — jis suvokiamas kaip blogas, bjaurus, stiprus, sunkus, ūmus, įtemptiantis, silpnėjantis ir varginantis.
2. Skausmo įveikos strategijų pasirinkimas susijęs su skausmo intensyvumo suvokimu ir skausmo suvokimu pagal semantinio diferencialo skales, tačiau šie ryšiai priklauso nuo skausmo tipo bei įveikos strategijų.

LITERATŪRA

- Addison, T., Kremer, J., Bell, R. (1998). Understanding the psychology of pain in sport. *The Irish Journal of Psychology*, 19, 4, 486—503.
- Anshel, M. H. (2001). Qualitative validation of a model for coping with acute stress in sports. *Journal of Sport Behavior*, Vol. 24, Issue 3, 223—246.
- Azevedo, D. C., Samulski, D. M. (2003). Assessment of psychological pain management techniques: A comparative study between athletes and non-athletes. *Review of Brazilian Medicine and Sport*, Vol. 9, 4, 214—221. Prieiga per internetą: www.scielo.br/pdf/rbme/v9n4/a03v9n4.pdf
- Haythornwaite, J. A., Menefee, L. A., Heinberg, L. J., Clark, M. R. (1998). Pain coping strategies predict perceived control over pain. *Pain*, 77 (1), 33—39.
- Huskisson, E. C. (1974). Measurement of pain. *The Lancet*, 9 (2), 1127—1131.
- Kleinert, J. (2002). Zur Erfassung des Schmerzbewältigungsstatus bei Verletzungen (SBS-V): Skalenkonstruktion und Befunde zur Validität und Reliabilität. Psychologische Prävention von Sportverletzungen: Beiträge zur Diagnostik, Modellbildung und Intervention. Kummulative Habilitationsschrift zur Erlangung der Lehrbefähigung für das Fach Sportwissenschaft unter besonderer Berücksichtigung von Sportpsychologie und Gesundheitsforschung. Köln. P. 37—54.
- Lefebvre, J. C., Lester, N., Keefe, F. J. (1995). Pain in young adults II: The use and perceived effectiveness of pain-coping strategies (abstract). *Clinical Journal of Pain*, 11 (1), 36—44.
- McCracken, L. M., Goetsch, V. L., Semenchuk, E. M. (1998). Coping with pain produced by physical activity in persons with chronic low back pain: immediate assessment following a specific pain event. *Behavioral Medicine*, Vol. 24, Issue 1, 29—34.
- Roessler, K. K. (2003). *Pain and sports — passion, challenge or obstacle: XI European Congress of Sport Psychology*, Copenhagen, 22—27, July.
- Roth, R. S., Geisser, M. E. (2002). Educational achievement and chronic pain disability: mediating role of pain-related cognitions (abstract). *Clinical Journal of Pain*, 18 (5), 286—296.
- Scott, V., Gijsbers, K. (1981). Pain perception in competitive swimmers. *British Medical Journal*, Vol. 283, 91—93.
- Suslavičius, A. (1988). *Semantinio diferencialo metodika*. Vilnius: Vilniaus valstybinis V. Kapsuko universitetas.

PAIN IN SPORT: THE CORRELATION BETWEEN PAIN PERCEPTION AND THE STRATEGIES OF COPING WITH PAIN

Lina Vaisetaitė¹, Rūta Sargautytė²

Vilnius Olympic Sport Center¹, Vilnius University², Vilnius, Lithuania

ABSTRACT

The goal of this research was to clarify how athletes perceive pain and what are the correlations between pain perception and the frequency of the use of pain coping strategies. Three types of pain, namely muscle pain, healing injury pain and far-gone pain were taken into consideration.

50 athletes representing athletics, rowing, cycling and swimming participated in the research and filled in the questionnaires, comprised of Visual Analogue Scales (Huskisson, 1974), Semantic Differential Scale (Suslavičius, 1988) and PMS-I (Kleinert, 2002) questionnaire.

The results revealed that the mean evaluation of muscle pain intensity was 42.64, the mean intensity of healing injury pain — 60.51 and the mean intensity of far-gone pain — 57.81. The rating of muscle pain was significantly lower than the rating of healing injury and far-gone pain (in both cases $p < 0.01$). According to Semantic Differential Scales, pain was perceived as bad, awful, intense, heavy, acute, tensing, decreasing and tiring, however muscle pain was perceived as useful while healing injury pain and far-gone pain were perceived as harmful. The results also confirmed relationships between pain perception and the frequency of the use of pain coping strategies, however specific associations depend on the type of pain and coping strategies that are taken into account.

Keywords: pain perception, pain coping strategies, muscle pain, injury pain, far-gone pain.

Gauta 2005 m. spalio 11 d.
Received on October 11, 2005

Priimta 2005 m. gruodžio 28 d.
Accepted on December 28, 2005

Lina Vaisetaitė
Vilniaus olimpinis sporto centras
(Vilnius Olympic Sport Center)
Pamėnkalnio g. 17 / 3, LT-01119 Vilnius
Lietuva (Lithuania)
Tel +370 610 32788
E-mail linavais@takas.lt

REIKALAVIMAI AUTORIAMŠ

1. BENDROJI INFORMACIJA

- 1.1. Žurnale spausdinami originalūs straipsniai, kurie nebuvo skelbti kituose mokslo leidiniuose (išskyrus konferencijų tezių leidiniuose). Mokslo publikacijoje skelbiama medžiaga turi būti nauja, teisinga, tiksli (eksperimento duomenis galima pakartoti, jie turi būti įvertinti), aiškiai ir logiškai išanalizuota bei aptarta. Pageidautina, kad publikacijos medžiaga jau būtų nagrinėta mokslinėse konferencijose ar seminaruose.
- 1.2. Originalių straipsnių apimtis — iki 10, apžvalginių — iki 20 puslapių. Autoriai, norintys spausdinti apžvalginius straipsnius, jų anotaciją turi iš anksto suderinti su redaktorių kolegija.
- 1.3. Straipsniai skelbiami lietuvių arba anglų kalba su išsamiais santraukomis lietuvių ir anglų kalba.
- 1.4. Straipsniai recenzuojami. Kiekvieną straipsnį recenzuoja du redaktorių kolegijos nariai arba jų parinkti recenzentai.
- 1.5. Autorius (recenzentas) gali turėti slaptos recenzijos teisę. Dėl to jis įspėja vyriausiąjį redaktorių laiške, atsiųstame kartu su straipsniu (recenzija).
- 1.6. Du rankraščio egzemplioriai ir diskelis siunčiami žurnalo „Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas“ atsakingajai sekretorei šiuo adresu:

*Žurnalo „Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas“ atsakingajai sekretorei Daliai Mickevičienei
Lietuvos kūno kultūros akademija, Sporto g. 6, LT-44221 Kaunas*

- 1.7. Žinios apie visus straipsnio autorius — trumpai *curriculum vitae*. Autoriaus adresas, elektroninis adresas, faksas, telefonas.
- 1.8. Gaunami straipsniai registruojami. Straipsnio gavimo paštu data nustatoma pagal Kauno pašto žymeklį.

2. STRAIPSNIO STRUKTŪROS REIKALAVIMAI

- 2.1. **Titulinis lapas.**
- 2.2. **Santrauka** (ne mažiau kaip 600 spaudos ženklų) lietuvių ir anglų kalba. Pageidautina santrauka ir rusų kalba. Santraukoje pažymimas tyrimo tikslas, objektas, trumpai aprašoma metodika, pateikiami tyrimo rezultatai ir išvados.
- 2.3. **Raktažodžiai.** 3—5 informatyvūs žodžiai ar frazės.
- 2.4. **Įvadinė dalis** (iki 500 žodžių). Joje nurodoma tyrimo problema, jos ištirtumo laipsnis, sprendimo naujumo argumentacija (teorinių darbų), pažymimi svarbiausi tos srities mokslo darbai, tyrimo tikslas, objektas.
- 2.5. **Tyrimo metodai.** Šioje dalyje turi būti pagrįstas konkrečios metodikos pasirinkimas. Jei taikomi tyrimo metodai nėra labai paplitę ar pripažinti, reikia nurodyti priežastis, skatinusias juos pasirinkti. Aprašomi originalūs metodai arba pateikiamos nuorodos į literatūroje aprašytus standartinius metodus, nurodoma aparatūra (jei ji naudojama). Tyrimo metodai ir organizavimas turi būti aiškiai ir logiškai išdėstyti. Straipsnyje neturi būti informacijos, pažeidžiančios tiriamų asmenų anonimiškumą.
- 2.6. **Tyrimo rezultatai.** Tyrimo rezultatai turi būti pateikiami nuosekliai ir logiškai (pageidautina lentelėse ar paveiksluose), pažymimas jų statistinis patikimumas.
- 2.7. **Tyrimo rezultatų aptarimas.** Šioje dalyje pateikiamos tik autoriaus tyrimo rezultatais paremtos išvados. Tyrimo rezultatai ir išvados lyginami su kitų autorių skelbtais atradimais, įvertinami jų tapatumai ir skirtumai. Reikia vengti kartoti tuos faktus, kurie pateikti tyrimo rezultatų dalyje. Išvados turi būti formuluojamos aiškiai ir logiškai, vengiant tuščiažodžiavimo.
- 2.8. **Padėka.** Dėkojama asmenims arba institucijoms, padėjusiems atlikti tyrimus. Nurodomos organizacijos ar fondai, finansavę tyrimus (jei tokie buvo).
- 2.9. **Literatūra.** Cituojami tik publikuoti mokslo straipsniai (išimtis — apgintų disertacijų rankraščiai). Į sąrašą įtraukiami tik tie šaltiniai, į kuriuos yra nuorodos straipsnio tekste. Pageidautina nurodyti ne daugiau kaip 30 šaltinių.

3. STRAIPSNIO ĮFORMINIMO REIKALAVIMAI

- 3.1. Straipsnio tekstas turi būti išspausdintas kompiuteriu vienoje standartinio (210 × 297 mm) formato balto popieriaus lapo pusėje, intervalas tarp eilučių 6 mm (1,5 intervalo), šrifto dydis 12 pt. Paraštės: kairėje ir dešinėje — 2 cm, viršuje — 2 cm, apačioje — 1,5 cm. Puslapiai numeruojami viršutiniame dešiniajame krašte, pradedant titulinio puslapiu, kuris pažymimas pirmu numeriu (1).
- 3.2. **Straipsnis turi būti suredaguotas, spausdintas tekstas patikrintas.** Pageidautina, kad autoriai vartotų tik standartinius sutrumpinimus bei simbolius. Nestandartinius galima vartoti tik pateikus jų apibrėžimus toje straipsnio vietoje, kur jie įrašyti pirmą kartą. Visi matavimų rezultatai pateikiami tarptautinės SI vienetų sistemos dydžiais. Straipsnio tekste visi skaičiai iki dešimt imtinai rašomi žodžiais, didesni — arabiškais skaitmenimis.
- 3.3. Tituliniame straipsnio puslapyje pateikiama: a) trumpas ir informatyvus straipsnio pavadinimas; b) autorių vardai ir pavardės; c) institucijos bei jos padalinio, kuriame atliktas darbas, pavadinimas ir adresas; d) autoriaus, atsakingo už korespondenciją, susijusią su pateiktu straipsniu, vardas, pavardė, adresas, telefono (fakso) numeris, elektroninio pašto numeris. Jei autorius nori turėti slaptos recenzijos teisę, pridedamas antras titulinis lapas, kuriame nurodomas tik straipsnio pavadinimas.
- Tituliniame lape turi būti visų straipsnio autorių parašai.
- 3.4. Santraukos lietuvių ir anglų (rusų) kalbomis pateikiamos atskiruose lapuose. Tame pačiame lape surašomi raktažodžiai.
- 3.5. Lentelė turi turėti eilės numerį (numeruojama ta tvarka, kuria pateikiamos nuorodos tekste) bei trumpą antraštę. Visi paaiškinimai turi būti straipsnio tekste arba trumpame priede, išspausdintame po lentelę. Lentelėse vartojami simboliai ir sutrumpinimai turi sutapti su vartojamais tekste. Lentelės vieta tekste turi būti nurodyta kairėje paraštėje (pieštuku).
- 3.6. Paveikslai sužymimi eilės tvarka arabiškais skaitmenimis. Pavadinimas rašomas po paveikslu, pirmiausia pažymint paveikslo eilės numerį, pvz.: 1 pav. Paveikslo vieta tekste turi būti nurodyta kairėje paraštėje (pieštuku).
- 3.7. Literatūros sąrašė šaltiniai nenumerojami ir vardijami abėcėlės tvarka pagal pirmojo autoriaus pavardę. Pirmą vardijami šaltiniai lotyniškais rašmenimis, paskui — rusiškais. Pateikiant žurnalo (mokslo darbų) straipsnį, turi būti nurodoma: a) visų autorių pavardės ir vardų inicialai (po pavardės); b) žurnalo leidimo metai; c) tikslus straipsnio pavadinimas; d) pilnas žurnalo pavadinimas; e) žurnalo tomas, numeris; f) atitinkami puslapių numeriai. Jeigu straipsnio autorių daugiau kaip penki, pateikiamos tik pirmų trijų pavardės, priduriant „ir kt.“.

Aprašant knygą, taip pat pateikiamas knygos skyriaus pavadinimas ir jo autorius, knygos leidėjas (institucija, miestas).

Jeigu to paties autoriaus, tų pačių metų šaltiniai yra keli, būtina literatūros sąrašė ir straipsnio tekste prie metų pažymėti raidės, pvz.: 1990 a, 1990 b ir t. t.

Literatūros aprašo pavyzdžiai:

Gikys, V. (1982). *Vadovas ir kolektyvas*. Vilnius: Žinija.

Jucevičienė, P. (Red.) (1996). *Lyginamoji edukologija*. Kaunas: Technologija.

Miškinis, K. (1998). *Trenerio etika: vadovėlis Lietuvos aukštųjų mokyklų studentams*. Kaunas: Šviesa.

Ostasevičienė, V. (1998). Ugdymo teorijų istorinė raida. A. Dumčienė ir kt. (Red. kol.) *Ugdymo teorijų raidos bruožai: teminis straipsnių rinkinys* (pp. 100—113). Kaunas: LKKI.

Šveikauskas, Z. (1995). Šuolių technikos pagrindai. J. Armonavičius, A. Buliuolis, V. Butkus ir kt. *Lengvoji atletika: vadovėlis Lietuvos aukštųjų m-kly studentams* (pp. 65—70). Kaunas: Egalda.

Večkienė, N., Žalėnė, I., Žalys, L. (1998). Ekonominis švietimas — asmenybės ugdymo veiksnys. *Asmenybės ugdymo edukologinės ir psichologinės problemos: respublikinės moksl. konferencijos medžiaga* (pp. 159—163). Kaunas: LKKI.

Vitkienė, I. (1998). Kai kurių mikroelementų pokyčiai lengvaatlečių kraujyje fizinio krūvio metu. *Sporto mokslas*, 1 (10), 12—13.

INFORMATION TO AUTHORS

1. GENERAL INFORMATION

- 1.1. All papers submitted to the journal should contain original research not previously published (except abstracts, preliminary report or in a thesis). The material published in the journal should be new, true to fact and precise. The methods and procedures of the experiment should be identified in sufficient detail to allow other investigators to reproduce the results. It is desirable that the material to be published should have been discussed previously at conferences or seminars.
- 1.2. Original articles — manuscripts up to 10 printed pages, review articles — manuscripts up to 20 printed pages.
Review articles describe current topics of importance, primarily, though not always they are submitted by invitation. Individuals who wish to write a review article should correspond with the Editors regarding the appropriateness of the proposed topic and submit a synopsis of their proposed review before undertaking preparation of the manuscript.
- 1.3. Articles will be published in the Lithuanian or English languages with comprehensive resumes in English and Lithuanian.
- 1.4. All papers, including invited articles, undergo the regular review process by at least two members of the Editorial Board or by expert reviewers selected by the Editorial Board.
- 1.5. The author (reviewer) has the option of the blind review. In this case the author should indicate this in his letter of submission to the Editor-in-Chief. This letter is sent along with the article (review).
- 1.6. Two copies of the manuscript and floppy disk should be submitted to the Executive Secretary of the journal to the following address:

Dalia Mickevičienė, Executive Secretary of the journal "Education. Physical Training. Sport"
Lithuanian Academy of Physical Education,
Sporto str. 6, LT-44221, Kaunas, LITHUANIA

- 1.7. Data about all the authors of the article — short *Curriculum Vitae*. The address, e-mail, fax and phone of the author.
- 1.8. All papers received are registered. The date of receipt by post is established according to the postmark of the Kaunas post-office.

2. REQUIREMENTS SET FOR THE STRUCTURE OF THE ARTICLE

- 2.1. **The title page.**
- 2.2. **The abstract** (not less than 600 print marks) in English or (and) Lithuanian. A resume in Russian is also desirable. The abstract should state the purpose of the study, the object of the study, a brief description of the methodology, most important findings and principal conclusions.
- 2.3. **Keywords:** from 3 to 5 informative words and / or phrases which do not repeat themselves in the title of the article.
- 2.4. **The introductory part** (not more than 500 words). It should contain a clear statement of the problem of the investigation, the extent of its solution, the new arguments for its solution (for theoretical papers), most important papers on the subject, the purpose of the study and the object of the study.
- 2.5. **The methods of the investigation.** In this part the methods of the investigation should be stated. If the methods of the investigation used are not well known and widely recognised the reasons for the choice of a particular method should be stated. References should be given for all non-standard methods used. The methods, apparatus and procedure should be identified in sufficient detail.
Appropriate statistical analysis should be performed based upon the experimental design carried out.
Do not include information that will identify human subjects.
- 2.6. **Results of the study.** Findings of the study should be presented logically in the text, tables, or figures. The

statistical significance of the findings when appropriate should be denoted.

- 2.7. **Discussion of the results of the study.** The discussion section should emphasise the original and important features of the study, and should avoid repeating all the data presented within the results section. Incorporate within the discussion the significance of the findings, and relationship(s) and relevance to published observations. Authors should provide conclusions that are supported by their data. The conclusions provided should be formulated clearly and logically avoiding excessive verbiage.
- 2.8. **Acknowledgements.** Authors are required to state on the Acknowledgement Page all funding sources, and the names of companies, manufacturers, or outside organizations providing technical or equipment support (in the case such a support had been provided).
- 2.9. **References.** Only published material (with the exception of dissertations) and sources referred to in the text of the article should be included in the list of references. As a general rule, there should not be more than 30 references for original investigations.

3. REQUIREMENTS FOR THE PREPARATION OF MANUSCRIPTS

- 3.1. Manuscripts must be typed on white standard paper no larger than 210 × 297 mm with the interval between lines 6 mm (1,5 line spaced), with a character size at 12 points, with 2 cm margins on the left and on the right, with a 2 cm margin at the top and a 1,5 margin at the bottom of the page. Pages are numbered in the upper right-hand corner beginning with the title page numbered as page 1.
- 3.2. The manuscript should be brief, clear and grammatically correct. The typed text should be carefully checked for errors. It is recommended that only standard abbreviations and symbols be used. All abbreviations should be explained in parentheses after the full written-out version of what they stand for on their first occurrence in the text. Non-standard special abbreviations and symbols need only to be defined at first mention. The results of all measurements and symbols for all physical units should be those of the System International (S.I) Units. In the text of the article all numbers up to ten are to be written in words and all numbers starting from eleven on — in Arabic figure.

Be sure that all references and all tables and figures are cited within the text.

- 3.3. The title page should contain: a) a short and informative title of the article; b) the first names and family names of the authors; c) the name and the address of the institution and the department where the work has been done; d) the name, address, phone and fax number, E-mail number, etc. of the author to whom correspondence should be sent. If a blind review is requested a second title page that contains only the title is needed.

The title page should be signed by all authors of the article.

- 3.4. Resumes in the Lithuanian and English languages are supplied on separate sheets of paper. This sheet also should contain keywords.
- 3.5. Every table should have a short subtitle with a sequential number given above the table (the tables are numbered in the same sequence as that of references given in the text). All explanations should be in the text of the article or in a short footnote added to the table. The symbols and abbreviations given in the tables should coincide with the ones used in the text. The location of the table should be indicated in the left-hand margin.
- 3.6. All figures are to be numbered consecutively giving the sequential number in Arabic numerals, e.g., Figure 1. The location of the figure should be indicated in the left-hand margin of the manuscript.
- 3.7. References should be listed in alphabetical order taking account of the first author.

For journal articles the following information should be included: a) all author names (surnames followed by initials), b) the date of publication, c) the title of the article with the same spellings and accent marks as in the original, d) the journal title, e) the volume, number, f) inclusive page numbers. When five or more authors are named, list only the first three adding “et al.”.

For books the chapter title, chapter authors, editors of the book, publisher’s name and location should be also included.

Examples of the correct format are as follows:

Bergman, P. G. (1993). Relativity. In *The New Encyclopedia Britannica* (Vol. 26, pp. 501—508). Chicago: Encyclopedia Britannica.

- Bjork, R. A. (1989). Retrieval inhibition as an adaptive mechanism in human memory. In H. L. Roediger III & F. I. M. Craik (Eds.), *Varieties of memory & consciousness* (pp. 309—330). Hillsdale, N J: Erlbaum.
- Deci, E. L., Ryan, R. M. (1991). A motivational approach to self: Integration in personality. In R. Dientsbier (Ed.), *Nebraska Symposium on Motivation: Vol. 38. Perspectives on Motivation* (pp. 237—228). Lincoln: University of Nebraska Press.
- Gibbs, J. T., Huang, L. N. (Eds.). (1991) *Children of color: Psychological interventions with minority youth*. San Francisco: Jossey—Bass.
- Ratkevičius, A., Skurvydas, A., Lexell, J. (1995). Submaximal-exercise-induced impairment of human muscle to develop and maintain force at low frequencies of electrical stimulation. *European Journal of Applied Physiology*, 70, 294—300.
- Town, G. P. (1985). *Science of triathlon training an competition*. Champaign, Illinois: Human Kinetics.
-

AUTORIŲ DĖMESIUI!

Atsiradus galimybei žurnale „Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas“ spausdinamiems straipsniams patekti į tarptautines sporto ir su juo susijusių mokslų duomenų bazes, būtina išplėsti straipsnių santraukas anglų kalba. Santraukose svarbu atskleisti mokslinę problemą, jos aktualumą, tyrimo tikslus, uždavinius, metodus, pateikti pagrindinius tyrimo duomenis, jų aptarimą (lyginant su kitų autorių tyrimų duomenimis), išvadas.

TO THE ATTENTION OF THE AUTHORS!

As there is possibility to include the published articles in the journal “Education. Physical Training. Sport” into international sports and science data compliments, it is necessary to expand the abstracts of the articles in English. It is important to reveal the scientific problem, its topicality, the aims of the research, its objectives, methods, to provide major data of the research, its discussion (in comparison with the research data of other authors) and conclusions.