



**ŠIAULIŲ UNIVERSITETAS  
EDUKOLOGIJOS INSTITUTAS**

**KŪNO KULTŪROS IR SPORTO EDUKOLOGIJOS STUDIJŲ PROGRAMA**

**EVALDAS KANOPACKIS**

**REGBIO TRENERIO TAIKOMO GRĮŽTAMOJO RYŠIO IR JO UGDYTINIŲ  
MOTYVACIJOS SPORTUI SĄSAJOS**

Magistro baigiamasis darbas

Darbo vadovė lekt. Danguolė Razmaitė

Šiauliai, 2019

## **Parengto baigiamojo bakalauro / profesinių studijų / magistro darbo savarankiškumo patvirtinimas**

Patvirtinu, kad įteikiamas baigiamasis bakalauro / profesinių studijų / **magistro darbas**

**Regbio trenerio taikomo grįžtamojo ryšio ir jo ugdytinių motyvacijos sportui sąsajos yra:**

1. Atliktas savarankiškai ir nėra pateiktas kitam kursui šiame ar ankstesniuose semestruose.
2. Nebuvo naudotas kitame universitete / institute Lietuvoje ir užsienyje.
3. Nėra medžiagos iš kitų autorių darbų, jeigu jie nėra nurodyti darbe.
4. Pateiktas visas panaudotos literatūros sąrašas.

.....

Vardas, pavardė

Parašas

## TURINYS

SANTRAUKA .....	4
SUMMARY.....	5
ĮVADAS.....	6
<b>1. JAUNŲJŲ REGBININKŲ MOTYVAVIMO YPATUMŲ IR SPORTO PEDAGOGO TAKOMO GRĮŽTAMOJO RYŠIO TEORINĖS PRIELAIDOS.....</b>	<b>9</b>
<b>1.1. Motyvacijos samprata ir jos svarba sportinėje veikloje.....</b>	<b>9</b>
<i>1.1.1. Sportinės veiklos motyvacijos teorijos.....</i>	<i>11</i>
<i>1.1.2. Motyvacijos rūšys.....</i>	<i>13</i>
<b>1.2. Sporto pedagogo taikomo grįžtamojo ryšio aspektai.....</b>	<b>15</b>
<b>1.3. Sporto pedagogo veiklos sėkmę lemiantys veiksniai.....</b>	<b>19</b>
<b>2. SPORTO PEDAGOGO TAIKOMO GRĮŽTAMOJO RYŠIO IR JAUNŲJŲ REGBININKŲ MOTYVACIJOS ŠAŠAJŲ TYRIMO METODOLOGIJA IR REZULTATŲ ANALIZĖ.....</b>	<b>22</b>
<b>2.1. Tyrimo metodologija.....</b>	<b>22</b>
<b>2.2. Tyrimo metododika ir organizavimas .....</b>	<b>23</b>
<i>2.2.1. Tyrimo metodai.....</i>	<i>24</i>
<i>2.2.2. Tyrimo organizavimas.....</i>	<i>24</i>
<i>2.2.3. Tiriamieji.....</i>	<i>24</i>
<b>2.3. Sporto pedagogo taikomo grįžtamojo ryšio ir jaunųjų regbininkų motyvacijos sportui sąsajos.....</b>	<b>24</b>
<i>2.3.1. Skirtingo meistriškumo jaunųjų regbininkų motyvacijos raiška.....</i>	<i>24</i>
<i>2.3.2. Sąsajos tarp suvokiamo sporto pedagogo taikomo grįžtamojo ryšio ir jaunųjų regbininkų motyvacijos.....</i>	<i>29</i>
<b>DISKUSIJA.....</b>	<b>36</b>
<b>IŠVADOS.....</b>	<b>39</b>
<b>LITERATŪRA.....</b>	<b>40</b>
<b>PRIEDAI.....</b>	<b>43</b>

## SANTRAUKA

### REGBIO TRENERIO TAIKOMO GRĮŽTAMOJO RYŠIO IR JO UGDYTINIŲ MOTYVACIJOS SPORTUI SĄSAJOS

Ugdytinių siekius ir sportinį interesą formuoja sporto pedagogas, kuris skatindamas motyvaciją sportuoti, siekti, kuo geresnių sportinių rezultatų, sutelkia visus bendram darbui (Pelletier et al., 2013; Ryan, Deci, 2007). Mokslininkų tyrimais nustatyta, kad sportininkų motyvacijos didinimas priklauso nuo sporto pedagogo pasirinkto taikomo grįžtamojo ryšio. Grįžtamasis ryšys yra vienas stipriausių veiksnių, turinčių įtakos mokymuisi ir pasiekimams, tačiau jo poveikis gali būti ir teigiamas, ir neigiamas. Jo svarba dažnai minima jaunųjų sportininkų motyvavimui (Shabo, 2012).

**Tyrimo objektas:** jaunųjų sportininkų motyvacijos sportui sąveika su regbio trenerio taikomu grįžtamoju ryšiu.

**Tyrimo hipotezė:** tikėtina, kad yra sąsaja tarp regbio trenerio taikomo teigiamo grįžtamojo ryšio ir jų jaunųjų sportininkų vidinės motyvacijos sportui.

**Tyrimo tikslas:** ištirti sąsajas tarp regbio trenerio taikomo teigiamo grįžtamojo ryšio ir jaunųjų sportininkų motyvacijos sportui.

**Tyrimo metodologija** grindžiama *sportininko ir trenerio santykių motyvaciniu* modeliu ir *apsisprendimo* teorija.

**Tyrimo metodika.** Tyrime taikyti (1) *teoriniai* (sisteminė mokslinės literatūros analizė, hipotezių formulavimas), (2) *empiriniai* (apklausa) ir (3) *statistiniai* (aprašomosios statistikos, hipotezių tikrinimo) *tyrimo metodai*.

Tyrimo dalyvavo 89 14-19 metų regbininkai.

**Išvados:** (1) Tyrimu nustatyta, kad tarp skirtingo meistriškumo jaunųjų regbininkų vidinė motyvacija yra statistiškai patikimai reikšmingesnė didesnio meistriškumo sportininkams ( $p = 0,012$ ) nei pradedantiesiems. Pažymėtina, kad jaunųjų regbininkų išorinė motyvacija ir nemotyvuotumas nepriklausomai nuo sportinio meistriškumo, pasireiškia gan panašiai. (2) Koreliacinė analizė atskleidė tiesioginį reikšmingą ryšį tarp taikomo teigiamo grįžtamojo ryšio ir vidinės motyvacijos: kuo regbio treneriai savo darbe taiko teigiamą grįžtamąjį ryšį ( $r = 0,301$ ;  $p = 0,003$ ) tuo stipresnė jų jaunųjų regbininkų vidinė motyvacija. (3). Hipotezė – *tikėtina, kad yra sąsaja tarp regbio trenerio taikomo teigiamo grįžtamojo ryšio ir jų ugdytinių vidinės motyvacijos sportui* – pasitvirtino. Galima teigti, kad regbio trenerių taikomas teigiamas grįžtamasis ryšys ir su juo sietina elgsena pratybų metu teikia reikšmingą poveikį jaunųjų regbininkų motyvacijai.

## SUMMARY

### **CORRELATIONS BETWEEN FEEDBACK DELIVERED BY A RUGBY COACH AND MOTIVATION FOR SPORT OF ATHLETES TRAINED BY HIM**

Pupils' aspirations and sporting interests are shaped by a sports teacher who, by promoting motivation for sports, pursuing better sporting results, concentrates everyone on joint work (Pelletier et al., 2013; Ryan, Deci, 2007). Researchers have found that increasing athletes' motivation depends on the feedback given by a sports teacher. Feedback is one of the strongest factors affecting learning and achievement, but its impact can be both positive and negative. Its importance is often mentioned as the motivation of young athletes (Shabo, 2012).

**Object of the research:** correlation between athletes' motivation for sport and a rugby coach delivered feedback.

**Research hypothesis:** it is presumed that there is a correlation between rugby coach delivered feedback and their young athletes' inner motivation for sport.

**Purpose of the research:** to investigate the correlation between rugby coach delivered feedback and young athletes' motivation for sport.

**Methodology of the research** is based on an athlete and coach relationships' motivational model and self-determination theory.

**Methods of the research:** in the research, the (1) theoretical (systematic analysis of scientific literature, formulation of hypotheses), (2) empirical (questionnaire), and (3) statistical (descriptive statistics, proving of the hypotheses) research methods were applied.

Eighty-nine 14-19 year old young rugby athletes participated in the research.

**Conclusions:** (1) The study found that the intrinsic motivation of the young rugby players among the different mastership is statistically significantly more significant for athletes with better mastership ( $p = 0.012$ ) than for beginners. It should be noted that the external motivation and non-motivation of the young rugby players, regardless of their sport mastership, are similar. (2) Correlation analysis revealed a direct significant correlation between the applied positive feedback and the internal motivation: what the rugby coaches use positive feedback in their work ( $r = 0.301$ ;  $p = 0.003$ ) the stronger their young rugby inner motivation. (3) The hypothesis - presumed that there is a correlation between the positive feedback applied by the rugby coach and their young rugby players motivation for sports - was confirmed. Significant differences were found in correlation analysis. It can be said that the positive feedback from the rugby coaches and the behavior associated with it has a significant impact on the motivation of the young rugby.

## IVADAS

**Tyrimo aktualumas ir problema.** Sportinis kelias priklauso nuo motyvacijos. Motyvacija, kaip vienas iš pagrindinių kelio į pergalę veiksnių, patenka į svarbiausių psichologinių problemų penketuką greta saviraiškos, pasitikėjimo savimi, baimės ir dėmesio valdymo. Paieškos veiksnių, didinančių motyvaciją, vyksta nuolatos. Šiuo metu pripažįstama, kad kuo daugiau treneris ar mokytojas išmano motyvuojančius veiksnius ir strategijas, tuo veiksmingiau gali juos taikyti kiekvienam savo ugdomam sportininkui (Žemaitytė, 2012). Sporto terminų žodyne (2002) motyvacija apibrėžiama kaip „psichologinis vyksmas, reguliuojantis asmenybės veiklą ir santykius su aplinka motyvų veiklos pagrindu“. Naujesniuose moksliniuose šaltiniuose motyvacijos samprata pateikiama panašiai: B. Moya (2013) teigia, kad motyvacija galime suvokti kaip priežasčių visumą kodėl žmogus elgiasi vienu ar kitu būdu; C. Sansone and J. H. Harackiewicz (2000) motyvaciją apibūdina kaip faktorių kompleksą, kuris skatina žmogų pasiekti atitinkamų tikslų.

Sporto pedagogui kruopščiai užsiimančiam sportininko atskirų jo sportinio efektyvumo komponentų ugdymu, pagrindinio raktą reikia ieškoti jo asmenybėje. Sudėtingoje žmogaus asmenybės struktūroje ypatingą, lemiantį vaidmenį vaidina jo motyvacijos sistema. Susieti sportininko motyvaciją su Sporto pedagogo ugdomąja strategija prasminga todėl, kad motyvacijos mechanizmas Sporto pedagogo ugdomuosius veiksmus paverčia sportininko saviugdų veiksmis, kurie ir suvaidina lemiantį vaidmenį sportininko brendime (Kregždė, 2003).

**Tyrimo problema.** Daugelis autorių pripažįsta, kad klausimai, susiję su motyvacija, nėra pakankamai išspręsti, nepaisant to, kad praktiškai juos bandoma pritaikyti jau seniai. Motyvaciją sportuoti yra tyrę daugelis mokslininkų (Deci, Ryan, 1985; Gibson, Fosters, 2002; Grajauskas, 2008; Malinauskas, 2003, Poteliūnienė, 2010). Jau ne vienerius metus mokslininkus domina, kas skatina žmogų vienai ar kitai veiklai, poelgiui, kas nukreipia jo aktyvumą.

Tačiau kalbant apie sportinį ugdymą, verta pažymėti, kad atlikta nedaug tyrimų, kurie parodytų, ar tai galioja ir šioje srityje, kur pagrindinis tikslas yra ne tik asmenybės ugdymas, bet ir sportinis rezultatas, kuris didele dalimi priklauso nuo sportininko motyvacijos lygio. O šis, didele dalimi priklauso nuo sporto pedagogo asmenybės. Sporto pedagogas norėdamas padėti ugdytiniams siekti geresnių rezultatų, treneriai-lyderiai savo darbe imasi įvairiausių vaidmenų.

Sporto pedagogo taikomo grįžtamojo ryšio sąsajos su ugdytinių motyvacija ištirtumo laipsnis nėra didelis. Juolab mokslinių publikacijų susijusių su regbio sporto šaka nepavyko aptikti. Todėl darome prielaidą, kad regbio trenerių taikomo teigiamo grįžtamojo ryšio ir jų sąsajų su motyvacija

sportui išsamesnis tyrimas išryškins jų pasirengimą kompetentingiau valdyti jaunųjų regbininkų pasirengimą. Keliami probleminiai klausimai – 1) Ar skiriasi jaunųjų regbininkų motyvacija sportavimui pagal meistriskumą?, 2) Ar yra sąsajos tarp regio trenerių taikomo teigiamo grįžtamojo ryšio ir jų ugdytinių motyvacijos sportui?

**Tyrimo objektas:** jaunųjų regbininkų motyvacijos sportui sąsaja su regio trenerio taikomu teigiamu grįžtamoju ryšiu.

**Tyrimo hipotezė:** tikėtina, kad yra sąsaja tarp regio trenerio taikomo teigiamo grįžtamojo ryšio ir jų ugdytinių vidinės motyvacijos sportui.

**Tyrimo tikslas:** iširti sąsajas tarp regio trenerio taikomo teigiamo grįžtamojo ryšio ir jų ugdytinių motyvacijos sportui.

**Tyrimo uždaviniai:**

1. Išanalizuoti mokslinę literatūrą, kurioje aptariami motyvacijos sportui klausimai, veiksniai, lemiantys motyvaciją sportinei veiklai.

2. Atskleisti jaunųjų regbininkų motyvacijos sportuoti skirtumus sportinio meistriskumo aspektu.

3. Nustatyti sąsajas tarp suvokiamo regio trenerio taikomo teigiamo grįžtamojo ryšio ir jaunųjų sportininkų motyvacijos.

**Tyrimo metodika.** Tyrime taikyti (1) *teoriniai* (sisteminė mokslinės literatūros analizė), (2) *empiriniai* (apklausa) ir (3) *statistiniai* (aprašomosios statistikos) tyrimo metodai.

**Tyrimo organizavimas.** Tyrimas atliktas keturiuose skirtinguose Lietuvos miestų (Šiauliai, Klaipėda, Panevėžys, Kaunas) regbio sporto klubuose.

Tyrimo dalyvavo 89 regbio 14-19 metų jaunieji sportininkai. *Pirmuoju etapu* buvo studijuojama mokslinė literatūra, iškelta tyrimo hipotezė, apibrėžtas tyrimo tikslas, uždaviniai, numatyta tyrimo metodika. *Antruoju etapu* buvo vykdomos apklausos, rengiamos literatūros apžvalgos ir tyrimo metodologijos dalys. *Trečiuoju etapu* buvo analizuojami gauti tyrimo rezultatai, braižomos diagramos, sudarinėjamos lentelės, formuluojamos išvados.

**Darbo struktūra.** Darbą sudaro santraukos lietuvių ir anglų kalbomis, įvadas, du skyriai (teorinės tyrimo prielaidos, tyrimo metodologija, tyrimo rezultatai ir jų analizė), diskusija, išvados, rekomendacijos, literatūros sąrašas ir priedai.

**Praktinis tyrimo reikšmingumas.** Literatūros ir tyrimo duomenų analizė leidžia pateikti konkrečias rekomendacijas tyrimo dalyvavusių regbio sporto klubų treneriams apie jų jaunųjų

ugdytinių motyvavimą, santykių su jais tobulinimą per teigiamą grįžtamąjį ryšį. Tai sudaro prielaidas jaunųjų regbininkų vidinės motyvacijos sportui gerinimui.



# 1. JAUNŪJŲ REGBININKŲ MOTYVAVIMO YPATUMŲ IR SPORTO PEDAGOGO TAIKOMO GRĮŽTAMOJO RYŠIO TEORINĖS TYRIMO PRIELAIDOS

## 1.1. Motyvacijos samprata ir jos svarba sportinėje veikloje

Motyvacijos valdymas šiandien yra pagrindinė pedagoginė problema (Urmulevičiūtė, 2002). Motyvacija – tai psichologinis procesas, kuris suteikia veiklai prasmę ir kryptį, tai vidinis impulsas, norint patenkinti nepatenkintus poreikius, tai valia siekti. Motyvacija – elgesio skatinimo sistema, kurią sąlygoja įvairūs motyvai. Žmones motyvuoja daugelis dalykų – psichologiniai poreikiai, psichologinės paskatos, išlikimas, potraukiai, emocijos, nuoskaudos, impulsai, baimės, grėsmė, atlygis, turtai, norai, tikslai, vertybės, laisvė, vidinis pasitenkinimas, interesai, malonumas, nusistovėję įpročiai, įvertinimai, ambicijos ir t. t. (J. Gikaraitė, 2004).

Svarbu suvokti, jog sportininko motyvacija – tai pagrindinis variklis, stumiantis link geresnio sportinio rezultato. Tik motyvuotas sportininkas gali siekti užsibrėžto tikslo, o tikslas – pagrindinis motyvacijos veiksnys. R. Malinauskas (2008) pažymi, kad motyvacija – sąmoningi ar nesąmoningi poreikiai, nukreipiantys elgesį į tikslą. Sutinku su R. Malinausko nuomone, jog motyvacija parodo, ko mums reikia, ko mes norime, kodėl mes kažką darome.

Motyvacija – psichofiziologinis vyksmas, reguliuojantis asmenybės veiklą ir santykius su aplinka motyvų kaitos pagrindu; visuma motyvų lemiančių sportininkų aktyvumą siekiant užsibrėžto tikslo per pratybas ir varžybas (*Sporto terminų žodynas*, 1996).

Dažnai motyvai skirstomi į „teigiamus“ ir „neigiamus“. Kitaip tariant, vidiniai motyvai vertinami kaip teigiami, o išoriniai motyvai – kaip neigiami veiklos skatuliai. Tačiau manoma, kad tokio motyvų vertinimo negalima objektyviai pagrįsti. Visų pirma, išoriniai motyvai ne visada yra susiję vien tik su materialiniu atlygiu arba bausmėmis (Sabaliauskas, 2011).

Sportinis kelias priklauso nuo motyvacijos. Motyvacija, kaip vienas iš pagrindinių kelio į pergalės veiksnių, patenka į svarbiausių psichologinių problemų penketuką greta saviraiškos, pasitikėjimo savimi, baimės ir dėmesio valdymo. Paieškos veiksnių, didinančių motyvaciją, vyksta nuolatos. Šiuo metu pripažįstama, kad kuo daugiau treneris ar sporto pedagogas išmano motyvuojančius veiksnius ir strategijas, tuo veiksmingiau gali juos taikyti kiekvienam savo ugdomam sportininkui (Žemaitytė, 2010).

Dažnai sporto būrelių, taip pat ir karate, trenerius kamuoja prieštaravimas, ką rinktis – atsižvelgti į ugdytinių poreikius, interesus, motyvus ar siekti puikių sportinių rezultatų. Šis

prieštaravimas kelia pavojų, nes dažnai nepaisoma vaikų interesų ir pirmenybė atiduodama sportinio rezultato siekimui (pergalė), smarkiai siaurinant ir specializuojant ugdymo turinį, išorinius ir vidinius motyvus sukeičiant vietomis (Grajauskas, Čepulėnas, 2009).

K. Miškinio teigimu (2005), sporto pedagogui yra labai svarbu žinoti sportinės sėkmės motyvaciją. Norint tai išsiaiškinti, sporto pedagogas turi rasti atsakymą į tokius klausimus:

- ✓ koks sportininko požiūris į pasiektus rezultatus;
- ✓ dėl kokių motyvų sportininkas sportuoja (kas motyvuoja sportininką sportuoti);
- ✓ koks sportininko nusiteikimas sunkiai dirbti;
- ✓ ar sportininkas objektyviai vertina savo ir kitų sportininkų laimėjimus;
- ✓ kokiomis priežastimis teisinga savo sportines nesėkmes.

Į sportinę veiklą dauguma sportininkų ateina paauglių amžiuje, skatinami įvairių poreikių ir motyvų. Tuos poreikius bei motyvus galima suskirstyti į tris grupes, pagrindines motyvų linijas, kuriomis vyksta daugumos paauglių stojimas į sportinės veiklos kelią (Malinauskas, 2008).

*Pirmoji linija* susijusi su žmogaus, ypatingai vaiko, poreikiu judėti. Ją atitinka fizinių pratimų emocinio patrauklumo motyvai: noras patirti malonumo jausmą, kurį teikia fizinių pratimų atlikimo procesas arba varžybų stebėjimas. *Antroji linija* išplaukia iš reikalo atlikti pareigas. Ji yra susijusi su kūno kultūros pamokomis, kaip mokomuoju dalyku mokykloje. Ją atitinka pareigos motyvas – bendras visiems kitiems mokomiesiems dalykams, kurių reikia mokytis mokykloje ar būrelyje. *Trečioji linija* yra savita. Ji susijusi su pačios veiklos poreikiu, nors dar ir nesuprantant, kad ji yra sportinė. Būdinga tai, kad čia kyla poreikis konkrečiai fizinių pratimų rūšiai. Kaip taisyklė, tokie poreikiai, ir iš jų išplaukiantys motyvai, atsiranda dėl gamtinių gyvenimo sąlygų: vandeninguose rajonuose natūraliai formuojasi poreikis išmokti plaukti arba irkluoti, snieguotuose – slidinėti ir t. t. (Martens, 1999).

Pirminė sportinės veiklos motyvacija pirmoje linijoje – jau pačioje pradžioje yra įjungti į pačią veiklą, o antroje ir trečioje ta motyvacija glūdi platesnėje veikloje (moksle, buityje). Ilgainiui tai išsivysto į veiksmus, tampančius sportiniais, tikslo siekimą. Tada tie veiksmai paverčiami sportine veikla.

L. Grajauskas (2008), apibendrinamas mokslininkų Ferrer-Caja, Weiss, Chen, Ennis, Alderman tyrimų duomenis, pažymi, kad pagrindiniai veiksniai, skatinantys vaikus ir paauglius sportuoti, yra: malonumas, socialinis patyrimas, kompetencijos didinimo galimybės, fizinis tobulėjimas, sėkmė ir laimėjimai. Pagrindinės priežastys, slopinančios norą sportuoti: nauji interesai,

progreso nebuvimas, nuobodulys, pernelyg dideli kitų žmonių lūkesčiai ir spaudimas (L. Grajauskas, 2008).

Apibendrinant svarbu pažymėti, jog motyvacija yra savotiškas bet kokios veiklos „variklis“, suteikiantis veiklai kryptį bei skatinantis asmenį siekti užsibrėžtų tikslų, nepaisant patiriamų sunkumų. Asmens pastangų intensyvumas ir veiklos rezultatas priklauso nuo motyvacijos stiprumo ir lemia pasirinktos veiklos kryptingumą. Svarbu tai, jog žmogaus elgesį reguliuojantys motyvai nepasireiškia po vieną – vienu metu asmuo yra vedamas kelių motyvų, tačiau vieni ar kiti motyvai gali būti labiau išreikšti (Sabaliauskas, 2011). Svarbu suvokti, jog nagrinėti reikia ne pavienių asmens motyvų pasireiškimus, bet jo motyvų visumą. Šis požiūris leidžia daryti prielaidą, pagrindinių karate sportininkų poreikių suvokimas ir motyvų sportuoti atskleidimas, leidžia kryptingai veikti ugdytinio elgesį, stiprinti jo motyvaciją ir užtikrinti sportinio rengimo proceso tęstinumą bei efektyvumą.

### **1.1.1. Sportinės veiklos motyvacijos teorijos**

Mokslinėje literatūroje galima rasti įvairių teorinių nuostatų, kuriomis bandoma aiškinti, kodėl žmonės vienaip ar kitaip elgiasi, pasirenka vieną ar kitą veiklą. Motyvacija sportui ir sportavimui įvairiose teorijose apibūdinama iš skirtingų perspektyvų (Meidus, 2005).

Dažnai pažymima, kad sporte labai svarbi laimėjimų (sėkmės) motyvacija (Malinauskas, 2008), kuri esanti viena iš veiklos motyvacijos atmainų, susijusi su individo poreikiu siekti laimėjimų ir vengti nesėkmių. Laimėjimų motyvacija orientuoja asmenybę, siekti maksimaliai gerai atlikti užduotį. Svarbus laimėjimų motyvacijos ypatumas – ji tiesiogiai veikia sportinį rezultatą. Sportininko laimėjimų motyvacija tiesiogiai priklauso nuo jo vidinių santykių su tikslu, kurio jis siekia. Nagrinėjant motyvaciją sportui, dažniausiai remiamasi trimis laimėjimų motyvacijos teorijomis (laimėjimų poreikio, atribucijos, sėkmės tikslų) ir apsisprendimo teorija (Malinauskas, 2008).

*Laimėjimų poreikio teorija.* Šios teorijos pradininkai D. McClelland (1961) ir J. Atkinson (1974) konstatuoja, kad sėkmės poreikio teorija yra požiūrių sąveika, teigianti, kad abu – asmenybės ir situacijos – faktoriai yra svarbūs elgesio veiksniai. Šią teoriją sudaro penki komponentai: 1) asmeniniai veiksniai; 2) situaciniai veiksniai; 3) kylančios tendencijos; 4) emocinės reakcijos; 5) laimėjimų sąlygotas elgesys (Malinauskas, 2008).

Asmeniniai veiksniai yra labai svarbūs bet kurioje veikloje ir jie pasireiškia tam tikrais motyvais. Šios teorijos požiūriu, kiekvienas individas turi du esminius laimėjimų motyvus: siekti laimėjimų ir vengti nesėkmių. Teigiama, kad laimėjimų siekimo motyvas – tai gebėjimas patirti pasididžiavimą ar pasitenkinimą savo laimėjimais, o nesėkmės vengimo motyvas yra gebėjimas patirti gėdą arba pažeminimą kaip pralaimėjimų padarinius. Sportininko sėkmingą veiklą išreiškia aukštas laimėjimų motyvacijos lygis ir žemas motyvacijos išvengti nesėkmės lygis. Toks sportininkas gerai įvertina savo gebėjimus, pastangas, todėl atmeta mintis apie nesėkmę. Stiprus laimėjimų siekis yra susijęs su tendencija užbaigti nutrauktą veiklą. Turintiems stiprią orientaciją į sėkmę asmenims būdingos pastangos atnaujinti, pratęsti pagrindinę veiklą. Orientacija į sėkmę padeda siekti tikslo, net jeigu tai trunka ilgą laiką ir veikla yra dažnai pertraukiama (Weinberg, Gould, 2006).

*Atribucijos teorija.* Atribucija – tai kito žmogaus psichinių savybių ir elgesio priežasčių aiškinimas ir interpretavimas (Psichologijos žodynas, 1993). Atribucijos teorija atsako į klausimą, kaip sportininkai paaiškina savo sėkmes ir nesėkmes (Malinauskas, 2008). Sėkmės ir nesėkmės priežastimis galima laikyti gebėjimus, pastangas, užduoties sunkumą, laimingą atsitiktinumą. Sėkmės motyvaciją dažniausiai lemia tai, kaip asmuo suvokia ir aiškina savo nesėkmės ar sėkmės priežastis. Per pastaruosius kelis dešimtmečius įsitvirtino dvi teorijos, kuriomis dažniausiai aiškinama vaikų ir paauglių motyvacija aktyviai fizinei veiklai ir sportui – sėkmės tikslų ir apsisprendimo teorijos.

*Sėkmės tikslų teorijoje* (angl. Achievement goal theory) teigiama, kad asmens motyvacija priklauso nuo to, kokio tikslo jis siekia, kas jam yra sėkmė ir laimėjimas. Siekiamus tikslus šioje teorijoje priimta skirstyti į dvi kategorijas:

- Pirma kategorija – tai tikslai, susiję su geru užduoties atlikimu, laimėjimu prieš save patį, asmeniniu tobulėjimu. Kitaip tariant, tai orientacija į užduotį, meistriškumą (angl. Task).
- Antroji kategorija – tai tikslai, susiję su laimėjimu prieš kitus, rungtyniavimu su kitais, siekiant juos nugalėti. Ši kategorija apibrėžiama orientacija į ego, savęs įtvirtinimą (angl. Ego).

Teorijos pradininkai teigia, kad asmenys, orientuoti į meistriškumą, siekia kompetencijos ir jaučia pasitenkinimą veikla. Kitaip tariant, juos motyvuoja malonumas tobulintis ir kompetencijos įgijimas. Tuo tarpu asmenys, orientuoti į save ir savo ego įtvirtinimą, stengiasi bet kokia kaina laimėti prieš kitus. Pažymima, kad į ego orientuoti asmenys siekia pergalės įdėdami kuo mažiau pastangų (Duda et al., 1992). Pažymima, kad savęs įtvirtinimo motyvų vedina asmenybė gali būti sėkminga bet kurioje veikloje tik tiek ilgai, kiek ji yra įgudusi aplenkinti kitus. Jei į ego orientuota

asmenybė konkurencinėje aplinkoje nepatirs sėkmės, t. y. pralaimės, tai ateityje ji greičiausiai vengs arba pasišalins iš tokios situacijos. Pastebima, kad orientuoti į užduotį ir meistriškumą asmenys pasižymi kur kas didesniu adaptyvumu ir didesnėmis pastangomis (Duda et al., 1992).

*Apsisprendimo teorijoje* (angl. self-determination theory) asmens motyvacija ir su ja sietinas elgesys aiškinami pagal šaltinį, kaip elgesys yra valdomas, apsprendžiamas, reguliuojamas (Ryan, Deci, 2007). Iš esmės šaltiniai gali būti du: vidinis ir išorinis. Todėl mokantis, dirbant ar sportuojant ryškėja dvi motyvacijos rūšys:

- Vidinė motyvacija – tai noras būti veiksmingam ir veikti dėl pačios veiklos.
- Išorinė motyvacija – tai išorinio atlygio siekis arba noras išvengti bausmės (Myers, 2000).

Norint, kad asmuo dirbtų efektyviau ir atkakliau, reikia skatinti jo autonomiją, kompetenciją ir ryšius visuomenėje. Apsisprendimo teorija teigia, jei vienas iš šių trijų psichologinių poreikių nėra pakankamai patenkinamas, vėliau žmogui gali turėti neigiamą poveikį sveikatai ir savijautai (Ryan, Deci, 2000).

Apibendrinant, galima pastebėti, jog tarp daugelio egzistuojančių motyvacijos teorijų, šiuo metu itin svarbi sporto praktikoje pritaikyta apsisprendimo teorija. Pritariu S. Sabaliauskui (2011), kad būtent ši teorija grindžiama pagrindinių žmogaus poreikių, tokių kaip autonomija, kompetencijos ir santykiai, patenkinimu. Akivaizdu, kad didėjant sportininkų meistriškumui, individualizuojant sportinio rengimo programą ir ieškant efektyvių sportinio rengimo technologijų, itin svarbu tampa patenkinti minėtuosius poreikius.

## **1.2. Sporto pedagogo taikomo grįžtamojo ryšio aspektai**

Sporto pedagogo ir sportininko tikslas vienas – siekti gerų sporto šakos rezultatų. Požiūrio vienovė užtikrina sėkmę sporte. Tik treneris turi sugebėti profesionaliai atsakyti į sportininko klausimus, apsaugoti nuo netikėtų klaidų sporte ir gyvenime. Treneris turi mokėti detaliai paaiškinti situaciją, pateikti pasiūlymų, atsižvelgti į emocinę sportininko būseną. Atliktą darbą, pasiektus rezultatus analizuoja abu – sportininkas ir treneris, kad kūrybingai toliau galėtų siekti bendro tikslo. Sėkmė priklauso nuo sporto pedagogo ir sportininko kūrybinio bendradarbiavimo, nuo tarpusavio supratimo. Treneris savo ugdytinį turi laikyti ne aklu savo nurodymų vykdytoju, bet lygiaverčiu partneriu (Miškinis, 1998).

Tiek motyvacijos trūkumas, tiek per didelis jos pasireiškimas gali suteikti treneriui grįžtamąjį ryšį. Sportininkai, kurių motyvacija aukšta ir jie dar tik pradeda treniravimąsi, neretai yra pernelyg

pasinėre į save, todėl treneris negauna grįžtamojo ryšio. Dėl šios priežasties verta juos pristabdyti. Lygiai taip pat nemotyvuoti sportininkai, vengs suteikti grįžtamąjį ryšį sportinio ciklo pabaigoje, kai supras, kad jų dalyvavimas yra nesėkmingas (Hunter, 2006). Pavyzdžiui, kai kuriems sportininkams užtenka žinoti, kad jų didžiausias priešininkas treniruojasi tam, kad sugrįžtų jų motyvacija.

D. Hunter (2006) teigimu, būdai padedantys spręsti nemotyvuotų sportininkų problemą priklauso nuo jų amžiaus ir meistriškumo, nuo to ar jie pailsi. Treneris, gerai pažinodamas savo sportininką ir tai, kodėl būtent jis užsiima šiuo sportu, yra pagrindinis faktorius, leidžiantis padėti susigrąžinti motyvaciją.

Kaip teigia Tilindienė ir Bitinas (2000), motyvacija – veiklos žadintoja, varomoji jėga, reguliatorius. Kai kurie motyvuoti sportininkai gali suteikti nemenką grįžtamąjį ryšį dėl to, kad jiems labai patinka ta veikla, kuria jie užsiima ir norės tuo pasidalinti su savo treneriu. Kuo daugiau grįžtamojo ryšio gauna treneris, nepriklausomai nuo motyvuotumo lygio, tuo geriau užsimegs sportininko ir sporto pedagogo ryšys. Idealus ryšys tarp sporto pedagogo ir sportininko užsimezga tuomet, kai sportininkas yra įtraukiamas į treniruočių planavimą, o ne tada, kai treneris tik skiria užduotis pats vienas, savarankiškai, be pasitarimo.

Grįžtamasis ryšys apie teigiamus pokyčius taip pat yra svarbus sportininkų vidinės motyvacijos veiksnys. Lyginant teigiamą grįžtamąjį ryšį su visišku šio ryšio negavimu, pastebimas teigiamas poveikis vidinei motyvacijai tų asmenų, kurie grįžtamąjį ryšį suteikia savarankiškai ir laisvai pasirenkant jo pateikimo būdus (Mageau, Vallerand, 2003). Teigiama, kad žodinis grįžtamasis ryšys turi du funkcinius aspektus: informacinį ir kontroliuojamąjį. Informacinė funkcija suteikia treneriui žinių apie sportininko kompetenciją, o kontroliuojanti – leidžia išskirti tam tikrą elgesį. Tyrimai rodo, kuomet informacinis aspektas yra pagrindinis, o kontroliuojantis iš esmės ne pagrindinis, teigiamas grįžtamasis ryšys pagerina asmenų suvokimą apie savo kompetenciją, ko pasekoje gaunamas teigiamas poveikis ir vidinei motyvacijai (Mageau, Vallerand, 2003). Tačiau, kai kontroliuojantis aspektas yra pagrindinis, gaunant grįžtamąjį ryšį, vidinė motyvacija mažėja. Norint pasiekti naudos, reikia: skatinti autonomijos ir kompetencijos naudos suvokimą; nukreipti elgesį, kuris nėra sportininko kontrolėje; perteikti kuo didesnius, tačiau realius lūkesčius.

## 2. SPORTO PEDAGOGO TAIKOMO GRĮŽTAMOJO RYŠIO IR JAUNŲJŲ REGBININKŲ MOTYVACIJOS SĄSAJŲ TYRIMO METODOLOGIJA IR REZULTATŲ ANALIZĖ

### 2.1. Tyrimo metodologija

### 2.2. Tyrimo metodika ir organizavimas

#### 2.2.1. Tyrimo metodai

Tyrimo metu taikyti (1) *teoriniai* (mokslinės literatūros analizė), (2) *empiriniai* (apklausa) ir (3) *statistiniai* (aprašomosios statistikos) *tyrimo metodai*.

**Teoriniai tyrimo metodai.** *Mokslinės literatūros sisteminė analizė ir apibendrinimas* padėjo išryškinti darbo aktualumą, problemą, formuoti tikslus ir uždavinius, pasirinkti tyrimo objektą, metodus, duomenų rinkimo ir apdorojimo metodus.

Tyrimo metu naudotas **empirinis tyrimų metodas** *apklausa*. Apklausoms atlikti naudoti du instrumentai: *sporto lyderystės* ir *sporto motyvacijos skalės* (2).

Sporto pedagogo veiklos stiliui įvertinti buvo naudojama *sporto lyderystės skalė* (LSS, *Leadership Scale for Sport*, Chelladurai, Saleh, 1980). Ją sudaro keturiasdešimt teiginių suskirstytų į penkias subskales, kurių pagalba siekiama įvertinti sporto pedagogo elgesį, vadovavimo stilių, sportininko suvokimą apie sporto pedagogo elgesį ir vadovavimo ypatumus, taip pat, pačių trenerių savo elgesio suvokimą: Treniravimas, Instruktavimas; Socialinė pagalba; Grįžtamasis ryšys; Autokratinis elgesys; Demokratinis elgesys. Sporto lyderystės skalė padalinta į penkias subskales. Šio baigiamojo magistro darbo rezultatų analizėje naudojome tik demokratinio ir autokratinio elgesio teiginius. Atsakydami į kiekvieną teiginį, tiriamieji turėjo pasirinkti atsakymo variantus penkių pakopų Likerto skalėje nuo „visiškai nesutinku“ (1) iki „visiškai sutinku“ (5). Anketos pavyzdys pateiktas 1 priede. Analizuojant tyrimo rezultatus, buvo operuojama sporto lyderystės skalės subskalių vidutiniais įverčiais.

Sportuojančių jaunųjų regbininkų motyvacija matuota *sporto motyvacijos skale - II* – *The sport motivation scale II* (SMS - II) (Pelletier ir kt. 2013). Ši skalė sukurta remiantis apsisprendimo teorija (Vallerand, 2007). SMS-II skalę sudaro 18 teiginių, Atsakydami į kiekvieną teiginį, tiriamieji turėjo pasirinkti atsakymo variantus septynių pakopų Likerto skalėje nuo „visiškai nesutinku“ (1) iki „visiškai sutinku“ (7). Anketos pavyzdys pateiktas 1 priede. Analizuojant tyrimo rezultatus, buvo operuojama sporto motyvacijos skalės subskalių vidutiniais įverčiais.

**Statistiniai metodai.** Analizuojant tyrimų duomenis taikyti šie aprašomosios statistikos metodai: vidurkis ir standartinis nuokrypis. Ryšiui tarp sporto pedagogų t ir jų uikomo grtamojo ryšio ir ugdytinių motyvacijos sportui nustatyti vartotas koreliacinis metodas – Spirmano koreliacijos koeficiento (r) metodas (Čekanavičius, Murauskas, 2002).

### 2.2.2. Tyrimo organizavimas

Magistro darbo rengimas ir tyrimas vyko *trimis etapais*:

*Pirmuoju etapu* (2018 m. birželio mėn. – 2018 m. spalio mėn.) buvo studijuojama mokslinė literatūra, apibrėžtas tyrimo tikslas, uždaviniai, numatyta tyrimo metodika.

*Antruoju etapu* (2018 m. lapkričio - gruodžio mėn.) buvo vykdomos apklausos, rengiamos literatūros apžvalgos ir tyrimo metodologijos dalys.

*Trečiuoju etapu* (2019 m. sausio mėn. – 2019 m. gegužės mėn.) buvo analizuojami gauti tyrimo rezultatai, braižomos diagramos, sudarinėjamos lentelės, formuluojamos išvados.

### 2.2.3. Tiriamieji

Tiriamąją imtį sudarė 89 14-18 metų jaunieji regbininkai. Jaunųjų regbininkų charakteristika pateikta 1 lentelėje.

1 lentelė. Jaunųjų regbininkų charakteristika pagal amžių

Amžius (metai)	Sportininkų skaičius	Procentai
14	19	20,4
15	31	33,3
16	16	15,7
17	18	19,3
18	12	11,3

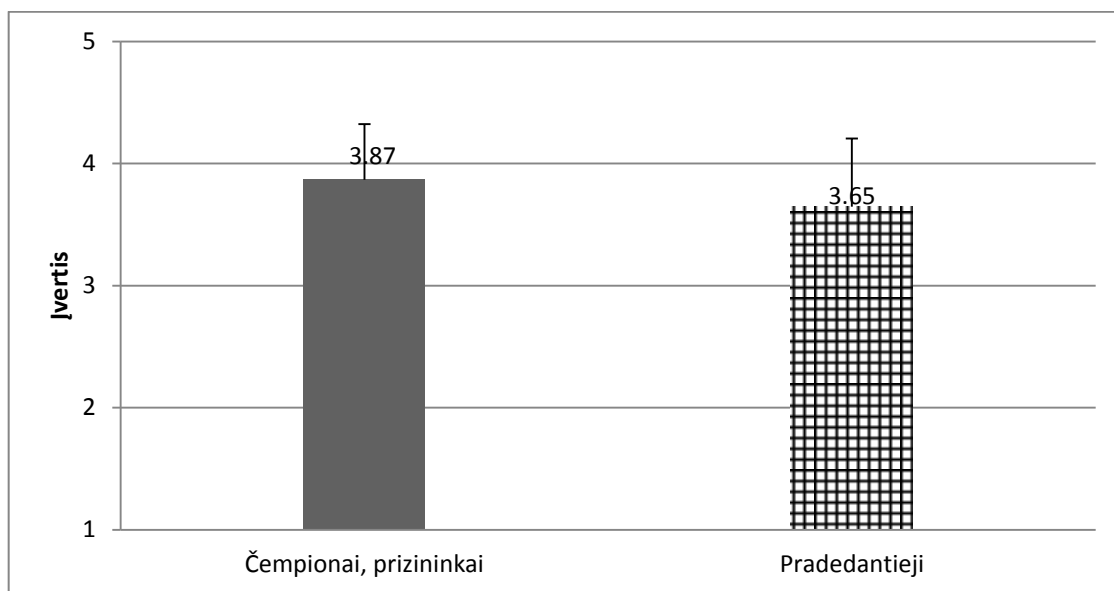
## 2.3. Sporto pedagogo taikomo grįžtamojo ryšio ir jaunųjų regbininkų motyvacijos sportui sąsajos

### 2.3.1. Skirtingo meistriškumo jaunųjų regbininkų motyvacijos raiška

Siekiant išsiaiškinti ar skiriasi jaunųjų regbininkų trenerio taikomo teigiamo grįžtamojo ryšio vertinimas ir motyvacija, tyrimo rezultatai buvo analizuojami pagal meistriškumo aspektą. Tyrimo rezultatai parodė, kad skirtingo meistriškumo jaunųjų regbininkų suvokta taikomo teigiamo



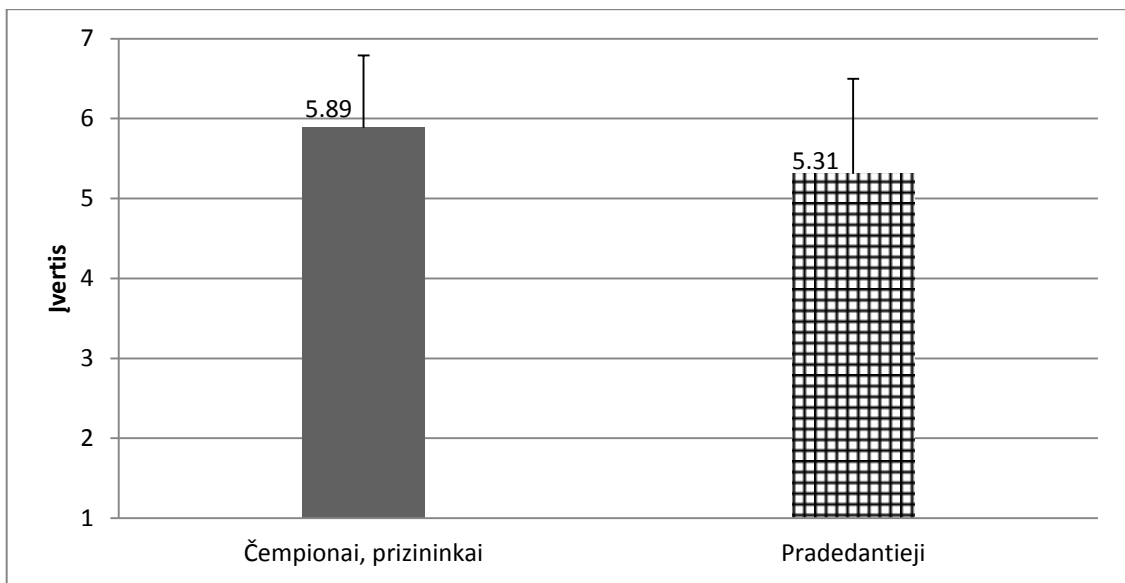
grįžtamojo ryšio raiška skiriasi (2 pav.). Tarp analizuojamų grupių nustatytas statistiškai reikšmingas skirtumas ( $p = 0,047$ ).



**2 pav.** Skirtingo meistriškumo jaunųjų regbininkų suvokto taikomo teigiamo grįžtamojo ryšio raiška ( $p = 0,047$ )

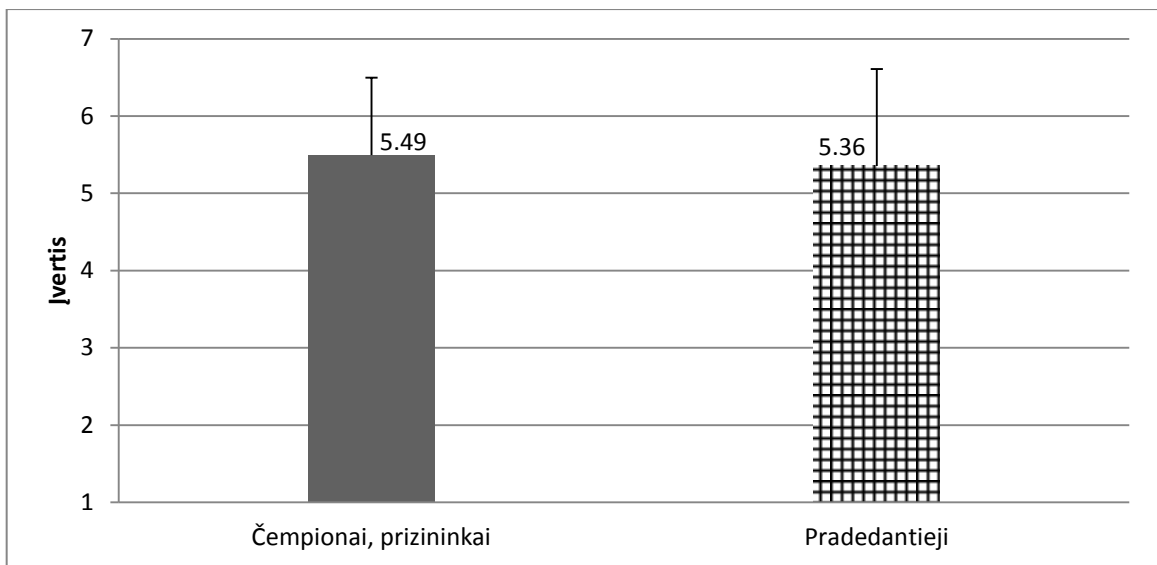
Tyrimo rezultatai rodo, kad didesnio meistriškumo tiriamieji labiau nei pradedantieji sportininkai suvokia, kad jų sporto pedagogas taiko teigiamą grįžtamąjį ryšį.

Nustatyta, kad „vidinė“ motyvacija yra aktualesnė Lietuvos rinktinės nariams (3 pav.) – nustatytas statistiškai reikšmingas skirtumas ( $p = 0,012$ ). Tai atskleidžia, kad jaunųjų regbio rinktinės nariams labiau įdomu sužinoti ir išmokti naujų pratimų ir treniravimosi metodų bei strategijų.



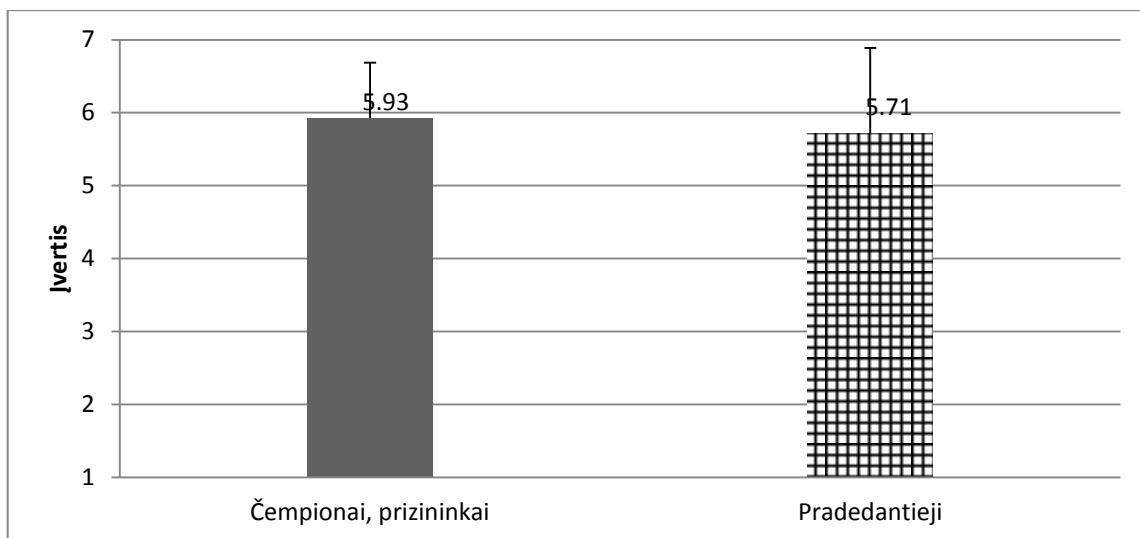
**3 pav.** Skirtingo meistrišumo jaunųjų regbininkų *vidinės* motyvacijos raiška ( $p = 0,012$ )

Analizuojant skirtingo meistrišumo jaunųjų regbininkų *integruoto reguliavimo* motyvacijos raišką, nustatyta, kad nėra esminių skirtumų tarp grupių ( $p = 0,572$ ) (4 pav.). Pagal gautus tyrimo rezultatus būtų galima teigti, kad integruoto reguliavimo motyvacija tarp skirtingo meistrišumo grupių pasireiškia panašiai. Teigtina, kad nepriklausomai nuo meistrišumo lygio jaunieji regbininkai panašiai pasižymi vidiniu suvokimu.



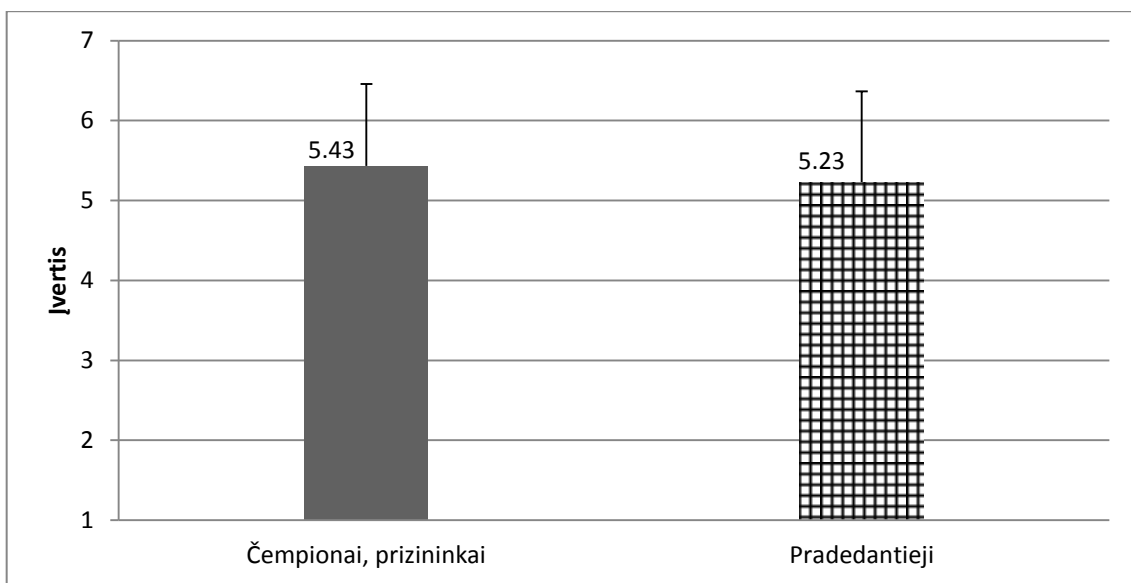
**4 pav.** Skirtingo meistrišumo jaunųjų regbininkų *integruoto reguliavimo* motyvacijos raiška ( $p = 0,572$ )

Nors statistiškai reikšmingų skirtumų nenustatyta tarp skirtingo meistriško jaunųjų regbininkų „*identifikacinio reguliavimo*“ motyvacijos raiškos ( $p = 0,294$ ) (5 pav.), galima teigti, kad didesnio sportinio meistriško jaunieji regbininkai pasižymi kiek didesne šia motyvacija nei pradedantieji sportininkai. Tai atskleidžia, kad rinktinės nariams vis dėlto yra kiek svarbiau, kad dalyvavimas sportinėje veikloje prisideda prie jų asmenybės tobulėjimo.



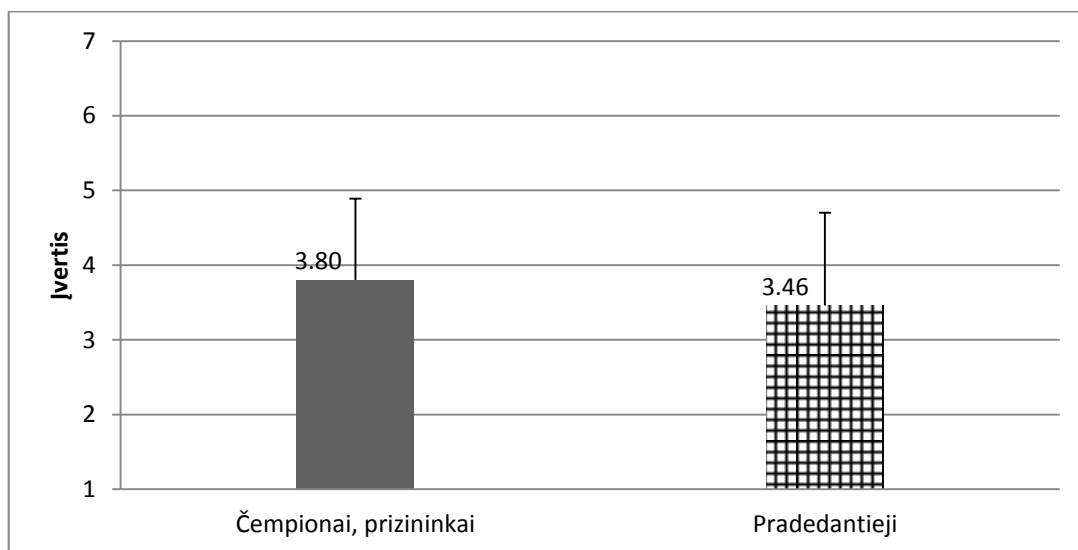
**5 pav.** Skirtingo meistriško jaunųjų regbininkų *identifikacinio reguliavimo* motyvacijos raiška ( $p = 0,294$ )

Tyrimo rezultatai rodo, kad *nesąmoningai priimto išorinio reguliavimo* motyvacija būdinga didesnio meistriško jauniems regbininkams (6 pav.). Pagal gautus rezultatus būtų galima daryti prielaidą, jog didesnio meistriško jaunieji regbininkai sportuoja, nes jaučiasi blogai, jei neskiria laiko sportui, patiria tam tikrą spaudimą būti geros formos ir jaučiasi sutrikę, kai tokios formos nėra.



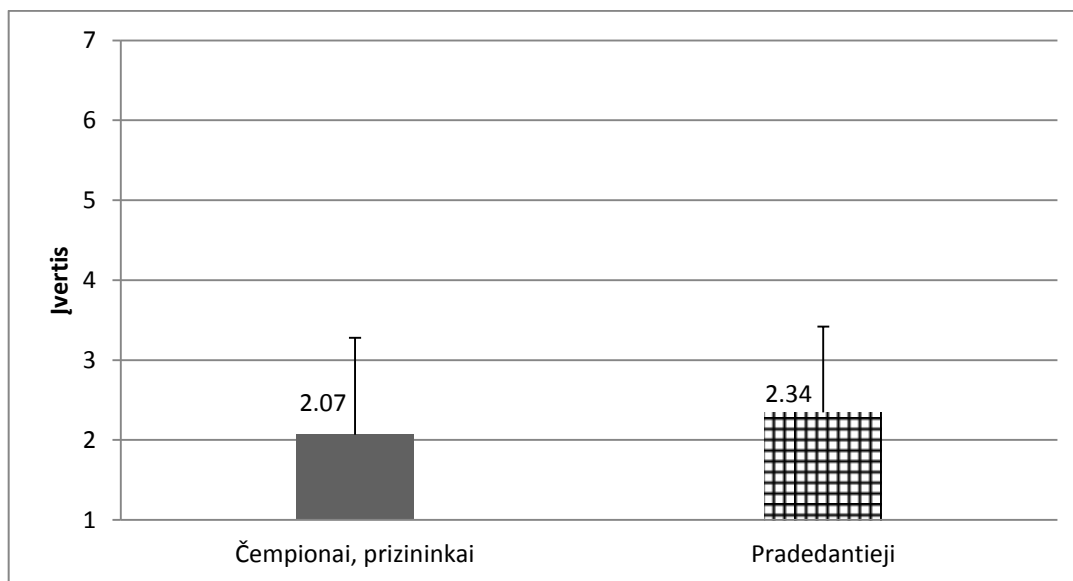
**6 pav.** Skirtingo meistrišumo jaunųjų regbininkų *nesąmoningai priimto išorinio reguliavimo* motyvacijos raiška ( $p = 0,394$ )

Tyrimo rezultatai parodė, kad išorinė reguliacinė motyvacija labiau pasireiškia didesnio meistrišumo jauniems regbio sportininkams (7 pav.) Nors nėra gauti statistiškai reikšmingi skirtumai tarp analizuojamų grupių, būtų galima daryti prielaidą, kad didesnio sportinio meistrišumo jaunieji sportininkai sportuoja tam, kad gautų trokštamą naudą, tokią kaip pripažinimą iš kitų.



**7 pav.** Skirtingo meistrišumo jaunųjų regbininkų *išorinės* motyvacijos raiška ( $p = 0,182$ )

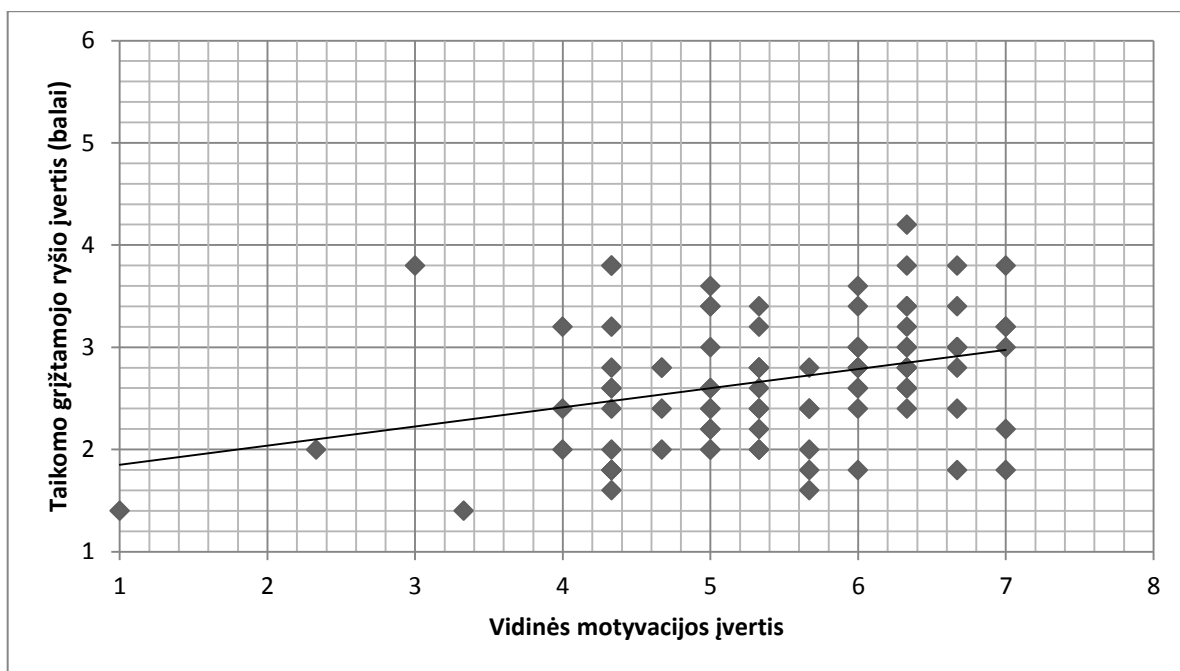
Tyrimo rezultatai atskleidė, kad nemotyvuotumo raiška yra kiek didesnė pradedančiųjų jaunųjų regbininkų tarpe (8 pav.). Teigiama, kad nemotyvuoti asmenys dažniausiai neatlieka veiklos iš viso arba jie atlieka veiksmus be ketinimų, tiesiog realizuoja mechaninius judesius (pvz. nesimoko visai arba kažkas pasako ir padaro užduotį mechaniškai).



**8 pav.** Skirtingo meistriškumo jaunųjų regbininkų *nemotyvuotumo* raiška ( $p = 0,294$ )

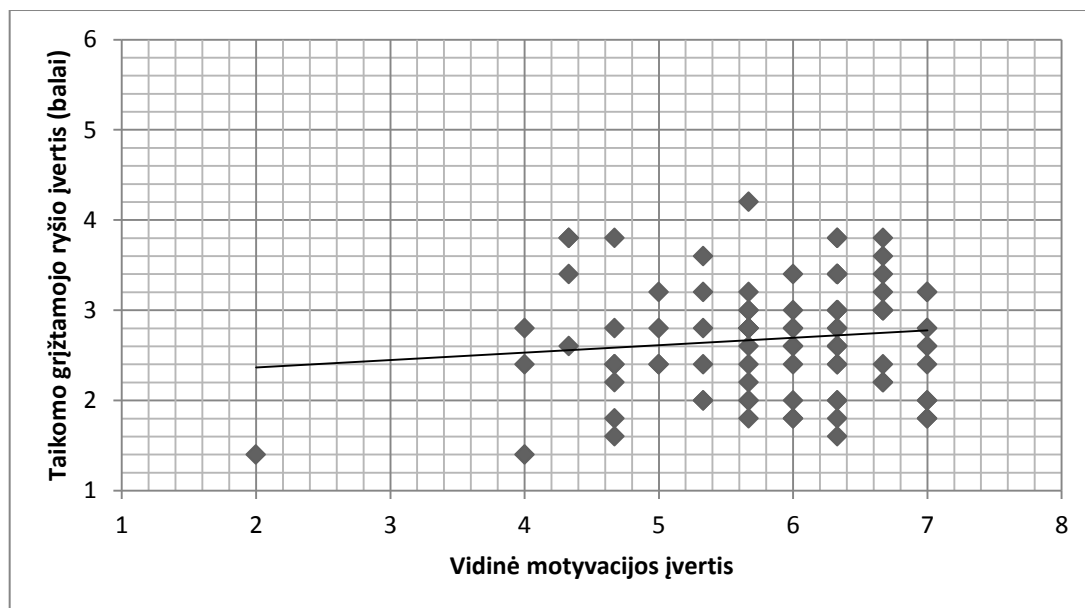
### **2.3.2. Sąsajos tarp suvokiamo sporto pedagogo taikomo teigiamo grįžtamojo ryšio ir jaunųjų regbininkų motyvacijos**

W. Chiu, F. M. Rodriguez ir kt. (2016) tyrimų duomenimis nustatyta, kad teigiamas grįžtamasis ryšys – trenerio elgesys, susijęs su sportininko įvertinimu, pripažinimu ir paskatinimu už gerą užduoties atlikimą. Šis ryšys yra begalo svarbus veiksnys, nulemiantis sportininkų vidinę motyvaciją. Gauti tyrimo rezultatai rodo, kad yra nustatytas reikšmingas koreliacinis ryšys ( $r = 0,317$ ;  $p = 0,002$ ) (2 pav.) tarp jaunųjų regbininkų vidinės motyvacijos sportui ir jų trenerių taikomo teigiamo grįžtamojo ryšio.



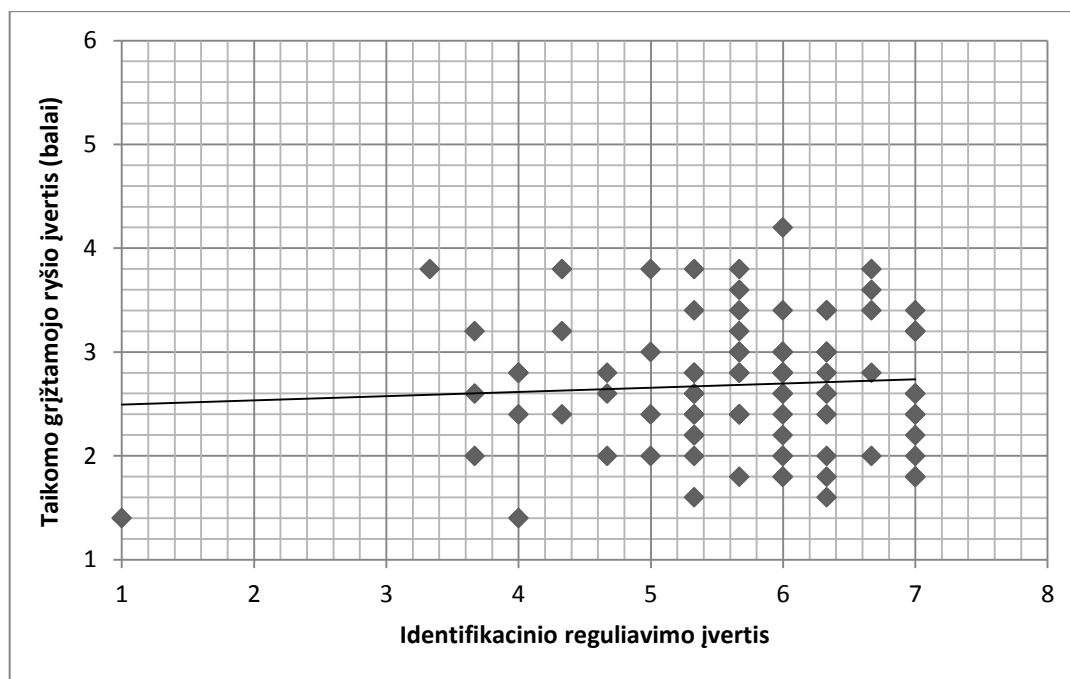
**9 pav.** Ryšys tarp sporto pedagogo taikomo teigiamo grįžtamojo ryšio ir jaunųjų regbininkų vidinės motyvacijos sportui ( $r = 0,317$ ;  $p = 0,002$ )

Analizuojant subskalę „integruotas reguliavimas“ (9 pav.), matyti, kad jaunųjų regbininkų atsakymų įverčiai nelabai skiriasi. Galima teigti, kad sporto pedagogai, teikiantys grįžtamąjį ryšį, neturi reikšmingos reikšmės jaunųjų regbininkų integruotos motyvacijos raiškai. Tyrimo rezultatai parodė, kad nėra sąsajų tarp šių analizuojamų parametrų ( $r = 0,084$ ;  $p = 0,421$ ).



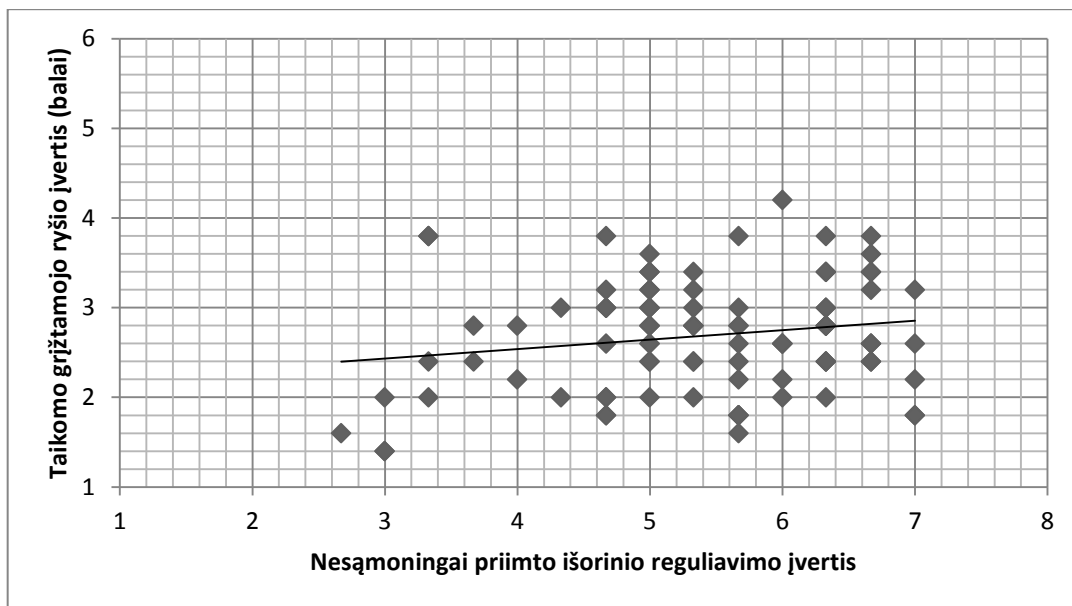
**10 pav.** Ryšys tarp sporto pedagogo taikomo teigiamo grįžtamojo ryšio ir jaunųjų regbininkų integruoto motyvacijos reguliavimo ( $r = 0,084$ ;  $p = 0,421$ )

Analizuojant subskalę „identifikacinis reguliavimas“ (11 pav.), pastebima, kad sporto pedagogai ugdymo procese išreiškiantys grįžtamąjį ryšį neturi įtakos ugdytinių identifikacinio reguliavimo motyvacijai, t. y. norui tobulėti.



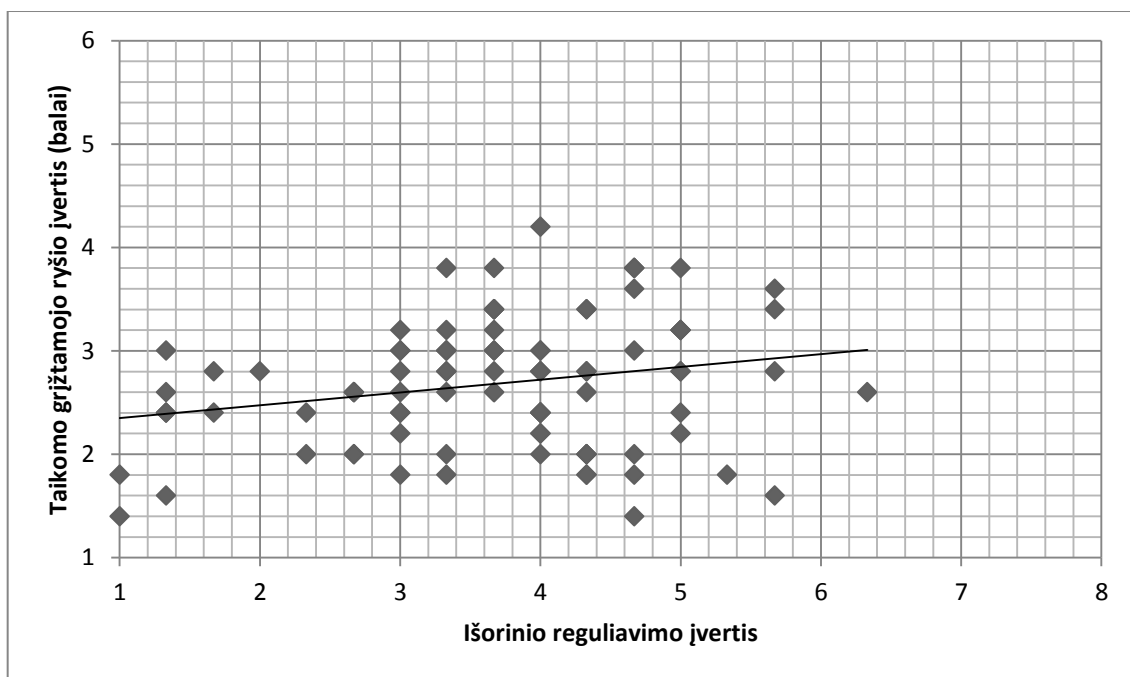
**11 pav.** Ryšys tarp sporto pedagogo taikomo teigiamo grįžtamojo ryšio ir jaunųjų regbininkų identifikacinio motyvacijos reguliavimo ( $r = 0,009$ ;  $p = 0,933$ )

Analizuojant subskalę „nesąmoningai priimtas išorinis reguliavimas“ (12 pav.), tyrimo metu gauti rezultatai rodo, kad nenustatytos sąsajos ( $p = 0,270$ ) tarp jaunųjų regbininkų išorinių motyvų sportui ir sporto pedagogų taikomo grįžtamojo ryšio. Būtų galima teigti, kad tokiems jaunųjų regbininkų motyvams - *gerai jausčiausi, privalau sportuoti ir jausčiausi blogai, jei nerasčiau laiko sportui* - sporto pedagogų taikomomas grįžtamasis ryšys reikšmingos įtakos neturi.



**12 pav.** Ryšys tarp sporto pedagogo taikomo teigiamo grįžtamojo ryšio ir jaunųjų regbininkų nesąmoningai priimto išorinio reguliavimo ( $r = 0,116$ ;  $p = 0,270$ )

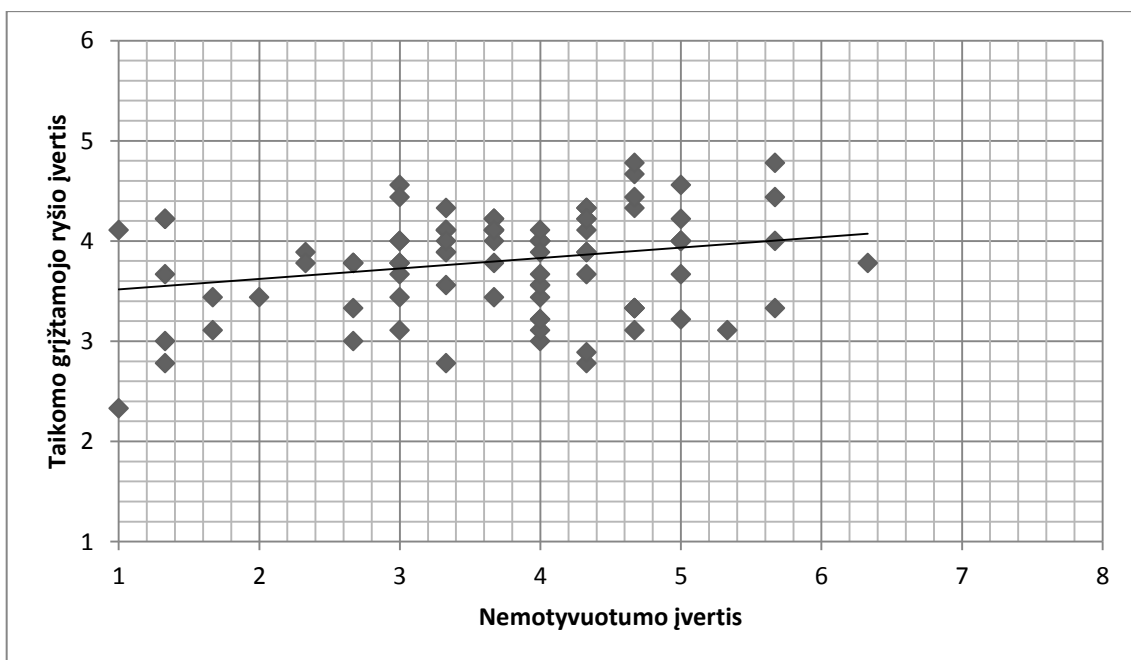
Analizuojant subskalę „išorinis reguliavimas“ (13 pav.), tyrimo metu gauti rezultatai rodo, kad nėra sąsajos tarp jaunųjų regbininkų išorinio motyvacijos reguliavimo ir sporto pedagogų taikomo grįžtamojo ryšio ( $p = 0,075$ ).



**13 pav.** Ryšys tarp sporto pedagogo taikomo teigiamo grįžtamojo ryšio ir jaunųjų regbininkų išorinio motyvacijos reguliavimo ( $r = 0,185$ ;  $p = 0,075$ )



Analizuojant subskalę „nemotyvuotumas“ (14 pav.), gauti tyrimo rezultatai rodo, kad nėra nustatytų sąsajų tarp jaunųjų regbininkų nemotyvuotumo ir jų sporto pedagogų taikomo grįžtamojo ryšio raiškos ( $p = 0,100$ ). Tikėtina, jog sporto pedagogų, pasižyminčių geru grįžtamoju ryšiu, ugdytiniai neabejoja dėl savo sportavimo toliau.



**14 pav.** Ryšys tarp sporto pedagogo taikomo teigiamo grįžtamojo ryšio ir jaunųjų regbininkų nemotyvuotumo ( $r = 0,172$ ;  $p = 0,100$ )

## DISKUSIJA

Tarp veiksmų, mažinančių pasitenkinimą veikla, autoriai išskyrė sumažėjusias autonomijos galimybes, nepakankamą grįžtamąjį ryšį bei socialines asmenybės nuostatas. Sporto mokslo literatūroje trenerio ir sportininko sąveika apibūdinama kaip grįžtamojo ryšiu pagrįstas dinamiškas, daugiamatis tarpasmeninis reiškinys (Poczwardowskiet et. al., 2002; Jowett, Ntoumanis, 2004). Šiai sąveikai būdingas į tarpusavio santykius orientuotas bendradarbiavimas, abipusis trenerio ir sportininko vienas kito palaikymas bei tarpusavio santykių aktualizavimas.

Magistro darbo tikslas buvo – ištirti sąsajas tarp regbio trenerio taikomo teigiamo grįžtamojo ryšio ir jaunųjų sportininkų motyvacijos sportui. Tikslui pasiekti buvo iškelta *hipotezė, kuri pasitvirtino*. Taikant koreliacinę analizę nustatytas tiesioginis reikšmingas skirtumas tarp regbio trenerių taikomo teigiamo grįžtamojo ryšio ir jų jaunųjų ugdytinių vidinės motyvacijos. Galima teigti, kad regbio trenerių taikomas teigiamas grįžtamasis ryšys ir su jomis sietina elgsena pratybų metu turi reikšmingą poveikį jaunųjų regbininkų vidinei motyvacijai.

Tyrimo rezultatai parodė, kad regbio trenerių taikomas teigiamas grįžtamasis ryšys turi tamprias sąsajas su jų ugdytinių vidine motyvacija sportuoti. Gauti tyrimo duomenys sutampa su kitų mokslininkų atliktais tyrimais, kad taikomas teigiamas grįžtamasis ryšys turi tamprą sąsają su sportininkų vidine motyvacija (Chiu ir kt., 2016).

Apibendrinant tyrimo rezultatus būtų galima teigti, kad teigiamas grįžtamasis ryšys – trenerio elgesys, susijęs su sportininko įvertinimu, pripažinimu ir paskatinimu už gerą užduoties atlikimą – yra svarbus veiksnys lemiantis jaunųjų regbininkų vidinę motyvaciją.

Atliktas magistro tyrimas ateityje tyrimas galėtų būti papildomas keliais aspektais, kurie netiesiogiai parodo ir atlikto magistro tyrimo ribotumus.

*Pirma*, tiriamųjų regbio trenerių grupėje galėtų dalyvauti abiejų lyčių sporto pedagogai ir tiriamieji. Lietuvoje jau regbio treneriai ir žaidėjai ne tik vyr. giminės. Manytumėm, jog tai galėtų kiek pakoreguoti tyrimo rezultatus. *Antra*, tyrimo rezultatus būtų galima analizuoti pagal regbio trenerių darbo stažo, pasiekimų aspektus. *Trečia* – tirtų jaunųjų regbininkų treneriai taip pat galėtų įsivertinti savo taikomo teigiamo grįžtamojo ryšio raišką.

## IŠVADOS

1. Mokslinės literatūros analizė atskleidė, kad trenerio ir sportininko sąveika apibūdinama kaip grįžtamoju ryšiu pagrįstas dinamiškas, daugiamatis tarpasmeninis reiškinys (Ryan, Deci, 2007; Mageau, Vallerand, 2003; Meidus, 2005). Šiai sąveikai būdingas į tarpusavio santykius orientuotas bendradarbiavimas, abipusis trenerio ir sportininko vienas kito palaikymas bei tarpusavio santykių aktualizavimas. Teigiama, kad žodinis grįžtamasis ryšys turi du funkcinis aspektus: informacinį ir kontroliuojamąjį. Informacinė funkcija suteikia treneriui žinių apie sportininko kompetenciją, o kontroliuojanti – leidžia išskirti tam tikrą elgesį (Reinboth ir kt., 2004; Shabo, 2012).

2. Tyrimu nustatyta, kad tarp skirtingo meistriško jaunųjų regbininkų vidinė motyvacija yra statistiškai patikimai reikšmingesnė didesnio meistriško sportininkams ( $p = 0,012$ ) nei pradėjusiems. Pažymėtina, kad jaunųjų regbininkų išorinė motyvacija ir nemotyvuotumas nepriklausomai nuo sportinio meistriško, pasireiškia gan panašiai.

3. Koreliacinė analizė atskleidė tiesioginį reikšmingą ryšį tarp taikomo teigiamo grįžtamojo ryšio ir vidinės motyvacijos: kuo regbio treneriai savo darbe taiko teigiamą grįžtamąjį ryšį ( $r = 0,301$ ;  $p = 0,003$ ) tuo stipresnė jų jaunųjų regbininkų vidinė motyvacija.

4. Hipotezė – *tikėtina, kad yra sąsaja tarp regbio trenerio taikomo teigiamo grįžtamojo ryšio ir jų ugdytinių vidinės motyvacijos sportui* – pasitvirtino. Galima teigti, kad regbio trenerių taikomas teigiamas grįžtamasis ryšys ir su juo sietina elgsena pratybų metu teikia reikšmingą poveikį jaunųjų regbininkų motyvacijai.

## REKOMENDACIJOS

1. Norint užtikrinti jaunųjų regbininkų vidinę motyvaciją sportui meistriškumo rengimo etape, trenerio ir sportininko sąveikai būtini stabilūs, grįžtamoju ryšiu pagrįsti santykiai. Siekiant bendrų tikslų, treneris turi sukurti atvirą, pasitikėjimą skatinančią aplinką, kurioje jaunas regbininkas jaustų besąlygišką, neslegiantį trenerio palaikymą.
2. Didžiavimasis sportininkais ir rūpinimasis jais po nesėkmingų varžybų, kitaip tariant, egzistuojantis emocinis ryšys tarp trenerio ir sportininko padidina grįžtamąjį ryšį ir užtikrina ugdomosios sąveikos efektyvumą.
3. Reikia leisti sportininkams patirti sėkmę. Sėkmės suvokimas stiprina sportininko kompetencijos jausmą. Adekvatus teigiamas grįžtamasis ryšys, apie gerai atliktas užduotis, taip pat stipriną vidinę motyvaciją.
4. Stiprinti grįžtamąjį ryšį su sportininku, aiškinant sportininko indėlį į bendrą darbą; suteikti sportininkui galimybę pasisakyti, teikti savo pasiūlymus organizuojant treniruotes.

## LITERATŪRA

1. Black, A. E., Deci, E. L. (2000). The effects of instructors' autonomy support and students' autonomous motivation on learning organic chemistry: a self-determination theory perspective. *Science Education*, 6, 740 – 756.
2. Boggiano, A. K. (1998). Maladaptive achievement patterns: a test of a diathesis-stress analysis of helplessness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 1681 – 1695.
3. Brawley, L. B., Vallerand, R. J. (1985). *Effects of informational and controlling fitness leaders on participants' interest and intention to pursue engagement in a fitness program*. University of Waterloo, Waterloo, Canada.
4. Butkienė, G., Kepakaitė, A. (1996). *Mokymasis ir asmenybės brendimas*. Vilnius: Margi raštai.
5. Chelladurai, P., Saleh, S. D. (1980). Dimensions of leader behavior in sports: development of a leadership scale. *Journal of Sport Psychology*, 2, 34 – 45.
6. Čekanavičius, V., Murauskas, G. (2002). *Statistika ir jos taikymai. II*. Vilnius: TEV.
7. Deci, E. L., Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic Motivation and Self-determination in Human Behavior*. New York: Plenum
8. Deci, E. L., Ryan, R. M. (eds) (2002). *Handbook of Self-Determination Research*. Rochester, NY: The University of Rochester Press.
9. Duda, J. L., & Nicholls, J. (1992). Dimensions of achievement motivation in schoolwork and sport. *Journal of educational psychology*, 84, 290 – 299.
10. Dwyer, J. J. M. (1995). Effect of perceived choice of music on exercise intrinsic motivation. *Health Values*, 19, 18 – 26.
11. Freedman, S. M., Phillips, J. S. (1985). The effects of situational performance constraints on intrinsic motivation and satisfaction: the role of perceived competence and self-determination. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 35, 397 – 416.
12. Gikaraitė, J. (2004). *KMUK endokrinologijos klinikos slaugytojų darbo motyvacijos įvertinimas*. Bakalauras darbas. Kaunas.
13. 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.
14. Gillet, N., Vallerand, R. J., Amoura, S., & Baldes, B. (2010). Influence of coaches' autonomy support on athletes' motivation and sport performance. *Psychology of Sport and Exercise*, 11, 25 – 31.

15. Goudas, M., Dermizaki, I. (2004). Participation motives in physical education: An expectancy-value approach. *Perceptual and Motor Skills*, 99, 168 – 170.
16. Grajauskas, L., Čepulėnas, A. (2009). Ugdymo turinio įvairovė kaip veiksnys, skatinantis ugdytinių motyvaciją sportuoti. *Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas*, 3 (74), 15 – 20.
17. Grajauskas, L. (2008). *Jaunųjų (12 – 14 metų) orientacininkų rengimo modeliavimas taikant treniravimo priemonių ir metodų įvairovę*: daktaro disertacija. Šiauliai: ŠU.
18. Horn, T.S. (2002). *Coaching effectiveness in the sport domain*. Advances in sport Psychology 2nd ed.
19. Juozaitienė, L., Staponkienė, J. (2002). *Verslo ir vadybos įvadas*. Šiauliai: Šiaulių universiteto leidykla.
20. Jovaiša, L. (2003). *Hodegetika*. Vilnius: Agora.
21. Karoblis, P. (1999). *Sporto treniruotės: teorija ir didaktika*: vadovėlis aukštųjų mokyklų kūno kultūros ir sporto specialybių studentams. Vilnius: Evalda.
22. Karoblis, P. (2005). *Sportinio rengimo teorija ir didaktika*. Vilnius: Infoatras.
23. Karoblis, P. (2003). *Jaunojo sportininko treniruotė*. Vilnius: Lietuvos sporto informacijos centras.
24. Kingston, K. M., Horrocks, Ch. S., & Hanton, Sh. (2006). Do multidimensional intrinsic and extrinsic motivation profiles discriminate between athlete scholarship status and gender? *European Journal of Sport Science*, 6(1), 53 – 63.
25. Koropanovski, N., Berjan, B., Bozic, P.R., Pazin, N., Sanader, A., Jovanovic, S. (2011). *Anthropometric and Physical Performance Profiles of Elite Karate Kumite and Kata Competitors*. *Journal of Human Kinetics*.
26. Kregždė, S. (2003). *Sportininko motyvacija ir Sporto pedagogo psichologinė strategija*. Vilnius: Elada.
27. Lyle, J. (1999). *The Coaching Process: principles and practice in sport*. Oxford: Butterworth-Heinemann.
28. Mageau, G. A., Vallerand, R. J. (2003). The coach-athlete relationship: a motivational model. *Journal of Sports Sciences*, 21, 883 – 904.
29. Malinauskas, R. (2003). *Sporto psichologijos pagrindai*. Kaunas: LKKA.
30. Malinauskas, R. (2008). Krepšinių žaidžiančių studentų sportinės veiklos motyvacija. *Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas*, 4(71), 57 – 62.

31. Malinauskas, R., Batutis, O., Jetkevičius, D. (2008). Aerobikos sportuotojų vidinės ir išorinės motyvacijos formavimo ypatumai. *Sporto mokslas*, 3(41), 51 – 54.
32. Martens, M. P., Webber, S. N. (2002). Psychometric properties of the sport motivation scale: an evaluation with college varsity athletes from the U.S. *Journal of sport and exercise psychology*, 24, 254 – 270.
33. Martens, R. (1999). *Sporto psichologijos vadovas treneriui*. Vilnius: LSIC.
34. Meidus, L. (2005). *Sporto psichologija*. Vilnius: Lietuvos sporto informacijos centras.
35. Myers, D. G. (2000). *Psichologija*. Vilnius: Poligrafija.
36. Mikalauskas, R. (2000). Trenerių vadovavimo stiliai ir savivertė moterų rankinio komandoje. *Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas*, 1, 30 – 33.
37. Miškinis, K. (2006). *Sporto pedagogo pagalbininkas*. Vilnius: Lietuvos sporto informacijos centras.
38. Miškinis, K. (2007). Sporto pedagogo veikla: išskirtinės jos ypatybės. *Treneris*, 1, 4 – 6.
39. Ommundsen, L. (2006). *Advances in Motivation in Sport and Exercise*-3rd Edition.
40. Orlick, T., Carron, A.V., Eys, M.A. (2003). Role ambiguity and athlete satisfaction. *Journal of Sport Sciences*, 21, 391 – 401.
41. Pelletier, L. G., Rocchi, M.A., Vallerand, R. J., Deci, E. L., Ryan, R. M. (2013). Validation of the revised sport motivation scale (SMS-II). *Journal of Psychology of Sport and Exercise*, 14 (3), 329 – 341.
42. Pelletier, L. G., Fortier, M. S., Vallerand, R. J. (1995). Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sport: The Sport Motivation Scale (SMS). *Journal of Exercise and Sport Psychology*, 17, 35 – 53.
43. Pelletier, L. G., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., Tuson, K. M., Brière, N. M., Blais, M. R. (1995). Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The Sport Motivation Scale (SMS). *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17, 35–53.
44. Petronytė, G., Zaborskis, A. (2008). Paauglių laisvalaikio fizinio aktyvumo motyvai. *Visuomenės sveikata*, 1 (40), p. 31–36.
45. Poteliūnienė, S., Sabaliauskas, S. (2010). Skirtingo meistriškumo sportininkų motyvacijos sportuoti ypatumai. *Sporto mokslas*, 2, 13-18.
46. *Psichologijos žodynas* (1993). Vilnius: Mokslo ir enciklopedijų leidykla.

47. Reinboth, M., Duda, J. L., Ntoumanis, N. (2004). Dimensions of coaching behavior, need satisfaction, and the psychological and physical welfare of young athletes. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 28, p. 297–313.
48. Ryan, R. M., Deci, E. L. (2007). *Active human nature*. Self-determination theory and the promotion and maintenance of sport, exercise, and health. Champaign, IL: Human Kinetics.
49. Ryan, R. M., Deci, E. L. (2007). *Active human nature. Self-determination theory and the promotion and maintenance of sport, exercise, and health*. Champaign, IL: Human Kinetics.
50. Sabaliauskas, S. (2011). *Sportininkų motyvacijos siekti didelio meistriškumo edukacinės prielaidos*: daktaro disertacija. Vilnius.
51. *Sporto terminų žodynas*. (2002). Sud. S. Stonkus. Kaunas: LKKA.
52. Stonkus, S. (2004). Būtiniausias sporto pedagogo savybės – kokios jos? *Treneris*, 1, p. 3-7.
53. Shabo, A. S. (2012). Role of the coach: parameters, characteristics, peculiarities, expectations. [http://www.iqss.eu/issue/20121/6\\_Szabo\\_IQSS\\_2012\\_1.pdf](http://www.iqss.eu/issue/20121/6_Szabo_IQSS_2012_1.pdf)
54. Šukys, S. (2002). Skirtingą sportinę patirtį turinčių moksleivių sportavimo motyvų ypatumai. *Ugdymas kūno kultūra, sportas*, 1, (42), 72 – 77.
55. Turman, P. D. (2003). Coaches and cohesion: The impact of coaching techniques on team cohesion in the small group sport setting. *Journal of Sport Behavior*, 26(1), 86-104.
56. Vallerand, R. J. (2001). A hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation in sport and exercise. In G.C. Roberts (Ed.), *Advances in motivation in sport and exercise* (pp. 263 – 319). Champaign, IL: Human Kinetics.
57. Vallerand, R. J. (2007). *A hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation for sport and physical activity*. Champaign, IL: Human Kinetics.



# PRIEDAI